

ХАРАКТЕРИСТИКА РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ У ХЛОПЦІВ 8—9 КЛАСІВ

Худолий О. М., Дашкіна К.Я.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди

Актуальність. Навчання рухових дій необхідно в будь-якій діяльності. Однак тільки в сфері фізичного виховання вивчення їх є ядром навчання, оскільки тут рухова діяльність виступає і як об'єкт, і як засіб, і як мета вдосконалення. Фізичне виховання школярів повинно забезпечити кожному учневі, що бере участь у навчальному процесі, достатній і необхідний мінімум теоретичної, технічної та фізичної підготовленості, які спрямовані на забезпечення бази в освоєнні фізичної культури для життєдіяльності, для розвитку особистості, для формування здоров'я і здорового способу життя.

Проблеми фізичної підготовки та вікового розвитку фізичних якостей школярів присвячені роботи О.М. Худолий, Л.В. Волкова, В.І. Ляха, В. І. Шиян та інших фахівців у галузі фізичної культури, які вважають, що рухова підготовленість є важливим компонентом здоров'я учнів, а її поліпшення однієї з головних завдань фізичного виховання в школі. Для доцільної та ефективної організації занять фізичною культурою необхідно мати правдиву інформацію про рівень фізичної підготовленості школярів на кожному етапі їх навчання. Тому оцінка ефективності фізичного виховання в школі має проводитися з одного боку, за станом здоров'я учнів, а з іншого — за рівнем фізичної підготовленості учнів.

Однак в доступних дослідженнях недостатньо представлені результати про структуру рухової підготовки та її вікову динаміку. Дані обставини визначили вибір теми, постановку мети і основні напрямки цього дослідження. Отже, дослідження структури рухової підготовленості хлопчиків 8—9 класів є актуальним.

Мета дослідження — визначити рівень рухової та функціональної підготовленості хлопчиків 8—9 класів.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати літературні джерела про руховій підготовці хлопчиків середнього шкільного вік.

2. Визначити руховий та функціональний рівень підготовленості хлопчиків 8—9 класів.

3. Дати оцінку функціональній та фізичній підготовці хлопчиків 8—9 класів.

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

Результати дослідження. Результати порівняльного аналізу показників розвитку рухових здібностей хлопчиків 8—9 класів показали, що рівень фізичної підготовленості учнів має тенденцію до покращення і знаходиться на достатньому рівні. Динаміка результатів тестів: «Оцінка сприйняття часових параметрів руху», «Згинання і розгинання рук в упорі лежачі» та «Стрибок у довжину з місця» є не достовірною.

Оцінка показників функціональної підготовленості хлопчиків 8—9 класів показала, що вони відповідають нормам здоровим не тренуваним особам.

За допомогою кореляційного аналізу фізичної підготовленості юнаків 8 класу було встановлено, що статистично достовірний кореляційний зв'язок спостерігається між тестами «Оцінка часових параметрів руху» та «Згинання і розгинання рук в упорі лежачі» ($r=0,53$; $P<0,05$).

У юнаків 9 класу було встановлено, що статистично достовірний кореляційний зв'язок спостерігається між тестами «Вис на зігнутих руках» та «Стрибок у довжину з місця» ($r=0,46$; $P<0,05$). Негативний кореляційний зв'язок спостерігається між тестами «Човниковий біг 9×4 м» та «Згинання і розгинання рук у висі» ($r=-0,35$; $P>0,05$).

Оцінка показників функціональної підготовленості хлопчиків 8—9 класів показала, що вона відповідає нормам здоровим не тренуваним особам.

Висновки:

1. Загальний рівень розвитку рухових здібностей школярів 8—9 класів, має середній рівень з більшої частини показників, що обумовлено змістом і спрямованістю засобів фізичного виховання, а також чутливими періодами розвитку рухових здібностей.

2. Загальний рівень функціональної підготовленості школярів 8—9 класів, має середній рівень та відповідає нормам здорових не тренуваних осіб.

МАТЕРІАЛИ КОНФЕРЕНЦІЇ

3. Оцінка загального рівня фізичної підготовленості відповідають нормативним середнім показникам за Державною програмою оцінка функціональної підготовленості хлопців 8—9 класам та відповідають нормам не тренуваних осіб.