

УДК 796.8

ОСОБЛИВОСТІ РУХОВОЇ І ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ДІВЧАТОК 5—6 КЛАСІВ

Каминін К.В.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

У результаті аналізу науково-методичної літератури встановлено, що в недостатній ступені вивчені питання вікових змін рухової підготовленості дівчат [1, 2, 3, 4].

Об'єкт дослідження — процес фізичного виховання дівчат середніх класів.

Предмет дослідження — рухова і функціональна підготовленість дівчат 5—6 класів.

Мета дослідження — проаналізувати стан рухової й функціональної підготовленості дівчат 5—6 класів.

Для вирішення поставлених завдань були використані такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне тестування, функціональні проби, методи математичної статистики.

Дослідження проводилося в гімназії № 172 м. Харкова в якому прийняли участь дівчата 5—6 класів в кількості 30 чол. На протязі року реєструвалися показники рівня рухової і функціональної підготовленості дівчат 5—6 класів.

Проведене дослідження показало, що дівчата 6 класів перевищують дівчат 5 класів майже за всіма показниками функціональної та рухової підготовленості, виключення становить показник нахил тулуба вперед. Поряд з цим було виявлено сильний кореляційний зв'язок між пробою Штанге та показником бігу 60 м у дівчат як 5 класів, так і 6 класів. Середній зв'язок між показниками стрибок у довжину та згинання розгинання рук в упорі лежачи; показником бігу на 60 м та згинання розгинання рук в упорі лежачи; між пробою Генчі та бігом на 60 м та пробою Генчі й пробою Штанге у дівчат 5 класів, а також між показниками стрибок у довжину та бігом

60 м та показником стрибок у довжину й пробою Штанге у дівчат 6 класів.

Список літератури

1. *Іващенко О.В.* Особливості розвитку рухових здібностей у дівчат середніх класів / Іващенко О.В., Пелепенко О.В.// Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2011. — No 10. — С. 3—9. [Пошук GS](#), [CrossRef](#).
2. *Худолій О.М.* Теоретичні основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі / Худолій О.М., Забора А.В.// Теорія і практика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2001. — No 1.— С. 3—12. [Пошук GS](#), [CrossRef](#).
3. *Худолій О.М., Титаренко А.А.* Ефективність програмування розвитку сили у школярів молодших класів // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — 2013. — No 7 — С. 83-88. [Пошук GS](#), [CrossRef](#).
4. *Khudolii O.M., Titarenko A.A.*, The effectiveness of development programming strength in primary school children. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2013, vol.7, pp. 83-88. [Пошук GS](#), [CrossRef](#).