

## **ОСОБЛИВОСТІ РУХОВОЇ І ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТОК 7—8 КЛАСІВ**

Худолій О.М., Іващенко О.В., Криша В.В.

Харківський національний педагогічний  
університет імені Г.С. Сковороди

Визначення конкретних задач, підбір засобів і встановлення раціональної методики розвитку рухових здібностей повинні спиратися на об'єктивні дані обліку їх вікового розвитку (Худолій О.М. [2]). Це дає можливість перенести акценти з авторитарно-консервативного на більш ефективний особистісно-орієнтований підхід до організації процесу фізичної підготовки [1, 3, 4]. Тому виявлення

особливостей функціональної та рухової підготовленості школярів середніх класів є актуальним.

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

Предмет дослідження — рухова та функціональна підготовленість дівчаток 7—8 класів.

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

Завдання:

На основі даних літературних джерел проаналізувати основні складові функціональної та рухової підготовленості дітей і підлітків.

Визначити особливості функціональної та рухової підготовленості учнів сьомих та восьмих класів.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження.

Для оцінки функціональної і рухової підготовленості у школярів 7—8 класів реєструвалися результати проб Штанге, Генчі, Серкіна та рухових тестів. Аналіз свідчить, що за результатами тестування спостерігаються між дівчатами сьомого і восьмого класів за більшістю показників статистично достовірні розбіжності ( $p < 0,05; 0,001$ ). За функціональним станом функції дихання і кровообігу дівчатка 8 класів оцінюються як здорові нетреновані.

Статистично достовірні розбіжності між дівчатками 7 і 8 класів спостерігаються у тестах, які характеризують координаційну і власне силову підготовленість ( $p < 0,001$ ). Дівчатка 7 класів мають кращу підготовленість за результатами тестів № 1 «Стрибки з «надбавками», рази» і № 7 «Вис на зігнутих руках, с» ( $p < 0,05; 0,001$ ).

Результати дискримінантного аналізу дозволяють класифікувати учнів 7—8 класів за функціональним станом і рівнем рухової підготовленості.

Нормовані коефіцієнти канонічної дискримінантної функції дозволяють визначити співвідношення вкладу змінних у результат функції. З найбільшим вкладом в канонічну функцію входять змінні №№ 8, 7, 4 і 1: чим більші значення цих змінних, тим більше значення функції. Вищевикладене свідчить про можливість класифікації віко-

вих відмінностей дівчаток сьомих і восьмих класів на основі тестування координаційної і силової підготовленості.

Координати центроїдів для першої (7 клас) і другої (8 клас) груп дозволяють інтерпретувати канонічну функцію відносно ролі в класифікації. На відємному полюсі знаходиться центроїд для 8 класу, на позитивному — центроїд для 7 класу. Що свідчить про суттєву різницю в підготовленості дівчат сьомих і восьмих класів.

Структурні коефіцієнти канонічної дискримінантної функції є коефіцієнтами кореляції змінних з функцією. Так, функція найбільш суттєво зв'язана з № 8, 4 і 9 змінними. Отже суттєва різниця між дівчатками сьомих і восьмих класів спостерігається у розвитку рухових здібностей і функціональної підготовленості за показниками швидкісної сили, координації рухів і функціонального стану дихальної й серцево-судинної системи.

Результати класифікації груп свідчать, що 100 % вихідних згрупованих спостережень класифіковано вірно. Таким чином, канонічна дискримінантна функція може бути використана для класифікації вікових особливостей розвитку дівчаток сьомих і восьмих 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](#)