УДК 796.011.3

<https://doi.org/10.36906/FKS-2021/113>

*Шкляр В.Б., канд. пед. наук;
Чеботарев В.В., Чеботарева А.А.
Бровкина Т.С.*

ORCID: 0000-0002-9572-4401

*Липецкий государственный педагогический университет
имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, г. Липецк, Россия*

ТЕХНОЛОГИЯ ПРОВЕДЕНИЯ ФАКУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ ПО БАДМИНТОНУ В УСЛОВИЯХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Аннотация. В статье описывается ход исследования технологий проведения факультативных занятий по бадминтону с учащимися в общеобразовательной школе, в рамках выделенной проблемы, заключающаяся в недостатке программ по факультативным занятиям «бадминтон» и отсутствие объективных данных о технологии проведения в общеобразовательной школе. В результате исследования был проведен анализ эффективности разработанной технологии проведения факультативных занятий по бадминтону, на основе t-критерия Стьюдента.

Ключевые слова: бадминтон, факультативное занятие, технология, младший школьный возраст.

*Shklyarov V.B., Ph.D.;
Chebotarev V.V., Chebotareva A.A.
Brovkina T.S.*

ORCID: 0000-0002-9572-4401

*Lipetsk State Pedagogical University
Named P.P. Semenov-Tyan-Shanskiy, Lipetsk, Russia*

TECHNOLOGY OF CONDUCTING OPTIONAL ADMINTON CLASSES IN A SECONDARY SCHOOL

Annotation. The article describes the progress of research on technologies for conducting optional badminton classes with students in a secondary school. The study highlighted the problem of the lack of programs for optional classes "badminton" and the lack of objective data on the technology of conducting in a secondary school. In the course of the work, a technology was developed for conducting optional badminton classes for children of primary school age in a secondary school. As a result of the study, an analysis of the effectiveness of the experimental technique obtained was carried out on the basis of the Student's t-test.

Keywords: badminton, optional lesson, technology, primary school age.

Бадминтон – очень распространенная спортивная игра. В него играют на всех континентах мира миллионы людей разного возраста – от детского до преклонного. Широкая популярность игры объясняется простотой ее правил, а также тем, что участвовать в ней могут всего лишь два человека и к тому же любого возраста.

Физическая активность является неотъемлемым видом деятельности человека, совершенно необходимым для сохранения и укрепления здоровья. Одна из характерных особенностей современного образа жизни, имеющая прогрессирующую тенденцию-

сокращение объемов двигательной активности (гипокинезия) и мышечной работы (гиподинамия) в сочетании с нервно-психическими перегрузками [1, с. 23].

На сегодняшний день бадминтон многим известен как зрелищная, грациозная спортивная игра, требующая специальной физической и технической подготовки, которая с 1992 года входит в систему олимпийских игр. Учитывая все требования физического развития, которые необходимы спортсменам при игре в бадминтон, можно сделать вывод, что овладение техникой игры в бадминтоне у детей младшего школьного возраста является основой всего тренировочного процесса на протяжении первых пяти лет занятий. В силу этого тренер должен делать основной уклон на освоение азов техники игры и ее совершенствования, после чего уже только акцентировать внимание на уровень физической подготовки ребенка. В первую очередь это необходимо, чтобы не перенагрузить молодой организм значительными физическими нагрузками, которые не дадут особого результата без освоения техники игры [2, с. 10].

Существует не так много разных авторских программ по обучению игры в бадминтон, но, однако, все они отличаются друг от друга и в каждой программе есть свои плюсы и минусы. Актуальность исследования позволила нам определить проблему исследования – недостаток программ по факультативным занятиям «бадминтон» и отсутствие объективных данных о технологии проведения в общеобразовательной школе. Цель исследования – разработка технологии проведения факультативных занятий по бадминтону для детей младшего школьного возраста в общеобразовательной школе. Для достижения поставленной цели исследования предстояло решить следующие задачи:

1. Изучить в доступной научно – методической литературе информацию о проведения факультативных занятий по бадминтону, а также анатомо-физиологические и психологические особенности детей младшего школьного возраста.
2. Разработать экспериментальную методику по проведению факультативных занятий по бадминтону в условиях общеобразовательной школы.
3. Провести анализ эффективности внедрения экспериментальной методики по проведению факультативных занятий по бадминтону в общеобразовательной школе.

В ходе исследования нами проверялось предположение о том, что применение экспериментальной методики на факультативных занятиях по бадминтону приведет к достоверным изменениям показателей физической и технической и подготовленности младших школьников. Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогический эксперимент, контрольные испытания, математико-статистические методы обработки полученных данных. Исследование по внедрению технологии организации и проведения факультативных занятий по бадминтону в общеобразовательной школе проводилось в три этапа.

На I этапе (сентябрь 2020 г.) – поисково-подготовительном – разрабатывались принципиальные вопросы организации и содержания исследования, проводился анализ научной литературы по исследуемой проблеме.

На II этапе (октябрь 2020 г. – май 2021 г.) – опытно-экспериментальном – проводилась экспериментальная методика, уточнялись основные моменты работы.

На III этапе (декабрь 2021 г.) – обобщающем – оформлялась выпускная квалификационная работа.

Практическая часть работы проводилась МАОУ СШ № 59 «Перспектива» на протяжении девяти месяцев (сентябрь-май 2021 г.).

Всего в исследовании приняло участие 20 человек учащихся младшего школьного возраста. Все участники были поделены на две группы: контрольную и экспериментальную.

Контрольную группу составили учащиеся в количестве 10 человек (3 девочки и 7 мальчиков). Экспериментальную группу составили 10 учеников (3 девочки и 7 мальчиков). За время практического исследования было проведено всего 68 факультативных занятий: с сентября 2020 по май 2021. Факультативные занятия по бадминтону проводились два раза в неделю: вторник, четверг с 15-00 до 16-00. Тестирования проводились дважды (сентябрь, май) в МАОУ СШ № 59 «Перспектива». Количество испытуемых на всем протяжении эксперимента оставалось неизменным.

В работе мы использовали следующие организационные подходы: проведение инструктажа по технике безопасности; предварительное ознакомление занимающихся с программой тренировочного занятия; подготовка спортивной площадки (инвентарь оборудование для проведения факультативного занятия); консультирование детей «перед» и «после» факультативного занятия по интересующим их вопросам.

В результате проведенной нами исследовательской работы, направленной на определение технической и физической подготовленности детей младшего школьного возраста города Липецка, были получены результаты, которые представлены в таблице.

Таблица

Динамика результатов в ходе научно-исследовательской работы

Показатель	Сентябрь 2020 г.		Р	Май 2021 года		Р
	Контр. группа	Экспер. группа		Контр. группа	Экспер. группа	
Набивание волана (15 сек)	7,2±0,65	6,8±0,54	P>0,05	8,5±0,43	10,7±0,43	P<0,05
Высокая подача	3,2±0,32	3,7±0,43	P>0,05	4,4±0,32	5,6±0,22	P<0,05
Короткая подача	3,3±0,22	3,4±0,22	P>0,05	4,4±0,22	5,6±0,22	P<0,05
Укороченный удар	3,4±0,22	3,5±0,11	P>0,05	4,6±0,11	5,8±0,22	P<0,05
Высокий удар	3,5±0,11	3,3±0,22	P>0,05	4,7±0,32	5,9±0,32	P<0,05
Бег на 30 м.	6,95±0,11	6,85±0,13	P>0,05	6,64±0,08	6,36±0,1	P<0,05
Прыжок в длину с места	152,2±2,71	153,2±2,6	P>0,05	156,1±2,06	158,3±2,6	P>0,05
Поднимание туловища из положения лежа на спине	27,5±1,41	27,6±1,3	P>0,05	29,6±1,3	33,6±1,3	P<0,05
Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м	3,4±0,32	3,5±0,32	P>0,05	4,7±0,22	6±0,22	P<0,05

В тесте набивания волана за 15 секунд можно увидеть прирост как для контрольной, так и для экспериментальной групп. В тестировании в сентябре 2020 года экспериментальная группа незначительно проигрывала по данному показателю. При проведении тестирования в мае 2021 года экспериментальная группа показала значительно лучшие результаты относительно контрольной группы. В итоге прирост у контрольной группы составляет 18%, а у экспериментальной – 57%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер (P<0,05).

В тестировании «Высокая подача» экспериментальная группа была в лидерах как в сентябре 2020 года, так и в мае 2021 года, но прирост оказался выше, чем у контрольной группы. У экспериментальной группы показатель вырос на 51%, а у контрольной на 38%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер (P<0,05).

Анализ результатов в тесте «Короткая подача» у экспериментальной группы показатель вырос на 65%, а у контрольной на 33%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$).

В ходе тестирования «Укороченный удар» в сентябре 2020 года разница между экспериментальной и контрольной группами практически не наблюдалась, так как средний показатель отличался незначительно. А прирост к концу учебного у экспериментальной группы значительно выше и составляет 66%, а у контрольной 35%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$).

В тесте «Высокий удар» экспериментальная группа в сентябре 2020 года показала результат немногим хуже, чем контрольная группа. Но в мае 2021 ситуация изменилась в лучшую сторону для экспериментальной группы. В итоге их показатель, для данного теста, вырос на 79%, а у контрольной группы лишь на 34%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$).

Таким образом для всех тестов, которые показывают уровень технической подготовленности детей младшего школьного возраста города Липецка МАОУ СШ № 59 «Перспектива», в рассматриваемом виде спорта «Бадминтон», экспериментальная группа имеет явное преимущество относительно контрольной. Прирост каждого показателя для контрольной группы составил более 50%, в тоже время для контрольной группы прирост был менее 40%.

Далее рассмотрим тесты, которые направлены на физическую подготовленность детей младшего школьного возраста. Показатель по тесту бег на 30 метров показывает, что прирост для экспериментальной и для контрольной групп в тесте «Бег на 30 метров» практически одинаков. Для экспериментальной группы время уменьшилось на 7%, а для контрольной – 4%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$). В тесте «Прыжок в длину с места» можно увидеть одинаковый прирост в процентном соотношении (9%), как для экспериментальной, так и для контрольной групп. Но не смотря на более высокую положительную динамику результата в экспериментальной группе, согласно t-критерию Стьюдента, различия между группами носят не достоверный характер ($P > 0,05$).

Анализ результатов изменения в тесте «Поднимание туловища из положения лежа на спине». Тестирование в сентябре 2020 года показало незначительное отличие контрольной и экспериментальной групп. Разница среднего показателя составляет лишь 0,1. В мае 2021 года экспериментальная группа значительно улучшила свои результаты, прирост показателя составил 22%, а у контрольной группы всего 8%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$). В тестировании «Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 метров» Прирост к концу учебного года данного показателя для экспериментальной группы составил 71%, а для контрольной – 38%. Согласно t-критерию Стьюдента различия между контрольной и экспериментальной группой носят достоверный характер ($P < 0,05$).

Таким образом, с помощью внедрения экспериментальной методики по проведению факультативных занятий по бадминтону для детей младшего школьного возраста в общеобразовательной школе были получены результаты. У учащихся, занимающихся в экспериментальной группе произошли достоверные изменения по технической подготовке, следовательно, освоили технику элементов игры в бадминтон качественнее, чем контрольная группа.

По физической подготовленности детей младшего школьного возраста также был замечен рост результатов, который характеризуется в виде достоверных изменений в проведенном исследовании, но не для всех видов тестирования, так как в тесте прыжок в длину с места были получены не достоверные изменения, так как при выполнении данного теста в большей степени задействованы прямые мышцы бедра, а также мышцы стопы, которые при прыжке в длину осуществляют резкое разгибание стопы с последующим отталкиванием, то есть происходит большая нагрузка на эти мышцы, тогда как в бадминтоне участвуют латеральные мышцы бедра (боковые), а стопы менее подвержены физическим нагрузкам и не происходит выраженного отталкивания от поверхности. По этой причине в дальнейшем, при разработке плана, требуется сделать дополнительный упор на физическую подготовленность.

Гипотеза, выдвинутая в начале исследовательской работы, эффективно повлияла на освоение технической и физической подготовленности младших школьников. В процессе экспериментального исследования внедренной методики по бадминтону результаты были получены констатирующие, следовательно, у детей младшего школьного возраста во время обучения на факультативных занятиях произошли высокие, достоверные результаты.

Литература

1. Григорян Э.А. Двигательная координация школьников в зависимости от возраста пола и занятий спортом: Автор. ... дис. канд. пед. наук. Киев, 2006. 23 с.
2. Щербаков А.В., Щербакова Н.И. Игра в бадминтон. М.: Гражданский альянс, 2009. 121 с.

© Шкляров В.Б., Чеботарев В.В., Чеботарева А.А., Бровкина Т.С., 2021