

ТМФВ



# ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ **03(77)/2011**

Виходить 12 разів на рік. Заснований у 2000 році

Свідоцтво про державну реєстрацію  
серія КВ № 6255 від 21.06.2002 р.  
Засновник і видавець — ТОВ «ОВС»  
Передплатний індекс 74667  
ISSN 1993—7989

## Головний редактор

Худолій О.М., кандидат педагогічних наук, професор

## Редакційна колегія:

Бізін В.П., д-р пед. наук, професор  
Єрмаков С.С., д-р пед. наук, професор  
Камаєв О.І., д-р пед. наук, професор  
Шиян Б.М., д-р пед. наук, професор  
Куц О.С., д-р пед. наук, професор  
Золотухіна С.Т., д-р пед. наук, професор  
Дмитренко Т.О., д-р пед. наук, професор  
Микитюк О.М., д-р пед. наук, професор  
Мірошніченко В.І., канд. пед. наук, доцент

Іващенко О.В., канд. пед. наук, доцент  
(відповідальний секретар)  
Коректор Бланк Є.Б.

Адреса редакції:  
Україна, 61174 Харків, а/с 8692.  
Тел.: (057) 756-73-38  
e-mail: tmfv@tmfv.com.ua  
http://www.tmfv.com.ua

Статті, опубліковані в журналі,  
зараховуються як фахові відповідно  
до постанови президії ВАК України від  
14 листопада 2001 р. № 3-05/9.

Бюлетень ВАК України. —  
№ 6. — 2001. — С. 16.

Підписано до друку 25.03.2011.  
Формат 60×84 1/4, Папір офсетний. Гарнітура Таймс. Друк  
офсетний. Ум. друк. арк. 6,989. Обл.-вид. арк. 7,25. Вид.  
№ 03-2011.  
Зам. № 85. Тираж 300 прим. Ціна договірна.  
ТОВ «ОВС» Україна, 61003 Харків,  
пл. Конституції, 18, к. 11.  
Свідоцтво Держкомінформу України  
Серія ДК № 331 від 08.02.2001 р.  
Друкарня ТзОВ «Цифра принт».  
61166, м. Харків, вул. Культури, 20-В

© «ОВС» ТОВ, оформлення, 2011  
© «Теорія та методика фізичного виховання», 2011

## Зміст

ОСНОВИ ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ .....	3
<i>Худолій О.М., Мицкан Б.М.</i> Чинники успішного навчання вправам юних гімнастів на початковому етапі підготовки .....	3
МОДЕЛЮВАННЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ МЕТОД ПІЗНАННЯ СКЛАДНИХ ОБ'ЄКТІВ І ПРОЦЕСІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	7
<i>Павлова Ю., Тулайдан В., Приступа Є., Виноградський Б.</i> Порівняльна статистична модель фізичної підготовленості студентів різних спеціальностей .....	7
<i>Вовканич Л. С., Кулітка Е. Ф.</i> Прогнозування спортивного результату біатлоністів з урахуванням біоритмологічного статусу спортсмена.....	16
«ВЧИТЕЛЬ» — ЖУРНАЛ У ЖУРНАЛІ .....	19
<i>Шалар О.Г., Мартиненко Є.Є.</i> Організація освітньо-рефлекторної діяльності учнів на уроках волейболу .....	19
<i>Аксьонова О. П.</i> Нова фізична культура: система методів навчання .....	25
<i>Маєвська С.М., Гриньків М.Я., Вовканич Л.С., Старостюк Г.К.</i> Модельні характеристики спортсменів окремих видів спорту із швидкісно-силовою спрямованістю тренувального процесу .....	36
<i>Рибак О. Ю., Салюк О. П.</i> Порівняльна кваліметрична оцінка організації і проведення етапів кубка України з ралі 2010 року .....	42
НАША ДОВІДКА.....	49
<i>Інформаційне повідомлення</i> про шосту Всеукраїнську наукову конференцію (21—22 квітня 2011 року) «Актуальні проблеми фізкультурної освіти» .....	50
<i>Інформаційне повідомлення</i> про VII Всеукраїнську наукову конференцію (24 листопада 2011 року) «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту» .....	51



## Contents

<b>BASES OF YOUTH SPORT .....</b>	<b>3</b>
<i>Khudolii O.N., Mitskan B.M.</i> Factors of the successful teaching to exercises of young gymnasts on the initial stage of preparation.....	3
<b>A DESIGN AS EFFECTIVE METHOD OF COGNITION OF DIFFICULT OBJECTS AND PROCESSES IS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURES .....</b>	<b>7</b>
<i>Pavlova Iu., Tulaydan V., Prystupa E., Vynogradskyi B.</i> The comparative statistical model of physical fitness of students of different speciality.....	7
<i>Vovkanych L.S., Kulitka E.F.</i> Prediction of the biathlonists sport result with regard to biorythmical status of sportsman .....	16
<b>«TEACHER» — MAGAZINE IN MAGAZINE .....</b>	<b>19</b>
<i>Shalar O.G Martynenko E.E.</i> Education-reflex activity of students in class volleyball.....	19
<i>Aksionova Elena.</i> New physical education: teaching methods.....	25
<i>Mayevska S.M., Hrynkiv M.Ya., Vovkanych L.S., Starostyuk G.K.</i> Model description of the sportsmen with the speed-power orientation of training process.....	36
<i>Rybak O.Yu, Saliuk O.P.</i> A comparative qualimetry estimation of organization and realization of the stages of Cup of Ukraine is from the rally of 2010.....	42
<b>OUR HELP .....</b>	<b>49</b>
<i>Information message</i> about the sixth Allukrainian scientific conference (on April, 21—22, in 2011) the «Actual problems of athletic education» .....	50
<i>Information message</i> about the VII Allukrainian scientific conference (on November, 24, in 2011) the «Actual problems of physical education and sport» .....	51



## ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬО-РЕФЛЕКТОРНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ УЧНІВ НА УРОКАХ ВОЛЕЙБОЛУ

**Шалар О.Г., Мартиненко Є.Є.\***

Херсонський державний університет,

Новософіївська ЗОШ Голопристанського району Херсонської обл.\*

**Анотація.** Вміння вчителя грамотно організувати свої заняття, чітко й зрозуміло пояснювати задачі уроку, заохочувати за спеціальними знаннями («бліц-турнір», «рефлексійна бесіда»), веде до правильного виконання учнями фізичних вправ; виявляє більш високу активність та зацікавленість учнів в опануванні навчального матеріалу. І тільки так учні зможуть покращити свій рівень фізкультурної освіти.

**Ключові слова:** знання, освіта, рефлексія, уміння, навички, елементи волейболу.

**Вступ.** Одним з основних завдань сучасної загальноосвітньої школи є збереження, розвиток і примноження інтелектуального потенціалу нації, вирішення якого тісно пов'язане з проблемою її фізичного вдосконалення (С.Сінгаєвський, 1999; Г.Погріванов, 2006). Фізкультурна освіта, як і будь-яка інша освіта, покликана надати дитині уміння свідомо аналізувати, співзставляти, порівнювати, синтезувати одержані нею знання, почуття і вираження, зробивши з них відповідні наукові висновки, свідомо ставитися до своїх рухів, дій і вчинків.

Система знань, що постійно розширюється в багаторічному процесі фізичного виховання, набуває все більшого загальноосвітнього значення і сприяє розвитку інтелекту учнів та збагаченню їх спеціальними фізкультурними знаннями.

Слід пам'ятати, що знання повинні уявляти собою ведучий компонент змісту у сфері фізичної культури. Без засвоєння теоретичного матеріалу неможливо вирішити задачу освіти, складової сутності загальноосвітнього предмету «Фізична культура».

Незважаючи на таке велике значення, питанням засвоєння теоретичного матеріалу з фізичної культури, у школі довгий час не приділялося належної уваги. В результаті до теперішнього часу не розроблена ефективна і загальноприйнята методика формування знань з цього предмету.

Цьому, зокрема, сприяла і низка об'єктивних причин, суттєво ускладнюючих процес викладання і засвоєння теоретичного матеріалу, головними із яких є: його неоднорідність, належність до різних областей наукового знання, різнорівнева складність, різна ступінь прикладного значення.

Таке положення потребує реалізації різних форм і методів, в найбільшій мірі відповідних особливостям того чи іншого конкретного матеріалу. Тому, для реалізації більш ефективної технології викладання і засвоєння теоретичного матеріалу, необхідно більш детально зупинитися на розгляді його ролі та особливостей, як елемента освіти у сфері фізичної культури.

Незамінна роль теоретичного матеріалу у справі формування мотиваційно-ціннісних орієнтацій і стверджень, без яких неможливо дійсно ефективно використання засобів фізичної культури. Якісне засвоєння теоретичного матеріалу підвищує рівень загальної освіченості й ерудиції, ефективно сприяє загальному розвитку учнів.

Практика показує, що відсутність у школярів теоретичних знань з фізичної культури різко знижує ефективність навчання і виховання, зменшує інтерес до занять фізичними вправами, заважає формуванню в учнів позитивного відношення і потреби у систематичних самостійних заняттях фізичною культурою. Особливу увагу щодо надання теоретичних знань приділяли А.Гужаловський (1988), Л.Матвеев (1991), І.Барчуков (2008), Л.Лубишева

(1993), Н.Карпушко (1993), В.Луцькянченко (2005), В.Папуша (2008), Ю.Васьков (1997), М.Боген (1985), Ф.Собянін (2007).

Знання теоретичних основ фізичної культури обумовлено і тим, що вони, хоч і не впливають прямо і опосередковано на фізичне удосконалення людини, тим не менш сприяють істотному підвищенню цілеспрямованості та ефективності процесу фізичного виховання.

Тому проблема організації фізкультурної освіти школярів на основі відбиття в їх свідомості цілісного науково-теоретичного уявлення про фізичну культуру, як необхідного компонента загальнолюдської, залишалася невирішеною, і в сучасних умовах набуває особливої актуальності і гостроти, що і визначило тему нашого дослідження: «Організація освітньо-рефлекторної діяльності учнів на уроках волейболу». Тому, щоб вирішити цю проблему, дуже важливо у сучасному уроці з фізичної культури використовувати інноваційні підходи спрямовані на ґрунтовну фізкультурну освіту школярів. І тільки такий підхід, на нашу думку, формує в учнів основи цілеспрямованих рухів і орієнтує на фізкультурно-спортивну діяльність.

Робота виконана у відповідності із планом НДР Херсонського державного університету.

**Мета** нашого дослідження полягала в удосконаленні методики організації освітньо-рефлекторної діяльності учнів на уроках волейболу з учнями 6-7 класів.

**Результати дослідження.** Педагогічний експеримент проводився в умовах звичайного навчального процесу на базі Херсонської ЗОШ №52 протягом 2008—2010 років. Для проведення дослідження було залучено чотири 7-х класів, де експериментальним був визначений 7-Б, контрольними — 7-А, 7-В, 7-Г; загальною кількістю 113 учнів.

Експеримент проводився в процесі викладання волейболу на уроках фізичної культури під керівництвом вчителів-методистів вищої категорії Т.М.Ключник (2008—2009 н.р.) та О.О.Могилевського (2009—2010 н.р.).

Перший етап експерименту (2008—2009 н.р.) був спрямований на розв'язання таких основних завдань: 1) виявити рівень розуміння учнями 6-х класів основних теоретичних положень з волейболу; 2) розробити методику проведення уроків з волейболу для учнів 6-х класів освітньо-рефлекторної спрямованості; 3) перевірити ефективність розробленої методики.

Другий етап експерименту (2009—2010 н.р.) мав підготовчий, основний та заключний цикли. Важливим моментом підготовчого циклу (вересень—жовтень 2009 р.) стала: по-перше, розробка 14 планів-конспектів уроків з волейболу для учнів 7-х класів освітньо-рефлекторної спрямованості;

по-друге, визначення рівня залишкових знань з волейболу за 6-й клас семикласниками.

Основний циклексперименту (листопад-грудень 2009 р. та частково січень 2010 р.) склав дидактичний експеримент, в основу якого покладено розроблену методику організації уроків волейболу з учнями 7-х класів освітньо-рефлекторної спрямованості.

Заключний цикл експерименту (січень-лютий 2010 р.) полягав у встановленні характеру і ступеня впливу уроків волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості на рівень сформованості знань, техніку виконання елементів волейболу учнями 7-х класів.

В ході педагогічного експерименту використовувалися методи оцінки рівня теоретичних знань та методи оцінки рівня сформованості практичних вмінь та навичок.

Тестові завдання щодо оцінки залишкових знань правил гри у волейбол учнів 6-х класів, передбачені для учнів 5-х класів, наступні:

Оцінка знань основних правил гри у волейбол учнів 5-х класів

Місце гри у волейбол відбувається на майданчику розміром (2 бали):

- а) 28 м × 14 м;
- б) 18 м × 9 м;
- в) 40 м × 20 м;
- г) 12 м × 6 м.

Подача м'яча виконана правильно, якщо (3 бали):

- а) м'яч повинен перелетіти під сіткою і залишитися у межах майданчика;
- б) м'яч повинен перелетіти над сіткою і вийти за межі майданчика;
- в) м'яч повинен перелетіти над сіткою і залишитися у межах майданчика;
- г) м'яч повинен перелетіти під сіткою і вийти за межі майданчика.

Приймання і передача м'яча вважається виконаною правильно, якщо (3 бали):

- а) команда відбиває м'яч суперника, не дає впасти на своїй половині, зробивши при цьому не більше трьох ударів;
- б) команда відбиває м'яч суперника, не дає впасти на своїй половині, зробивши при цьому не більше двох ударів;
- в) команда відбиває м'яч суперника, не дає впасти на своїй половині, зробивши при цьому не більше одного удару;
- г) команда відбиває м'яч суперника, не дає впасти на своїй половині, зробивши при цьому не більше чотирьох ударів.

Якщо гравець торкається сітки, то це (1 бал):

- а) не є порушенням правил;
- б) порушення правил.

М'яч вважається вийшовшим з гри, якщо він (3 бали):

- а) торкнувся підлоги в межах майданчика;
- б) торкнувся сітки та підлоги у межах майданчика;
- в) торкнувся сітки за обмежувальними стрічками та підлоги за межами майданчика;
- г) торкнувся гравця та підлоги в межах майданчика.

Щодо визначення рівня знань 6-х класів з волейболу дослідження проводили за наступним оцінюванням знань правил гри у волейбол, передбачених для учнів 6-х класів:

Оцінка основ знань з волейболу учнів 6-х класів  
На якому майданчику відбувається гра? (2 бали)

- а) на майданчику розміром 40 м × 9 м, поділеному навпіл;
- б) на майданчику розміром 28 м × 14 м, розмежованому сіткою на стояках;
- в) на майданчику розміром 18 м × 9 м, поділеному навпіл і розмежованому сіткою на стояках;
- г) на майданчику розміром 12 м × 6 м, поділеному навпіл і розмежованому сіткою на стояках;

Які правила блокування? (1 бал)

- а) блокувати мають право гравці лінії захисту (із зони 1, 5);
- б) блокувати мають право гравці лінії нападу (із зони 2,3,4);
- в) блокувати мають право гравці лінії захисту (із зони 6);
- г) блокувати мають право запасні гравці.

Яке може бути блокування? (1 бал)

- а) воно може бути тільки одиночним і при блокуванні дозволяється торкатися сітки, антен;
- б) воно може бути тільки груповим і при блокуванні дозволяється переступати середню лінію;
- в) воно може бути потрійним; при блокуванні дозволяється торкатися сітки, антен, переступати середню лінію;
- г) воно може бути одиночним або груповим; при блокуванні не дозволяється торкатися сітки, антен, переступати середню лінію.

Правило перерви у волейбол (1 бал)

- а) у кожній партії команда має право на 2 перерви тривалістю по 30 с. кожна;
- б) у кожній партії команда має право на 3 перерви тривалістю по 45 с. кожна;
- в) у кожній партії команда має право на 4 перерви тривалістю по 30 с. кожна;
- г) у кожній партії команда має право на 1 перерву тривалістю 15 хв.

Хто може звернутись до судді з проханням про надання перерви? (2 бали)

- а) гравець лінії захисту;

- б) гравець лінії нападу;
- в) капітан команди або тренер;
- г) запасні гравці.

Зі скількох партій складається гра і до якого рахунку грають команди? (3 бали)

- а) гра складається із 2-х партій; у кожній партії гра триває до рахунку 15, за умови, що різниця у рахунку складає 2 очка;
- б) гра складається з 3-х або 5 партій; у кожній партії гра триває до рахунку 25, за умови, що різниця у рахунку складає 2 очка;
- в) гра складається із 4-х партій; у кожній партії гра триває до рахунку 15, за умови, що різниця у рахунку складає 2 очка;
- г) гра складається із 5 партій; у кожній партії гра триває до рахунку 15, за умови, що різниця у рахунку складає 3 очка.

Тестові завдання щодо оцінки знань з волейболу для учнів 7-х класів представлені таким чином:

#### Оцінка знань з волейболу учнів 7-х класів

1. Як звали винахідника сучасного волейболу? (3 бали)
  - а) Джеймс Нейсмит;
  - б) Уільям Дж.Морган;
  - в) В.Нільсен;
  - г) Д.Ф.Девіс.
2. Яка картка показується гравцю при зауваженні? (1 бал)
  - а) Блакитна;
  - б) Червона;
  - в) Жовта;
  - г) Помаранчева.
3. Хто такий ліберо? (2 бали)
  - а) Нападник;
  - б) Захисник;
  - в) На півзахисник;
  - г) Вільний захисник.
4. Коли партія вважається переможною? (1 бал)
  - а) Коли одна з команд набере 15 очок;
  - б) Коли одна з команд набере 25 очок;
  - в) Коли одна з команд набере 30 очок;
  - г) Коли одна з команд набере 10 очок.
5. Скільки тайм-аутів дозволено брати в одній партії (2 бали)
  - а) Два;
  - б) Один;
  - в) Три;
  - г) Чотири.
6. Яка країна стала першим Олімпійським чемпіоном з волейболу серед чоловічих команд? (3 бали)
  - а) Японія;
  - б) США;
  - в) СРСР;
  - г) Німеччина.



Що ж стосується методів оцінки рівня сформованості практичних вмінь та навичок, то вони проводилися за трьома елементами за методикою Н.Андрощук [1].

На першому етапі експерименту (2008—2009 н.р.) за погодженням та активною участю вчителя-методиста Херсонської ЗОШ №52 Т.М.Ключник з учнями 6-Б класу була застосована освітньо-рефлекторна методика проведення уроків волейболу. Була розроблена серія уроків, куди увійшло 14 план-конспектів з волейболу для учнів 6-х класів.

У змісті цих занять було передбачено ретельне пояснення техніки волейбольних вправ вчителем та після практичного засвоєння учнями, вибірково на кожному уроці, по його закінченню, коментувалося самими учнями рівень засвоєння за наступною схемою:

Я дізнався...

Зрозумів...

Навчився...

Найбільші труднощі відчував...

Я не вмів, а тепер вмію...

На другому етапі експерименту (2009—2010 н.р.) за погодженням та активною участю вчителя-методиста Херсонської ЗОШ №52 О.О.Могилевського з учнями 7-Б класу, знову ж таки, була застосована освітньо-рефлекторна методика проведення уроків волейболу.

Методика складалася з 14 уроків волейболу для учнів 7-х класів, де у вищенаведеному конспекті, крім включення рефлексії, у структурній побудові передбачено графа-нагадування для вчителя «Очікуванні результати», «Бліц-турнір» (на початку основної частини) та «рефлексійна» бесіда (заклучна частина).

Усі результати тестів, які були отримані на I-му і II-му етапах експерименту, заносилися у протокол і піддавалися аналізу.

Із отриманих результатів можна сказати, що учні усіх чотирьох 6-х класів показали достатній та середній рівні знань з волейболу. Найбільший відсоток достатнього рівня знань показали учні 6-Г класу — 81,5%; 18,5% — високого рівня; відсутній — середній. У 6-В не гірші результати — 75,9% достатнього рівня, 13,8% — високого та 10,3% — середнього. Дещо нижчі результати у 6-А класі: 16% — високого рівня знань, 72% — достатнього, 12% — середнього. Низького рівня знань взагалі немає у жодного із класів. Тут слід зазначити учнів 6-Б (експериментального) класу, у яких: 62,1% — достатнього, 3,4% — середнього, 34,5% — високого рівня знань. Саме в цьому класі високий рівень знань вище за всіх майже на половину.

Щодо якості засвоєння техніки елементів волейболу, то тут результати в усіх учнів на досить ви-

сокому рівні. Це обумовлено добрими традиціями школи, з організації занять зі спортивних ігор (достатня кількість інвентарю, навчання елементам спортивних ігор в молодших класах, висока професійна майстерність вчителів фізичної культури тощо). Багато учнів показали достатній рівень техніки виконання елементів волейболу і дещо менший відсоток — високого. Середнього і низького рівнів не показав жоден із учнів.

Найбільш високі і стабільні результати були відмічені у експериментальному 6-Б класі. Саме в учнів цього класу було відмічено найкращий рівень засвоєння техніки елементів волейболу. Найбільший відсоток високого рівня, учні показали у розміщенні та переході — 41,4%; дещо менший у передачі — 37,9%, та незначний відсоток з прийому — 27,6%. Це можна пов'язати з високим рівнем знань учнів цього класу, що сприяло більш кращому, ніж у інших класах вмінню грати в волейбол за спрощеними правилами. Покращення результатів учнів 6-Б класу відбулося саме за рахунок впровадження освітньо-рефлекторної складової в організацію уроку з волейболу, яку було втілено за активною участю вчителя-методиста Т.М.Ключник.

Що ж стосується результатів, які були отримані на II-му етапі дослідження, то серед 3-х контрольних класів 7-А, 7-В, 7-Г найбільший відсоток достатнього рівня має 7-В клас — 66,7%; дещо менший у 7-Г класі — 56,6% і незначний у 7-А класі — 37,5%. Найбільший відсоток високого рівня серед цих 3-х контрольних класів має 7-Г клас — 36,7%; у 7-В — 30% і у 7-А — 25%.

Покращення результатів 7-А, 7-В і 7-Г (контрольних) класів відбулося завдяки новій «Навчальній програмі з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів, 5-9 класи», яка вийшла у цьому навчальному році. Згідно цієї нової навчальної програми підвищуються вимоги до вчителя фізичної культури, на основі яких він повинен проводити уроки освітньої спрямованості. Тобто, на кожному уроці повинні обов'язково надаватися теоретичні відомості за всіма розділами програми. Перед початком уроку вчителем дається (на 2-3 хвилини) теорія: учні мають засвоїти обов'язковий мінімум знань з правил гри волейболу, його історії, методики тощо.

Також слід зазначити, що учнів з більш високим рівнем знань з волейболу виявлено у експериментальному 7-Б класі, у яких: 62,1% — високого і 37,9% — достатнього.

На відміну від контрольних класів, з учнями 7-Б класу проводилася серія з 14 уроків волейболу, де у структурній побудові передбачено графа-нагадування для вчителя «Очікувані результати», «бліц-турнір» (на початку основної частини) та рефлексійна бесіда (заклучна частина). В подаль-

шому оцінювалася техніка виконання елементів волейболу за методикою Н. Андрощук [1]. На останніх заняттях перевірялися знання учнів з правил волейболу за 7-й клас.

У графі-нагадування «Очікувані результати» викладені вимоги до учнів по кожному уроку, а саме те, що вони повинні знати (наприклад, як контролювати свій стан здоров'я, визначати частоту серцевих скорочень) та що вміти (наприклад, виконувати передачі та прийом м'яча зверху обома руками). Зміст «бліц-турніру» складали питання історії, правил та техніки волейболу.

Щодо якості засвоєння техніки елементів волейболу, то результати у всіх учнів знаходяться на досить високому рівні. Жоден із класів не показав низького рівня знань.

У 7-А класі було відмічено найвищий відсоток достатнього рівня: за виконання нижньої прямої подачі і верхньої передачі двома руками — 67,7%, а за прийом м'яча знизу двома руками та його відбивання — 77,4%. На нашу думку, пов'язано це з тим, що у 7-А класі майже всі учні займаються у секції з туризму, що позитивно впливає на розвиток їхньої координації. У 7-В і 7-Г на відмінну від 7-А результати дещо нижчі. Найкращий показник високого рівня техніки виконання елементів волейболу у 7-Б (експериментальному) класі: за нижню пряму подачу і прийом м'яча знизу двома руками та його відбивання — 48,3% і достатнього — 51,7%; за верхню передачу двома руками — 55,2% високого рівня та достатнього — 44,8%; середній та низький рівні відсутні.

#### Висновки:

1. Сучасні програми фізичного виховання повинні передбачати досить широке коло фізкультурно-спортивних знань, що охоплювали б усі чинники розумової організації і забезпечення життєдіяльності. Це знання про суть фізичної культури, її значення для особи і суспільства, принципи і правила раціонального використання її цінностей; знання суто прикладного характеру, які є необхідною передумовою усвідомленого засвоєння рухових умінь, формування навичок, ефективного використання фізичних можливостей у житті та фізкультурно-гігієнічних знаннях.

2. Крім того, що при проведенні уроку з фізичної культури є певна структура (наявність підготовчої, основної і заключної частин), які послідовно розташовані, взаємопов'язані та підпорядковані фізіологічним закономірностям, характерним для будь-якої рухової діяльності учнів: стану втягнення в роботу, стійкого стану, стану зниження працездатності, для більш ефективного засвоєння

учнями навчального матеріалу варто застосовувати освітньо-рефлекторну методику проведення уроку.

3. У процесі експериментального дослідження була застосована методика організації уроків волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості з учнями 7-х класів, де у структурній побудові кожного уроку передбачено графі-нагадування для вчителя «Очікувані результати», «Бліц-турнір» (на початку основної частини), «рефлексійна» бесіда (заключна частина).

4. Отже, результати даного експерименту, який проводився з учнями 7-х класів Херсонської ЗОШ №52 під керівництвом вчителя-методиста Могилевського О.О. свідчать про те, що впровадження в уроки фізичної культури освітньо-рефлекторної складової в організацію уроку з волейболу ефективно впливає на рівень знань, забезпечує оптимальний рівень сформованості індивідуального фонду рухових умінь і навичок учнів та доведення їх до відповідного ступеню досконалості. Також найкращим чином забезпечується обов'язковий мінімум знань фізкультурної освіти; а саме: техніки та методики виконання фізичних вправ, правил гри у волейбол, дотримання правил безпеки тощо.

5. Аналіз експериментального дослідження довів, що рівень сформованості знань з волейболу у експериментальній групі збільшився на 20—25% та техніки виконання — на 15—20% у порівнянні з контрольними.

Це дає змогу зробити висновок, що учні стали більш уважними, освіченими, здатними творчо мислити та генерувати нові ідеї, мати високий адаптаційний потенціал, особистісну відповідальність, бути добре налаштованими на максимальну самореалізацію, здатними досягати високої мети раціональним шляхом і конкретними засобами.

#### Список літератури

1. Андрощук Н. Тематичний контроль навчальних досягнень учнів з фізичної культури. 5-9 класи. — Тернопіль: Підручники і посібники, 2004. — 160 с.
2. Васков Ю.В. Добір і конструювання теоретичного компонента та змісту фізкультурної освіти загальноосвітній школі. — Харків, ХОІУВ, 1997. — 159 с.
3. Гусев В., Кравченко Н. Волейбол. Варіативний модуль навчальної програми з фізичної культури для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів // Фізичне виховання в школі. — №5(63), 2009. — С.9—13.
4. Лесгафт П.Ф. Избранные педагогические сочинения / Сост. И.И.Решетень. — М.: Педагогика, 1988. — 400 с.
5. Могилевський О.О., Шалар О.Г. Серія уроків волейболу освітньо-рефлекторної спрямованості. 7 клас // Фізичне виховання в школах України. — 2010. — №2(14). — С. 4—13

Надійшла до редакції 03.02.2011 р.

**Шалар О.Г., Мартыненко Е.Е.** Образовательно-рефлекторная деятельность учащихся на уроках волейбола. Умение учителя грамотно организовать свои занятия, четко и понятно разъяснить задачи урока, поощрять за специальные знания («блиц-турнир», «рефлексивная беседа»), приводит к правильному выполнению учащимися физических упражнений, проявляется более высокая активность и заинтересованность школьников в освоении учебного материала. И только так учащиеся смогут улучшить свой уровень физкультурного образования.  
**Ключевые слова:** знания, образование, рефлексия, умения, навыки, элементы волейбола.

**Shalar O.G Martynenko E.E.** Education-reflex activity of students in class volleyball. Teacher's ability to competently organize their activities, clearly and understandably explain the problem lesson, encourage the special knowledge ("blitz tournament," "reflective conversation"), leads to a correct implementation of students' physical activity, manifested higher activity and interest of students in the development of educational material. And the only way students can improve their level of physical education.  
**Key words:** knowledge, education, reflection, skills, elements of volleyball.

Нова книжка



**Худолій О.М.**  
Х98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл.  
ISBN 966-7858-55-1.

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.



**Худолій О.М.**  
Х98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл.  
ISBN 966-7858-54-5.  
ISBN 966-7858-56-1(II).

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано  
Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник  
для студентів вищих навчальних закладів  
(лист № 14/18.2—1928 від 17.11.03)