

УДК 796.81

Влияние игровых технологий на развитие ловкости у мальчиков 8–10 лет в системе дополнительного образования по вольной борьбе

Лукияненко Виктор Павлович¹, доктор педагогических наук, профессор

Петрякова Виктория Григорьевна², кандидат педагогических наук, доцент

Зубенко Василий Иванович¹, кандидат педагогических наук, доцент

Путеева Светлана Владимировна¹, кандидат педагогических наук, доцент

¹*Северо-Кавказский федеральный университет, Ставрополь*

²*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар*

Аннотация. В учебно-тренировочном процессе по вольной борьбе большое внимание уделяется развитию ловкости как одному из ведущих психофизических качеств, от уровня развития которого зависит результативность участия обучающихся в соревновательной деятельности. В статье представлены результаты исследования, свидетельствующие об эффективности развития ловкости у обучающихся начальной школы в условиях широкого применения игровых технологий в системе дополнительного образования по вольной борьбе. Особенности организации исследования, определение объекта и предмета исследования обусловлены сенситивным периодом развития ловкости (возраст 7-12 лет) и доминированием игровой деятельности в данный возрастной период.

Ключевые слова: ловкость, игровые технологии, начальная школа, дополнительное образование, спортивная борьба.

Influence of game technologies on the development of dexterity in boys 8-10 years old in the system of additional education in freestyle wrestling

Lukyanenko Viktor Pavlovich¹, doctor of pedagogical sciences, professor

Petryakova Victoria Grigorievna², candidate of pedagogical sciences, associate professor

Zubenko Vasily Ivanovich¹, candidate of pedagogical sciences, associate professor

Puteeva Svetlana Vladimirovna¹, candidate of pedagogical sciences, associate professor

¹*North Caucasus Federal University University, Stavropol*

²*Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar*

Abstract. In the free-style wrestling training process, much attention is paid to the development of dexterity as one of the leading psychophysical qualities, the level of development of which determines the effectiveness of students' participation in competitive activities. The article presents the results of a study indicating the effectiveness of the development of dexterity in primary school students in the conditions of widespread use of gaming technologies in the system of additional education in freestyle wrestling. The peculiarities of the organization of the study, the definition of the object and subject of the study are due to the sensitive period of dexterity development (age 7-12 years) and the dominance of gaming activity in this age period.

Keywords: dexterity, gaming technology, elementary school, additional education, wrestling.

ВВЕДЕНИЕ. В системе дополнительного образования особое внимание уделено необходимости широкого применения игровых технологий для достижения стратегически важных целей и задач реализации Концепции развития дополнительного образования до 2030 года [1, 2, 3]. В этой связи в области физической культуры рекомендовано широко применять подвижные игры в качестве вспомогательных средств, позволяющих совершенствовать и закреплять отдельные двигательные умения и навыки обучающихся, технические и тактические действия в различных видах спорта [4].

В процессе изучения особенностей организации занятий физкультурно-спортивной направленности в системе дополнительного образования выявлена необходимость повышения уровня физической подготовленности обучающихся. В этих условиях всё большую популярность среди школьников приобретают занятия

на основе реализации модуля «Спортивная борьба» с направленным развитием двигательных способностей [4, с. 4]. «Привлекательность и популярность спортивной борьбы связана с большой зрелищностью и динамизмом борцовского поединка, быстрой сменой ситуаций в соревновательных схватках, обилием сложных технико-тактических действий борца, как в атаке, так и в обороне, умением тактически обыгрывать соперника, мгновенно оценивать складывающуюся ситуацию и принимать единственно правильное решение в экстремальных условиях» [4, с. 8]. В этом отношении трудно переоценить роль и значение ловкости как одного из ведущих двигательных качеств для спортсменов-борцов любого уровня и квалификации.

Основу ловкости составляют координационные способности человека. Изучая эти качества как интегральные, В.И. Лях (2006) отмечает, что их развитие зависит от полноценного восприятия спортсменом собственных движений и окружающей обстановки [5, с. 11].

Результаты многочисленных исследований свидетельствуют о том, что наиболее благоприятным (сенситивным) периодом для развития ловкости является возраст 7-12 лет [5, 6, 7]. Именно в этот возрастной период специальными педагогическими воздействиями «еще можно исправить недостатки, допущенные при развитии КС в младшем школьном возрасте. Позже это сделать непросто» [5, с. 86].

Многие учёные сходятся во мнении о том, что среди упражнений, комплексно воздействующих на развитие ловкости и координационных способностей, «в первую очередь следует назвать подвижные игры, а также комбинированные упражнения (эстафеты), элементы единоборств и спортивных игр» [5, с. 57]. Более того, следует учитывать, что для обучающихся начальной школы игровая деятельность является ведущей. Соответственно, основным средством физического воспитания и спортивной подготовки должны являться подвижные игры, упражнения и задания игровой направленности, эстафеты и пр.

Исходя из вышеизложенного следует, что игровые технологии являются одним из основных средств развития ловкости у обучающихся 7-12 лет в процессе реализации как общеобразовательных, так и дополнительных образовательных программ по физической культуре.

Объект исследования – процесс функционирования системы дополнительного образования в области физической культуры. Предмет исследования – особенности применения игровых технологий в занятиях с обучающимися начальной школы в системе дополнительного образования по вольной борьбе.

ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ – экспериментальное обоснование влияния игровых технологий на развитие ловкости у обучающихся начальной школы в системе дополнительного образования по вольной борьбе.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ. Для достижения цели исследования был организован педагогический эксперимент, в процессе которого сформированы две группы испытуемых из обучающихся 3-4-х классов – контрольная (КГ) и экспериментальная (ЭГ). Состав каждой группы – 17 человек. Общее количество испытуемых – 34 обучающихся 3-4-х классов (9-10 лет).

Всего в процессе исследования проведено 21 экспериментальное занятие по следующим темам:

- «Перевод в партер упором рукой в бедро опорой ноги сзади»;
- «Переворот переходом захватом одноименной руки плечом под плечо»;
- «Переворот скручиванием захватом шеи спереди, сверху и равноимённой руки под плечо снизу»;
- «Переворот забеганием»;
- «В односторонней стойке захват ног нырком, голова сбоку»;
- «Перевод в партер толчком головой в бок захватом ноги»;
- «Разносторонняя стойка захвата ноги нырком, голова сбоку».

По каждой из представленных тем проведено по 3 занятия в неделю: первое направлено на изучение технических элементов вольной борьбы, второе и третье – на закрепление.

Виды игровых технологий, применяемых в процессе экспериментальных занятий по вольной борьбе с обучающимися начальной школы, представлены на рисунке 1.



Рисунок 1 – Виды игровых технологий, применяемых в процессе экспериментальных занятий по вольной борьбе

В процессе занятий активно применялись игры с элементами единоборств, подвижные игры с предметами и без, эстафеты с элементами спортивной борьбы [4].

Как правило, упражнения, направленные на развитие ловкости, рекомендуется применять в начале основной части занятий, чередуя их с упражнениями на взрывную силу и развитие быстроты. В этой связи в процессе исследования основное внимание в основной части занятий было уделено развитию специальных координационных способностей. При этом сравнительно простые в координационном отношении упражнения и учебные задания применялись и в подготовительной части занятий с обучающимися ЭГ.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ. Для определения эффективности экспериментальных занятий на начало и на заключительном этапе эксперимента были проведены тестирования уровня развития ловкости у обучающихся ЭГ и КГ. Тестирование проводили с помощью контрольных упражнений: челночный бег 3х10 м; кувырок вперед, подъем разгибом; ходьба по прямой; тест на коленях; поворот в прыжке [8, с. 75, с. 77].

По результатам исследования выявлено, что применение игровых технологий в системе дополнительного образования по вольной борьбе оказывает положительное влияние на развитие ловкости у обучающихся начальной школы, что отражено в следующих показателях:

- на заключительном этапе исследования в трёх из пяти проведённых тестов (60%) различия между данными тестирования в КГ и ЭГ являются достоверными при $p < 0,05$ (достоверность различий выявлена в тестах «Челночный бег 3х10», «Ходьба по прямой 5м», «Тест на коленях за 15 сек»);
- несмотря на то, что после эксперимента различия между данными тестирования в ЭГ и КГ в двух из пяти тестов (40%) являются не достоверными при $p > 0,05$, в экспериментальной группе показатели являются выше, чем в контрольной группе: в тесте «Кувырок вперёд, подъём разгибом» – на 0.28 баллов, в тесте «Поворот в прыжке за 15 сек» на – 0.38 раз;

В трёх из пяти тестов (это 60%) различия между данными, полученными в ЭГ и КГ, являются достоверными при $p < 0,05$. Данная разница отражена в следующих показателях:

- челночный бег (3х10 м) – на 0.49 сек показатели лучше в ЭГ;
- ходьба по прямой (5м) – на 0.62 сек показатели лучше в ЭГ;
- тест на коленях (за 15 сек) – в среднем, обучающиеся ЭГ совершают на одно касание коленями пола больше, чем обучающиеся КГ.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. В целом результаты проведённого исследования показали, что применение игровых технологий оказывает положительное влияние на развитие ловкости у обучающихся начальной школы, занимающихся вольной борьбой в системе дополнительного образования.

По нашему глубокому убеждению, широкое использование игровых технологий может способствовать повышению эффективности проведения учебно-тренировочных занятий не только в системе дополнительного образования, но и во внеурочной деятельности, в учебных занятиях по физическому воспитанию в общеобразовательных учреждениях.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. (№ 678-р от 31 марта 2022 г.) : распоряжение правительства Российской Федерации // Правительство России : [официальный сайт]. URL: <http://static.government.ru/media/files/3flgkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOsiypicBo.pdf> (дата обращения: 10.10.2023).
2. Методические рекомендации по обновлению содержания и технологий дополнительных общеобразовательных программ в области физической культуры и спорта : приложение № 10.4 к отчету ФГБУ «ФЦОМОФВ» // Федеральный центр физического воспитания : [официальный сайт]. URL: <https://фцомов.пф/files/ioe/documents/A8HSGYDUSP6TFL3Z4V3E.pdf> (дата обращения: 10.10.2023).
3. Методические рекомендации по развитию дополнительного образования детей в общеобразовательных учреждениях : приложение к письму Минобразования РФ от 11.06.2002 г. № 30-51-433/16 // Сайт Дома детского творчества. URL: <https://ddt-unost.spb.ru/doc/06.doc> (дата обращения: 08.11.2022).

4. Примерная рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» (модуль «Спортивная борьба») для образовательных организаций, реализующих образовательные программы начального общего, основного общего и среднего общего образования согласована с Министерством спорта Российской Федерации / сост. В.Э. Цандыков, под ред. Н.С. Федченко // Федеральный центр физического воспитания : [официальный сайт]. URL: <https://фцпомфв.рф/files/ioe/documents/TMFY14VGR2GR7WQX7Q2U.pdf> (дата обращения: 10.10.2023).

5. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. Москва : ТВТ Дивизион, 2006. 290 с.

6. Теория и методика физической культуры / под ред. Ю.Ф. Курамшина. Москва : Советский спорт, 2007. 464 с.

7. Лях В. И. Двигательные способности школьников: основы теории и методики развития. Москва : Terra-Sport, 2000. 192 с.

8. Мануров И. М., Мартянова Л. Н. Базовые виды спорта. Вольная борьба. Ижевск : Ижевская ГСХА, 2020. 82 с.

REFERENCES

1. *The concept of the development of additional education for children until 2030* (2022), No. 678-р, available at: <http://static.government.ru/media/files/3f1gkklAJ2ENBbCFVEkA3cTOSypicBo.pdf> (accessed October 10th 2023).

2. *Methodological recommendations for updating the content and technologies of additional general education programs in the field of physical culture and sports* (2020), available at: <https://фцпомфв.рф/files/ioe/documents/A8HSGYDUSP6TFL3Z4V3E.pdf> (accessed October 10th 2023).

3. *Methodological recommendations for the development of additional education of children in general education institutions, Appendix to the letter of the Ministry of Education of the Russian Federation dated 11.06.2002 № 30-51-433/16*, available at: <https://ddt-unost.spb.ru/doc/06.doc> (accessed November 8 2023).

4. Approximate work program of the subject "Physical culture" (module "Wrestling") for educational organizations implementing educational programs of primary general, basic general and secondary general education agreed with the Ministry of Sports of the Russian Federation (2022), comp. Tsandykov, V.E. and edited by Fedchenko, N.S., available at: <https://фцпомфв.рф/files/ioe/documents/TMFY14VGR2GR7WQX7Q2U.pdf> (accessed October 10th 2023).

5. Lyakh V. I. (2006), *Coordination abilities: diagnostics and development*, M., TVT Division, 290 p.

6. Kuramshin Yu. F. (ed.) (2007), *Theory and methodology of physical culture*, M., Soviet sport, 464 p.

7. Lyakh V. I. (2000), *Motor abilities of schoolchildren: fundamentals of theory and methods of development*, M., Terra-Sport, 192 p.

8. Manurov I. M. and Martyanova L. N. (2020), *Basic sports. Freestyle wrestling*, Izhevsk, Izhevsk State Agricultural Academy, 82 p.

Поступила в редакцию 22.02.2024.

Принята к публикации 19.03.2024.