

for valuable development of culture. Presence many the constituents of folk physical culture practically in all spheres of vital functions of nation certifies awakening of considerable interest in national traditions in industry of corporal education among the widest layers of people.

One of important aspects of national revival there is an adequate recreation of the ukrainian folk physical culture as a dynamic, integral in a civilized manner-pedagogical system. And it will become possible only then, when traditions of folk physical culture will become acquisition of the widest layers of population.

Keywords: revival, national culture, traditions.

Отримано 26.04.17

УДК 373.5:016:796.325

М.В. Прозар

ОСОБЛИВОСТІ ОВОЛОДІННЯ ОСНОВНИМИ ТЕХНІЧНИМИ ПРИЙОМАМИ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ УЧНІВ 4-5 КЛАСІВ УПРОДОВЖ НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

У статті подані результати дослідження опанування руховими вміннями і навичками гри у волейбол учнів 4-5 класів загальноосвітніх навчальних закладів м. Кам'янець-Подільський. Дослідження проводили з жовтня 2015 року по квітень 2016 року. У відповідності до чинної програми з фізичної культури для учнів 5-9 класів було визначено комплекс тестових випробувань, які п'ятикласники здають після завершення вивчення модуля «Волейбол» (основні технічні прийоми гри у волейбол). Зокрема обрали тести такого спрямування: стійка волейболіста; розміщення та перехід гравців на майданчику; пересування у стійці волейболіста; передача м'яча двома руками зверху над собою: стоячи на місці із накидання самостійно, після відскоку від стіни, у парах; прийом-передача м'яча двома руками знизу на місці: із накидання самостійно, після відскоку від стіни, із накидання партнером.

Результати дослідження засвідчили можливість учнів 4 класів (дівчаток, хлопчиків) опанувати основними технічними прийомами гри у волейбол на рівні кращим, аніж п'ятикласни-

ки. Так, якщо на початку навчального року показники у тестових випробуваннях дівчаток 4 класів у середньому відповідав початковому і середньому рівням то наприкінці з дев'яти показників, сім відповідали достатньому і лише два початковому рівням. Не дивлячись на те, що учениці 5 класу на початку дослідження у загальному краще виконували тестові випробування, наприкінці у них лише суттєво покращилися три показники. У хлопчиків 4 класів протягом навчального року покращилися чотири показники, а хлопців 5 класів лише – два.

Ключові слова: волейбол, учні 4-5 класів, рухові дії, загальноосвітній навчальний заклад.

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Ураховуючи напрям нашого дослідження, проаналізували із вищеозначених позицій спортивні ігри, які вивчаються у 4-5 класах загальноосвітніх навчальних закладів. Встановили, що волейбол є командною грою, в яких діти із задоволенням й інтересом беруть участь [5, 15]. Водночас кожний учень реалізує набуті вміння і навички, сформовані якості переважно на межі своїх можливостей, а також підпорядковує свої інтереси (в окремих випадках всупереч уподобанням і прагненням) командним, – усе задля досягнення поставленої командою мети [10].

Волейбол – спортивна гра, в якій реалізація необхідних (залежно від ситуації) дій кожним гравцем здійснюється індивідуально, але у підпорядкуванні головному завданню. Зазначене, в свою чергу, сприяє вихованню почуття товарищескості, дружби, формуванню навичок колективних дій [12], а зважаючи на сутність цих ігор (змагання між двома командами) передбачає також досягнення переваги над суперником у винахідливості, швидкості дій, здатності мобілізувати свої можливості долаючи труднощі, що виникають під час гри [5, 7, 8, 22]. Останнє забезпечує умови для виховання важливих для життєдіяльності дитини психологічних якостей і властивостей, зокрема наполегливості, цілеспрямованості, вимогливості, сміливості, впевненості, рішучості та здатності до їх вияву у різних ситуаціях [9, 17].

З іншого боку, волейбол висуває до організму дитини високі вимоги в аспекті функціональних і рухових можливостей, у тому числі фізичної підготовленості [6, 13, 18]. Зокрема стрибки, біг активізують процес росту тіла дитини; виконання великої кількості передач розвиває уміння орієнтуватися у просторі, виконання підвідних вправ для

вивчення падінь формує правильну поставу, а разом з іншими руховими діями, що складають основу волейболу, – також розвитку всіх основних фізичних якостей.

Водночас реалізація цих видів рухової діяльності призводить до високоінтенсивного функціонування зорового аналізатора, вестибулярного апарату, передусім м'язової, серцево-судинної і дихальної систем організму. Так у найбільш загальному вигляді означені види діяльності висувають вимоги до функціонування організму, переважно у змішаному, аеробно-анаеробному режимі [23]. У зв'язку із цим необхідно зазначити, що після 8-9 років як у хлопчиків, так і у дівчаток виявляється закономірність, що полягає у стабілізації їхніх максимальних аеробних можливостей та поступовому збільшенні із віком максимальних анаеробних, що разом з тим у період шкільного віку є значно меншими ніж у дорослих [2]. Іншими словами, саме ігрова діяльність є тим комплексним засобом, використання якого дозволяє (враховуючи означену закономірність) забезпечити розвиток організму дитини, що відповідає природньому.

Формулювання цілей дослідження

Мета та завдання дослідження – полягає у визначенні спроможності учнів 4 класів оволодівати прийомами гри у волейбол на рівні з учнями 5 класів.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання учнів 4-5 класів.

Предмет дослідження – рухові уміння та навички учнів 4-5 класів під час вивчення модуля «Волейбол».

Методи та організація дослідження. Під час дослідження використовували такі методи: аналіз, синтез, узагальнення й систематизацію використовували для вивчення літературних джерел, що відображали теоретико-методичні основи використання спортивних ігор узагалі та волейболу зокрема для комплексного вирішення завдань фізичного виховання учнів 4-5 класів у загальноосвітньому навчальному закладі; педагогічні (однорічний констатувальний експеримент); математико-статистичні.

Організація дослідження була спрямована на проведення однорічного констатувального експерименту (з листопада 2015 року по квітень 2016 року) в якому взяли участь 31 дівчинка і 33 хлопчики, які були учнями 4 класів ЗОШ № 14, відповідно 46 і 49 – учнями 5 класів загальноосвітніх навчальних закладів № 9, 12 міста Кам'янець-Подільського.

Проведення однорічного констатувального експерименту було спрямованого на виявлення здатності учнів 4 класів оволодіти навчальним матеріалом з волейболу, визначеним чинною програмою з фізичної культури для п'ятикласників [20]. При цьому кількість уроків та інші

організаційно-методичні умови вирішення означеного завдання у 4-5 класах не відрізнялись.

Реалізація вищезазначеного дозорила: отримати об'єктивні дані про розбіжності досліджуваних показників в учнів 4-5 класів; експериментально обґрунтувати сприятливий віковий період для початку вивчення прийомів гри у волейбол; визначити недоліки чинного змісту фізичного виховання у вирішенні інших завдань, передусім з досягнення оздоровчого і розвивального ефектів; встановити способи усунення виявлених недоліків.

Результати дослідження та їх обговорення. Одержані дані засвідчили, що на початку навчання у 4 класі (початок експерименту) знання й уявлення дівчаток про базові прийоми гри у волейбол знаходилися на початковому і середньому рівнях, а точніше, – оцінювалися балом «3» і «4» (табл. 1). Такій оцінці відповідали знання й уявлення про техніку виконання стійки волейболіста, пересування у такій стійці, передачі м'яча двома руками зверху над собою на місці, прийому-передачі м'яча знизу на місці при накиданні партнером і самостійно.

У дівчаток, які були ученицями 5 класу, на початку навчання знання й уявлення про такі самі прийоми знаходилися на середньому рівні, за винятком «розміщення і переходу гравців на майданчику», який оцінили балом «3», що відповідало початковому рівню.

Порівнюючи дані виявили суттєву розбіжність між ученицями 4 та 5 класів у рівні їхніх знань й уявлень про базові прийоми гри у волейбол. Так останні порівняно із першими відзначалися вищим рівнем при оцінюванні стійки волейболіста, – оцінка становила відповідно $5,08 \pm 0,13$ та $4,3 \pm 0,09$ балів ($p < 0,001$), пересування у стійці ($4,89 \pm 0,13$ і $4,27 \pm 0,12$ балів; $p < 0,01$), передачі м'яча двома руками зверху в парах ($4,44 \pm 0,13$ і $3,52 \pm 0,13$ балів; $p < 0,001$) та прийомів-передач м'яча двома руками знизу від стіни ($4,24 \pm 0,12$ і $3,64 \pm 0,12$ балів), після накидання партнером ($5,15 \pm 0,12$ і $5,83 \pm 0,11$ балів) та самостійно ($5,04 \pm 0,12$ і $4,48 \pm 0,11$ балів) ($p < 0,01$).

Таблиця 1

Стан володіння дівчатками базовими прийомами гри у волейбол під час навчання в 4-5 класах, балів

Базовий прийом гри у волейбол	На початку		Наприкінці		t
	\bar{x}	m	\bar{x}	m	
<i>4 клас (n=31)</i>					
Стойка волейболіста	4,3	0,09	8,3	0,2	18,26***
Розміщення та перехід гравців на майданчику	3,18	0,13	6,03	0,26	9,8***
Пересування у стійці волейболіста	4,27	0,12	8,15	0,2	16,64***
Передача м'яча двома руками зверху над собою (стоячи на місці із накидання самостійно)	4,27	0,13	8,21	0,24	14,44***

Передача м'яча двома руками зверху (після відскоку від стіни)	3,3	0,11	6,48	0,23	12,47***
Передача м'яча двома руками зверху (у парах)	3,52	0,13	6,39	0,24	10,52***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу на місці (із накидання самостійно)	4,48	0,11	8,73	0,2	18,62***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (після відскоку від стіни)	3,64	0,12	7,15	0,2	15,05***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (із накидання партнером)	5,15	0,12	9,82	0,21	19,31***
<i>5 клас (n=46)</i>					
Стійка волейболіста	5,08	0,13	7,76	0,22	10,49***
Розміщення та перехід гравців на майданчику	3,5	0,11	5,09	0,2	3,96***
Пересування у стійці волейболіста	4,89	0,13	7,59	0,22	5,79***
Передача м'яча двома руками зверху над собою стоячи на місці із накидання самостійно)	4,57	0,12	6,87	0,21	9,51***
Передача м'яча двома руками зверху (після відскоку від стіни)	4,44	0,13	6,57	0,22	8,34***
Передача м'яча двома руками зверху (у парах)	4,38	0,11	6,56	0,19	9,93***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу на місці (із накидання самостійно)	5,04	0,12	7,68	0,21	10,91***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (після відскоку від стіни)	4,24	0,12	6,33	0,21	8,64***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (із накидання партнером)	5,83	0,11	8,83	0,19	13,67***

На початку навчання у 4 класі знання й уявлення хлопчиків про базові прийоми гри у волейбол знаходилися на початковому і середньому рівнях, про що свідчили отримані оцінки, – вони знаходилися у межах «2» – «4» балів (табл. 2). При цьому середньому рівню відповідали знання й уявлення про техніку виконання стійки волейболіста, пересування у такій стійці, прийому-передачі м'яча двома руками знизу на місці при його накиданні партнером і самостійно.

На початку навчання у 5 класі знання й уявлення хлопчиків про такі самі прийоми знаходилися на початковому та середньому рівнях. Останньому відповідали знання й уявлення про стійку волейболіста, пересування у такій стійці, прийому-передачі м'яча двома руками знизу на місці при накиданні партнером та самостійно, що були оцінені балом «4».

Таблиця 2

Стан володіння хлопчиками базовими прийомами гри у волейбол під час навчання в 4-5 класах, балів

Базовий прийом гри у волейбол	На початку		Наприкінці		t
	\bar{x}	m	\bar{x}	m	
<i>4 клас(n=33)</i>					
Стійка волейболіста	4,06	0,13	7,91	0,24	14,11***
Розміщення та перехід гравців на майданчику	2,94	0,14	5,62	0,26	9,08***
Пересування у стійці волейболіста	4,18	0,12	8,15	0,23	15,31***

Передача м'яча двома руками зверху над собою (стоячи на місці із накиданням самостійно)	3,91	0,15	7,59	0,31	10,69***
Передача м'яча двома руками зверху (після відскоку від стіни)	3,15	0,13	6,03	0,29	9,06***
Передача м'яча двома руками зверху (у парах)	3,41	0,15	6,18	0,29	8,48***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу на місці (із накиданням самостійно)	4,32	0,15	8,38	0,29	12,44***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (після відскоку від стіни)	3,47	0,14	6,71	0,27	10,65***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (із накиданням партнером)	4,68	0,18	9,21	0,29	13,27***
<i>5 клас(n=49)</i>					
Стийка волейболіста	4,18	0,12	6,92	0,24	10,21***
Розміщення та перехід гравців на майданчику	3,03	0,1	4,6	0,2	7,02***
Пересування у стійці волейболіста	4,49	0,1	7,44	0,2	13,19***
Передача м'яча двома руками зверху над собою стоячи на місці із накиданням самостійно)	3,98	0,09	6,39	0,18	11,98***
Передача м'яча двома руками зверху (після відскоку від стіни)	3,77	0,1	5,89	0,18	10,3***
Передача м'яча двома руками зверху (у парах)	3,84	0,09	5,93	0,17	10,87***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу на місці (із накиданням самостійно)	4,25	0,1	6,96	0,19	12,62***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (після відскоку від стіни)	3,81	0,1	6,11	0,18	11,17***
Прийом-передача м'яча двома руками знизу (із накиданням партнером)	4,91	0,1	8,13	0,19	14,99***

Порівнюючи дані досліджуваних хлопчиків виявили відсутність суттєвих розбіжностей між рівнями їхніх знань й уявлень про базові прийоми гри у волейбол, за винятком прийому «передача м'яча двома руками зверху при прийомі від стіни». В останньому випадку знання й уявлення учнів 5 класу були кращі порівняно із отриманими в учнів 4 класу, – оцінка склала відповідно $3,77 \pm 0,09$ та $3,15 \pm 0,13$ балів ($p < 0,01$).

Виявлені у дівчаток і хлопчиків розбіжності пов'язували із кращими знаннями і руховим досвідом, передусім у зв'язку з віком та практикою гри у «піонербол». У зв'язку із цим неможливо було сформувати однорідні вибірки учнів, тобто виконати одну із умов організації педагогічного експерименту

Наприкінці навчального року отримали зовсім інші дані. Так у дівчаток, які були ученицями 4 класу, протягом навчального року на базі виявлених знань й уявлень відбулося формування вмінь і навичок у техніці виконання елементів волейболу, вивчених за цей період.

Водночас оволодіння цими елементами було неоднаковим, оскільки отримані оцінки відповідали середньому і достатньому рівням (див. табл. 1). При цьому найкращим виконанням відзначалися

прийом-передача м'яча двома руками знизу при накиданні партнером ($9,82 \pm 0,21$ балів) і самостійно ($8,73 \pm 0,2$ балів), а також пересування у стійці волейболіста ($8,15 \pm 0,2$ балів), передача м'яча двома руками зверху над собою стоячи на місці ($8,21 \pm 0,24$ балів) і стійка волейболіста ($8,3 \pm 0,2$ балів).

Найгірше дівчатка оволоділи прийомом «розміщення і перехід гравців на майданчику» та «передача двома руками зверху на місці у парах», – середня оцінка за виконання склала відповідно $6,03 \pm 0,26$ та $6,39 \pm 0,24$ балів. Разом з тим, ці оцінки, а також усі інші були значно вищі ніж отримані на початку навчального року, у середньому, вдвічі й на рівні $p < 0,001$.

У дівчаток, які були ученицями 5 класу, виявили аналогічну зміну оцінок за техніку виконання таких самих прийомів гри у волейбол (табл. 1). Так наприкінці навчального року отримані оцінки відповідали середньому та достатньому рівням, а найкращими були за техніку виконання прийому-передачі м'яча двома руками знизу при накиданні партнером ($8,83 \pm 0,19$ балів), при накиданні самостійно ($7,68 \pm 0,21$ балів), стійки волейболіста ($7,76 \pm 0,22$ балів), пересування у стійці ($7,59 \pm 0,22$ балів). Найгірше у дівчаток виходило виконання прийому «розміщення і перехід гравців на майданчику» ($5,09 \pm 0,2$ балів). Водночас ця, а також усі інші оцінки були значно вищі порівняно із отриманими на початку навчального року, у середньому, вдвічі.

При порівнянні оцінок, отриманих дівчатками наприкінці навчання у 4 та 5 класах, у більшості випадків виявили відсутність суттєвих розбіжностей. Передусім до таких віднесли оцінки, що на початку навчального року були значно нижчі в учениць 4 класу порівняно із ученицями 5 класу, – за виконання стійки волейболіста, пересування у стійці та передачі м'яча двома руками зверху на місці у парах.

Водночас виявили, що незважаючи на значно нижчі оцінки учениць 4 класу в певних прийомах гри на початку, наприкінці навчального року за їх виконання вони отримали суттєво вищі оцінки ніж учениць 5 класу.

Це стосувалося прийому-передачі м'яча двома руками знизу при накиданні його партнером, при накиданні самостійно та після відскоку від стіни, а оцінки склали: у першому в учениць 4 класу – $9,82 \pm 0,21$ балів, в учениць 5 класу – $8,83 \pm 0,19$ балів ($p < 0,001$); у другому – відповідно $8,73 \pm 0,2$ та $7,68 \pm 0,21$ балів ($p < 0,01$); у третьому – $7,15 \pm 0,2$ та $6,33 \pm 0,21$ балів ($p < 0,05$).

Що стосується інших вивчених прийомів гри, то перевагу оцінок учениць 4 над ученицями 5 класу наприкінці навчального року констатували у техніці виконання прийому «розміщення і пересування

гравців на майданчику». У решті вивчених прийомів (двох) оцінки цих учениць між собою практично не відрізнялись.

Зазначене та вищенаведені дані дозволяють припустити, що учениці 4 класу відзначаються кращими можливостями в оволодінні виокремленими прийомами гри ніж учениці 5 класу.

Наприкінці навчального року у хлопчиків, які були учнями 4 класу, на основі існуючих знань й уявлень сформувались уміння і навички у техніці виконання прийомів гри із волейболу, вивчених протягом року.

Разом з тим, рівень оволодіння цими прийомами був неоднаковий, оскільки оцінки хлопчиків знаходились у межах 6–9 балів, тобто відповідали середньому і достатньому рівням (див. табл. 2). При цьому найкраще вони виконували прийом-передачу м'яча двома руками знизу при накиданні партнера ($9,21 \pm 0,29$ балів), при накиданні самостійно ($8,38 \pm 0,29$ балів), пересування у стійці волейболіста ($8,15 \pm 0,23$ балів), передачу м'яча двома руками зверху над собою, стоячи на місці ($7,59 \pm 0,31$ балів) і стійку волейболіста ($7,91 \pm 0,24$ балів).

Найнижчими за інші були оцінки, що відображали рівень оволодіння хлопчиками технікою виконання прийому «розміщення і перехід гравців на майданчику», «передача м'яча двома руками зверху після відскоку від стіни» і «передача м'яча двома руками зверху в парах», оскільки середня оцінка склала $5,62 \pm 0,26$, $6,03 \pm 0,29$ та $6,18 \pm 0,29$ балів відповідно. У той же час ці оцінки, а також усі інші, наприкінці навчального року були значно вищі порівняно із отриманими на початку, у більшості випадків майже вдвічі.

Наприкінці навчання у 5 класі виявили аналогічну вищезазначеній зміну оцінок, якими відзначали досягнення хлопчиків в оволодінні техніку виконання таких самих прийомів гри у волейбол (табл. 2). Зокрема отримані оцінки відповідали середньому та достатньому рівням, найкращі – за виконання прийому-передачі м'яча двома руками знизу при накиданні партнером ($8,13 \pm 0,19$ балів) і самостійно ($6,96 \pm 0,19$ балів), а також за стійки волейболіста ($6,92 \pm 0,24$ балів) та пересування у стійці ($7,44 \pm 0,2$ балів). Найнижчу оцінку виявили у виконанні хлопчиками прийому «розміщення і перехід гравців на майданчику», — середній бал склав $4,6 \pm 0,2$. Разом з цим зазначені та всі інші оцінки за виконання вивчених прийомів були суттєво вищими, ніж отримані на початку навчання у 5 класі, в більшості випадків майже вдвічі, та на рівні $p < 0,001$.

При порівнянні оцінок, отриманих хлопчиками наприкінці навчання у 4 та 5 класах, у більшості випадків виявили суттєві розбіжності. Передусім до таких віднесли оцінку за виконання передачі м'яча

двома руками зверху після відскоку від стіни, що на початку була значно нижчою у четвертокласників порівняно із п'ятикласниками, тоді як наприкінці – практично не відрізнялася, склавши відповідно $6,03 \pm 0,29$ та $5,89 \pm 0,18$ балів ($p > 0,05$).

Крім цього, за відсутності суттєвих розбіжностей між оцінками хлопчиків на початку навчання у 4 та 5 класах, наприкінці перші досягли значно кращих результатів. Таким відзначалася техніка виконання всіх передбачених програмою прийомів, за винятком передачі м'яча двома руками зверху в парах та прийому-передачі м'яча двома руками знизу після відскоку від стіни. Зокрема, у першому завданні середня оцінка в 4 класі склала $6,18 \pm 0,29$ балів, у 5 класі – $5,93 \pm 0,17$, у другому завданні – відповідно $6,71 \pm 0,27$ та $6,11 \pm 0,18$ балів ($p > 0,05$).

Вищезазначене дозволяє припустити, що хлопчики, які є учнями 4 класу, відзначаються кращими можливостями в оволодінні базовими прийомами гри у волейбол ніж хлопчики, які є учнями 5 класу. Ураховуючи аналогічні дані дівчаток можна зробити висновок, що одна із причин цього – кращі можливості механізмів і функцій, що забезпечують вияв координаційних здібностей дітей у цей віковий період, адже 7-10 років є сенситивним періодом розвитку різних видів координації [1, 13, 14] і сенсомоторних реакцій [165]. Певну роль тут відіграють також процеси статевого дозрівання, оскільки розпочинаються у досліджуваній віковий період, насамперед у дівчаток [11, 21]. Ще одна причина полягає у зменшенні із віком інтересу учнів до занять будь-якими видами фізичних вправ, починаючи із 4 класу [19].

Отже результати констатувального експерименту засвідчують можливість та доцільність розпочинати вивчення матеріалу із волейболу у 4, а не 5 класі, як визначає це чинна програма з фізичної культури [20].

Реалізація цього сприятиме кращій сформованості відповідних рухових умінь і навичок учнів та певною мірою буде мотивом і підвищить їхній інтерес до занять фізичними вправами. Водночас зменшиться навантаження на уроки фізичної культури у 5-му класі в аспекті кількості навчальних завдань, що згідно програми потребують вирішення, а отже створиться можливість збільшити моторну щільність значної кількості уроків. Останнє, у свою чергу, створить передумови для підвищення параметрів фізичних навантажень, що є необхідною умовою для досягнення позитивного ефекту у функціонуванні різних систем організму та його адаптації (термінової й кумулятивної).

Висновки

1. Учні 4 класів відзначаються спроможністю щонайменше на однаковому із учнями 5 класів рівні оволодівати прийомами гри у во-

лейбол, що засвідчує можливість уведення цього навчального матеріалу в зміст їх фізичного виховання.

2. Одержані дані актуалізують проблему вдосконалення змісту уроків фізичної культури учнів 4-5 класів та його розподілу протягом навчального року для ефективнішого вирішення завдань фізичного виховання.

Перспективи подальших досліджень передбачають подальше вдосконалення програм з фізичної культури (для учнів початкової, середньої та старшої школи) із пошуком нових підходів до формування руховим умінь та навичок під час вивчення різних видів спортивних ігор.

Список використаних джерел

1. Бальсевич В. К. Очерки по возрастной кинезиологии человека / В.К.Бальсевич. – М. : Теория и практика физической культуры, 2009. – 218 с.
2. Бар-Ор О. Здоровье детей и двигательная активность : от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т. Роуланд ; пер. с англ. И. Андреев. – К. : Олимп. л-ра, 2009. – 528 с.
3. Бомпа Т. Подготовка юных чемпионов : пер. с англ. / Т. Бомпа. – М. : ООО «Изд-во Астрель»; ООО «Изд-во АСТ», 2003. – 259 с.
4. Булатова М. М. Программы по физическому воспитанию в системе среднего образования и пути их совершенствования / М. М. Булатова, А. Т. Литвин // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. вих. і сп. : зб. наук. пр. – Харків : ХДАДМ, 2003. – № 19. – С. 57-70.
5. Вільчковський Е. С. Система фізичного виховання молодших школярів : навч.-метод. посібник / Е. С. Вільчковський, М. П. Козленко, С. Ф. Цвек. – К. : ІЗМН, 1998. – 232 с.
6. Волков Л. В. Спортивна підготовка молодших школярів : навч. посібник / Л.В. Волков. – К. : «Освіта України», 2010. – 288 с.
7. Гогунів Е.Н. Психологія фізичного виховання і спорту / Е. Н. Гогунів,
8. Б. И. Мартыянов. – М. : Академия, 2004. – 288 с.
9. Декерс Л. Мотивация. Теория и практика / Л. Декерс. – М. : Гросс Медиа, 2007. – 637 с.
10. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
11. Клещев Ю. Н. Волейбол. Подготовка команды к соревнованиям / Ю. Н. Клещев. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 192 с.
12. Коваленко Т. Г. Социально-биологические основы физической культуры : монография / Т. Г. Коваленко. – Волгоград : Изд-во ВГУ, 2000. – 224 с.

13. Куньянский В. А. Волейбол : о некоторых аспектах игры и судейства / В.А. Куньянский. – М. : ТВТ Дивизион, 2009. – 72 с.
14. Лях В. И. Двигательные способности школьников : основы теории и методики развития / В. И. Лях. – М. : Terra-Спорт, 2000. – 241 с.
15. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие / Лях В. И. – М. : ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
16. Марц В. Г. Беседы по методике и теории игры : учеб. пособие / В. Г. Марц. – М. : СпортАкадемПресс, 2001. – 159 с.
17. Ровний А. С. Сенсорні механізми управління точнісними рухами людини : монографія / А. С. Ровний. – Харків : ХаДАФК, 2001. – 220 с.
18. Родионов А. В. Практическая психология физической культуры и спорта / А.В. Родионов. – Махачкала : Юпитер, 2002. – 158 с.
19. Сембрат С. В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / С.В. Сембрат. – Львів, 2003. – 21 с.
20. Солопчук Д. М. Формування здорового способу життя молодших підлітків у позаурочній фізкультурно-спортивній роботі : автореф. дис. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Д.М. Солопчук. – К., 2008. – 17 с.
21. Фізична культура і здоров'я. Програма фізичного виховання учнів загальноосвітнього навчального закладу. 5–9 класи. – К. : Літера ЛТД, 2009. – 110 с.
22. Фізичний розвиток дітей різних регіонів України : випуск I (міські школярі). – Тернопіль : Укрмедкнига, 2000. – 208 с.
23. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность / Х. Хекхаузен. – 2-е изд., стереотип. – СПб. : Питер ; М. : Смысл, 2003. – 860 с.
24. Hoffman J. Physiological Aspects of Sport Training and Performance / J. Hoffman. – Champaign, IL : Human Kinetics, 2002. – 343 p.

The article presents the results of research mastering motor skills and the skills of volleyball student's 4-5 classes of secondary schools t. Kamenets-Podolsky. The study was conducted from October 2015 to April 2016. Under the current program of physical training for students 5-9 classes were defined a set of tests that fifth grade students pass after the study module «Volleyball» (the basic techniques of volleyball). In particular, tests have chosen this direction concierge volleyball player; deployment and transition players on the court; volleyball player movement in the rack; Transfer the ball with both hands on top of another, standing in place of throwing yourself after a rebound from the wall in pairs; taking delivery of the ball with both

hands from the bottom in place, the imposition of their own, after the rebound from the wall of throwing partner.

Results of the study showed the possibility of 4 classes of students (girls, boys) learn the basic techniques of volleyball at better than fifth grade students. So, if at the beginning of the school year performance in test trials grade 4 girls on average meet primary and secondary levels at the end of nine indicators, seven is enough and answered only two initial levels. Despite the fact that the grade 5 student at baseline in the overall best performing test trials at the end of which only three indicators improved significantly. Boys 4 classes during the school year, four indicators have improved, but only 5 classes of boys – two.

Key words: volleyball, students 4-5 classes, motor actions, general education.

Отримано 13.04. 2017

УДК 796.332

С.В. Радионов

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕТОДИКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ УДАРОВ ПО ВОРОТАМ В ФУТБОЛЕ

Проведено исследование методик оценки результативности ударов по воротам в футболе, применяемых в учебно-тренировочной работе ДЮСШ и СДЮШОР по футболу.

Ключевые слова: футбол, удары по воротам, методика оценки результативности.

Введение. Невысокая результативность, неумение реализовывать выгодные ситуации по-прежнему остаются одним из главных недостатков современного футбола [1; 7]. Особенно важно добиваться результативности ударов по воротам в футболе во время игры, когда один точный удар решает судьбу трудного и напряжённого матча. В связи с этим большой интерес представляет методика оценки результативности ударов по воротам.

Данный вопрос отчасти уже исследовался в литературе. Так, например, в диссертационной работе Г.А. Смирнова исследуются