

ПЕДАГОГИКА ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Сираковская Яна Вадимовна

канд. пед. наук, доцент

Смирнов Александр Федорович

студент

ФГБОУ ВПО «Московская государственная

академия физической культуры»

г. Москва

РАЗВИТИЕ СВОЙСТВ ВНИМАНИЯ У ШКОЛЬНИКОВ

12–14 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТБОЛОМ

Аннотация: авторами отмечается, что внимание является одним из наиболее важных психических процессов, его можно рассматривать как основу познавательной деятельности. Как психический процесс внимание является наиболее подвижным и динамичным процессом. В данной статье представлена методика развития свойств внимания у школьников, занимающихся в секции баскетбола. Изложены результаты, полученные по итогам проведения педагогического эксперимента.

Ключевые слова: объем, распределение, переключение внимания, подвижные игры.

В школьном возрасте развивать внимание наиболее эффективно, так как именно в этот период активно развиваются практически все его свойства. Качество педагогического процесса напрямую зависит от уровня развития всех психических качеств человека, в том числе и внимания. Благодаря вниманию ученик более ясно и отчетливо воспринимает учебный материал, оно содействует более быстрому и правильному протеканию мыслительных процессов. Внимание обеспечивает быстроту и четкость мышления человека, оно обеспечивает контроль

за выполняемым любых физических упражнений. Внимательный ученик замечает в демонстрируемом упражнении и объяснении учителя такие детали, которые невнимательный ученик пропускает.

В современной школе из-за обилия учебного материала и больших учебных нагрузок, проблеме внимания уделяется большое внимание. В современном образовательном процессе все чаще используются нетрадиционные методы и системы развивающего обучения, все это требует от детей длительного сосредоточения на сложном учебном материале, наблюдательности, умения быстро ориентироваться, часто переключаться с одного вида занятия на другой.

При разработке экспериментальной методики развития свойств внимания на занятиях баскетболом, мы провели опрос педагогов по физической культуре и ведущих секционных занятия по баскетболу, а также тренеров по баскетболу СДЮШОР «Спартак» для того чтобы определить какие, по их мнению, свойства внимания наиболее важны при игре в баскетбол, важно ли уделять время для упражнений на развитие внимания, какие наиболее важные технические элементы стоит развивать у детей. Всего было опрошено 20 специалистов.

По результатам опроса было выявлено, что у 10% опрошенных вызвало затруднение определение наиболее важных свойств внимания и они не смогли ответить на поставленный вопрос. 45% опрошенных специалистов определили наиболее важным свойством объем внимания, обосновав это тем, что в игре необходимо в считанные секунды оценить игровую ситуацию, выбрать наиболее эффективную комбинацию и сделать правильную передачу. 30% опрошенных отметили важность развития такого свойства внимания, как распределение. 15% высказали, что очень важно развивать переключение внимания, так как это свойство необходимо в быстро меняющейся игровой обстановке. Не смотря на то, что мнение о наиболее важных свойствах внимания у специалистов разделилось, все они отмечали, что развитие всех свойств внимания будет оказывать положительное влияние на занимающихся. Так же было определено, что среди технических элементов необходимо большое внимание уделять передачам, ловле мяча, ведению мяча, броскам мяча по кольцу, передвижению по площадке.

Педагогический опыт: теория, методика, практика

Для проведения педагогического эксперимента нами были сформированы две группы: контрольная и экспериментальная. В каждой группе по 10 мальчиков, для того чтобы определить, что обе группы не различаются по уровню технической и физической подготовленности, а также по уровню развития свойств внимания нами было проведено тестирование, результаты которого представлены далее. Статистически значимого различия между группами по всем показателям выявлено не было. Контрольная группа занималась по общепринятым методикам, которые использовались ранее и давали положительный результат. Экспериментальная группа занималась по разработанной нами методике, в которой большое внимание уделялось подбору упражнений для развития свойств внимания. Данные упражнения включались в подготовительную, основную и заключительную части тренировочного занятия. Обе группы занимались по 3 раза в неделю.

Особенность предложенной нами методики заключается в том, что в подготовительную часть занятия, продолжительность которой составляла 15–20 мин., от общего времени тренировочного занятия, включались подвижные игры, специальные упражнения на внимание. Среди наиболее часто используемых игр нами использовались: при проведении общеразвивающих упражнений – «Запрещенное движение», «Делай как я», «Обменяйся флажками», «Ориентирование», «Формула 2», в специальной разминке упражнения с мячами, передачи мяча в тройках, в квадрате и др. Все эти упражнения требовали от участников проявления всех свойств внимания.

Большинство предлагаемых упражнений необходимо было выполнять во взаимодействии, так в игре «Формула 2» на площадке устанавливается две параллельные полосы препятствия, полоса укладывается из любых имеющихся в спортивном зале снарядов, которые ребята должны преодолеть спиной вперед. Если участник задевает какое-то препятствие, то возвращается в начало трассы и пробует снова. В игре «Ориентирование» необходимо очень быстро выбрать правильное направление движения, причем эта игра проходит в парах и результат зависит от того, как сработают оба ученика.

Подготовительная часть занятия проводилась в двух вариантах, в зависимости от того, какие упражнения включались в ее содержание и какие задачи ставились на конкретное занятие. Таким образом в первом варианте, который строился на преимущественном использовании подвижных игр время подготовительной части распределялось следующим образом: организационные моменты – 1–2 мин., ходьба, специальные беговые упражнения – 5–6 мин., общеразвивающие упражнения – 5–6 мин., специальные игры и упражнения на внимание – 6–7 мин.

Второй вариант подготовительной части включал наряду с общеразвивающими, специальными беговыми упражнениями, упражнения специальной разминки с мячом на месте и в движении. В данном варианте подготовительной части уменьшалось время на ходьбу, бег и общеразвивающие упражнения и существенно увеличивалось время на специальные упражнения (в пределах 10 мин.). В такой вариант разминки включались упражнения, которые требовали проявления внимания, четко выполнять передачи, перебежать в нужную сторону, выполнять упражнения строго заданной рукой, при не соблюдении требований необходимо было начинать выполнение упражнения заново. Среди таких упражнений можно выделить такие как: ведение мяча руками одновременно и попеременно, с добавлением второго мяча, при этом один мяч нужно было вести рукой, а второй катить любым способом, передача в парах двух мячей, передачи мяча с отскоком, упражнение «восьмерка», в котором необходимо передавать мяч и перебежать в сторону, куда отдали мяч и стать за спиной партнера, передачи со сменной мест, через центрального игрока, перебежки в противоположную сторону от передачи, по диагонали, во встречную колонну и др. Примеры комплексов упражнений представлены в приложении.

В основной части занятия применялись общепринятые упражнения для овладения техникой игры в баскетбол, в зависимости от поставленных задач. При организации занятий по предложенной нами методике, так же нами включались такие игры как «Мяч среднему», «Мяч капитану», «Рывок за мячом»,

«Баскетбол с надувным мячом», «Нападают пятерками» и др. Основным отличием предложенных упражнений было строгое соблюдение всех требований, при нарушении команде засчитывалось поражение. Среди таких требований были: передачи мяча из строго определенного места, бросок по кольцу только после того как все получат мяч и выполнят передачу, переходы в строго заданную сторону и др.

При такой организации основной части занятия происходит овладение основными техническими элементами баскетбола, такие как владение мячом (ведение, ловля и передачи мяча, броски мяча по кольцу), передвижения баскетболиста, а также техника защиты и нападения.

Продолжительность основной части занятия 30–35 мин.

В заключительной части занятия, продолжительность 10 мин., применялись спокойная ходьба, спокойные игры на внимание и упражнения на расслабление.

Так же на протяжении всего педагогического эксперимента во время двусторонней игры в баскетбол, ученикам давалось задание, которое необходимо было обязательно соблюдать, так в определенных играх бросок по кольцу нужно было выполнять строго с линии штрафного броска или с трехочковой линии, бросок по кольцу можно выполнять только если все ребята получили мяч и выполнили его передачу, любое из таких заданий требовало от участников контролировать всех, вести наблюдение и своевременно выполнять задание.

Эффективность экспериментальной методики подтверждена в ходе эксперимента:

– достоверные различия между контрольной и экспериментальной группой выявлены по результатам тестирования переключения внимания – в экспериментальной группе результат выше на 2,8 балла ($p < 0,05$);

– результаты теста по определению объема внимания выше в экспериментальной группе на 5,2 балла ($p < 0,05$);

– результаты теста на развитие уровня распределения внимания выше в экспериментальной группе на 6,4 балла ($p < 0,05$);

– достоверны различия между группами по тесту на оценку избирательности внимания – на 6 баллов выше показатель в экспериментальной группе.

Реализация экспериментальной методики также эффективна для развития уровня специальной (технической) подготовленности юных баскетболистов 12–14 лет, занимающихся в школьной секции, что подтверждается полученными экспериментальными данными:

– результат тестового упражнения «перемещение 6x5 м» достоверно выше в экспериментальной группе – на 0,9 с. ($p < 0,05$);

– достоверные различия выявлены между контрольной и экспериментальной группами по результатам выполнения комбинированного упражнения – на 1,5 с. результат лучше в экспериментальной группе ($p < 0,05$);

– количество бросков с точек в экспериментальной группе на 4,6 бросков больше, чем в контрольная ($p < 0,05$);

– экспериментальная группа реализовала на 4,6 штрафных бросков больше, чем экспериментальная в соответствующем тесте ($p < 0,05$).

Оценка уровня физической подготовленности показала, что между контрольной и экспериментальной группами достоверные различия после эксперимента выявлены по 3-м тестам ($p < 0,05$): бег 60 м с высокого старта, бег 40 с., челночный бег 6x10 м.

Таким образом, следует заключить, что использование разработанной методики, направленной на акцентированное развитие свойств внимания у баскетболистов 12–14 лет, занимающихся в школьной секции баскетбола, эффективно решает, как, поставленную в исследовании задачу развития наиболее значимых в баскетболе свойств внимания, так и повышения уровня специальной подготовленности юных баскетболистов.

Список литературы

1. Бейба Л. Баскетбол в детских садах и начальных классах школы / Л. Бейба. – Дрогобыч: Круг, 2003. – 22 с.

2. Зинин А.М. Первые шаги в баскетболе / А.М. Зинин. – М.: Физкультура и спорт, 1969. – 183 с.

3. Кругляк А. Подвижные игры и эстафеты в школе: Пособие для учителя / А. Кругляк. – Тернополь: Тесей, 2004. – 80 с.

4. Кудряшов В.А. Баскетбол в школе: Учеб. пособие для учителей школ / В.А. Кудряшов, В.И. Рудокас. – Ленинград: Отделение, 1960. – 154 с.