ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙШКОЛЯРІВ СТАРШИХ КЛАСІВ

Марченко С. І., Якименко О. С.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С.Сковороди

Актуальність теми. В сучасних умовах значно збільшився обсяг діяльності, в імовірнісних і несподівано — виникаючих ситуаціях, яка вимагає прояву винахідливості, швидкості реакції, здатності до

концентрації і переключення уваги, просторової, тимчасової, динамічної точності рухів.

Координаційні здібності часто ототожнюють з координацією рухів. На думку багатьох авторів [3, 5] координаційні здібності є лише передумовами розвитку координації рухів. У зв'язку з цим, координаційні здібності можна розглядати як передумову, що лежать в основі навчання фізичним вправам, оскільки вони забезпечують узгодження, упорядкування різноманітних рухових дій в єдине ціле відповідно до поставленої мети.

Сучасний спосіб життя школярів вступає в суперечність з фізіологічними потребами організму, а дефіцит рухової активності веде до зростання захворюваності і зниження навчально-трудової активності.

Координаційні здібності тісно взаємопов›язані з проявом психічних функцій (увага, пам'ять, мислення), які є результатом функціонування головного мозку. Моторна (рухова) асиметрія є одним з факторів, які визначають надійність рухових дій, оскільки асиметрія рухів виступає деяким регулятором якісного виконання структури рухів, що характеризує успішність професійної та спортивної діяльності [2].

Період навчання у старших школярів характеризується збільшенням кількості навчального навантаження, яка викликає психоемоційну напругу, що негативно позначається на рівні розвитку координаційних здібностей, а також на здоров'ї учнів. Вік 15-17 років у дітей є другим сенситивним періодом у розвитку координаційних здібностей [5]. На наш погляд, вчителі з фізичного виховання недостатньо ефективно розвивають координаційні здібності старшокласників, не враховують моторні переваги (сторона тіла, рука, нога) учнів, що не дозволяє здійснювати «двосторонній» розвиток координаційних здібностей.

Проблема розвитку координаційних здібностей широко представлена у сучасній та методичній літературі В.М.Платонова, М.М.Булатової (1995-2004), В.П.Озерова (2002), Л.Д.Назаренка (2003) та інших фахівців у галузі фізичної культури, які вважають, що рухова підготовленість є важливим компонентом здоров'я учнів.

Рішення цієї проблеми необхідне. Особливо це важливо в старшому шкільному віці. Оскільки в цей віковий період відбувається

статеве дозрівання дитини, яке пов'язане з прискореним фізичним розвитком, який покликаний підготувати його до дорослого життя.

Таким чином, питання особливості розвитку координаційних здібностей школярів старших класів є своєчасним і актуальним.

Мета дослідження — визначити особливості розвитку координаційних здібностей у школярів старших класів.

Завдання дослідження:

На підставі аналізу і узагальнення літературних джерел дослідити стан питання, що вивчається.

Виявити рівень розвитку координаційних здібностей у школярів старших класів.

Здійснити порівняльний аналіз досліджуваних показників у віковому та статевому аспекті.

Об›єкт дослідження — педагогічний процес розвитку координаційних здібностей школярів 9-11 класів.

Предмет дослідження — стан та особливості розвитку координаційних здібностей школярів 9-11 класів.

Методи дослідження: метод аналізу й узагальнення літературних джерел, метод педагогічних спостережень, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Для визначення рівня розвитку координаційних здібностей школярів 9-10 класів використовувалися таблиці з оціночними нормативами запропонованими Т. В. Селезньовою [6]. Рівень розвитку координаційних здібностей школярів 9-11 класів в цілому знаходиться на середньому рівні.

Аналіз тестування координаційних здібностей дівчат 9-10 класів показав, що різниця в результатах є статистично не значима ($P > 0,05$).

Результат аналізу тестування розвитку координаційних здібностей 9-10 класів показав, що хлопці 10 класу мають кращі результати ніж хлопці 9 класу за комплексом таких тестів як: човниковий біг 3х10 м з оббіганням набивних м'ячів, стрибки на двох ногах руки за головою та ведення баскетбольного м'яча без зорового контролю на дистанції 10 м. Вони статистично значимі, показники 10 класу кращі на 4,88%, 6,87%, 12,53% відповідно.

За іншими результатами спостерігається тенденція до покращення результатів, але різниця в результатах тестування є статистично не значима ($P > 0,05$).

Аналіз тестування розвитку координаційних здібностей 10-11 класів показав, що дівчата 11 класу мають кращі результати ніж дівчата 10 класу за комплексом таких тестів як: біг на 15 м обличчям та спиною вперед, ведення баскетбольного м'яча без зорового контролю на дистанції 10 м. Вони статистично значимі ($P < 0,05$), показники дівчат 11 класу кращі на 21,46% та 13,82%.

За іншими результатами спостерігається тенденція до покращення результатів, але різниця в результатах тестування є статистично не значима ($P > 0,05$).

Хлопці 11 класу показують кращий результат ніж хлопці 10 класу в таких тестах як: біг на 15 м обличчям та спиною вперед, човниковий біг 3х10 м з оббіганням набивних м'ячів, стрибки на двох ногах руки за головою, стрибки на двох ногах руки за спиною, статична рівновага за методикою Яроцького, динамічна рівновага за методикою Бесс, але ця різниця в результатах тестування є статистично не значима ($P > 0,05$).

Між дівчатами і хлопцями 9 класу спостерігається статистично значима відмінність у тестах: човниковий біг 3х10 м з оббіганням набивних м'ячів, стрибки на двох ногах руки за головою, стрибки на двох ногах руки за спиною, ведення баскетбольного м'яча без зорового контролю на дистанції 10 м різниця ($P < 0,05$). За усіма іншими тестами різниця між даними групами статистично не значима ($P > 0,05$).

У 10 класі різниця між хлопцями та дівчатами статистично значима у тестах біг на 15 м обличчям та спиною вперед, човниковий біг 3х10 м з оббіганням набивних м'ячів, стрибки на двох ногах руки за головою, стрибки на двох ногах руки за спиною, ведення баскетбольного м'яча без зорового контролю на дистанції 10 м та ведення одночасно двох баскетбольних м'ячів двома руками на дистанції човникового бігу 3×10, динамічна рівновага за методикою Бесс ($P < 0,05$). Тест статична рівновага за методикою Яроцького статистично не значима ($P > 0,05$).

У 11 класі різниця між дівчатами та хлопцями статистично значима на користь хлопчиків у тестах: біг на 15 м обличчям та спиною вперед, човниковий біг 3х10 м з оббіганням набивних м'ячів, стрибки на двох ногах руки за головою, стрибки на двох ногах руки за спиною, ведення баскетбольного м'яча без зорового контролю на дистанції 10

м та ведення одночасно двох баскетбольних м'ячів двома руками на дистанції човникового бігу 3х10 ($P < 0,05$).

В тестах статична рівновага за методикою Яроцького та динамічна рівновага за методикою Бесс різниця між групами статистично не значима ($P > 0,05$).

Висновки

У віковому аспекті у дівчат 9 та 10 класах всі тести статистично не значимі, у хлопців 10 класу більш розвинуті здібності до пристосування і перебудови рухових дій та розвиток здібності до орієнтації у просторі ніж у хлопців 9 класу. У дівчат 11 класу більш розвинуті здібності до пристосування і перебудови рухових дій та розвиток здібності до орієнтації у просторі ніж у дівчат 10 класу. У хлопців 11 та 10 клас усі тести статистично не значимі.

У статевому аспекті, кращий результат показали хлопці ніж дівчата. В 9 класі у хлопців більш розвинуті здібності до пристосування і перебудови рухових дій. В 10 класі усі тести значимі крім одного,у хлопців більш розвинуті здібності до оцінки просторово-часових і динамічних параметрів руху та розвиток здібності до орієнтації у просторі. В 11 класі хлопці більш розвинуті здібності до пристосування і перебудови рухових дій.

Список література:

1. *Васильков А. А.* Теория и методика физического воспитания : учебник / А. А. Васильков. — Ростов н/Д : Феникс, 2008. — 381 с.
2. *Дмитрієв А. А.* Фізична культура / А. А. Дмитрієв — М.: Річ, 2003. — 410 с.
3. *Круцевич Т. Ю.* Теория и методика физического воспитания / Т. Ю. Круцевич — К.: Олимпийская литература, 2003. — Т 1. — С. 342 — 346.
4. *Курамшин Ю. Ф.* Теорія й методику фізичної культури / Ю. Ф. Курамшин — М.: Радянський спорт, 2004. — 464 с.
5. *Лях В. И.* Координационные способности школьников / В. И. Лях — Минск: 2006. — 290 с.
6. *Селезньова Т. В.* Тести і нормативи для оцінки розвитку координаційних здібностей школярів 7 — 17 років в процесі фізичного виховання: методичні рекомендації / Т. В. Селезньова — Херсон: ХДУ, 2005. — 75 с.