

Міністерство освіти і науки, молоді і спорту України
Харківський національний педагогічний університет
імені Г. С. Сковороди
Редакція науково-методичного журналу
«Теорія та методика фізичного виховання»

Матеріали наукової конференції

**«АКТУАЛЬНІ
ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
І СПОРТУ»**

VII Всеукраїнська наукова конференція
(24 листопада 2011 року)

Харків
«ОВС»
2011

вірогідної різниці не було виявлено, що доводить однаково позитивний вплив занять у хореографічно-танцювальному гуртку та секції аеробіки на динамічну поставу, тих що займаються.

Координованість та пластичність рухів досліджуваних КГ були оцінені в $7,38 \pm 0,63$, досліджувані ЕГ1 отримали $4,44 \pm 0,21$, а досліджувані ЕГ2 — $4,59 \pm 0,17$, що свідчить про те, що найкращий результат за якість виконання тесту на координованість та пластичність отримали дівчата, які займалися в секції аеробіки, трохи від них відстають у координованості та пластичності рухів дівчата, що займалися у танцювально-хореографічному гуртку та зовсім низькі результати отримали досліджувані КГ, які ніякими видами спорту та танців не займалися. Вірогідність різниці між показниками координованості й пластичності досліджуваних КГ та ЕГ1, а також КГ і ЕГ2 була доведена статистично. ЕГ1 та ЕГ2 вірогідно не різняться.

Висновки. У результаті дослідження було визначено основні критерії, що визначають культуру рухів студенток, серед них: правильна постава, пози й жести, міміка, пластичність та координованість рухів. Доведено, що студентки, які займаються у хореографічно-танцювальному гуртку та секції аеробіки мають значно кращу культуру рухів, зокрема у них краща постава у нерухомому положенні та динамічна постава, вони більш координовані і пластичні у своїх рухах.

ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ НАВЧАННЯ ФЕХТУВАННЮ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ

Кривенцова І.В., Клименченко В.Г.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С.Сковороди

Фехтування — студентський вид спорту, який у Харківському НПУ викладається на чотирьох гуманітарних факультетах в обсязі годин які відводяться на навчальну дисципліну «Фізичне виховання». Актуальною є потреба методичного забезпечення курсу. Тому, розробка, впровадження і вдосконалення авторської методики викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання засобами

фехтування», для досягнення головної мети — формування фізичної культури майбутнього фахівця [3], є провідним напрямком роботи секції фехтування.

Сучасне спортивне фехтування пройшло довгий шлях свого формування і вдосконалюється повсякденно у зв'язку зі зміною правил боїв на різних видах зброї, технічним і методичним забезпеченням. Здобутками фехтувальних шкіл «класиків»: В. Андрієвського, А. Богданова, Т. Клімова, Р. Чернишова та ін. і «новаторів»: В. Аркадьєва, К. Булочка, А. Пономарьова, І. Манаєнка, пізніше, Л. Сайчука, Д. Тишлера, М. Мідлера, Е. Сладкова, С. Парамонова та ін. є опис техніки, тактики і методик. Всі вони збігаються у висновку, що правильно організовані заняття фехтуванням, де, поряд зі спеціальною підготовкою, вирішуються загальні завдання покращення стану здоров'я, а також фізичних, моральних та вольових якостей, є ефективним засобом фізичного виховання і розвитку людини. Спеціальні дослідження підтверджують, що систематичні заняття фехтуванням позитивно впливають на збільшення рухливості основних нервових процесів, покращення реакцій на прості та складні подразники, швидкість реагування та орієнтування, умовно-рефлекторні зв'язки, процеси відновлення, тощо [1, 2].

Майбутні педагоги, повинні оволодіти знаннями, вміннями і навичками фізкультурно-спортивної діяльності, сформувати власну фізичну культуру. І тому, відсутність необхідних професійних умінь в арсеналі молодого педагога (рефлексивних, діагностичних, аналітичних) і як наслідок невпевненість у своїх діях, має негативний вплив на навчально-виховний процес. Спортсмени-фехтувальники часто не замислюються з якою метою виконується той чи інший прийом, як зробити так, щоб він став найбільш корисним у бою, вони часто просто відтворюють дії, яким їх вчить тренер. Майбутні педагоги вивчаючи будь яку дисципліну, в тому числі і фехтування, мають не тільки зрозуміти і засвоїти її основні положення, а й зуміти навчити її змісту інших. Ще однією з важливих відмінностей академічних занять від тренувальних є обмежена кількість часу відведеного на роботу під керівництвом викладача. Студенти займаються 2 або 4 години на тиждень (залежно від навчальних планів), на відміну від спортсменів у яких тренування проводяться від 6-8 годин на тиждень з поступовим збільшенням у залежності від рівня спортивної кваліфікації. Форми проведення занять майже не відрізняються, але

індивідуальний урок, головний у роботі зі спортсменами, у студентів замінений на взаємні уроки, також груповий урок стає переважним. Об'єктивно існує потреба в тому щоб студенти не тільки оволоділи багатьма складними за координацією рухами, але й розвили широкий комплекс спеціальних рухових якостей і тактичних здібностей, що значно ускладнює педагогічні завдання і вимагає певної послідовності в процесі навчання. Особливість методики викладання фехтування студентам ВПНЗ полягає у застосуванні цілісного підходу до навчання, що передбачає врахування викладачем усіх сторін навчального процесу педагогічного ВНЗ, включаючи спеціалізацію та специфіку факультетів.

Основними формами взаємодії між студентами-педагогами на заняттях з фехтування є взаємні уроки, під час яких проявляються риси що притаманні майбутньому вчителю: позитивне ставлення один до одного, взаємна підтримка, взаємне доповнення, співпраця, взаємна оцінка, змагання. Все це сприяє готовності студентів до педагогічної діяльності, бажання проявляти творчий підхід, ініціативу і самостійність. Майже всі студенти при вивченні окремих прийомів та дій припускаються значних помилок. Основними причинами цього є недостатня фізична підготовленість і як наслідок, швидка втомлюваність і сором'язливість при виконанні незнайомих рухів. Специфікою фехтувальної техніки є великий об'єм спеціальних рухів у бойовій стійці, при цьому, м'язи ніг, рук та тулубу потребують тривалих статичних напружень. Для непідготовлених студентів, а таких більшість, це складно, що призводить до помилок. Проаналізувавши причини виникнення помилок, можна систематизувати методи їх подолання наступними чином: використання спеціальних вправ для виховання статичної витривалості окремих груп м'язів; доступне, вмотивоване пояснення і формулювання уяви про мету руху; виконання вправи за частинами; залучення студентів до самостійного контролю за власними рухами; виконання фехтувальних вправ перед дзеркалом, із заплющеними очима, на вузькій поверхні; вивчення нових прийомів і дій на тлі фази найвищої працездатності.

На першому курсі основним змістом навчального процесу є розвиток, корегування і підтримка особистісних фізичних якостей студентів, ознайомлення з методикою самоконтролю під час занять фізичними вправами, вивчення й вдосконалення техніки виконання основних фехтувальних рухів. В роботі з першокурсниками потрібно

широко використовувати словесні методи і методи показу фехтувальних прийомів та дій; вправи які передують основним, методичні прийоми фіксації кінцевих положень прийому та його складових частин, використання допоміжних снарядів і тренажерів.

На третьому та четвертому курсі більшість уваги приділяється самостійному проведенню загальної та спеціальної розминки, взаємним урокам, вирішенню тактичних завдань під час навчально-тренувальних боїв, які є основним засобом формування вольових якостей. Поступово збільшується кількість вправ, які закінчуються навчально-тренувальними боями, що складаються з атак, захистів, відповідей та контрвідповідей. Неможна довго зациклюватися на техніці, це знижує цікавість студентів до будь якої рухової діяльності. Враховуючи те, що студенти не мають однакової мотивації, заняття будуються так, що на кожній парі представлені різноманітні види фізичних вправ.

Методика викладання фехтування студентам у практиці ВПНЗ має загальні і окремі (для кожного рівня підготовки) особливості. Загальними є підходи і принципи виховання, як керівні положення навчально-виховного процесу. Спільною для всіх рівнів підготовки є мета — формування фізичної культури майбутніх педагогів.

Таким чином, навчання фехтуванню це складний педагогічний процес, в якому використовуються різноманітні засоби та методи фізичного виховання, як загально-педагогічні, так і спеціальні. Методика навчання фехтуванню має охоплювати всі сторони навчально-виховної роботи.

Список літератури

1. Фехтование / под общ. ред. В.А.Аркадьева. — М.: Физкультура и спорт, 1959. — 485с.
2. Фехтование. Учебник для институтов физической культуры / под ред. Тышлера Д.А. — М.: Физкультура и спорт, 1978. — 336с.
3. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III — IV рівнів акредитації (затверджено наказом Міністерства освіти і науки України від 14 листопада 2003 року, № 757).
4. Фізичне виховання: [навчальний посібник] / С.І.Присяжнюк, В.П.Краснов, М.О. та ін. — К.: Центр учбової літератури, 2007. — 182с.