

ІНФОРМАТИВНІ ПОКАЗНИКИ РУХОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ХЛОПЦІВ 6-8 КЛАСІВ

Іващенко О. В., Спесивцев Д.А.
Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Актуальність. Встановлено, що багатолітній процес фізичного виховання може бути успішно здійснений за умови ретельного врахування вікових особливостей розвитку людини, рівня його підготовленості, особливостей розвитку фізичних якостей і формування рухових навичок (Гужаловский А.А., 1984; Лях В. І., 2000; Іващенко О.В., Дуднік З.М., 2011; Іващенко О.В., Пелепенко О.В., 2011; Веремеєнко В. Ю., 2013; Худолій О.М., Іващенко О.В., 2014).

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди з проблеми “Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків” (2012—2016 рр.) (номер держ. реєстрації 0112U002008), держбюджетної теми «Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків” (2013—2014 рр.) (номер держ. реєстрації 0113U002102).

Мета дослідження — визначити інформативні показники рухової підготовленості хлопців 6—8 класів.

Для вирішення поставлених задач були використані наступні методи: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Для визначення вікових зміни рухової підготовленості хлопців 6-8-х класів було проведено тестування за програмою Державних тестів. Результати проаналізовані за допомогою критерію Хотеллінга. В дослідженні взяли участь 12 хлопців 6 класу, 12 хлопців 7 класу, 12 хлопців 8 класу.

Результати дослідження. Хлопці 6 класу за комплексом тестів мало відрізняються від хлопців 7 класу. Вони показують гірші ре-

зультати в «Підніманні тулубу в сід за 1 хв» та «Човниковий біг, 4×9 м» ($p < 0,01$).

Порівняння результатів тестування хлопців 6 і 8 класу свідчить, що за багатовимірним критерієм Хотеллінга хлопці за комплексом тестів статистично достовірно відрізняються один від одного. Хлопці 8-го класу показують кращі результати «В стрибку в довжину з місця, см», «Біг, 60 м», «Човниковий біг, 4×9 м».

За комплексом тестів хлопці 7-го та 8-го класів мало відрізняються один від одного. Хлопці 7-го класу показують кращі результати в «Підніманні в сід за 1 хв» ($p < 0,01$), а хлопці 8-го класу — в «Стрибку в довжину з місця» ($p < 0,01$).

Таким чином:

1. В віковому діапазоні 12-14 років у хлопців спостерігається зростання швидкісної сили, швидкості.

2. З віком у хлопців 12-14 років не спостерігається позитивної динаміки в тестах «Згинання, розгинання рук в упорі лежачи», «Біг, 1500 м».

Для визначення структури рухової підготовленості хлопців 6-8-х класів був використаний факторний аналіз.

Результати факторного аналізу наведені в таблицях 4-6.

У хлопців 6-го класу в результаті аналізу виділилося два фактори. Перший фактор на 72,5% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З першим фактором найбільшу кореляцію мають «Біг, 1500 м» (0,988), «Біг, 60 м» (0,986) та «Згинання, розгинання рук в упорі лежачи» (0,837). Фактор отримав назву «Витривалість». В групі фактору найбільш інформативними є «Біг, 1500 м», «Біг, 60 м».

Другий фактор на 27,5% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З фактором найбільшу кореляцію мають «Піднімання в сід за 1 хв» (-0,803) та тест на гнучкість (-0,737). Збільшення гнучкості приводить до зменшення ваги фактора, тобто якщо пов'язувати збільшену рухливість в суглобах як слабкість, фактор можна назвати «Відносна сила». В групі фактору найбільш інформативним є тест «Піднімання в сід за 1 хв».

У хлопців 7-го класу в результаті аналізу виділилося три фактори. Перший фактор на 39,4% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З фактором корелюють: «Біг, 60 м» (0,982), «Човниковий біг, 4×9 м» (0,762), «Стрибок в довжину з місця, см» (-0,660). Фактор характеризує швидкість, швидкісну силу, спритність в виконанні

вправ на швидкість. Так як найбільший коефіцієнт кореляції з фактором має «Біг, 60 м», фактор отримав назву «Швидкість».

Другий фактор на 33,4% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З другим фактором позитивно корелюють: «Піднімання в сід за 1 хв» (0,888), «Стрибок в довжину з місця, см». Фактор отримав назву «Силовa витривалість».

Третій фактор на 27,2% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З фактором позитивно корелюють: «Згинання, розгинання рук в упорі лежачи» (0,887), «Біг, 1500 м» (0,735). Фактор отримав назву «Відносна сила».

У хлопців 8-го класу в результаті аналізу виділилося два фактори. Перший фактор на 59,7% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З першим фактором найбільшу кореляцію мають: «Човниковий біг, 4×9 м» (0,871), «Біг, 60 м» (0,698). В зв'язку з тим, що показник, який характеризує спритність має найбільшу кореляцію, фактор отримав назву «Спритність». Найбільш інформативним показником в групі фактора є «Човниковий біг, 4×9 м».

Другий фактор на 40,3% пояснює варіацію результатів в загальній дисперсії. З другим фактором найбільшу кореляцію мають: «Біг, 1500 м» (-0,673), «Стрибок в довжину з місця» (0,672). Фактор, з однієї сторони, характеризує витривалість, з другої — швидкісну силу. В зв'язку з тим, що швидкісна сила з 6 до 8 класу зростає, фактор отримав назву «Швидкісна сила».

Таким чином, у хлопців 6—8-х класів спостерігається чітка структура рухової підготовки, яка з віком має тенденцію змінюватися. Якщо в 6 класі пріоритетними в розвитку є витривалість і відносна сила, то в 8 класі на перший план виступає спритність і швидкісна сила.

Висновки

1. В віковому діапазоні 12—14 років у хлопців спостерігається зростання швидкісної сили, швидкості.

2. З віком у хлопців 12—14 років не спостерігається позитивної динаміки в тестах «Згинання, розгинання рук в упорі лежачи», «Біг, 1500 м».

3. У хлопців 6—8 класів спостерігається чітка структура рухової підготовки, яка з віком має тенденцію змінюватися. Якщо в 6-му кла-

сі пріоритетними в розвитку є витривалість і відносна сила, то в 8-му класі на перший план виступає спритність і швидкісна сила.

Література

1. Веремеєнко В. Ю. Інформативні показники рухової та функціональної підготовленості дівчат 6—7 класів / В. Ю. Веремеєнко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 32-39. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1034>
2. Гужаловский А.А. Проблема критических периодов онтогенеза в её значении для теории и практики физического воспитания // Очерки по теории физической культуры. — М: Физкультура и спорт, 1984. — С. 211—224.
3. Іващенко О.В. Вікові особливості розвитку рухових здібностей дівчат старших класів / Іващенко О.В., Дуднік З.М.// Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 8. — С. 3—5. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>
4. Іващенко О.В. Особливості розвитку рухових здібностей у дівчат середніх класів / Іващенко О.В., Пелепенко О.В.// Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 10. — С. 3—9. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>
5. Ильин П.Е. Психомоторная организация человека: Учебник для вузов. — СПб.: Питер, 2003. — 384 с.
6. Лях В. І. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития. — М.: Терра — Спорт, 2000. — 192 с.
7. Худолій О.М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: Монографія / Худолій О.М., Іващенко О.В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.