

Аналіз діяльності фахівців фізичного виховання показує, що біомеханічний контроль за динамікою розвитку фізичних якостей дозволяє підвищити ефективність процесу фізичного виховання і забезпечити особистісно орієнтований підхід до вихованців.

ЛІТЕРАТУРА

1. Болтенкова О. М. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів як умова створення науково обґрунтованої системи їх оцінювання на заняттях з фізичної культури. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2010. № 4. С. 44–47.
2. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді: навч. посіб. К.: Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
3. Христова Т. Є. Тестування рухових здібностей школярів: курс лекцій для студентів вищих навчальних закладів спеціальності «Фізична культура». Мелітополь: ФОП Силаєва О. В., 2017. 48 с.

ПРОБЛЕМНІ ПИТАННЯ В ОРГАНІЗАЦІЇ ДИСТАНЦІЙНИХ ТРЕНУВАНЬ СПОРСМЕНОК 8-12 РОКІВ У ХУДОЖНІЙ ГІМНАСТИЦІ

Загітова М. Г.

*кандидат наук з фізичного виховання та спорту,
викладач кафедри історії та теорії олімпійського спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

Радченко Л. О.

*доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
завідувач кафедри історії та теорії олімпійського спорту
Національного університету фізичного виховання і спорту України*

Епідеміологічна ситуація, соціально-політичні та економічні трансформації, що відбуваються у сучасному суспільстві, не оминули і галузь спорту. Сьогодні актуальною потребою є пошук шляхів організації тренувального процесу з використанням можливостей дистанційного навчання. При цьому, аналіз фахової літератури із зазначеного питання дозволяє виділити роботи, пов'язані з обґрунтуванням доцільності проведення подібних занять, рекомендаціями щодо організації тренувального процесу в дистанційних умовах [1, с. 25–34; 2, с. 137–142; 3, с. 199–202], в той час як проблеми дистанційного проведення тренувальних занять залишаються поза увагою науковців.

Мета роботи виявити та проаналізувати проблеми що мають місце в організації онлайн-тренувань гімнасток, 8–12 років.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, анкетне опитування тренерів з художньої гімнастики (n=60), методи математичної статистики.

Результати дослідження. Першим кроком дослідження було визначення думки експертів щодо доцільності організації та проведення тренувань юних гімнасток у дистанційному форматі. Результати анкетного опитування дозволяють відзначити,

що 96% респондентів вважають, що онлайн-тренування не можуть замінити реальні заняття; так само, як і змішаний формат (онлайн + очна форми) організації тренувального процесу є менш ефективним, ніж очні заняття (вважають 62% опитаних).

В рамках проведеного дослідження експертами були виділені проблеми, які виникають в процесі проведення онлайн-тренувань зі спортсменками 8–12 років, які спеціалізуються у художній гімнастиці, що дозволило виявити найбільш важливі із них. Респондентам пропонувалось відмітити одночасно декілька найбільш гострих (актуальних, на їх думку) проблем, що мають місце при проведенні онлайн тренувань (рис. 1).

Результати досліджень свідчать, що найгострішими проблемами є проблеми організаційного характеру, зокрема обмежені можливості тренера здійснювати контроль виконання спортсменками тренувальних вправ (відзначили 86 % від загальної кількості респондентів), обмеження тренувального простору (відзначили 86 %) та можливості виконувати вправи з предметами (відзначили 80 %). Далі, за значущістю, респонденти відзначили такі проблеми, як: збільшення факторів, що можуть призвести до травми (відзначили 50 %), комунікаційні проблеми (ускладнений зворотній зв'язок) (відзначили 40 %). Такі проблеми як психологічний стан дитини, наявність стабільного підключення до Інтернету виявилась актуальними для 24 % від загальної кількості респондентів, а проблема використання робочої програми ДЮСШ з художньої гімнастики, яка не містить матеріалу, присвяченого реаліям проведення онлайн-занять виявилась важливою для 20 % респондентів. Найменш гострою для тренерів при проведенні дистанційних занять є можливість доступу, необхідність оволодіння та якість електронних пристроїв (телефон, комп'ютер, інший гаджет, навушки, мікрофон).

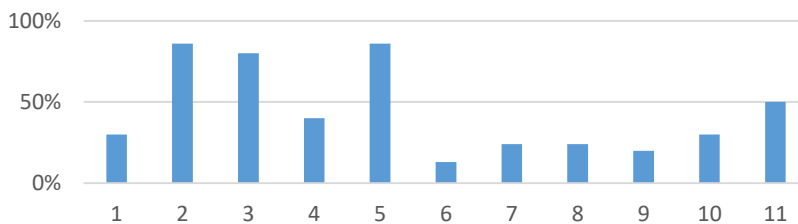


Рис 1. Проблеми, що мають місце в організації дистанційних тренувань гімнасток 8–12 років, де:

1. Наявність вдома спортивного обладнання
2. Наявність достатнього простору та умов для проведення занять
3. Обмеженість можливостей виконувати вправи з предметом
4. Комунікаційні проблеми (зворотній зв'язок)
5. Знижені можливості контролю виконання вправ

6. Можливість доступу та якість електронних пристроїв (телефон, комп'ютер, інший гаджет, навушники, мікрофон)

7. Наявність підключення до Інтернету

8. Психологічний стан дитини

9. Використання робочої програми ДЮСШ з художньої гімнастики без урахування онлайн-занять

10. Відсутність методичних рекомендацій щодо проведення онлайн-тренувань в художній гімнастиці

11. Збільшення факторів травматизму

Узагальнення отриманих результатів дозволяє говорити про те, що при організації онлайн-тренувань зі спортсменками 8–12 років тренеру, в першу чергу, необхідно враховувати знижені можливості контролю виконання вправ юними спортсменками; підбирати оптимальні тренувальні вправи, та планувати тренувальний процес відповідно до розміру (площі) приміщення, в якому тренується дитина.

Отже:

1. Сучасні соціально-політичні та епідеміологічні проблеми, що мають місце у нашій країні обумовлюють необхідність пошуку нових шляхів та трансформації класичних підходів до тренувального процесу спортсменів загалом, та у художній гімнастиці, зокрема. Важливу роль у цьому процесі можуть відігравати саме онлайн тренувань.

2. В художній гімнастиці дистанційні тренування не можуть ефективно замінити очні заняття.

3. Найгострішими проблемами, що мають місце в організації онлайн тренувань гімнасток 8–12 років є наступні: знижені можливості контролю тренером виконання спортсменкою вправ; обмеження у виконанні вправ з предметом; організація простору та умов для проведення занять; збільшення факторів травматизму; комунікаційні проблеми; відсутність методичних рекомендацій щодо проведення онлайн-тренувань в художній гімнастиці.

ЛІТЕРАТУРА

1. Огарь Г. О., Косинцев О. В. Динаміка фізичної підготовленості борців 8-10 років під впливом дистанційних тренувальних занять в умовах карантину. *Єдиноборства*. 2020. Вип. 4(18). С. 25–34.

2. Семашко С, Кривенцова О. Особливості секційної роботи зі спортивної аеробіки та черліденгу в період пандемії COVID-19. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності*: зб. ст. наук.-практ. конф., Харків, 25–26 листоп. 2021 р. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди; [редкол.: І. В. Кривенцова (голов. ред.) та ін.]. Харків: ХНПУ. 2021. С. 137–142.

3. Філіна В. А. Освітні та медичні аспекти занять із дзюдо зі школярами закладів загальної середньої освіти в умовах пандемії Covid-19. *Теоретико-практичні засади партнерської взаємодії соціономічної та освітньої сфер*. 2022. С. 199–202.