



ОРИГІНАЛЬНА НАУКОВА РОБОТА

ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ШВИДКОСТІ НА СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧОМУ ЕТАПІ ПІДГОТОВКИ В КІОКУШИНКАЙ КАРАТЕ

Микола Зимогляд, Світлана Марченко

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Анотація

Мета дослідження – визначити особливості прояву гендерних відмінностей у швидкісній підготовленості школярів молодших класів, які займаються в секції карате на спортивно-оздоровчому етапі.

Матеріали і методи. У дослідженні прийняли участь дівчатка 7 років (n=10), 8 років (n=10), 9 років (n=15), 10 років (n=15); хлопчики 7 років (n=10), 8 років (n=10), 9 років (n=15), 10 років (n=15). Діти та їхні батьки були інформовані про всі особливості дослідження і дали згоду на участь в експерименті. Для вирішення поставлених завдань були використані методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження.

Результати. За результатами тестування спостерігаються статистично достовірні гендерні розбіжності за показниками тестів: біг 30 м – 9 років (p=0,001), 10 років (p=0,013); стрибок у довжину з місця – 7 (p=0,005), 8 (p=0,004), 9 (p=0,001), 10 (p=0,015) років; човниковий біг 4x9 м – 8 (p=0,009), 9 (p=0,006), 10 (p=0,011) років; стрибки зі скакалкою – 10 (p=0,049) років; індексу швидкості – 9 (p=0,001) років; індекс швидкісної сили – 7 (p=0,001), 9 (p=0,0001), 10 (p=0,03) років.

Висновки. Встановлено, що відмінності існують, але в кожній віковій групі вони різні. В 7 років діти мало відрізняються за гендерними ознаками, але з віком збільшується кількість структурних елементів швидкісної підготовленості за якими показники дівчат і хлопців статистично різні.

Ключові слова: школярі молодших класів, швидкісна підготовленість, гендерні особливості, кіокушинкай карате.

Вступ

Кіокушинкай карате – характеризується складною координаційною та швидкісною руховою діяльністю [1, 2]. В поєдинках спортсмен повинен постійно переміщуватися по татамі, виконувати різноманітні вибухові атакуючі, обманні та захисні дії. На етапі спортивно-оздоровчої спрямованості пріоритетними є різностороння фізична та технічна підготовка – фундамент для поглибленої спеціальної підготовки в ката та куміте. Заняття носять переважно ігровий та ознайомлювальний характер [3, 4].

Вивчення статевої закономірності розвитку швидкісних здібностей є актуальною проблемою підготовки юних каратистів.

Мета дослідження – визначити особливості прояву гендерних відмінностей у швидкісній підготовленості школярів молодших класів, які займаються в секції карате на спортивно-оздоровчому етапі.

Матеріали і методи

Учасники дослідження. У дослідженні прийняли участь дівчатка 7 років (n=10), 8 років (n=10), 9 років (n=15), 10 років (n=15); хлопчики 7 років (n=10), 8 років (n=10), 9 років (n=15), 10 років (n=15). Діти та їхні батьки були інформовані про всі особливості дослідження і дали згоду на участь в експерименті.

Організація дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи індексів, методи математичної статистики.

У дослідженні реєструвались показники: біг 30 м, стрибок у довжину з місця, човниковий біг 4x9 м, хват падаючої палиці Дітріха, стрибки зі скакалкою, нанесення на швидкість бокових ударів ногами по ракетках з партнером оббігаючи конуси «змійкою».

Статистичний аналіз. У дослідженні використовувалася програма – IBM SPSS 26. Обчислювались: t-критерій Стьюдента для незалежних вибірок, U-критерій Манна-Уїтні.

Результати

Отримані рівні значимості емпіричних t-критеріїв демонструють, що між групами хлопців і дівчат 7 років не спостерігаються статистично достовірні відмінності (p>0,05) у швидкісних здібностях. Хлопці відрізняються від дівчат статистично достовірно лише за показниками тесту «Стрибок у довжину з місця» (p=0,005) та у індексі швидкісної сили (ІШС) (p=0,001).

Аналіз особливостей прояву швидкісних здібностей у дітей 8 років свідчить, що статистично достовірні розбіжності за результатами тестування спостерігаються між тестами «Стрибок у довжину з місця» (p=0,004) та

«Човниковий біг 4x9» ($p=0,009$). Здібності до інших проявів швидкості у дівчат і хлопців знаходяться на одному рівні.

Аналіз результатів тестування свідчить, що статистично достовірні розбіжності середніх групових результатів дівчат і хлопців 9 років спостерігаються у тестах наступної спрямованості: «Біг 30м з високого старту» ($p=0,001$), «Стрибок у довжину з місця» ($p=0,0001$), «Човниковий біг 4x9» ($p=0,006$), Індекс швидкісної сили ($p=0,0001$). Спостерігається збільшення кількості швидкісних параметрів за якими у статевому аспекті діти мають відмінності.

Розраховані критерії рівності дисперсій Лівіня за «Індексом швидкості» указує, що дисперсії показників індексу швидкості в групах дівчат і хлопців 9 років розрізняються ($p<0,05$), тому використання t-критерію Стьюдента для незалежних вибірок не правомірне. В даному випадку необхідно використовувати інший критерій. Ми обрали U-критерій Манна-Уїтні. Так як асимптотична значущість U - критерій $0,001<0,05$, то нульова гіпотеза про однаковий розподіл «Індексу швидкості» серед дітей 9 років за статевою ознакою відхиляється. Відмінності між значеннями параметра у вибірках груп дівчат і хлопців достовірні ($p=0,001$).

Статистично достовірні розбіжності за гендерними ознаками у дітей 10 років спостерігаються у тестах: «Біг 30м з високого старту» ($p=0,013$), «Стрибок у довжину з місця» ($p=0,015$), «Човниковий біг 4x9» ($p=0,011$), «Стрибки зі скакалкою» ($p=0,049$), «Індекс швидкісної сили» ($p=0,03$). У тестах «Хват падаючої палиці Дітрі-

ха», «Нанесення на швидкість бокових ударів ногами» та Індексі швидкості не існувало значимих відмінностей ($p>0,05$). Тобто гендерні ознаки у дітей цього віку не впливають на рівень швидкості та частоти одиночного руху, латентного часу простої рухової реакції.

Отримані результати доповнюють інформацію про те, що швидкісна підготовка спортсменів є складним процесом диференційованого розвитку елементарних і комплексних видів швидкісних здібностей та їх інтегрального вдосконалення з урахуванням специфіки виду спорту та етапу багаторічної підготовки [5, 6], особливостей вікового розвитку [7] та гендерних особливостей [8, 9]. На етапі початкової підготовки значну увагу необхідно надавати бігу на коротких відрізках, стрибковим вправам, рухливим і спортивним іграм [3, 10].

Висновки

Встановлено, що відмінності існують, але в кожній віковій групі вони різні. В 7 років діти мало відрізняються за гендерними ознаками, але з віком збільшується кількість структурних елементів швидкісної підготовленості за якими показники дівчат і хлопців статистично різні.

Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Список літератури

1. Марченко, С., & Безпалько, Д. (2020). Контроль і оцінка координаційних здібностей хлопчиків 7 років на етапі початкової підготовки в кіокушинкай карате. *Журнал теорії та методології навчання*, 1(2), 82-88. <https://doi.org/10.17309/jltm.2020.2.06>
2. Марченко, С., & Вердиш, Я. (2021). Оцінка надійності та інформативності показників координаційної підготовленості хлопчиків 8 років. *Журнал теорії та методології навчання*, 2(1), 21-28. <https://doi.org/10.17309/jltm.2021.1.03>
3. Marchenko, S., & Satdyiev, B. (2021). Effectiveness of Using Active Games for Strength Development in 10-Year-Old Boys at the Initial Training Stage in Kyokushin Karate. *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, 21(1), 84-89. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2021.1.11>
4. Марченко, С., & Гандимов, Б. (2021). Розвиток силових здібностей ігровими засобами з елементами однокорств на спортивно-оздоровчому етапі у дівчат 10 років. *Журнал теорії та методології навчання*, 2(2), 68-74. <https://doi.org/10.17309/jltm.2021.2.03>
5. Платонов, В. (2015). Скоростные способности и основы методики их развития. *Наука в олимпийском спорте*. 15(4). 20-22. http://nbuv.gov.ua/UJRN/NOS_2015_4_4
6. Марченко, С., & Коваленко, К. (2020). Оптимізація режиму навчання техніки прямого удару ногою «має гері» в кіокушинкай карате хлопців 10 років. *Журнал теорії та методології навчання*, 1(1), 33-39. <https://doi.org/10.17309/jltm.2020.1.05>
7. Марченко, С.І. (2008). Умови ефективного розвитку рухових здібностей у школярів молодших класів засобами рухливих ігор : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків, 2008. 21.
8. Марченко, С. (2007). Особливості рухової підготовленості молодших школярів. *Teoriâ ta Metodika Fizičnogo Vihovannâ*, (5), 15-18, 35, 36. Retrieved from <https://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/307>
9. Єрмаков, С., Іващенко, О., & Хом'яков, О. (2020). Гендерні особливості рухової підготовленості школярів 8 років. *Журнал теорії та методології навчання*, 1(2), 75-81. <https://doi.org/10.17309/jltm.2020.2.05>
10. Марченко, С., & Голубов, В. (2015). Особливості впливу ігрових режимів на динаміку розвитку швидкості у хлопчиків молодшого шкільного віку. *Теорія та методика фізичного виховання*, (4), 17-24. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2015.4.1152>

PECULIARITIES OF SPEED DEVELOPMENT AT THE SPORTS AND HEALTH STAGE OF TRAINING IN KYOKUSHIN KARATE

Mykola Zymohliad, Svitlana Marchenko

H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

The purpose of the study is to determine the features of the manifestation of gender differences in the speed of preparation of junior high school students who are engaged in the karate section at the sports and health stage.

Materials and methods. The study involved girls 7 years (n = 10), 8 years (n = 10), 9 years (n = 15), 10 years (n = 15); boys 7 years (n = 10), 8 years (n = 10), 9 years (n = 15), 10 years (n = 15). The children and their parents were informed about all the features of the study and agreed to participate in the experiment. Research methods were used to solve the set tasks: analysis of scientific and methodological literature, pedagogical testing and methods of mathematical statistics of processing research results.

Results. According to the test results, there are statistically significant gender differences in the indicators of the tests:

running 30 m - 9 years (p = 0.001), 10 years (p = 0.013); long jump - 7 (p = 0.005), 8 (p = 0.004), 9 (p = 0.001), 10 (p = 0.015) years; shuttle run 4x9 m - 8 (p = 0.009), 9 (p = 0.006), 10 (p = 0.011) years; skipping rope - 10 (p = 0.049) years; speed index - 9 (p = 0.001) years; speed force index - 7 (p = 0.001), 9 (p = 0.0001), 10 (p = 0.03) years.

Conclusions. It is established that differences exist, but they are different in each age group. At the age of 7, children do not differ much in terms of gender, but with age the number of structural elements of speed training increases, according to which the indicators of girls and boys are statistically different.

Keywords: primary school students, speed fitness, gender peculiarities, Kyokushin Karate.

Information about the authors:

Zimoglyad Mykola: zimoglyad1990k@gmail.com; <https://orcid.org/0000-0001-6496-1175>; Department of Theory and Methodology of Physical Education, H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Alchevskykh St, 29, Kharkiv, 61002, Ukraine.

Marchenko Svitlana: sport-svet1968@ukr.net; <https://orcid.org/0000-0002-1013-9511>; H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, Department of Theory and Methodology of Physical Education, Alchevskykh St, 29, Kharkiv, 61002, Ukraine.

Надійшла: 05.11.2021. Прийнято: 20.11.2021. Опубліковано: 15.12.2021