

Чистякова К.П., Карагандинский университет имени академика Е.А.Букетова, факультет физической культуры и спорта, гр МФКиС-62, магистрант
(*Научный руководитель – к.б.н. ас. проф. Кузнецова Л.С.*)

ФОРМИРОВАНИЕ ОСНОВ ЛИЧНОСТНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ШКОЛЬНИКОВ СРЕДНИХ КЛАССОВ СРЕДСТВАМИ СПОРТИВНЫХ ИГР

Актуальность работы. В соответствии с социально-экономическими потребностями современного общества в его дальнейшем развитии и исходя из сущности общего среднего образования целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности [1]. В настоящее время обновление содержания общего среднего образования в РК существенно изменило характер требований к его результатам и в связи с этим поставило новые задачи в сфере физического воспитания подрастающего поколения [2,3].

Как показывает анализ практики, литературных источников, главной проблемой физического воспитания является развитие физической культуры личности ребенка, от этого зависит успешность процесса формирования основ здорового образа жизни. В педагогическом процессе, в средней школе большое внимание уделяется требованиям к новому мышлению педагога и особым требованиям к организации обучения, которое должно способствовать формированию творческой личности ученика. Это возможно, только в том случае, если каждый учитель будет организовывать уроки физической культуры на основе личностно ориентированного подхода, используя при этом нетрадиционные средства, формы и методы организации физкультурно-оздоровительной деятельности [4].

Спортивные игры - это одно из комплексных эффективных средств воспитания, направленных на всестороннюю физическую подготовку, совершенствование черт характера, функций организма играющих. Спортивные игры находятся на высшей ступени интереса детей и могут решить задачу оптимизации двигательного режима учеников средних классов, развивать у них созидательно-нравственную деятельность [5, 6].

Актуальность работы связана с недостатком информации о возможности и эффективности использования спортивных игр как средства формирования в средних классах основ физической культуры личности в реальных условиях школьной практики.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс по физической культуре в средних классах.

Предмет исследования: спортивные игры как средство формирования основ личностной физической культуры девочек средних классов.

Целью исследования явилось изучение эффективности формирования основ физической культуры личности школьниц 11-12 лет средствами баскетбола.

Методы и организация исследования: Теоретический анализ, опросные методы, контрольные испытания, методы математической статистики [7].

В наблюдении приняли участие школьницы 11-12 лет школы КГУ «Школа-лицей №66» г. Караганды. Всего 23 школьницы, из них 12 девочек экспериментальной группы (ЭГ) и 11 девочек контрольной группы (КГ), которые на начало эксперимента по уровню двигательной подготовленности не имели существенных отличий. Во время эксперимента у девочек КГ уроки и факультатив по ФК проводили по типовой программе для средних классов [8]. В ЭГ уроки велись по типовой программе, а факультатив по разработанной нами с использованием баскетбола экспериментальной программе. Педагогическими критериями эффективности формирования основ личностной физической культуры школьниц выступали знания, уровень развития координационных способностей, владение техническими приемами игры в баскетбол. Для контроля знаний проводили тестирование по вопросам, разработанным исходя из требований программы. Оценивали абсолютные КС (челночный бег - тест «ШАТТЛ 5-10-5»), способность к согласованию движений (бег змейкой - тест «Денвер»), к ориентированию в пространстве (Бег к пронумерованным медицинболам), владение техническими приемами игры (ведение по прямой, ведение с изменением направления движения, передача мяча с места на точность). Полученные данные сопоставлялись с имеющимися в литературе нормативными требованиями, рекомендованными для средней возрастной группы школьников [9,10].

Полученные результаты. Первичная диагностика проведена после прохождения раздела «Баскетбол» в 5 классе, которая по принятым критериям (знания, двигательные способности и умения) выявила низкие результаты его освоения, не отличающиеся в обеих группах девочек. С

учетом полученных данных для повышения эффективности обучения нами разработана углубленная программа по разделу «Баскетбол», которая апробирована в ЭГ на факультативе в течение двух учебных четвертей. В конце эксперимента итоговое тестирование выявило результаты, динамика которых имела существенные отличия в экспериментальной и контрольной группах (Табл.1).

Так, контроль знаний по разделу «Баскетбол» показал, что суммарные среднегрупповые баллы ответов на вопросы, входящие в тесты, соответствовали у девочек 3 уровням: высокому, среднему и низкому. В ЭГ высокие оценки получили из всех 58,0%, средние - 42,0% девочек. В КГ высокие оценки зафиксированы у 36,0% и средние – у 64% девочек. В итоге в ЭГ высоких оценок оказалось на 22% больше, чем в контроле. Низкие оценки по разделу знаний в обеих группах не отмечены.

Таблица 1. Уровневая оценка знаний техники баскетбола девочек (ЭГ, КГ)

Уровень	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	1 срез	2 срез	1 срез	2 срез
Высокий	8,0%	58,0%	18,0%	36,0%
Средний	42,0%	42,0%	64,0%	64,0%
Низкий	50,0%	0%	18,2%	0%

Анализ динамики двигательной подготовленности девочек 11-12 лет в конце эксперимента показал прирост результатов в обеих группах почти по всем тестируемым показателям. (Табл.2). Однако величина прироста имела отличительные особенности в эксперименте и контроле. Так, динамика в развитии координационных способностей проявилась, как в приросте абсолютных показателей (способность к ориентированию в пространстве), так и уровневой оценки от низкой до выше средней в ЭГ и ниже средней – КГ. При этом прирост результатов составил в ЭГ 28,9%, что выше по отношению к контролю на 9,2%. В челночном беге по тесту «ШАТЛ 5*10*5» у девочек ЭГ уровневая оценка повысилась от низкого до среднего уровня при приросте результатов в 19,7%, а в контроле - до ниже среднего при приросте в 13,0%. В тесте «Денвер» (бег змейкой) при некотором приросте результатов их уровневая оценка у девочек обеих групп не изменилась и отвечала низкому уровню при разнице прироста в 6,0%.

Таблица 2

Динамика показателей двигательной подготовленности девочек (ЭГ, КГ)

Показатели	Экспериментальная группа		Абс. прирост	Прирост %	Контрольная группа		Абс. прирост	Прирост %	Разница прироста %
	1срез	2срез			1срез	2срез			
Бег пронумерованным медицинболам (сек.)	НУ	В/СУ	3,7	28,9%	НУ	Н/СУ	2,6	19,7%	9,2%
ШАТЛ 5*10*5 (сек.)	НУ	СУ	1,6	19,7%	НУ	Н/СУ	1,0	13,0%	6,7%
Бег змейкой (Денвер, сек)	НУ	НУ	2,4	10,5%	НУ	НУ	3,7	16,5%	6,0%
Передача мяча в цель с 3м.(кол-во раз)	НУ	СУ	6,8	70,8%	НУ	НУ	2,7	24,5%	46,3%
Ведение мяча по прямой на 9м (сек.)	НУ	СУ	3,3	37,9%	НУ	Н/СУ	4,3	39,8%	1,9%
Ведение мяча в беге с изменением направления (сек.)	СУ	В/СУ	1,7	11,3%	СУ	СУ	0,2	1,3%	10,0%
S(сумма)	НУ	СУ	-	-	НУ	Н/СУ	-	-	-

Сравнение результатов технической подготовки по баскетболу между группами показало в тесте «Передача мяча в цель» прирост результата в ЭГ на 70,8% и уровневой оценки от низкого до

среднего уровня, а также отсутствие таковых в контроле (низкий уровень). В тесте «Ведение мяча по прямой» результаты ЭГ повысились на 37,9%, а уровневая оценка - от низкой до средней. В контроле при приросте результатов на 39,8% оценка улучшилась от низкой до ниже средней. В тесте «Ведение мяча с изменением направления движения» оценки девочек ЭГ выросли от средних до выше среднего уровня, а в КГ - не изменились и отвечали среднему уровню. Таким образом, в конце эксперимента оценка двигательной подготовленности девочек по сумме тестов выросла от низкой до средней в ЭГ и до ниже средней в контрольной группе, что свидетельствует о выраженном положительном эффекте занятий по апробированной нами программе.

Динамика уровня двигательной подготовленности проявилась у девочек ЭГ по отношению к контролю в проценте высоких оценок в тестах на КС: бег к пронумерованным медицинболам в ЭГ - 25%, КГ - 0%; челночный бег в ЭГ - 41,7, КГ - 27,3%, бег змейкой в ЭГ - 16,7, КГ - 27,3% высоких оценок (Рис.1).

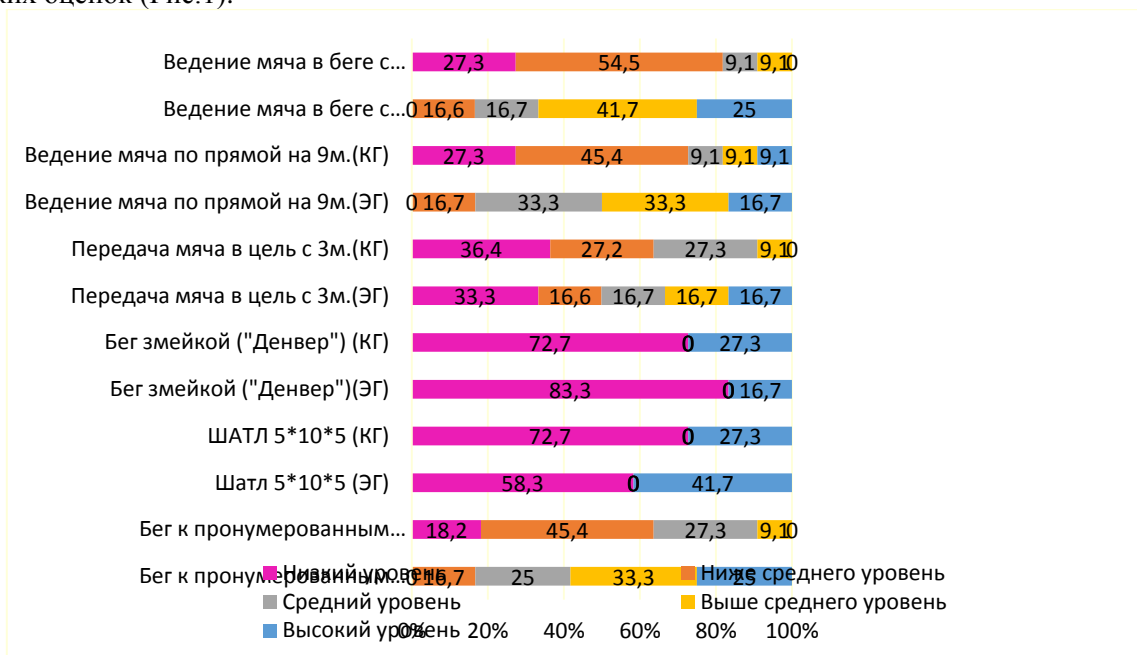


Рисунок 1. Уровневая оценка двигательной подготовленности девочек (ЭГ, КГ)

В контрольных упражнениях на технику игры «Передача мяча в цель», «Ведение мяча в беге с изменением направления» высокие оценки получили только девочки ЭГ (1 тест -16,7%, 2 тест - 25,0%). В тесте «Ведение мяча по прямой» высокие оценки зафиксированы у 16,7 % девочек ЭГ, что на 7,6% выше, чем в контроле (9,1%).

Заключение. Таким образом, полученные нами по итогам эксперимента данные о динамике знаний, КС, владении техническими приемами игры служат доказательством эффективности предложенной нами для факультатива программы по разделу «Баскетбол» и позволяют рекомендовать его как одно из средств формирования основ личностной физической культуры школьников среднего звена.

Литература:

1. Никулина Е. О., Дружинина Ю.Д. Физическое развитие личности как показатель здоровья Форум 2015 <https://scienceforum.ru/2015/article/2015017159>
2. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей. Учебное пособие/ Под общ. Н.В. Сократова. - М.: ТЦ Сфера, 2005. - 224 с.
3. Виссел, Х. Баскетбол: шаги к успеху Хол Виссел.- Москва : АСТ : Астрель, 2009. -256с.
4. Популо Г.М. Использование нетрадиционных средств, форм и методов организации физкультурно-оздоровительной деятельности//Физическая культура в школе. - 2014. - №8. - С. 46-49.
5. Железняк Ю.Д., Портнов Ю.М. Спортивные игры: совершенствование спортивного мастерства. М.: Академия, 2012.
6. Лях, В.И. Физическое воспитание учащихся 5-7, 8-9 классов: Пособие для учителя / В.И. Лях, Г.Б. Мейксон. – М.: Просвещение, 2002. – 95 с.
7. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: учебник для студ. учреждения высш. образования / Ю.Д.Железняк, П.К.Петров. – 7-е изд., стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2014. – 288 с.

8. Типовая учебная программа по учебному предмету «Физическая культура» для 5-9 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию от «16» сентября 2022 года. – г.Астана.
9. Координационные способности: диагностика и развитие / В.И. Лях. – Москва- ТВТ Дивизион, 2006. – 290 с.
10. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. -М.: Советский спорт, 2006,- 100 с.