

СЕКЦИЯ: ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ

УДК 796

Вострокнутов Леонід Дмитрович, Клоков Ігор Миколайович,
Комар Артем Михайлович
Харківський національний педагогічний університет
імені Г. С. Сковороди
(Харків, Україна)

ДЕЯКИ ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ БОКСУ ПІД ЧАС ЕПІДЕМІЇ КОРОНАВІРУСНОЇ ІНФЕКЦІЇ COVID-19

Анотація. Розкрити особливості викладання боксу під час епідемії COVID-19, надано рекомендації для викладачів та студентів спеціалізованих факультетів закладів вищої освіти. Акцентовані фактори, що сприяють більш якісному засвоєнню навчального матеріалу.

Ключові слова: епідемія коронавірусної інфекції COVID-19; здоровий спосіб життя; навчальний процес; бокс; навчальний матеріал; студенти, викладачі; спортсмени.

Вострокнутов Леонид Дмитриевич, Клоков Игорь Николаевич,
Комар Артем Михайлович
Харьковский национальный педагогический университет
имени Г.С. Сковороды
(Харьков, Украина)

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ БОКСУ ВО ВРЕМЯ ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19

Аннотация. Раскрыть особенности обучения боксу в течение эпидемии COVID-19, даны рекомендации для преподавателей и студентов специализированных факультетов высших учебных заведений. Акцентированные факторы, способствующие более качественному усвоению учебного материала.

Ключевые слова: эпидемия коронавирусной инфекции COVID-19; здоровый образ жизни; учебный процесс; бокс; учебный материал; студенты, преподаватели; спортсмены.

Leonid Vostroknutov, Igor Klokov, Artem Komar
H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University
(Kharkiv Ukraine)

SOME FEATURES OF TEACHING BOXING DURING THE COVID-19 CORONAVIRUS INFECTION EPIDEMIC

Abstract. To identify the features of boxing training during the COVID-19 epidemic, recommendations are given for teachers and students of specialized

faculties of higher educational institutions. The factors contributing to the better assimilation of educational material are highlighted.

Key words: *epidemic of coronavirus infection COVID-19; healthy lifestyle; studying process; boxing; educational material; students, teachers; athletes.*

Постановка проблеми. Безумовно, 2020 рік увійде в світову історію як рік, який запам'ятався подіями пов'язаними з епідемією коронавірусної інфекції COVID-19. Загострення проблем здоров'я людини, питання її виживання в умовах епідемії коронавірусної інфекції COVID-19 примушує ретельніше придивлятися до досвіду попередніх поколінь, бачити в цьому раціональні способи гармонійного розвитку особистості, вивірені століттями прийоми підтримання фізичного і морального здоров'я. Велике значення в даному випадку мають і досягнення науково-технічного прогресу (НТП), впровадження в повсякденне життя його успіхів, які можуть зробити позитивний вплив на якість засвоєння навчального матеріалу в умовах епідемії пандемії.

Особливе значення в ситуації, що склалася у суспільстві має виконання вимог здорового способу життя. Під «здоровим способом життя» розуміється комплекс заходів, що передбачають регулярне заняття фізичною культурою, дотримання санітарно-гігієнічних вимог та перешкоджають поширенню шкідливих для здоров'я людини звичок (Вострокнутов Л. Д., 2004).

Збереження здоров'я вимагає дотримання певного способу життя. В умовах епідемії пандемії особливо актуально виконання вимог здорового способу життя. Безвідповідальне ставлення до свого здоров'я, невиконання санітарно-гігієнічних вимог ставлять під загрозу здоров'я не тільки однієї конкретної людини, але і всіх його оточуючих, згубно впливає на епідеміологічну обстановку в суспільстві. Тренувальний процес в даному випадку не повинен перериватися, але, з огляду на обстановку в суспільстві, заняття необхідно проводити з максимальною ефективністю в засвоєнні навчального матеріалу і мінімальним ризиком зараження інфекцією. Саме на цих питаннях авторський колектив хоче акцентувати увагу в цій статті.

Об'єктом дослідження є тренувальний процес боксерів під час епідемії COVID-19.

Мета роботи розкрити особливості тренувального процесу боксерів під час епідемії COVID-19.

Завдання дослідження: надати конкретні пропозиції, що сприятимуть кращому засвоєнню навчального матеріалу з боксу в умовах епідемії COVID-19 і з найменшою вірогідністю зараження інфекцією учнів та викладачів.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури; педагогічні спостереження; педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Зв'язок з програмами, темами, планами. Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної теми кафедри одноборств, фехтування і силових видів спорту Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди.

Виклад основного матеріалу.

Починаючи з березня 2020 на Україні активно проводиться комплекс заходів, спрямованих на боротьбу з коронавірусною інфекцією COVID-19: введено масковий режим, стало обов'язковим дотримання соціальної дистанції,

заборонено скупчення людей, навчальні заняття перейшли на дистанційну форму навчання і таке інше.

Це вже не перша епідемія в історії України, а тому є певний досвід дій в подібних ситуаціях. Певними санітарно–гігієнічними принципами керувалися і в Січовій школі, як стає зрозуміло з документа середини XVIII ст., де методом боротьби з хворобою були «чисте повітря» і «чиста вода» (Щербина В., 1891).

Розуміння необхідності санітарної чистоти кухонного та столового посуду, продуктів харчування, одягу, житла, проведення різних гігієнічних заходів здавна було у свідомості народу. Ці поняття були закріплені системою звичаїв, правил поведінки, що історично склалися, але вони ще не охоронялися державою, не забезпечувалися силою його примусу, а дотримувалися цих звичаїв і правил в силу традицій, в результаті багаторазового застосування. Згодом ці звичаї санкціонуються державою і набувають правового характеру.

Становлення системи санітарно–гігієнічного законодавства починається уже в XVIII ст. Спершу виділяється комплекс указів, спрямованих на боротьбу з епідеміями. Вони ґрунтувалися на багатовіковому досвіді народної медицини, але тепер ці заходи набули силу закону. І це зрозуміло, бо кожна епідемія – це трагедія для суспільства. Вона призупиняла господарське життя, заважала здійсненню державних планів. Саме завдяки суворій централізації, боротьба з епідеміями була уніфікована і проводилася в небувалих до того масштабах (Васильєв К. Г., Сегал А. Е., 1960).

Як відомо, фізкультурно-спортивне життя суспільства є його невід'ємною складовою частиною і всі події, що відбуваються в суспільстві, прямо пропорційно впливають на тренувальний процес з усіх видів спорту в цілому і боксерів, зокрема (Вострокнутов Л. Д., 2015). Повною мірою це стосується карантинних заходів, як протидія COVID-19.

Авторським колективом було проведено педагогічний експеримент, спрямований на виявлення засвоєння начального, методичного та практичного матеріалу спортсменами під час дистанційного навчання. В експерименті взяла участь група вдосконалення спортивної майстерності відділення боксу КЗ «КДЮСШ № 9 ХМР» 2004 року народження, у кількості 10 чоловік. У зв'язку з тим, що п'ятеро боксерів виїжджали за межі міста і не мали доступу до мережі Інтернет, спортсмени були розподілені на дві групи по 5 чоловік. Боксери першої групи були зареєстровані на дистанційній платформі «Google classroom», на якій викладачі розмістили навчально-методичну інформацію для самостійного опрацювання та перевірки рівня знань спортсменів (лекційний матеріал, презентації з теоретичних та методичних питань, відео-заняття, тестові завдання тощо). Важливе місце займали відео-презентації де провідні фахівці в галузі боксу виконують ту чи іншу технічну дію, показано виконання зазначеної дії під час змагань. Також боксерам першої групи пропонувалось відзняти відеоматеріал своїх тренувань на камеру та по закінченню, відправляти викладачам для аналізу і корекції. Зі спортсменами другої групи котрі виїжджали за межі міста зворотній зв'язок був відсутній. Їм перед початком експерименту був наданий навчальний матеріал для самостійного вивчення.

20 травня 2020 року Кабінет Міністрів України ухвалив рішення про перехід до другого етапу послаблення карантину з 22 травня. У зв'язку з тим стало можливим завершити експеримент та провести контрольні тренування зі спортсменами першої та другої групи.

Шляхом самостійного аналізу, консультувань з викладачами та детального кількаразового перегляду певної дії чотири спортсмени з першої групи (80%) краще засвоювали навчальний матеріал і після відновлення тренувань були краще другої групи спортсменів, які не використовували отриману через мережу Інтернет інформацію при підготовці до тренувань.

Так, наприклад,

Підготовчі вправи:

<https://www.instagram.com/p/CCQoR5KBy6I/?igshid=77dmdozu83bv>

Сайд степи:

<https://www.instagram.com/p/CCGQJ73BJeY/?igshid=kiw53wejzod>

Прямі удари: [https://www.instagram.com/p/CCF4x-](https://www.instagram.com/p/CCF4x-xotbg/?igshid=1f9hkh1690z9t)

[xotbg/?igshid=1f9hkh1690z9t](https://www.instagram.com/p/CCF4x-xotbg/?igshid=1f9hkh1690z9t)

Робота на листках:

<https://www.instagram.com/p/CB7rzZJlrl/?igshid=icf3q8y98eop>

Ухили: <https://www.instagram.com/p/CBU5jj6i4DM/?igshid=yjmw1eq0jd2d>

Робота на мішку:

<https://www.instagram.com/p/CCRefkiliDw/?igshid=1umlc3we9fgoa>

ЗФП: https://www.instagram.com/p/CCTNcUxICU_/?igshid=1ue9gza5rqab6

та багато подібних завдань.

Такий підхід можна використовувати тільки при підготовці спортсменів, які вже мають достатній рівень техніко-тактичної майстерності. При роботі з спортсменами - початківцями такий підхід неприпустимий, тому що набагато легше навчити певному прийому ніж після переучувати.

Висновки

Використання в тренувальному процесі можливостей дистанційного навчання для самостійного опанування предмету під керівництвом викладача позитивно впливає на тренувальний процес. Проте не повинно бути перекосів у бік самостійної роботи. Викладач і спортсмен мають знаходитися у постійному контакті, тим паче при засвоєнні складних техніко-тактичних дій. Досягнення науковців у галузі комп'ютерних технологій є важливою ланкою сучасного життя, особливо під час епідемій.

Перспективи подальших досліджень будуть пов'язанні з використанням можливостей дистанційної освіти в умовах значного скорочення аудиторних годин для практичної роботи викладачів зі спортсменами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ТА ЛІТЕРАТУРИ:

1. Вострокнутов Л. Д. (2004). Заповіт віків: здоровий спосіб життя українського народу: монографія, Харків, Національний університет внутрішніх справ, 160.
2. Щербина В. (1891). Сечевая школа. Киев, Т.34, № 9, 491-492.
3. Васильев К. Г., Сегал А. Е. (1960). История эпидемии в России: (Материалы и очерки). Москва, 1960, 398.
4. Вострокнутов Л. Д. (2015). Спорт как отражение событий в обществе. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств. Збірник наукових праць учасників ІХ міжнародної науково-методичної конференції (06.03.2015), Харків, 88-91.