

РІВЕНЬ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

Сергієнко А. В., Масляк І. П. к.фіз.вих., доц.

Харківська державна академія фізичної культури

Анотація. В статті надано результати визначення рівня розвитку окремих параметрів розвитку координаційних здібностей школярів молодших класів, а також представлено порівняльну характеристику досліджуваних показників у статевому та віковому аспектах.

Ключові слова: координаційні здібності, діти молодшого шкільного віку, фізичне виховання.

Вступ. Фізичне виховання учнів молодших класів є предметом особливої уваги теорії та практики фізичного виховання. Оскільки, саме в молодшому шкільному віці здійснюється розвиток та становлення основних фізіологічних систем організму, формуються основні рухові навички та фізичні здібності людини. Цей вік також цікавий тим, що в ньому досить велика потреба дітей у рухах на основі якої можна активізувати в учнів прагнення до фізичного самовдосконалення [9-12].

Перехід з дитячого садка у школу супроводжується значними зниженнями рухової активності дітей. Встановлено, що рухова активність учнів молодших класів скорочується в порівнянні з дошкільниками приблизно в 2-2,5 рази. А рухи, як відомо, є природною, біологічною потребою живого організму. Обмеження м'язової діяльності не лише затримує фізичний і розумовий розвиток дитини, погіршує стан здоров'я, але й призводить до того, що в майбутньому учень не може оволодіти життєво необхідними навичками [4, 8].

У вирішенні проблеми дефіциту рухової активності пріоритетне місце відводиться фізичному вихованню, яке пов'язане, перш за все, з формуванням

рухових вмінь та навичок і розвитком основних рухових здібностей (координаційних, силових, швидкісних здібностей та здібності до прояву гнучкості і витривалості), що є визначальною умовою нормального функціонування особистості у соціумі [1, 14-16].

Важливе місце в загальному вихованні дітей займає розвиток координаційних здібностей, оскільки від розвитку координаційних здібностей залежить раціональне освоєння нових дій, вирішення складних завдань в умовах, що постійно змінюються [2, 3, 5, 6, 7].

Високий рівень розвитку координаційних здібностей є фундаментом успіхів у різних сферах рухової діяльності дитини (спортивній, трудовій, професійній, тощо).

Таким чином, все вищезазначене обумовило необхідність дослідити рівень розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження: визначити рівень розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводиться згідно ініціативної теми Тематичного плану науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури на 2016-2020 рр. за темою «Вдосконалення процесу фізичного виховання в навчальних закладах різного профілю» (№ державної реєстрації 0115U006754).

Мета дослідження: визначити рівень розвитку окремих проявів координаційних здібностей школярів молодших класів.

Матеріал і методи дослідження: аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Рівень розвитку координаційних здібностей визначався за показниками виконання рухових тестів, запропонованих В. І. Ляхом [7] та Л. П. Сергієнко [13]. Досліджувалися: здібність до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються за допомогою тесту «Падаючий м'яч» (с);

здібність до орієнтування у просторі за допомогою тесту «Біг до пронумерованих м'ячів» (см); здібність до утримання динамічної рівноваги за допомогою тесту «Повороти на гімнастичній лаві» (кількість разів); Координованість рухів за допомогою тестів «Човниковий біг» та «Три перекиди вперед» (с).

Дослідження проводились на базі загальноосвітньої школи № 116 м. Харкова. В них брали участь 43 учня 3–4-х класів (22 дівчини та 21 хлопець). Усі діти, які брали участь в дослідженні були практично здорові та знаходилися під наглядом шкільного лікаря.

Результати досліджень та їх обговорення.

Розглядаючи отримані показники розвитку здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються за результатами виконання тесту «падаючий м'яч» у статевому аспекті, виявлено, що хлопці, як 3-х, так і 4-х класів показують результати кращі, ніж дівчата, але ці відмінності в показниках школярів 3-х класів носять достовірний характер ($p < 0,05$), а в показниках учнів 4-х класів – недостовірний (рис. 1).

Аналогічний аналіз даних у віковому аспекті (табл. 1), показав покращення результатів з віком ($p < 0,01$; $0,001$).

Порівнюючи отримані дані з оціночними критеріями, представленими В. І. Ляхом [7], визначено, що результати, як хлопців, так і дівчат обох досліджуваних груп відповідають оцінці 2 бали. Слід зазначити, що хлопців 4-х класів результати дуже близькі до оцінці 3 бали. Таким чином, у школярів молодших класів, в середньому, визначено «нижче середнього» рівень розвитку здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються (2 бали).

Досліджуючи отримані дані розвитку здатності до утримання динамічної рівноваги за результатами виконання поворотів на гімнастичній лаві у статевому аспекті, виявлено достовірне домінування результатів хлопців над показниками дівчат ($p < 0,01$) (рис. 1).

Аналізуючи зазначені показники у віковому аспекті (табл. 1), виявлено, що в учнів 4-х класів, як хлопців, так і дівчат результати кращі, ніж у школярів 3-х класів і ці відмінності достовірні ($p < 0,05$; $0,001$).

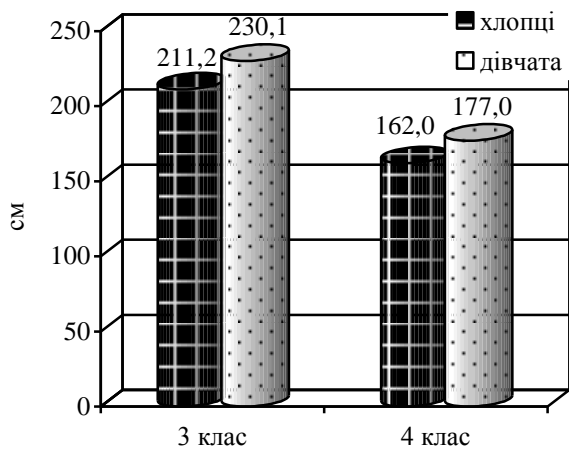
Таблиця 1

**Показники рівня розвитку координаційних здібностей школярів
молодших класів**

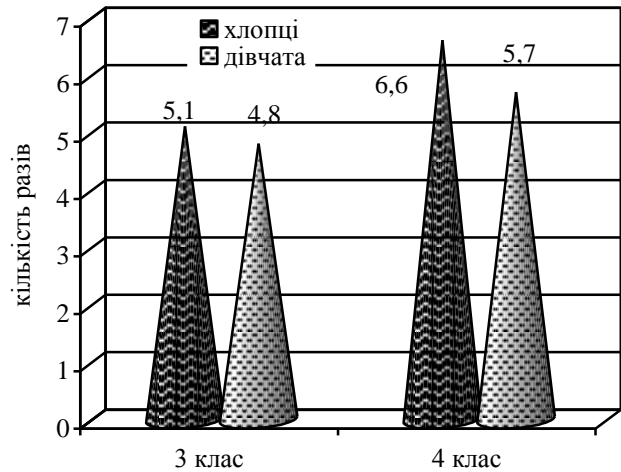
Стать	Клас	«Падаючий м'яч» (см)	Повороти на гімнастичній лаві (кіл-сть разів)	Біг до набивних м'ячів (с)	Човниковий біг 4x9 (с)	Три перекиди вперед (с)
хлопці	3	211,22 ± 0,96	5,10 ± 0,20	14,25 ± 0,97	12,51 ± 0,10	7,04 ± 0,11
	4	162,02 ± 0,97	6,60 ± 0,29	12,60 ± 0,96	12,10 ± 0,12	5,82 ± 0,13
	t	3,92	3,86	4,31	2,69	3,78
	p	<0,001	<0,001	<0,001	<0,05	<0,001
дівчата	3	230,15 ± 0,64	4,86 ± 0,24	16,75 ± 1,95	13,12 ± 0,04	6,81 ± 0,14
	4	177,04 ± 0,48	5,75 ± 0,17	13,33 ± 0,97	12,68 ± 0,09	6,11 ± 0,16
	t	3,17	2,47	4,08	2,37	2,41
	p	<0,01	<0,05	<0,001	<0,05	<0,05

Порівнюючи отримані дані з оціночними критеріями, представленими В. І. Ляхом [7], визначено, що результати хлопців 3-х класів відповідають оцінці 3 бали, дівчат 3-х класів – оцінці 2 бали, хлопців 4-х класів відповідають оцінці 4 бали, дівчат 4-х класів – оцінці 3 бали. Таким чином, у школярів молодших класів визначено «середній» рівень розвитку здібності до збереження динамічної рівноваги (3 бали). Слід зазначити, що у школярів 4-х класів рівень розвитку зазначеної здібності, в середньому, на 1 бал вищі, ніж у школярів 3-х класів.

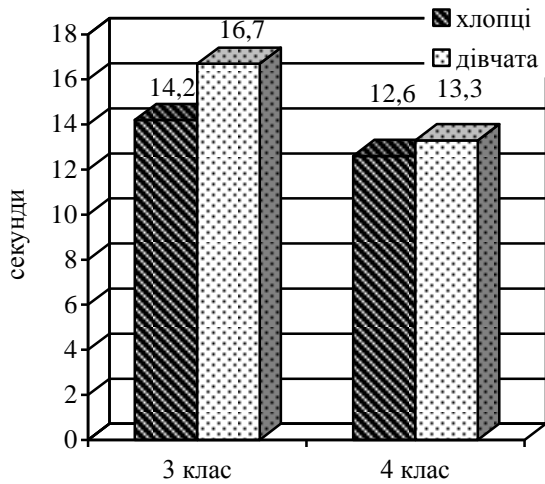
Аналіз отриманих показників розвитку здібності до орієнтування у просторі за результатами виконання тесту «Біг до набивних м'ячів» у статевому аспекті, виявлено, що хлопці, як 3-х, так і 4-х класів показують результати кращі, ніж дівчата і ці відмінності носять достовірний характер ($p < 0,001$) (рис. 1).



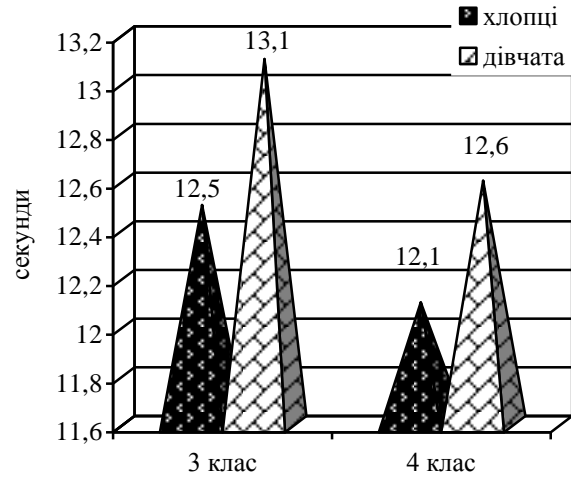
а)



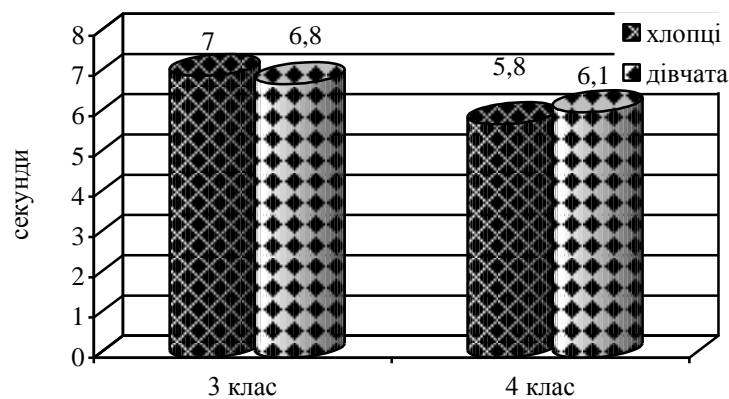
б)



в)



г)



д)

Рис. 1 Результати порівняння показників розвитку координаційних здібностей школярів: а) здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово; б) динамічної рівноваги; в) здібності до орієнтування у просторі; г) координованості рухів за тестом «Човниковий біг»; д) координованості рухів за тестом «Три перекиди вперед».

При вивченні зазначених показників в залежності від віку (табл. 1), виявлено, що учні 4-х класів демонструють результати кращі за показники школярів 3-х класів і ці відмінності достовірні ($p < 0,001$).

Порівняння отриманих результатів з оціночними критеріями [7], визначено, що результати школярів 3-х класів та дівчат 4-х класів відповідають оцінці 2 бали, а результати хлопців 4-х класів дорівнюють оцінці 3 бали. Таким чином, у школярів молодших класів, в середньому, визначено «нижче середнього» рівень розвитку здібності до орієнтування у просторі (2,2 бали).

Вивчаючи отримані показники розвитку координованості рухів (спритності) за результатами виконання «човникового» бігу визначено певні відмінності в результатах за статтю. Так, показники хлопців обох досліджуваних груп достовірно кращі за результати дівчат ($p < 0,01$; $0,001$) (рис. 1).

Аналізуючи отримані дані у віковому аспекті (табл. 1), виявлено, що учні 4-х класів показують результати кращі, ніж школярі 3-х класів і ці відмінності достовірні ($p < 0,05$).

Порівнюючи отримані дані з оціночними критеріями, представленими Л. П. Сергієнко [13], визначено, що результати, як хлопців, так і дівчат обох досліджуваних груп відповідають оцінці 3 бали.

Розглядаючи результатами виконання тесту «три перекиди вперед» у статевому аспекті, виявлено достовірне превалювання результатів дівчат 3-х класів над показниками хлопців ($p < 0,01$). У школярів 4-х класів спостерігається інший характер відмінностей – показники хлопців достовірно кращі за результати дівчат ($p < 0,01$) (рис. 1).

Аналогічний аналіз даних у віковому аспекті (табл. 1), показав покращення результатів з віком ($p < 0,05$; $0,001$).

Порівнюючи отримані дані з оціночними критеріями [7], визначено, що результати, як хлопців, так і дівчат обох досліджуваних груп відповідають оцінці 3 бали.

Таким чином, у школярів молодших класів визначено «середній» рівень розвитку координованості рухів (3 бали).

Визначаючи загальний рівень розвитку координаційних здібностей школярів початкових класів за показниками здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються; координованості рухів; здатності до утримання динамічної рівноваги; здібності до орієнтування у просторі, встановлено, що він дорівнює оцінці 2,6 бали, що відповідає «нижче середнього» рівню розвитку координаційних здібностей. Визначено, що у школярів 4-х класів рівневі оцінки більші, ніж у школярів 3-х класів. Так, у хлопців 4-х класів – 3 бала («середній» рівень), у дівчат 4-х класів – 2,6 бали («нижче середнього» рівень); у школярів 3-х класів – 2,6 бали у хлопців та 2,4 бали у дівчат («нижче середнього» рівень).

Висновки:

1. У школярів молодших класів встановлено «нижче середнього» рівень розвитку координаційних здібностей, який при порівнянні з оціночними критеріями, в середньому відповідає оцінці 2,6 бали. Найкращі показники виявлено у хлопців 4-х класів у рівні розвитку динамічної рівноваги. Найгірші результати визначено в показниках розвитку здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються та здібності до орієнтування у просторі.
2. У статевому аспекті визначено домінування показників хлопців над даними дівчат, за всіма досліджуваними параметрами, окрім показників координованості рухів за тестом «Три перекиди вперед» учнів 3-х класів, де показники дівчат кращі, ніж хлопців і ці відмінності носять достовірний характер ($p < 0,05-0,001$). Виняток складають показники розвитку здібності до перебудови рухової діяльності відповідно до обставин, що раптово змінюються школярів 4-х класів, де відмінності не достовірні ($p > 0,05$).

3. У віковому аспекті визначено достовірне покращення результатів з віком за усіма досліджуваними параметрами ($p < 0,05-0,001$).

Подальші дослідження в цьому напрямку можуть здійснюватися шляхом експериментального обґрунтування авторської методики розвитку координаційних здібностей у дітей молодшого шкільного віку.

Список використаної літератури

1. Бала Т. М. Влияние упражнений чирлидинга на уровень развития координационных способностей школьников 5–6-х классов. Слобожанський науково-спортивний вісник: Збірник наукових статей. Харків, 2011. № 4. С. 14–19.
2. Бала Т. М. Динаміка рівня розвитку координаційних здібностей школярів 7–9-х класів під впливом черлідінгу. Молода спортивна наука України: Збірник наукових праць з галузі фізичної культури та спорту. Львів, 2012. Випуск 16. Т. 2. С. 20–26.
3. Григорян Е. А. Рухова координація школярів залежно від віку, статі і занять спортом: автореф. дис. канд. пед. наук. Київ, 2006. 18 с.
4. Ковалев Н. Е., Матюхина М. В., Патрна К. Т. Психология младшего школьника. М.: Просвещение, 2001. 98 с.
5. Кузьменко І. О. Зміна рівня розвитку окремих координаційних здібностей школярів середніх класів під впливом спеціально спрямованих вправ. Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 14. Л., 2010. Т. 2. С. 124–130.
6. Кузьменко И. А. Возрастные особенности развития координационных способностей школьников средних классов. Физическая культура, спорт и туризм. Интеграционные процессы науки и практики: материалы V международной научно-практической конференции, 19-23 апреля 2012 г. Орел / под ред. д-ра пед. наук профессора В. С. Макеевой. Орел: Госуниверситет-УНПК, 2012. С. 25–30.

7. Лях В. И. Координационные способности: диагностика и развитие. М.: ТВТ Дивизион, 2006. 290 с.
8. Марченко С. І. Умови ефективного розвитку рухових здібностей у школярів молодших класів засобами рухових ігор: автореф. дис. на здобуття наукового наук. ступеня: спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків, 2008. 20 с.
9. Масляк І. П. Динаміка рівня фізичної підготовленості молодших школярів під впливом спеціальних вправ, спрямованих на поліпшення функціонального стану аналізаторів. Теорія і методика фізичного виховання і спорту : науково-теоретичний журнал. Київ: НУФВСУ, 2008. № 4. С. 47–51.
10. Масляк І. П. Співвідношення рівня розвитку спритності та витривалості з вестибулярною стійкістю у дітей молодшого шкільного віку. Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. Львів, 2004. Випуск 8. Т. 2. С. 226–231.
11. Масляк И. П., Шестерова Л. Е., Терентьева Н. Н. Взаимосвязь устойчивости вестибулярного анализатора и уровня развития ловкости школьников. Слобожанський науково-спортивний вісник: Збірник наукових статей. Харків, 2004. № 7. С. 14–17.
12. Масляк І. П. Шляхи вдосконалення змісту уроків фізичної культури у школярів молодших класів. Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. Львів, 2006. Випуск 10. Т. 1. С. 44–50.
13. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. К.: Олімпійська література, 2001. 776 с.
14. Современные научные исследования и передовой опыт решения проблем физического и психического здоровья школьников / Под ред. В. И. Усакова. Красноярск, 2006. С. 37–40.

15. Шестерова Л. Є. Шляхи вдосконалення змісту уроків фізичної культури в загальноосвітній школі. Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал. Харків: Вид. „ОВС”, 2003. № 2. С. 18–20.

16. Шестерова Л. Е. Совершенствование содержания уроков физической культуры в общеобразовательной школе. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Вып. 4. Харьков, 2004. С. 96–100.