

ПОРІВНЯЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РУХОВОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ УЧНІВ СЕРЕДНІХ КЛАСІВ

Худолій О.М., Галічева К.С.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди

Актуальність. Актуальність роботи визначається необхідністю вивчення шляхів оптимізації процесу фізичного виховання

школярів. У процесі фізичного виховання в школі формуються морально-вольові якості особистості, виробляється потреба в повсякденних заняттях фізичними вправами, розвиваються рухові здібності.

У роботі проаналізовані дані провідних вчених сучасності по проблемам розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків (А. А. Маркосян, 1969; В. С. Фарфель, 1957, 1975; Н. А. Фомін, В. П. Філін, 1972; Л. В. Волков, 1988, 2005). Встановлено, що багатолітній процес фізичного виховання і спортивного тренування може бути успішно здійснений за умови ретельного врахування вікових особливостей розвитку людини, рівня її підготовленості, специфіки обраного виду спорту, особливостей розвитку рухових здібностей і формування рухових навичок.

Аналіз науково-методичної літератури дозволив встановити, що потребує подальшого обґрунтування закономірності динаміки розвитку рухових здібностей у школярів середніх класів у віковому аспекті.

Таким чином, тема дослідження «Порівняльна характеристика рухової підготовленості учнів середніх класів» є актуальною.

Мета дослідження — проаналізувати стан рухової підготовленості школярів 5—7 класів.

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

Предмет дослідження — динаміка рухової підготовленості школярів середніх класів

Завдання дослідження:

Визначити вікові зміни рухової підготовленості школярів 5—7 класів.

Визначити структурні зміни рухової підготовленості школярів 5—7 класів.

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

Для визначення вікових змін рухової підготовленості хлопців 5—7-х класів було проведено тестування. Результати проаналізовані за допомогою критерію Хотеллінга. В дослідженні взяли участь 12 хлопців 5 класу, 12 хлопців 6 класу, 12 хлопців 7 класу.

Результати аналізу наведені в таблицях 1—3.

Таблиця 1

Порівняння результатів тестування у хлопців 5 та 6 класів

№	Зміст	Хлопці 5 кл		Хлопці 6 кл		Т-критерій	
		X	s	X	s	одно- мірний	багато- мірний
1	Біг, 1500 м	7,02	2,13	7,91	0,76	1,80	1,34
2	Згинання розгинання рук в упорі	27,40	3,63	30,83	9,18	1,23	1,11
3	Піднімання в сід за 1 хв	29,28	10,26	37,33	4,44	6,07	2,46
4	Стрибок в довжину з місця, см	156,60	17,38	159,83	12,25	0,26	0,51
5	Біг, 60 м	10,95	0,46	10,65	1,13	0,62	0,79
6	Човниковий біг, 4×9 м	12,46	0,63	11,82	0,98	3,22	1,79
7	Гнучкість, см	8,60	7,55	9,00	6,62	0,02	0,13

T^2 фактичне = 26,445

T^2 критичне = 27,600

Хлопці 5 класу за комплексом тестів мало відрізняються від хлопців 6 класу. Вони показують гірші результати в «Підніманні тулубу в сід за 1 хв» та «Човниковий біг, 4×9 м» ($p < 0,01$).

Порівняння результатів тестування хлопців 5 і 7 класу свідчить, що за багатовимірним критерієм Хотеллінга хлопці за комплексом тестів статистично достовірно відрізняються один від одного. Хлопці 7-го класу показують кращі результати «В стрибку в довжину з місця, см», «Біг, 60 м», «Човниковий біг, 4×9 м».

Таблиця 2

Порівняння результатів тестування у хлопців 5 та 7 класів

№	Зміст	Хлопці 5 кл		Хлопці 7 кл		Т-критерій	
		X	s	X	s	одно- мірний	багато- мірний
1	Біг, 1500 м	7,02	2,13	7,45	0,98	0,36	0,60
2	Згинання, розгинання рук в упорі	27,40	3,63	25,09	11,89	0,35	0,59
3	Піднімання в сід за 1 хв	29,28	10,26	32,82	4,24	1,10	1,05
4	Стрибок в довжину з місця, см	156,60	17,38	172,27	23,17	3,02	1,74

«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ»

5	Біг, 60 м	10,95	0,46	10,33	0,72	5,43	2,33
6	Човниковий біг, 4×9 м	12,46	0,63	11,84	0,80	3,92	1,98
7	Гнучкість, см	8,60	7,55	10,45	4,46	0,48	0,69

T2 фактичне = 29,1

T2 критичне = 28,951

Таблиця 3

Порівняння результатів тестування у хлопців 6 та 7 класів

№	Зміст	Хлопці 6 кл		Хлопці 7 кл		T-критерій	
		X	s	X	s	одно- мірний	багато- мірний
1	Біг, 1500 м	7,91	0,76	7,45	0,98	1,58	1,26
2	Згинання розгинання рук в упорі	30,83	9,18	25,09	11,89	1,70	1,30
3	Піднімання в сід за 1 хв	37,33	4,44	32,82	4,24	6,20	2,49
4	Стрибок в довжину з місця, см	159,83	12,25	172,27	23,17	2,66	1,63
5	Біг, 60 м	10,65	1,13	10,33	0,72	0,65	0,81
6	Човниковий біг, 4×9 м	11,82	0,98	11,84	0,80	0,00	0,05
7	Гнучкість, см	9,00	6,62	10,45	4,46	0,37	0,61

T² фактичне = 17,4872

T² критичне = 26,5580

Порівняння результатів тестування хлопців 6-го та 7-го класів наведено в таблиці 3. За комплексом тестів вони мало відрізняються один від одного. Хлопці 6-го класу показують кращі результати в «Підніманні в сід за 1 хв» ($p < 0,01$), а хлопці 7-го класу — в «Стрибку в довжину з місця» ($p < 0,01$)

Таким чином:

1. У віковому діапазоні 11—13 років у хлопців спостерігається зростання швидкісної сили, швидкості.

2. З віком у хлопців 11—13 років не спостерігається позитивної динаміки в тестах «Згинання, розгинання рук в упорі лежачи», «Біг, 1500 м».