

КООРДИНАЦІЯ РУХІВ: ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ РІЗНИХ ІНТЕРВАЛІВ ЧАСУ У ДІВЧАТ 7 КЛАСІВ

Михайличенко І. О.

Харківський національний педагогічний
університет імені Г.С. Сковороди

Вступ. На думку Ільїна, Є.П. (2003) координація це управління узгодженням і відповідністю рухів і утримання необхідної пози. Худолій, О.М. (2008) вказує, що координація рухів – це здібність людини раціонально організовувати рухи в просторі, за часом і ступенем м'язової напруги, відтворювати або перебудовувати їх в залежності від оперативної ситуації.

Координаційні здібності і закономірності їх розвитку розглядалися в роботах Фарфеля, В.С. (1975), Ільїна, Е.П. (2003), Ляха, В.І. (2000). Координація рухів одна з базових здібностей, яка піддається розвитку у шкільному віці (Бальсевич, В.К., 2000; Ильин, Е.П., 2003; Сергієнко, Л.П., Чекмарьова, Н.Г., & Хаджинов, В.А., 2012; Іващенко, О.В., 2016).

У фізичному вихованні координація рухів проявляється: 1) в умінні поєднувати рухи різними частинами тіла, а також переключатися з одних рухів на інші (Худолій, О.М., 2008); 2) в умінні виконувати вправи точно у просторі, за часом і за ступенем м'язових зусиль (Фарфель, В.С., 1975; Лях, В.І., 2000; Худолій, О.М., 2008; Іващенко, О.В., 2016); 3) в умінні змінювати техніку виконання вправи залежно від умов середовища (Ильин, Е.П., 2003; Худолій, О.М., 2008); 4) в умінні протистояти негативним впливам на вестибулярний аналізатор (Ильин, Е.П., 2003; Лях, В.І., 2000; Худолій, О.М., 2008). Фарфель, В.С. (1975) особливу увагу приділяв вивченню особливостей диференціювання просторових, часових і силових характеристик руху.

Значну роль у формуванні здібності до координації рухів відіграє моторна пам'ять (Ильин, Е.П., 2003; Лях, В.І., 2000; Худолій, О.М., 2008). Встановлено, що здібність до управління рухами в просторі, за часом і м'язовими зусиллями впливає на ефективність навчання рухових дій (Лях, В.І., 2000; Худолій, О.М., 2008; Ivashchenko, O., Khudolii, O., Iermakov, S., Lochbaum, M., Cieslicka, M., Zukow, W., Nosko, M., & Yermakova, T., 2017).

Нааявність інформативних показників педагогічного контролю (Іващенко, О., & Шепеленко, Г., 2014; Іващенко, О.В., Пашкевич, С.А., & Крінін, Ю.В., 2014; Ivashchenko, O. V., & Karpan, O. O., 2016) та знання особливостей розвитку здібності до управління рухами (Лях, В.И., 2000; Худолій, О.М., 2008; Іващенко, О.В., 2016) є важливим фактором у плануванні розвитку координаційних здібностей в процесі фізичного виховання школярів.

Аналіз наукової літератури дозволив встановити, що дослідження особливостей оцінки різних інтервалів часу потребує подальших розвідок.

Мета дослідження – визначити особливості оцінки різних інтервалів часу у дівчат 7 класів.

Методи дослідження. У дослідженні прийняли участь 26 дівчат 7 класу.

У роботі використані методи аналізу наукової літератури, тестування, методи математичної статистики.

Процедура тестування.

Оцінка часових параметрів руху.

Обладнання. Секундомір.

Проведення тесту. За завданням тестолога випробовуваний виконує біг на місці у середньому темпі, згинаючи коліна до прямого кута між стегном і гомілкою, протягом 5 с. Після цього учасник тестування відтворює тривалість часу бігу — 5 с. Тестолог перевіряє правильність відтворення часу бігу за секундоміром. Потім пропонується зробити те саме протягом 10, 30, 60 с.

Результат. Відхилення, визначене з точністю до 0,1 с, відтворення часового інтервалу. Значення зі знаком «плюс» означає перевищення часового інтервалу, зі знаком «мінус» — недосягнення заданого часу.

Загальні вказівки та зауваження

Учасник тестування не повинен підраховувати час.

Виконується тільки одна спроба.

Статистичний аналіз. Для визначення особливостей оцінки різних інтервалів часу у дівчат 7 класів був використаний t-тест для парних спостережень. Для оцінки взаємозв'язку між результатами тестування використовувався кореляційний аналіз. В процесі аналізу розраховувалися середнє арифметичне і похибка середнього арифметичного.

Результати дослідження

У таблиці наведені результати аналізу особливостей оцінки різних інтервалів часу у дівчат 7 класів. Найменша похибка в оцінці інтервалів часу спостерігається у відтворенні тривалості бігу 5 і 10 с, найбільша - у відтворенні тривалості бігу 30 і 60 с. Спостерігаються статистично достовірні розбіжності в оцінці коротких і довгих інтервалів часу ($P < 0,001$). Розбіжності в оцінці 5 і 10 с інтервалів часу, 30 і 60 с інтервалів часу статистично недостовірні ($P > 0,001$).

Кореляційний аналіз показав, що між відтворенням тривалості часу бігу 5 і 10 с, 5 і 30 с спостерігається статистично достовірний зв'язок ($r = 0,807$; $P < 0,001$; $r = 0,466$; $P < 0,05$).

Таблиця. Результати аналізу особливостей оцінки різних інтервалів часу у дівчат 7 класів ($n = 26$)

Назва виміру	X	m	
Пара 1	Відтворення тривалості часу бігу 5 с	1,8231	,12232
	Відтворення тривалості часу бігу 10 с	1,8000	,08038
	Різниця	,02308; $P > 0,05$	
Пара 2	Відтворення тривалості часу бігу 5 с	1,8231	,12232
	Відтворення тривалості часу бігу 30 с	2,3231	,11666
	Різниця	-,50000; $P < 0,001$	
Пара 3	Відтворення тривалості часу бігу 5 с	1,8231	,12232
	Відтворення тривалості часу бігу 60 с	2,6769	,19330
	Різниця	-,85385; $P < 0,001$	
Пара 4	Відтворення тривалості часу бігу 10 с	1,8000	,08038
	Відтворення тривалості часу бігу 30 с	2,3231	,11666
	Різниця	-,52308; $P < 0,001$	
Пара 5	Відтворення тривалості часу бігу 10 с	1,8000	,08038
	Відтворення тривалості часу бігу 60 с	2,6769	,19330
	Різниця	-,87692; $P < 0,001$	
Пара 6	Відтворення тривалості часу бігу 30 с	2,3231	,11666
	Відтворення тривалості часу бігу 60 с	2,6769	,19330
	Різниця	-,35385; $P > 0,05$	

Таким чином, дівчата 7 класів краще оцінюють короткі інтервали часу. Оцінка тривалості часу бігу 5 і 10 с має статистично достовірний зв'язок. Між похибкою в оцінці тривалості бігу 30 і 60 с статистично достовірного зв'язку не виявлено.

Література

- Бальсевич, В.К. (2000). *Онтокінезіологія людини*. М. : Теорія і практика фізической культури, 275.
- Власов, А., Демічковський, А., Іващенко, О., Лопатєв, А., Пігін, М., П'яніло, Я., & Худолій, О. (2016). Системний підхід і математичне моделювання біологічних та природних об'єктів і процесів. *Фізико-математичне моделювання та інформаційні технології*, (23), 17-28.
- Ильин, Е.П. (2003). *Психомоторная организация человека : учеб. для вузов*. СПб. : Питер, 384.
- Іващенко, О.В. (2016). Моделювання процесу фізичного виховання школярів: Монографія. Харків: ОВС.
- Іващенко, О.В., Пашкевич, С.А., & Крїнін, Ю.В. (2014). Порівняльна характеристика функціональної, координаційної і силової підготовленості хлопців 8—9 класів. *Теорія та методика фізичного виховання*, 0(2), 31-39. doi:<https://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.2.1099>
- Іващенко, О., & Шепеленко, Г. (2014). Порівняльна характеристика координаційної і силової підготовленості учнів середніх класів. *Теорія та методика фізичного виховання*, (2), 22-30. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2014.2.1096>
- Лях, В.И. (2000). *Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития*. М.: Терра-Спорт, 192.
- Сергієнко, Л.П., Чекмарьова, Н.Г., & Хаджинов, В.А. (2012). *Психомоторика: контроль та оцінка розвитку* : [Навчальний посібник]. Харків : ОВС, 270.
- Фарфель, В.С. (1975). *Управление движениями в спорте*. М.: Физкультура и спорт, 226.
- Худолій, О.М. (2008). *Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник*. Харків: ОВС.
- Ivashchenko, O., Khudolii, O., Iermakov, S., Lochbaum, M., Cieslicka, M., Zukow, W., Nosko, M., & Yermakova, T. (2017). Methodological approaches to pedagogical control of the functional and motor fitness of the girls from 7-9 grades. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 17(1), 254-261.
- Ivashchenko, O. V., & Kapkan, O. O. (2016). Informative pedagogic control indicators of 14-15 years age girls' motor fitness. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 20(6), 18-25.