

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.4(124).01

Балушка Л. М.,
здобувач, ЗМСУ з боротьби,
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів
Ткач Ю.А.,
здобувач, ЗМСУ з боротьби,
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів
Окопний А.М.,
к.фіз.вих., доц., доцент каф. педагогіки та психології,
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів
Пістун А.І.,
ЗТУ з вільної боротьби, м. Львів
Вовк І. В.,
старший викладач, Львівський національний аграрний університет

СТАВЛЕННЯ УЧНІВ ВІКОМ 15-16 РОКІВ ДО ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ БОРТЬБИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ

У статті розглядається застосування засобів боротьби в межах уроків фізичною культурою з учнями старших класів, що навчаються в ліцеї з посиленою військово-фізичною підготовкою. Важливо з'ясувати ставлення самих учнів до застосування таких засобів, щоб зрозуміти рівень їхньої вмотивованості та зацікавленості і виявити можливі шляхи покращення таких програм з фізичної культури. **Мета:** виявити ставлення учнів старших класів до проведення уроків фізичної культури із застосуванням засобів боротьби.

Результати. Учні, які приймали участь в опитуванні засвідчили, що програма з фізичної культури із застосуванням засобів боротьби викликає у них більше зацікавлення порівняно із традиційною. Водночас, оцінка учнями двох різних підходів застосованих в експериментальній програмі вказала на перевагу того, який передбачав застосування переважно ігрового та змагального методів з орієнтацією на розвиток координаційних якостей у порівнянні з тим, який базувався на акцентованому розвитку силових та швидкісно-силових якостей методами суворо регламентованої вправи.

Ключові слова: урок фізичної культури, підхід, програма, розвиток, оцінка.

Балушка Л. М., Ткач Ю.А., Окопний А.М., Пістун А. И., Вовк *Отношение учащихся в возрасте 15-16 лет к использованию средств борьбы в физическом воспитании. Аннотация.* В статье рассматривается применение средств борьбы в пределах уроков физической культурой с учащимися старших классов, обучающихся в лицее с усиленной военно-физической подготовкой. Важно выяснить отношение самих учеников к применению таких средств, чтобы понять уровень их мотивированности и заинтересованности и выявить возможные пути улучшения таких программ по физической культуре. **Цель:** выявить отношение учащихся старших классов к проведению уроков физической культуры с применением средств борьбы. **Результаты.** Ученики, которые принимали участие в опросе подтвердили, что программа по физической культуре с применением средств борьбы вызывает у них больший интерес по сравнению с традиционной. В то же время, оценка учениками двух различных подходов примененных в экспериментальной программе указала на преимущество того, который предусматривал применение игрового и соревновательного методов с ориентацией на развитие координационных качеств по сравнению с тем, который базировался на акцентированном развитии силовых и скоростно-силовых качеств методами строго регламентированного упражнения.

Ключевые слова: урок физической культуры, подход, программа, развитие, оценка.

Balushka L., Tkach Yu., Okopnyj A., Pistun A., Vovk *Attitude of students aged 15-16 to use the wrestling means in physical education. Abstract.* Updating the content of physical education programs in secondary education institution is an urgent task of modern education, in particular the introduction of various kinds of sport activities to the educational process of student youth. In Lyceums with enhanced military and physical training, preparation by means of combat spots, which allow to form adequate professional skills and improve the level of physical fitness of future servicemen. The article considers the use of wrestling means within the lessons of physical culture with high school students, those studying in the lyceum with enhanced military and physical training. Wrestling is a dynamic kind of sports activity, which allows to develop important for the military profession physical qualities (strength, speed- strength, coordination, etc.) and to form appropriate skills of self-defense and attack. It is important to find out the attitude of the students to the use of such means in order to understand their level of motivation and interest and to identify possible ways to improve such physical education programs. **Material and methods.** Methods: theoretical analysis and generalization, questionnaire, comparison. The studied students were engaged by the author's program of physical culture during the school year, which provided the use of wrestling means. The focus of funds was different in the first and second semesters. In the first - with an emphasis on methods of strictly regulated exercise and the development of strength and speed- strength qualities, and in the second - with an emphasis on the game and competitive methods and the development of coordination qualities. **Purpose:** to identify the attitude of high school students to physical education lessons with the use of wrestling means. **Results.** The students who took part in the questionnaire testified that the program of physical culture with the use of wrestling means arouses in them more interest in comparison with the traditional one. At the same time, students' assessment of two different approaches used in the experimental program indicated the advantage of one that involved the use of mainly game and competitive methods with a focus on the coordination qualities development compared to that based on focused development of strength and speed qualities by strictly regulated exercise methods.

Key words: physical education lesson, approach, program, development, assessment.

Постановка проблеми. Аналіз літературних джерел. Фізична культура в закладах середньої освіти представлена як освітня область, навчальна дисципліна і відображає суспільно значуще замовлення на формування в учнів таких загальнолюдських

цінностей, як здоров'я, фізичне і психічне благополуччя, гармонізація їх тілесної і духовної єдності [10, 12, 19].

Сучасна система освіти у сфері фізичної культури, орієнтована на виконання вимог чинного Державного стандарту, базується на різних педагогічних концепціях, які формують відповідні правила до підбору навчального змісту. [8, 9]. Адаптоване, науково осмислене конверсійне проникнення елементів планування спортивної підготовки в процес фізичного виховання є одним з напрямків вдосконалення організації фізкультурної діяльності учнів [14, 15, 18].

Науковці, котрі займалися проблемами фізичного виховання учнів та студентів працювали у даному напрямі. Зокрема, Бондарев Д.В. [6] у своїй роботі довів, що застосування методики фізичного вдосконалення з пріоритетним використанням засобів футболу і параметрами навантаження, які враховують рівень підготовленості студентів, сприяє більш вираженому приросту фізичної підготовленості студентів технічного ВНЗ у порівнянні з впливом занять за чинною програмою фізичного виховання. Своєю чергою Череншиков А.Г. [16] розробив та обґрунтував експериментальну програму з фізичної культури на основі поглибленого вивчення боротьби самбо. Ще один дослідник О. О. Горпинич [7] підвищення рівня показників здоров'я курсантів у своїй роботі обґрунтував адекватними впливами навчально-тренувальних занять рукопашним боєм. На цьому ж акцентував свою увагу і С. А. Антоненко [2].

Впродовж 2015-2016 років Ільницьким І. М. та його співавторами [11] також було проведено педагогічний експеримент з учнями ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою, в якому їм пропонувалася програма з фізичної культури на основі застосування засобів боксу, яка дозволила суттєво підвищити рівень їхньої фізичної підготовленості.

Варто зазначити, що окремі дослідження [1, 3, 4] демонструють, що заняття боротьбою сприяють правильному і всебічному фізичному розвитку учнів, удосконаленню всіх фізичних якостей і, що особливо важливо, розвитку переважної більшості морально-вольових якостей: волі, наполегливості, цілеспрямованості.

На нашу думку, яка підтверджена іншими фахівцями галузі [13, 17] для покращення ставлення сучасних учнів закладів середньої освіти до занять фізичною культурою, стимулювання покращення рівня їхнього фізичного розвитку та підготовленості, існує необхідність у введенні до програми з фізичної культури засобів спортивної боротьби. Припускаємо, що широкий спектр засобів боротьби, як виду спортивної діяльності може дозволити адекватно і гармонійно розвинути всі важливі фізичні якості дітей, адже незаперечним є факт, що саме спортивна боротьба належить до тих видів спорту, у яких рівень фізичної підготовленості спортсменів є одним із визначальних факторів спортивної результативності [5]. З іншого боку це може бути одним із чинників мотивації учнів до занять фізичною культурою в межах шкільної програми.

Мета дослідження: виявити ставлення учнів старших класів до проведення уроків фізичної культури із застосуванням засобів боротьби.

Матеріал та методи дослідження.

В опитуванні прийняли участь 24 учні (хлопці) 15-16 років Ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою імені Героїв Крут (Львів). Учасники надали інформовану згоду на участь в цьому дослідженні. Досліджувані учні займалися за авторською програмою з фізичної культури упродовж навчального року, яка передбачала застосування засобів боротьби. При цьому спрямованість засобів була різною у першому та другому семестрах. В першому – з акцентом на методи суворо регламентованої вправи та розвиток силових та швидкісно-силових якостей, а в другому – з акцентом на ігровий та змагальний метод і розвиток координаційних якостей. Учням пропонувалося відповісти на запитання анкети, які дозволили визначити, який із підходів їм видається більш ефективним та цікавим. При цьому, анкетування було проведене двічі: по завершенні першого та другого семестрів навчання.

Виклад основного матеріалу. Метою проведення першого анкетування було виявлення ставлення учнів до нових засобів, методів та рівнів навантаження авторської програми, які переважно були спрямовані на розвиток їх силових та швидкісно-силових якостей.

Таким чином, досліджуваним пропонувалося відповісти на 13 запитань анкети різного характеру. Перше запитання стосувалося суб'єктивного визначення рівня навантаження, яке було запропоновано програмою. Нам важливо було з'ясувати чи вважають учні його оптимальним для себе. Серед загальної вибірки учасників анкетування 58,3% відповіли, що навантаження є оптимальними по відношенню до рівня їхніх можливостей, ще 25% учнів зазначили, що запропоновані впливи є надмірно високими, решта 16,7% опитаних вказали на недостатній вплив запропонованих навантажень на функціональний стан їхнього організму.

Варто зазначити, що вихідний рівень підготовленості досліджуваних був різним: від низького до високого. Припускаємо, що здебільшого учні із низьким рівнем підготовленості вказали на надмірно високий рівень навантажень, які пропонувала програма, а учні з первинно високим рівнем – на недостатній рівень навантажень.

Наступним логічним, на нашу думку, кроком було з'ясування чи встигають відновлюватися учні від уроку до уроку фізичною культурою. Повністю відновленими згідно власних відчуттів до кожного наступного заняття приступали 66,6% опитаних, ще по 16,7% респондентів зазначили, що приходили на заняття у стані неповного відновлення або ж зовсім не встигали відновлюватися і почувалися увесь час втомленими.

Такий стан речей знову ж таки свідчить про різний рівень первинної підготовленості учнів, які були учасниками педагогічного експерименту. Серед опитаних загалом 33,4% не відчували себе повністю готовими приступати до виконання навантажень на уроках фізичної культури в першому семестрі, тому корекція навантаження, про що зазначено вище, є оптимальним кроком для оптимізації процесу підготовки в межах авторської програми з фізичної культури.

Враховуючи те, що ми вводили у навчальний процес нові засоби підготовки, які були обрані із арсеналу боротьби як виду спортивної діяльності, нас закономірно цікавило, чи викликали вони інтерес учнів, які їх виконували. Отже, по завершенні першого семестру навчального року 58,4% учнів зазначили в анкетах, що усі засоби (вправи) були цікавими для виконання, ще для 20,8% респондентів цікавими були лише окремі із запропонованих вправ, така ж кількість (20,8%) учнів зазначили, що запропоновані вправи були не цікавими для них. Деяко критична позиція останніх та урахування відповідей у наступних запитаннях анкети, які стосувалися саме засобів боротьби в авторській програмі змусили переглянути змістове наповнення програми для другого семестру і внести окремі корективи.

Провівши опитування ми з'ясували, що на 62,5% респондентів з точки зору зазначених складових програма мала виключно позитивний вплив. Учні відчували підвищення працездатності і покращення самопочуття. Серед опитаних 20,8% відповіли, що не відчували жодних змін у рівні працездатності та самопочуття. Були й ті (16,7%), чий працездатність і самопочуття щодо власних відчуттів дещо погіршилися.

Окремі питання анкети були відкритого типу. Зокрема ми просили учнів вказати, які вправи для них були надто складними чи надто легкими до виконання. Отже, до числа вправ, які учням було складно виконувати потрапили: «забігання навколо голови», вправи з гирями, вправи зі штангою, вправи в позиції міст, переходи, кидки через стегно, кидки на швидкість, переводи в партер, вправи з обтяженням вагою партнера. Вважаємо, що окремі з цих вправ були технічно складними для учнів (вправи в позиції міст, переходи, переводи в партер тощо), інші ж, очевидно, вимагали надмірних фізичних зусиль з точки зору обсягу чи інтенсивності навантажень (вправи зі штангою та гирями тощо).

Надто легкими, своєю чергою, були визначені учнями вправи: «відкидання ніг», біг схресним кроком, присідання в парах.

Зважаючи на думку учнів в експериментальній програмі другого семестру зазначені вправи або були скориговані або вилучені з неї. Натомість до її змісту були включені нові – ті, які, на нашу думку дозволили б більш ефективно досягти поставленої практичної мети.

В наступному запропонованому питанні анкети ми з'ясували чи хотіли б учні збільшити обсяг вправ з боротьби на уроках фізичної культури. Опрацювання відповідей продемонструвало, що 58,3% опитаних бажають ще більше часу приділяти вправам, які включає цей вид спортивної діяльності, 20,8% респондентів влаштовує той обсяг, який передбачений програмою, та ще стільки ж учнів хотіли б зменшити кількість вправ з боротьби у навантажених уроках.

В процесі дослідження нам вдалося з'ясувати, що велика кількість учнів хотіли б виконувати більше вправ змагального та ігрового характеру (70,8% та 66,7% відповідно). Значно менше учнів (по 12,5%) зазначили, що доцільно було б збільшити обсяг вправ спрямованих на розвиток силових і швидкісних якостей. Серед опитаних 8,3% респондентів виявили бажання доповнити програму засобами розвитку витривалості та лише 4,2% з них – засобами спрямованими на координаційну роботу (рис. 1).

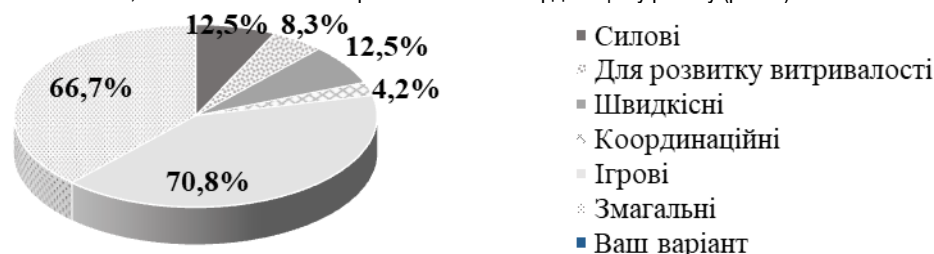


Рис. 1. Вправи, якими учні хотіли б доповнити програму фізичної культури

Відповідно, у другому семестрі спрямованість підготовки на уроках фізичної культури була скоригована у бік зростання обсягів ігрових та змагальних засобів та зменшення швидко-силових та силових.

Анкетою було передбачено запитання і щодо застосовуваних на уроці методів розвитку фізичних якостей. Ми хотіли з'ясувати, яким з точки зору учнів повинно бути їх співвідношення, щоб робота була максимально цікавою та ефективною для них. Перший семестр передбачав переважно застосування методів суворо регламентованої вправи (інтервальний, комбінований, безперервний), що продемонструвало достатньо високі природи фізичної підготовленості учнів. Водночас у відповідях респондентів по завершенні першого семестру навчання ми простежили дещо інше бачення. З усіх опитаних 83,3% зазначили, що хотіли б скоригувати співвідношення методів, решту 16,7% влаштовували їх підбір у першому семестрі. При цьому, серед тих учнів, які вказали на потребу корекції 66,7% зазначили, що співвідношення методів суворо регламентованої вправи, ігрового та змагального повинно становити 20:40:40. Ще 8,3% опитаних вказали також на користь ігрового та змагального методу, але в дещо іншій пропорції (10:45:45) і лише по 4,2% залишили пріоритет за методами суворо регламентованої вправи (50:25:25) або ж навпаки хотіли б виключити їх із запропонованої програми (0:50:50). Отже, керуючись певною мірою баченням учнів ми скоригували і цей компонент програми.

Вже по завершенні першого семестру навчання і реалізації авторської програми з фізичної культури 70,8% відповіли, що вважають її більш ефективною за ті, в межах яких працювали раніше. На противагу цьому, були й такі учні (16,7%), які вважали запроповану програму менш ефективною, а ще 12,5% респондентів вказали, що жодної різниці не відчували (рис. 2).



Рис. 2. Чи ефективнішою є програма з фізичної культури із застосуванням засобів боротьби у порівнянні з тими, що застосовувалися раніше

Думки більшості респондентів (58,3%) були висловлені і на користь суттєвого позитивного впливу запропонованої програми

на рівень їхньої професійної діяльності. Водночас ще 16,7% опитаних вказали на достатній вплив запропонованих засобів і методів в межах експериментальних уроків фізичною культурою. Незначним визначили вплив програми 8,3% учнів, а ще 12,5% з них вказали, що ніякого професійного зростання не відчували. (рис. 3).

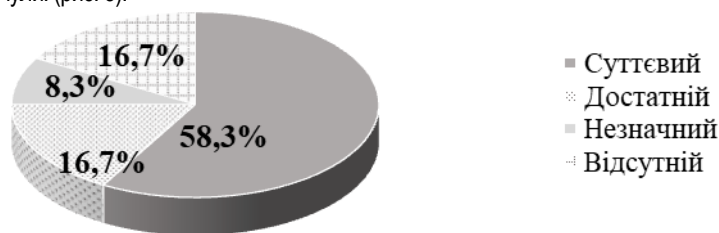


Рис. 3. Вплив засобів боротьби на удосконалення професійних навиків учнів

Загалом, вдалося з'ясувати, що 75% серед опитаних задоволені запропонованою програмою і її результатом і бажають продовжувати займатися боротьбою і надалі. Решта, 25% опитаних вказали, що не бажають продовжувати працювати в межах запропонованої експериментальної програми. Припускаємо, що до числа останніх потрапили саме ті учні, програма для яких була дещо складною.

Отже, отримані в анкетуванні результати по завершенні першого семестру навчання допомогли виявити переваги та недоліки розробленої авторської програми з фізичної культури з акцентованим застосуванням засобів боротьби і внести окремі корективи до неї у другому семестрі поточного навчального року.

По завершенні другого етапу (семестру) педагогічного експерименту нами було проведено повторне анкетування учасників ЕГ, яке знову ж таки дало нам інформацію про їх ставлення до оновленого змісту авторської програми з фізичної культури у зазначеному семестрі.

На запитання щодо того, чи скоригований рівень навантаження був оптимальним для них у другому семестрі учні в переважній більшості (58,3% аналогічно першому анкетуванню) відповіли ствердно. Проте і цього разу були ті, хто вказали на недостатній рівень навантажень (29,2%) щодо їхніх можливостей й ті, для кого запропоновані обсяги та інтенсивність навантажень виявилися надто високими (12,5%). Варто зазначити, що співвідношення відповідей на це запитання порівняно з першим семестром дещо змінилося в межах відповідей «недостатнє навантаження» і «надмірне навантаження». Якщо в першому семестрі більшість опитаних вважали їх надмірно високими, то по завершенні другого зріс відсоток тих, для кого вони були недостатніми. Очевидно це пов'язано з тим, що питома вага силових навантажень, які вимагали порівняно більше зусиль, у другому семестрі була зменшена на користь координаційних навантажень, що потребують менших фізичних затрат.

Із загальної кількості респондентів 79,2% вказали, що повернулися до уроків у відновленому стані (при першому опитуванні таких було 66,6% учнів). Ще 12,5% опитаних все ж зовсім не встигали відновлюватися до наступного уроку. Судячи з аналізу анкет це ті ж самі учні, які в попередньому запитанні вказали на надмірно високі навантаження авторської програми у другому семестрі. Були й 8,3% респондентів, хто відповів, що відновлення працездатності відбувалося, проте воно не відповідає вихідному рівню, тобто було неповним.

Загалом, згідно другого анкетування зменшилася кількість учнів в ЕГ (з 33,4% до 20,8%) котрі не відчували повної готовності до виконання навантажень на уроках фізичною культурою, тобто корективи, внесені до авторської програми по завершенні першої частини педагогічного експерименту були достатньо дієвими. Водночас потреба подальшого опрацювання її змістового наповнення повинна відбуватися й надалі.

У другому семестрі в авторській програмі нами було змінено акцентоване спрямування засобів боротьби. Якщо у першому семестрі вони носили переважно силовий і швидко-силовий вплив, то у другому – спрямованість була скерована на координаційні якості, засоби ігрового та змагального характеру. Відповідно це дозволило отримати наступні результати у відповідях на запитання, щодо того, чи були запропоновані засоби цікавими для учасників педагогічного експерименту: 54,1% учнів відповіли ствердно, ще 41,7% - вказали, що лише окремі вправи були їм цікавими і лише 4,7% респондентів відзначили, що запропоновані засоби були нецікавими.

Порівнюючи з першим анкетуванням варто відзначити, що кількість тих досліджуваних, кому не сподобався підбір засобів з боротьби суттєво зменшилася (з 20,8% до 4,7%), а отже учням загалом більш цікавий підхід з ігровим та змагальним спрямуванням.

Серед важливих для нас запитань до учнів, які займалися згідно авторської програми було: «Як позначилися запропоновані впливи на працездатності і самопочуття?». Щодо цього запитання варто констатувати, що відсоток кожного з варіантів відповідей по завершенні другого етапу педагогічного експерименту був аналогічний тим, який був встановлений і після першого етапу. Тобто 62,5% респондентів відповіли, що уроки, котрі було проведено згідно авторської програми мали позитивний вплив на їхню працездатність і самопочуття. Знову ж таки 20,8% опитаних відповіли, що не відчували суттєвих змін. Погіршилися працездатність і самопочуття у 16,7% учнів. Щодо отриманих у цьому запитанні відповідей припускаємо, що є й інші впливи, які позитивно чи негативно позначаються на працездатності і самопочутті учнів і які фактично неможливо врахувати при плануванні педагогічних експериментів такого плану.

Згідно повторного анкетування складними для учнів були визначені вправи з елементами акробатики, вправи з партнером (на млині), прийоми в партері, боротьба в партері, кидки на швидкість, переводи в партер. Зазначені вправи здебільшого характеризуються достатньо високою координаційною складністю, проте мають вагоме значення для борця. Водночас надто легкими і недостатньо дієвими на думку учнів вправами в програмі другого семестру були: біг схресним та приставним кроком, перекиди вперед та «відкидання ніг». Ці вправи були включені до програми на обидвох етапах педагогічного експерименту. Ми схильні вважати, що учні достатньо добре освоїли їх в першій половині педагогічного експерименту, тому у другому анкетуванні вказали на їх відносну легкість

виконання.

По завершенні другого етапу педагогічного експерименту переважна більшість учнів вказали, що хотіли б розширити обсяг засобів боротьби на уроках фізичною культурою. Таких виявилось 54,2%. Цілоком влаштовує обсяг засобів боротьби у програмі з фізичної культури 37,5% учасників педагогічного експерименту. Значно менше учнів порівняно з першим анкетуванням відповіли, що хотіли б зменшити обсяг таких вправ (з 20,8% до 8,3%). Отже, можна припустити, що боротьба як вид рухової активності в межах уроків фізичною культурою добре сприймається учнями 10 класу Ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Зважаючи на те, що переважна більшість опитаних респондентів все ж бажали б продовжувати ознайомлення із засобами, які пропонує боротьба як вид спортивної діяльності в наступному запитанні ми з'ясували вправами якого характеру вони бажать в подальшому доповнити свої уроки фізичної культури. Отже, по 45,8% респондентів хотіли б виконувати ще більше вправ ігрового та змагального характеру.

Припускаємо, що запропоновані у другому семестрі вправи в парах, спаринги, естафети та ігри з елементами боротьби викликали зацікавленість учнів, саме тому вони хотіли б розширити їх обсяг в подальшому. Ще по 20,8% учасників педагогічного експерименту бажали б розширити арсенал засобів боротьби силового та швидкісного спрямування в межах уроків фізичною культурою і ще 12,5% опитаних вказали, що доцільно включити в програму більше вправ, які б допомагали розвивати їм витривалість (рис. 4).



Рис. 4 Вправи, якими учні хотіли б доповнити програму фізичної культури

Серед опитаних 91,7% респондентів влаштовувало співвідношення запропонованих методів. Інші ж 8,3% зазначили в анкетах, що співвідношення методів у програмі повинно бути скориговано в напрямку зростання обсягу суворо регламентованих (70:15:15). Зважаючи на те, що це всього лише двоє учнів із 24, вважаємо, що співвідношення, яке більшою мірою зорієнтоване на змагальний та ігровий методи є оптимальним для програми з фізичної культури 10-х класів Ліцею з посиленою військово-фізичною підготовкою.

Щодо того, чи вважають респонденти запропоновану їм авторську програму з фізичної культури з акцентованим застосуванням засобів боротьби у другому семестрі більш ефективною у порівнянні з тими, які реалізовувалися в межах уроків фізичною культурою раніше 91,6% вказали, що так, вона загалом була ефективнішою. Ще по 4,2%, тобто лише по одному учню зазначили що була менш ефективною або ж різниці не було відчутно. Якщо порівняти з відповідями по завершенні першого семестру, то варто відзначити, що кількість тих, хто більшою мірою задоволений ефектом суттєво зростає (з 70,8% до 91,6%) (рис. 5).

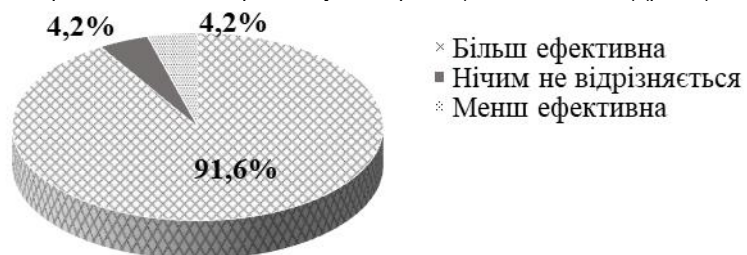


Рис. 5 Чи ефективнішою є програма з фізичної культури із застосуванням засобів боротьби у порівнянні з тими, що застосовувалися раніше

Під час нашого дослідження ми прагнули, щоб підібрані підходи, методи і засоби у нашій програмі також мали позитивний вплив на професійні навички майбутніх військовослужбовців. Учні знову ж таки відповідали на запитання, яке демонструвало чи вдалося досягти такого ефекту. Якщо по завершенні першого семестру лише 58,3% відповіли, що вплив на професійні навички був суттєвим і ще 16,7% - що достатнім, то після корекції і реалізації програми у другому семестрі ця кількість зростає до 79,2% та 16,6% відповідно. Тих, хто вказав на незначний ефект по завершенні другого семестру було 4,2% на противагу 8,3% - по завершенні першого семестру. Учні, які зазначили на відсутності впливу на професійні навички при другому анкетуванні не було, а от в першому кілька таких відповідей відзначалося в анкетах (16,7%) (рис. 6).

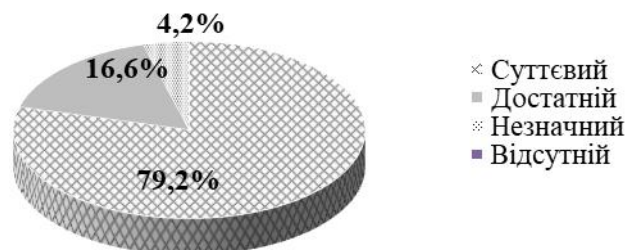


Рис. 6. Вплив засобів боротьби на удосконалення професійних навиків учнів

Підсумкове запитання, на яке пропонувалося відповісти учням ЕГ дозволило з'ясувати чи бажають вони в подальшому займатися на уроках фізичної культури, застосовуючи засоби боротьби. Отже, здебільшого ми отримали ствердні відповіді на це запитання (91,7%) і лише незначний відсоток негативних відповідей (8,3%).

Аналіз отриманих у другому анкетуванні відповідей та порівняння їх із аналогічними відповідями при першому анкетуванні, продемонстрували, що програма з фізичної культури з акцентованим використанням засобів боротьби, що змістовно передбачає переважне застосування різноспрямованих ігрових та змагальних впливів є більш цікавою та ефективною порівняно із тією, яка передбачала силове і швидко-силове наповнення і переважне виконання вправ в індивідуальному форматі.

Висновки. Суб'єктивна оцінка учнями ЕГ змісту авторської програми з фізичної культури продемонструвала достатньо високий рівень їх зацікавленості засобами спортивної боротьби. Водночас аналіз відповідей учнів на поставлені в анкеті запитання дозволив виявити, що більшою мірою мотивацію до занять у них викликає підхід, який пропонує виконання завдань ігровим та змагальним методом (застосований у другому семестрі) порівняно з тим, що передбачав силове та швидко-силове спрямування в режимі методів суворо регламентованої вправи (застосований у першому семестрі).

Перспективи подальших досліджень. В подальшому планується поступове введення програм фізичної культури із акцентованим застосуванням засобів боротьби в інші заклади середньої освіти військового спрямування та аналіз їх впливу на рівень підготовленості учнів.

Література

1. Алешин Е. В. Специальные предсоревновательные упражнения борцов / Алешин Е. В., Латышев С. В. // Организация и методика учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и спортивной работы. Материалы V Межуниверситет. науч.-метод. конф. – Москва: Высш. шк., 2008. – 250 с. (2)
2. Антоненко С. А. Експериментальне обґрунтування методики формування навичок рукопашного бою фахівців податкової міліції в системі професійного навчання : дис. ... кандидата наук фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Антоненко Сергій Анатольович. – Х., 2005. – 180 с. (66)
3. Бабуріна С. М. Розвиток фізичних якостей та оцінювання стану здоров'я старшокласників / Бабуріна С. М. // 36. матеріалів наукових досліджень студентів та магістрантів Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка. Факультет фізичної культури. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільськ. нац. ун-т імені Івана Огієнка, 2012. – № 4. – с. 181–184. (15)
4. Балущка Л. Вплив засобів спортивної боротьби на показники фізичної підготовленості ліцеїстів. [Електронний ресурс] / Балущка Л. // Спортивна наука України. – 2014. – № 5(63). – С. 17–21. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/259/253> (дата перегляду : 25.02.2016). (20)
5. Бойко В. Ф. Фізическая подготовка борцов // Бойко В. Ф., Данько Г. В. – Киев: Олимпийская литература, 2004. – 223 с. (38)
6. Бондарев Д. В. Фізичне вдосконалення студентів технічних вищих навчальних закладів засобами футболу : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту : [спец.] 24.00.02 „Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / Бондарев Дмитро Володимирович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів, 2009. – 19 с. (39)
7. Горпинич О. О. Вплив занять рукопашним боєм у комплексі з психологічним тренінгом на фізичне та психічне здоров'я курсантів / Горпинич О. О. // Слобожанський науково-спортивний вісник, 2012. – №2. – С. 39–41. (9)
8. Данилов Д. Педагогічний колектив як фактор стимуляції мотивів занять фізичною культурою у підлітків / Данилов Д. // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Є. Приступи. – Львів, 2002. – Вип. 6, т. 1. – С. 213–215. (69)
9. Єдинак Г. А. Здоров'я і фізична культура [навч. посіб.] / Єдинак Г. А., Мисів В. М. – Кам'янець-Подільський: ПП Мошак М. І. – 2004. – 52с. (79)
10. Ігонтов В. Фізичне виховання в ліцеї / Ігонтов В., Новіков М. // Рідна школа. – 2000. – № 5. – С. 21–23. (88)
11. Ільницький І., Ставлення учнів до засобів боксу у фізичному вихованні в ліцеях із посиленою військово-фізичною підготовкою / І. Ільницький, А. Окопний, А. Палатний // Науковий часопис [Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова]. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2018. – Вип. 1. – С. 25-29. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2018_1_9 (90)
12. Папуша В. Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація / Папуша В. Г. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 248 с. (138)
13. Райденко В. О. Вплив занять греко-римською боротьбою на розвиток швидко-силових якостей юних борців на початковому етапі багаторічної спортивної підготовки / Райденко В. О. // Актуальні проблеми природничих та гуманітарних наук у дослідженнях студентської молоді "Родзинка – 2008". Матеріали X Всеукр. студ. наук. конф., 24–26 квіт. 2008 р. Черкаси: ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2008. – С. 237–9. (149)

14. Спирин В. К. Физическое воспитание на основе вида спорта – новый вектор организации физкультурной активности детей, подростков, молодежи / Спирин В. К., Болдышев Д. Н., Риссамакина И. А. // Теория и практика физической культуры, 2013. – №5. – С.18–22. (162)
15. Холодов Ж. К. Теория и методика физической культуры и спорта [учебник] / Холодов Ж. К., Кузнецов В. С. – Москва: Академия, 2014. – 480 с. (185)
16. Черенщиков А. Г. Экспериментальная программа по физической культуре на основе углубленного изучения борьбы самбо / Черенщиков А. Г. // Проблемы физической культуры и спорта в новом тысячелетии. Материалы II Междунар. науч.-практ. конф. – Екатеринбург, 2013. – С. 133–136. (191)
17. Шандригось В. І. Місце спортивної боротьби у навчальних програмах з фізичної культури / Шандригось В. І. // Теорія і методика фізичного виховання, 2006. – №6. – С. 18–37. (193)
18. Stroot S. A. Case Studies in Physical Education: Real World Preparation for Teaching. Routledge, 2014. 156 p.
19. Pedagogical conditions of innovative educational technologies introduction into the professional training of future specialists in the field of physical education and sport / Danylevych M., Romanchuk O., Hribovska I., Ivanochko V. // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – 17(3);171:1113–1119. DOI: 10.7752/jpes.2017.03171.

Reference

1. Aleshyn, E. V. & Latyshev S. V. (2008). Spetsyalnye pedsorevnovatelnye uprazhnenyya bortsov. Organizatsyya y metodyka uchebnogo protsessa, fizkulturno-ozdorovitelnoy y sportyvnoy raboty : materyaly V Mezhdunar. nauch.-metod. konf. Moskva: Vyssha. shkola.
2. Antonenko, S. A. (2005). Eksperymentalne obgruntuvannya metodyky formuvannya navychok rukopashnogo boyu fakhivtsiv podatkovoyi militsiyi v systemi profesiynogo navchannya. (Master's thesis). Kharkivska derzhavna akademiya fizychnoyi kultury, Kharkiv.
3. Baburina, S. M. (2012). Rozvytok fizychnykh yakostey ta otsynuyannya stanu zdorov'ya starshoklasnykiv. Zb. materialiv naukovykh doslidzhen studentiv ta magistrantiv Kam'yanets-Podil'skogo nats. un-tu imeni Ivana Ogiyenka. Kam'yanets-Podil'sk. nats. un-t imeni Ivana Ogiyenka.
4. Balushka, L. (2014). Vplyv zasobiv sportyvnoyi borotby na pokaznyky fizychnoyi pidgotovlenosti litseyistiv. Sportyvna nauka Ukrainy. 5(63), 17–21. Rezhym dostupu <http://sportsience.idufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/259/253>
5. Boyko, V. F. & Danko, G. V. (2004). Fyzycheskaya podgotovka bortsov. Kyev: Olympiyskaya lyteratura.
6. Bondaryev, D. V. (2009). Fyzychne vdoskonalennya studentiv tekhnichnykh vshchyykh navchalnykh za-kladiv zasobamy futbolu. (Master's thesis). Lvivskyy derzhannyi universytet fizychnoi kultury, Lviv.
7. Gorpynych, O. O. (2012). Vplyv zanyat rukopashnym boyem u kompleksi z psykholoichnym treningom na fyzychne ta psykhychne zdorov'ya kursantiv. Slobozhanskyi naukovo-sportyvny visnyk. 2, 39–41.
8. Danylov, D. (2002). Pedagogichnyy kolektyv yak faktor stymulyatsiyi motyviv zanyat fizychnoyu kulturoyu u pidlitkiv. Moloda sportyvna nauka Ukrainy. 6, 213–215.
9. Yedynak, G. A. & Mysiv, V. M. Zdorov'ya i fizychna kultura. Kam'yanets-Podil'skyy: PP Moshak M. I.
10. Igontov, V. & Novikov, M. (2000) Fyzychne vykhovannya v litseyi. Ridna shkola. 5, 21– 23.
11. Ilynskyy, I., Okopnyy, A. & Palatnyy, A. (2018) Stavlennya uchniv do zasobiv boksu u fizychnomu vykhovanni v litseyakh iz posylenoyu viyskovo-fizychnoyu pidgotovkoyu Naukovyy chasopys [Natsionalnogo pedagogichnogo universytetu imeni M. P. Dragomanova]. Seriya 15 : Naukovo-pedagogichni problemy fizychnoyi kultury (fizychna kultura i sport). 1, 25-29. Rezhym dostupu http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_015_2018_1_9 (90)
12. Papusha, V. G. (2000). Fyzychne vykhovannya shkolyariv: formy, zmist, organizatsiya. Ternopil: Zbruch.
13. Raydenko, V. O. (2008). Vplyv zanyat greko-rymskoyu borotboyu na rozvytok shvydkisno-sylovyykh yakostey yunyk bortsv na pochatkovomu etapi bagatorichnoyi sportyvnoyi pidgotovky. Aktualni problemy pryrodnychyykh ta humanitarnyykh nauk u doslidzhennyakh studentskoyi molodi "Rodzynka – 2008" : materyaly X Vseukr. stud. nauk. konf., 24–26 kvit. 2008 r. Cherkasy: ChNU im. B. Khmelnytskogo.
14. Spyrin, V. K., Boldyshev, D. N. & Ryssamakyna, Y. A. (2013). Fyzycheskoe vospytanye na osnove vyda sporta – novyy vektor organizatsyyi fizkulturnoy aktyvnosti detey, podrostkov, molodezhy. Teoryya y praktyka fyzycheskoy kultury. 5, 18–22.
15. Kholodov, Zh. K. & Kuznetsov, V. S. (2014). Teoryya y metodyka fyzycheskoy kultury y sporta. Moskva: Akademyya.
16. Cherenshchykov, A. G. (2013). Eksperymentalnaya programma po fyzycheskoy kulture na osnove uglublennogo yzuchenyya borby sambo. Problemy fyzycheskoy kultury y sporta v novom tysyachelety : materyaly II Mezhdunar. nauch.-prakt. konf. Ekaterynburg.
17. Shandrygos, V. I. (2006). Mistse sportyvnoyi borotby u navchalnykh programakh z fizychnoyi kultury. Teoriya i metodyka fizychnogo vykhovannya. 6, 18–37.
18. Stroot, S. A. (2014), Case Studies in Physical Education: Real World Preparation for Teaching. Routledge.
19. Danylevych, M., Romanchuk, O., Hribovska, I., Ivanochko, V. (2017). Pedagogical conditions of innovative educational technologies introduction into the professional training of future specialists in the field of physical education and sport. Journal of Physical Education and Sport. 17(3);171:1113–9. DOI: 10.7752/jpes.2017.03171.