УДК 796.8

ОСОБЛИВОСТІ РУХОВОЇ І ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ХЛОПЧИКІВ 8—9 КЛАСІВ

Іващенко О.В., Худолій О.М., Михайленко О.В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Актуальність роботи. У дітей і підлітків рівень рухової підготовленості є одним із інформативних показників здоров'я та готовності до навчання руховим діям. Збільшення числа школярів з відхиленнями у стані здоров'я обумовлює проведення досліджень, присвячених науковому обґрунтуванню фізичного виховання дітей і підлітків [1, 2, 3, 4, 5, 6]. Визначення конкретних задач, підбір засобів і встановлення раціональної методики розвитку рухових здібностей повинні спиратися на об'єктивні дані обліку їх вікового розвитку (О. В. Іващенко [1, 2, 3]). Це дає можливість перенести акценти з авторитарно-консервативного на більш ефективний особистісно-орієнтований підхід до організації процесу фізичної підготовки. Тому вирішення питання оцінки та виявлення особливостей функціональної та рухової підготовленості школярів середніх класів є актуальним.

Мета роботи — визначити закономірності функціональної та рухової підготовленості школярів середніх класів.

Методи дослідження. В роботі були використані: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження.

Для оцінки функціональної підготовленості хлопчиків 8—9 класів реєструвалися результати проб Штанге, Генчі і Серкіна.

Аналіз результатів тестування свідчить, що статистично достовірні розбіжності між учнями 8 і 9 класів спостерігаються у пробі Штанге. Школярі 9 класу на 11,69 с показують кращі результати ніж учні 8 класу ($p<0,04$). За функціональним станом функції дихання і кровообігу учні 8 і 9 класів оцінюються як здорові нетреновані.

Аналіз результатів тестування свідчить, що статистично достовірні розбіжності між учнями 8 і 9 класів спостерігаються у тесті 8

© Іващенко О.В., Худолій О.М., Михайленко О.В.

«Вис на зігнутих руках» і тесті 9 «Стрибок у довжину з місця» ($p<0,001$; $p<0,002$ відповідно). Школярі 9 класу на 19,69 с показують кращі результати ніж учні 8 класу у тесті 8 «Вис на зігнутих руках» ($p<0,001$) та на 18,44 см у тесті 9 «Стрибок у довжину з місця» ($p<0,002$). За результатами інших тестів розбижності між середніми значеннями статистично недостовірні ($p>0,05$).

Для визначення структури функціональної і рухової підготовленості хлопчиків 8 класів був проведений факторний аналіз по 14 показникам тестування. У процесі аналізу виділилось п'ять факторів які пояснюють 80,182% сумарної дисперсії показників.

Фактор 1 має найбільшу інформативність (20,155%). Фактор корелює з результатами функціональних проб (Штанге, Генчі і Серкіна). Фактор отримав назву функціональна підготовленість дихальної і серцево-судинної систем.

Фактор 2 (інформативність 19,972 %) найбільшу кореляцію має з показниками координації рухів: «Човниковий біг 4×9 м» (,757) та «Оцінка сприйняття силових параметрів рухів руками (права)» (,723). Фактор отримав назву координаційна підготовленість.

Фактор 3 (інформативність 16,591%) найбільшу кореляцію має з показниками координації рухів: «Оцінка часових параметрів руху»(,962) та «Оцінка сприйняття силових параметрів рухів руками (ліва)» (,962). Фактор доповнює попередній.

Фактор 4 (інформативність 12,636%) найбільшу кореляцію має з показниками силової підготовленості учнів: «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» (,719) та «Вис на зігнутих руках» (-,661). Фактор отримав назву силова підготовленість.

Фактор 5 (інформативність 10,929%) найбільшу кореляцію має з показниками диференціювання просторових параметрів руху: «Стрибки з «надбавками»» (,889). Він уточнює фактор 2.

Таким чином, у факторній структурі підготовленості хлопчиків 8 класів пріоритетне місце займає функціональна, координаційна і силова підготовленість.

Аналіз спільностей показує, що запропонована батарея тестів є інформативною.

Для визначення структури функціональної і рухової підготовленості хлопчиків 9 класів був проведений факторний аналіз по 14 показникам тестування. У процесі аналізу виділилось п'ять факторів які пояснюють 73,513% сумарної дисперсії показників.

Фактор 1 має найбільшу інформативність (21,987%). Фактор корелює з результатами функціональних проб (Генчі і Серкіна) та силової підготовленості. Фактор отримав назву силова і функціональна підготовленість дихальної і серцево-судинної систем.

Фактор 2 (інформативність 14,812 %) найбільшу кореляцію має з такими показниками: «Проба Серкіна 3» (,834) та «Згинання і розгинання рук у висі» (,651). Він уточнює перший фактор.

Фактор 3 (інформативність 13,655%) найбільшу кореляцію має з показниками координації рухів. Фактор отримав назву координаційна підготовленість.

Фактор 4 (інформативність 11,949%) найбільшу кореляцію має з показниками силової підготовленості учнів: «Вис на зігнутих руках» (,807). Фактор отримав назву силова підготовленість.

Фактор 5 (інформативність 11,111%) найбільшу кореляцію має з показниками силової підготовленості: «Стрибок у довжину з місця» ,774). Фактор отримав назву швидкісно-силова підготовленість.

Таким чином, у факторній структурі підготовленості хлопчиків 9 класів пріоритетне місце займає силова, функціональна і координаційна підготовленість. Аналіз спільностей показує, що запропонована батарея тестів є інформативною.

Список літератури

1. *Іващенко О.В.* Вікові особливості розвитку рухових здібностей дівчат старших класів / Іващенко О.В., Дуднік З.М.// Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2011. — No 8. — С. 3—5. Пошук GS, CrossRef.
2. *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.
3. *Іващенко О.В.* Методика розвитку сили у школярів старших класів / Іващенко О.В., Давиденко Є.М.// Актуальні проблеми фізкультурної освіти: Матеріали IV електронної наукової конференції (24 квітня 2009 р. м. Харків/ За ред. Худолія О.М. — Харків: ОВС, 2009. — С. 42—44. Пошук GS, режим доступу.
4. *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.
5. *Худолій О.М., Тітаренко 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.
6. *Khudolii O.M., Titarenco 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.