

ПЕДАГОГІЧНИЙ КОНТРОЛЬ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ХЛОПЦІВ 10 — 11 КЛАСІВ

Старченко В.М.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Актуальність дослідження. Для отримання об'єктивної інформації про поточний стан процесу фізичного виховання служить система педагогічного контролю. Від інформаційних показників рухових здібностей залежить ефективність управління та спрямування процесу фізичного виховання. Тому основою для підвищення рівня рухової підготовленості учнів загальноосвітньої школи є організація педагогічного контролю рухових здібностей на уроках фізичної культури та позаурочний час (Худолій О.М., Забора А.В., 2001; Іващенко О.В., Цеслицька М., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Іващенко О.В., Мушкетя Р., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Cieślicka M., Napierała M., 2009; Круцевич Т. Ю., 2012). Таким чином тема: «Педагогічний контроль розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів» є актуальною.

Мета дослідження — визначити основні показники розвитку рухових здібностей у хлопців 10—11 класів.

Методи дослідження. Для вирішення завдань дослідження, були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження. В дослідженні приймали участь 28 хлопців старших класів (14 хлопців з 10-А та 14 хлопців 11-А класів) Гімназії №144 м. Харкова.

Результати дослідження. Аналіз результатів тестування рухової підготовленості учнів показав, що за переважною більшістю тестів хлопці 11 класу показують статистично достовірні кращі результати ($p < 0,05$) ніж хлопці 10 класу. За результатами тестування функціональної підготовленості, хлопці 10 і 11 класів відносяться до групи здорових нетренованих.

Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів, можна спостерігати переважно в тестах що націлені на виявлення координативних здібностей, відносної сили та швидкодію-силових

здібностей ($p < 0,05$). Хлопці 11 класу мають кращі результати з тестів: «Оцінка часових параметрів руху, біг 20 с, помилка с», «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям $1/3$, помилка %», «Човниковий біг 4×9 м, с», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи, рази», «Згинання розгинання рук у висі, рази», «Стрибок у довжину з місця, см», ніж хлопці 10 класу, і дані розбіжності є статистично достовірними ($p < 0,05; 0,01$). Згідно результатів тестів функціональної підготовленості хлопці 11 класу мають вищі показники функцій дихання та кровообігу ніж хлопці 10 класу, але дані розбіжності не достовірні.

Згідно результатів кореляційного аналізу рухової підготовленості хлопців 10 класу, найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців є тести з найбільшим числом сильних кореляційних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9 », «Згинання розгинання рук в упорі лежачи». За результатами кореляційного аналізу показників підготовленості хлопців 11 класу, тести з найбільшим числом сильних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям $2/3$ », «Оцінка часових параметрів руху (5с)», «Вис на зігнутих руках», є найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців. Найбільш інформативним показником функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів є тест «Проба Штанге».

Оцінити рівень рухової та функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів надасть можливість семибальна сигмальна шкала, яка дозволить правильно скорегувати програму занять з фізичного виховання.

Висновки

Загальний рівень рухової підготовленості хлопців 10—11 класів оцінюється як середній. Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів переважно в тестах що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидкісно-силових здібностей ($p < 0,05$), що вказує на певну тенденцію до покращення загального рівня рухової підготовленості, а також на вплив вікових особливостей на розвиток рухових здібностей хлопців старших класів. За рівнем функціональної підготовленості хлопці 10—11

класів відносяться до групи здорових нетренованих. Розбіжності за функціональними тестами статистично не достовірні.

За результатами кореляційного аналізу були визначені інформативні показники розвитку рухових та функціональних здібностей. Для хлопців 10 класу найінформативнішими є тести: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи», «Проба Штанге»; для хлопців 11 класу — «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %», «Оцінка часових параметрів руху (5с)», «Вис на зігнутих руках», «Проба Штанге».

Література

1. 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. — № 1.— С. 3—12. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.1>
2. Іващенко О. В. Моделювання силової підготовленості дівчаток 6—7 класів / О. В. Іващенко, М. Цеслицька, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 10-16. DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
3. Іващенко О. В. Характеристика силової підготовленості хлопців 6—7 класів / О. В. Іващенко, Р. Мушкета, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 17-24.— DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>.
4. Круцевич Т. Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі / Т. Ю. Круцевич // Фізичне виховання в сучасній школі. — 2012, № 2 (78). — С. 8–9.
5. Худолій О. М., Педагогічна практика в школі. Повідомлення II / Худолій О. М., Іващенко О.В. //Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 9. — С. 19—32. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.9.740>
6. Худолій, О. М., Іващенко, О. В. Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник. Харків: “ОВС”, 2014. — 320 с.
7. Cieslicka M., Napierała M. The somatic build of lightweight rowers. Medical and Biological Sciences. 2009, no. 23/3, pp. 33 — 38.