

Порівняльний аналіз специфічних проявів координаційних здібностей хлопчиків та дівчаток основної школи

Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Постановка наукової проблеми та її значення. На сьогодні характерною рисою шкільного фізичного виховання вважається питання модернізації фізкультурної освіти, які, передусім, пов'язані з реалізацією її гуманістичної та культуротворчої функцій, спрямованих на високий духовно-ціннісний, загальнокультурний розвиток особистості учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Дослідженнями науковців доведено, що важлива рушійна сила розробки концептуальних основ освіти – це визначення основних суперечностей між завданнями гуманізації освіти, яка потребує звернення до особистості учня, створення умов для формування в індивіда соціально значущої системи цінностей і реальною практикою навчання, не орієнтованою на цілісне формування особистості. Подібне протиріччя існує між метою та завданнями, поставленими перед фізичним вихованням у школі, і новими підходами до їх визначення й формулювання. Спостерігається вона між змістом фізкультурної освіти, що пропонується в навчальних програмах, і дидактично обґрунтованими складниками змісту загальної середньої освіти; між традиційними методами та формами організації навчального процесу й сучасними інноваційними підходами до їх оновлення та модернізації; між системою оцінювання навчальних досягнень учнів, рівня їхньої фізичної підготовленості й реальними навчальними можливостями.

Зазначене вище свідчить про необхідність переосмислення теоретичного знання про фізкультурну освіту сучасної школи, пошуку нових її парадигм на базі глибоких теретико-методологічних підґрунть [1].

Критична ситуація зі станом здоров'я населення України значною мірою стосується учнів. У шкільному віці мають закладатись основи здоров'я, однак дослідження провідних науковців свідчать про невтішну картину, яку ми бачимо в школі. Понад 90 % випускників мають відхилення в стані здоров'я (О. Г. Сухарев, 1991; Г. Л. Апанасенко, 1992; Т. Ю. Круцевич, 1999; О. В. Андреева, О. Л. Благій, 2005; Г. В. Глова, 2007). За даними Домашенка (2000) та ін., більшість навіть здорових випускників шкіл мають незадовільну фізичну підготовку. Основна мета шкільного фізичного виховання – реалізація освітніх, оздоровчих завдань і розвитку фізичних якостей. Протягом останніх років проведено чимало досліджень стосовно вивчення проблеми вдосконалення змісту фізичного виховання (Т. Ю. Круцевич, 2003; Т. Т. Ротерс, 2006; І. В. Степанова, 2007; Н. В. Москаленко та ін., 2007; О. Ю. Кібальник, 2008).

Незважаючи на наявність великої кількості праць із проблем шкільного фізичного виховання, на нашу думку, недостатньо вивченим залишається питання розвитку специфічних проявів координаційних здібностей учнів основної школи в процесі занять баскетболом.

Аналіз досліджень цієї проблеми. Програма з фізичного виховання в школі передбачає широке коло форм організації занять, які можуть певною мірою компенсувати дефіцит рухової активності дітей, що виникає в умовах загальноосвітнього процесу. Проте в реальному житті функціонує лише одна форма – урок фізичної культури, який проводиться двічі на тиждень. Доповненням до нього вважаються самостійні заняття фізичними вправами, котрі відбуваються стихійно у вигляді рухливих або спортивних ігор; секційні заняття, домашні завдання з предмету «Фізична культура».

У чинній програмі з фізичної культури для 5–9 класів підкреслюється, що основна мета фізичного виховання загалом і навчального предмету «Фізична культура», зокрема, – це формування в учнів стійкої мотивації щодо збереження свого здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовки; гармонійний розвиток природних здібностей і психічних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Результати досліджень [2; 3] свідчать, що розвиток і спрямованість програм із фізичної культури школярів залежать від соціально-політичних, економічних й екологічних умов у країні. Сучасні програми з фізичної культури в загальноосвітніх школах акцентовані переважно на формування рухової культури учнів із пріоритетом розвитку фізичних якостей. Головна мета програм із фізичної культури продовжує залишатись освітньою, а оздоровчі завдання здебільшого проголошуються без їх прак-

тичного застосування. Крім того, як свідчать результати власного педагогічного експерименту та аналіз літературних джерел, часто рівень розвитку основних фізичних якостей не відповідає належному рівню. У результаті виникає невідповідність між завданнями фізичного виховання й тим результатом, який ми отримуємо на практиці. Як наслідок – необхідність оптимізації процесу фізичного виховання в школі [4].

Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства освіти й науки, молоді та спорту України за темою 3.1 «Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах» (номер державної реєстрації – 0111U 001733).

Завдання дослідження – виконати порівняльний аналіз рівня розвитку специфічних проявів координаційних здібностей хлопчиків та дівчаток 12 років.

Методи та організація дослідження. Дослідження проводили протягом 2014/2015 навчальних років на базі Спеціалізованої загальноосвітньої школи № 320 Деснянського району міста Києва. У дослідженні брали участь учні 7-х класів (хлопчики й дівчатка), віднесені за станом здоров'я до основної медичної групи. У нашій роботі використано такі методи, як аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, тестування), методи математичної статистики. Проводили контроль проявів різновидів координаційних здібностей, які мають найбільше значення для успішного ведення ігрової діяльності. Для виявлення рівня успішності володіння основними технічними прийомами ми визначали точність кидків із заданої відстані (штрафні кидки й кидки із середніх дистанцій).

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Рухова діяльність у спортивних іграх залежить від групи чинників. Успішність їх виконання – результат дії багатьох факторів: рівнів технічної майстерності партнерів по команді й підготовленості суперників, суддівства, власного емоційного стану, підтримки трибун та ін. У результаті аналізу й узагальнення літературних джерел [5] ми визначили, що в структурі рухової діяльності під час гри в баскетбол найбільш важливе значення мають такі прояви координаційних здібностей, які ми визначали за допомогою відповідних тестів: просторово-часові параметри рухів («човниковий» біг 4х9,14 м, с); раціональний прояв і перебудова дій у конкретних умовах (вправа Копилова, с); орієнтування в просторі (біг до пронумерованих м'ячів, с); динамічна та статична рівновага (методика Бесс, с; методика Яроцького, с); координованість рухів (дистанційні кидки, ум. од.).

На думку фахівців, саме ці прояви координаційних здібностей мають найбільше значення для успішної ігрової діяльності.

У результаті проведеного дослідження визначено рівень розвитку кожного з досліджуваних різновидів координаційних здібностей (табл. 1, 2).

Таблиця 1

Рівень розвитку досліджуваних якостей учнів 7-го класу (хлопчики 12 років)

Досліджувана фізична якість	Група дослідження	Статистичний показник			
		\bar{x}	<i>S</i>	<i>max</i>	<i>min</i>
Просторово-часові параметри рухів, с	КГ	18,53	2,03	22	15
	ЕГ	18,06	2,32	22	17,5
Раціональний прояв і перебудова дій у конкретних умовах, с	КГ	13,13	1,13	15,3	11,4
	ЕГ	12,44	0,84	14,2	10,3
Орієнтування в просторі, с	КГ	10,74	0,73	12,1	10,1
	ЕГ	8,74	0,74	10,2	7,1
Динамічна рівновага, с	КГ	46,63	3,24	55	43
	ЕГ	44,56	3,14	51	40
Статична рівновага, с	КГ	27,74	1,37	31	25
	ЕГ	29,61	1,41	33	27
Координованість рухів, ум. од	КГ	29,36	2,80	35,7	24,7
	ЕГ	34,92	1,60	38,3	31,5

Установлено, що виконання рухового тесту «човниковий біг» 4х9,14 м із веденням баскетбольного м'яча викликає труднощі в досліджуваній групі школярів. Так, під час виконання звичайного

рухового тесту «човниковий біг» 4х9 м хлопчики контрольної та експериментальної груп показали такі результати: 11,22±0,44 с й 11,49±0,34 с, відповідно. У дівчаток ці результати такі 12,87±0,21 с – КГ та 12,61±0,32 с – ЕГ. Виконуючи аналогічний тест із веденням баскетбольного м'яча, школярі обох груп показали значно гірші результати: хлопчики – 18,53±2,03 с для ЕГ та 18,06±2,06 с – серед КГ; дівчатка 22,69±1,96 с та 21,88±2,06 с (ЕГ). «Човниковий біг» 4х9 м у звичайних умовах, не ускладнених веденням м'яча, усі учасники педагогічного тестування (хлопчики й дівчатка обох груп) виконували за значно коротший проміжок часу.

Таблиця 2

Рівень розвитку досліджуваних якостей учнів 7-го класу (дівчатка 12 років)

Досліджувана фізична якість	Група дослідження	Статистичний показник			
		\bar{x}	<i>S</i>	<i>max</i>	<i>min</i>
Просторово-часові параметри рухів, <i>c</i>	КГ	22,69	1,96	27	19
	ЕГ	21,88	2,06	26	18
Рациональний прояв і перебудова дій у конкретних умовах, <i>c</i>	КГ	21,13	1,41	23	18
	ЕГ	20,94	1,44	23	18
Орієнтування в просторі, <i>c</i>	КГ	22,44	1,31	25	21
	ЕГ	22,19	1,68	25	20
Динамічна рівновага, <i>c</i>	КГ	42,63	3,36	49	37
	ЕГ	42,63	3,40	49	38
Статична рівновага, <i>c</i>	КГ	25,25	4,80	34	16
	ЕГ	25,25	1,20	34	16
Координованість рухів, <i>ум.од.</i>	КГ	29,36	2,80	35,7	24,7
	ЕГ	30,06	3,05	35,7	24,7

За даними Л. П. Сергієнко (2001 р.), щоб визначити ефективність виконання контрольної вправи, потрібно порівняти результати «човникового бігу» з веденням і без ведення м'яча. Як бачимо, в ускладнених умовах (із веденням баскетбольного м'яча) школярі значно гірше виконують поставлене рухове завдання (рис. 1).

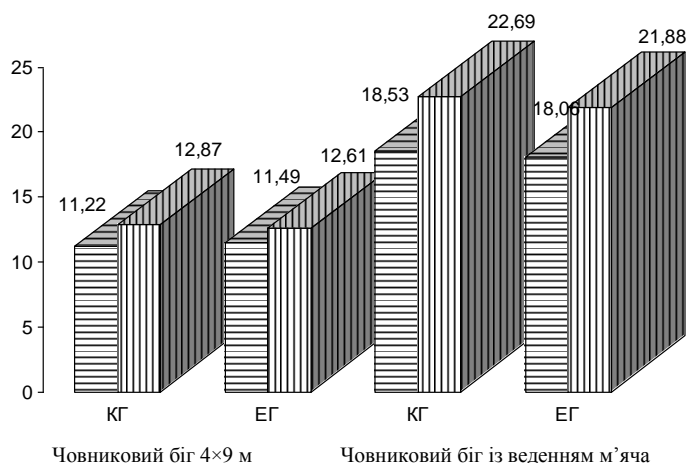


Рис. 1. Результати визначення розвитку здібності до оцінки й регуляції просторово-часових параметрів руху (хлопчики та дівчатка)

- результати тестування хлопчиків контрольної та експериментальної груп, *c*
- результати тестування дівчаток контрольної та експериментальної груп, *c*

Основа для контролю координаційних здібностей дітей і підлітків – визначення в них здібностей до раціонального прояву й перебудови дій у конкретних умовах. Для контролю цього прояву координаційних здібностей використано моторне завдання, що за своєю структурою наближене до ігрової діяльності, – вправа Копилова (десять «вісімок»). Як свідчать отримані дані, рівень розвитку досліджуваної якості – задовільний у хлопчиків контрольної групи ($13,13 \pm 1,13$ с) та середній у респондентів ЕГ ($12,44 \pm 0,84$ с), порівняно з нормативними оцінками (Копилов, 1987). Щодо результатів, продемонстрованих дівчатками контрольної та експериментальної груп, то їхні результати значно нижчі за допустимі: $21,13 \pm 1,41$ с – у КГ і $20,94 \pm 1,31$ с – в ЕГ. Це, зі свого боку, викликає необхідність їх удосконалення.

Щоб провести контроль здібностей до орієнтування в просторі, учням запропоновано виконати біг за визначеним маршрутом, обмеженим орієнтирами (біг до пронумерованих м'ячів). Отримані результати порівнювали з нормативними показниками (Лях, 1988). Фактичні дані свідчать про те, що хлопці експериментальної групи продемонстрували результати, які відповідають середньому рівню ($8,74 \pm 0,74$ с), у контрольній групі – результати задовільного рівня ($10,74 \pm 0,73$ с). Потрібно відзначити, що, на відміну від хлопців, дівчата показали значно гірші результати: $22,19 \pm 1,68$ с – в ЕГ та $22,44 \pm 1,31$ с – КГ. Критичний розгляд отриманих експериментальних даних є підставою стверджувати, що розвиток досліджуваної якості набагато відстає від нормальних темпів приросту. Тому ми вважаємо за доцільне звернути особливу увагу на розвиток цієї якості.

Для контролю статичної й динамічної рівноваги використано методики Яроцького та Бесс, відповідно. У цьому руховому випробуванні хлопці й дівчата продемонстрували приблизно однаковий рівень розвитку досліджуваних якостей (рис. 2). Так, середні результати рівня розвитку динамічної рівноваги в експериментальній групі дівчаток – $42,63 \pm 3,40$ с і $42,63 \pm 3,36$ с – у контрольній. Це значення відповідає високому рівню розвитку. У хлопців це значення складає $46,63 \pm 3,24$ с у контрольній групі й $44,56 \pm 3,14$ с – в експериментальній, що відповідає високому рівню розвитку. Рівень розвитку статичної рівноваги серед дівчаток контрольної та експериментальної груп у результаті обчислення виявився однаковим ($25,25 \pm 4,80$ с); хлопчики контрольної групи утримували рівновагу протягом $27,74 \pm 1,37$ с, експериментальної – протягом $29,61 \pm 1,41$ с.

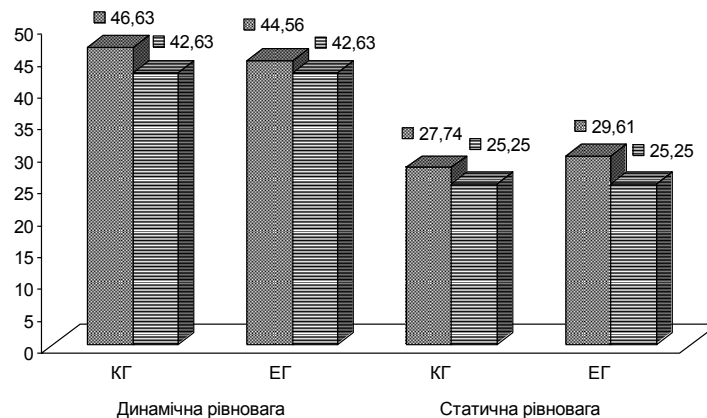




Рис. 2. Рівень розвитку динамічної та статичної рівноваги учнів 7-го класу на початковому етапі експерименту

-  – результати тестування хлопчиків контрольної та експериментальної груп, с
-  – результати тестування дівчаток контрольної та експериментальної груп, с

Найголовніший чинник успіху в грі – точність виконання кидків у кільце з різної дистанції. Не менш важливо здійснювати їх не лише влучно, а й швидко. Тому для контролю координованості для дітей середнього шкільного віку доцільно використовувати тест «Дистанційні кидки баскетбольного м'яча на швидкість і точність». При контролі цієї якості хлопчики та дівчатка контрольної групи продемонстрували однакові результати ($29,36 \pm 2,80$). Результати експериментальної групи серед дівчаток склали $30,06 \pm 3,05$, серед хлопців – $34,92 \pm 1,60$.

Висновки й перспективи подальших досліджень. У результаті дослідження встановлено, що із шести досліджуваних показників хлопчики показали кращі результати, ніж дівчатка, у трьох, а саме: при контролі просторово-часових параметрів руху, раціональному прояві й перебудові дій у конкретних умовах та при орієнтуванні в просторі. Водночас рівень прояву динамічної й статичної рівноваги та координованості рухів перебуває на приблизно однаковому рівні у всіх групах дослідження. Це викликає здивування, адже, зазвичай, хлопчики демонструють кращі результати у фізичних вправах, ніж дівчатка. Найбільш вірогідною причиною таких відмінностей є пришвидшені темпи росту, що пов'язані зі статевим дозріванням, яке в дівчаток, як відомо, настає швидше. Отримані результати дають змогу правильно підібрати тренувальні вправи та скорегувати програму розвитку координаційних якостей таким чином, аби вплинути саме на ті прояви координаційних якостей, які відстають від нормального темпу природи.

Джерела та література

1. Васьков Ю. В. Теоретичні і методичні засади навчання фізичної культури учнів основної школи : дис. на здобуття наук. ступеня д-ра пед. наук : 13.00.02. «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / Ю. В. Васьков. – К., 2013.
2. Бакіко І. В. Поєднання базової і варіативної частин програми з фізичної культури школярів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І. В. Бакіко. – Львів, 2007. – 20 с.
3. Лисак І. В. Потребово-мотиваційний підхід до формування програм фізичної культури для учнів середніх класів : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / І. В. Лисак. – К., 2013. – 19 с.
4. Круцевич Т. Ю. Управління фізичним станом підлітків у системі фізичного виховання : автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02 / Круцевич Юрійвна Тетяна. – К., 2000. – 43 с.
5. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сергієнко. – К. : Олімп. л-ра, 2001. – 440 с.

Анотації

У статті розглянуто основні проблеми та суперечності сучасної системи шкільного фізичного виховання. Описано різноманітні прояви координаційних здібностей учнів середнього шкільного віку залежно від статевих відмінностей. Проведено порівняльний аналіз рівня розвитку цих здібностей залежно від статевих особливостей. Виявлені дані констатують той факт, що дівчатка в трьох контрольних вправах демонструють рівень розвитку координаційних здібностей, який не поступається рівню розвитку досліджуваних якостей серед хлопчиків. Це дає змогу з великою долею ймовірності стверджувати, що у зв'язку з більш ранніми темпами статевого дозрівання в дівчаток краще розвинені загальна координація й здатність до збереження рівноваги.

Ключові слова: баскетбол, учні основної школи, координаційні здібності.

Викторія Кириченко. Сравнительный анализ специфических проявлений координационных способностей мальчиков и девочек основной школы. Рассмотрены основные проблемы и противоречия современной системы школьного физического воспитания. В статье описаны различные виды проявления координационных способностей учащихся среднего школьного возраста в зависимости от половых особенностей. Обнаруженные данные констатируют тот факт, что девочки в трех контрольных упражнениях демонстрируют уровень развития координационных способностей, который не уступает уровню развития исследуемых качеств среди мальчиков. Это позволяет утверждать, что в связи с более ранними темпами полового созревания у девочек лучше развиты общая координация и способность к сохранению равновесия.

Ключевые слова: баскетбол, ученики основной школы, координационные способности.

Viktoriya Kyrychenko. Comparative Analysis of Specific Manifestations of Coordination Abilities of Boys and Girls of General School. It was studied the main problems and contradictions of the modern system of school physical education. In the article it was describe different types of manifestation of coordination abilities of pupils of average school age depending on their gender characteristics. It was defined that girls in three control exercises demonstrate the level of development of coordination abilities that doesn't yield to the level of development of the studied qualities among boys. This lets us affirm that in view of early tempos of sexual maturation among girls their general coordination and ability to keep balance is developed in a better way.

Key words: basketball, general school pupils, coordination abilities.