

РІВЕНЬ РОЗВИТКУ ШВИДКІСНИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Поспілько Ліна, Мамешина Маргарита

Харківська державна академія фізичної культури, Харків

Анотація. У статті представлено показники прояву швидкісних здібностей учнів 4-х класів, проведено порівняльний аналіз отриманих даних у статевому аспекті. Визначено середній рівень розвитку швидкісних здібностей в учнів 9 років.

Ключові слова: учні, фізичні якості, фізична підготовленість, фізичне виховання

Вступ. Економічний та соціальний розвиток України безпосередньо залежить від здоров'я населення, а перспективи його розвитку – від здоров'я підростаючого покоління, особливо дітей шкільного віку. Шкільний вік є найбільш сприятливим для формування навичок здорового способу життя, свідомого ставлення до свого здоров'я. Однак, останнім часом стан здоров'я школярів неухильно погіршується [1, 4].

Відомо, що стан здоров'я тісно взаємопов'язаний із рівнем фізичної підготовленості дітей, який також має тенденцію до погіршення. Так, досліджуючи рівень розвитку фізичних якостей ряд фахівців визначили, що 36,4% дітей та підлітків мають «низький» рівень фізичної підготовленості, 33,5% – «нижче середнього», 22,6% – «середній», 6,7% – «вище середнього» і лише 0,8% – «високий» [2, 10]. Головною причиною такого становища є не достатня рухова активність, а її дефіцит є суттєвою загрозою здоров'ю та нормальному розвитку організму дитини [5, 7, 9].

Тому, підвищення рівня фізичної підготовленості є одним із важливих завдань, що стоїть перед фізичним вихованням у школі. Доведено, що

молодший шкільний вік є сенситивним для розвитку практично усіх фізичних якостей, безпосередньо швидкісних здібностей [3, 8].

Отже, беручи до уваги важливість визначення рівня розвитку швидкісних здібностей дітей початкової школи і урахування цих показників для побудови процесу фізичного виховання та недостатнє висвітлення цієї проблеми в науковій літературі, був зумовлений вибір теми нашого дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами планами, темами. Дослідження проводилося згідно Тематичного плану Харківської державної академії фізичної культури наукової теми «Вдосконалення процесу фізичного виховання різних верств населення» на 2020–2026 рр. (номер державної реєстрації 0120U101110).

Мета дослідження: визначити рівень розвитку швидкісних здібностей школярів 4-х класів.

Завдання дослідження:

1. Установити рівень розвитку швидкісних здібностей школярів 4-х класів.
2. Провести порівняльний аналіз отриманих результатів у статевому аспекті.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проведено на базі Харківської загальноосвітньої школи № 105. В ньому взяли участь 29 учнів 4-х класів (17 хлопців та 12 дівчат). Учні які приймали участь в дослідженні, за даними лікаря школи, були практично здорові і знаходились під наглядом медичного працівника. Від батьків усіх учнів отримано згоду на участь у дослідженні.

Для досягнення поставленої мети використовували наступні **методи:** теоретичний аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Для визначення рівня розвитку швидкісних здібностей використовували рухові тести, представлені у навчальній програмі з фізичної культури для

загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура. 1-4 класи» [6], а саме: біг на 30 м (с) та стрибки через скакалку на двох ногах за 1 хв (кількість разів).

Результати дослідження та їх обговорення. При порівнянні результатів виконання стрибків через скакалку з оціночною шкалою, представленою у навчальній програмі [6], визначено, що середні показники дівчат відповідають оцінці 3 бали (середній рівень), показники хлопців – 4 бали (достатній рівень).

У відсотковому співвідношенні рейтинг оцінок (стрибки через скакалку) учнів 4-х класів становить: оцінка «5» – у 25,0% дівчат та 35,4% хлопців; «4» – у 16,7% та 58,8 відповідно; «3» – у 25,0% та 5,8% відповідно; «2» – у 33,3% дівчат (рис. 1).

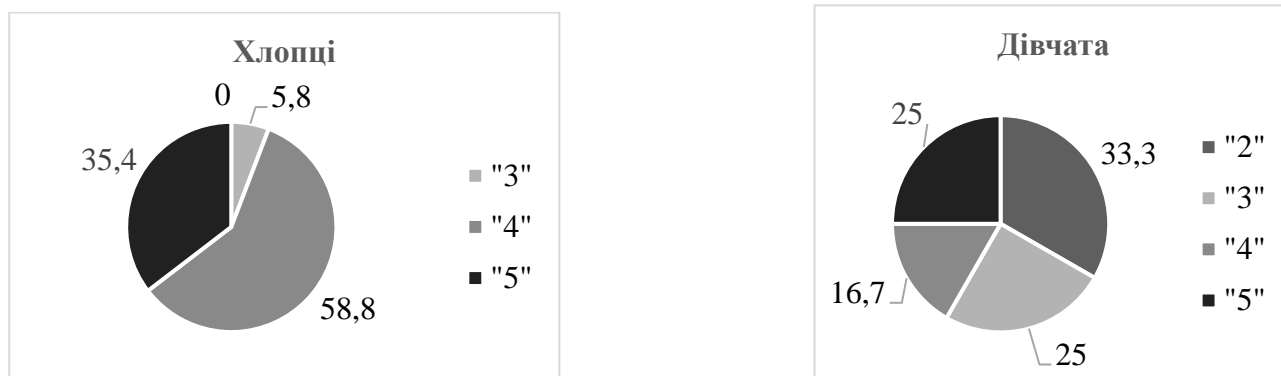


Рис. 1. Рейтинг оцінок за виконання стрибків через скакалку учнів 4-х класів

Таким чином, встановлено більш значний відсоток позитивних оцінок у хлопців (100%), ніж у дівчат (66,7%).

Співставлення результатів виконання бігу на 30 м з оціночною шкалою [6], свідчить, що показники дівчат відповідають оцінці 4 бали (достатній рівень), показники хлопців – 3 бали (середній рівень).

У відсотковому співвідношенні рейтинг оцінок (біг на 30 м) становить: оцінка «5» – у 50,0% дівчат та 17,6% хлопців; «4» – у 25,0% та 29,4 відповідно; «3» – у 16,7% та 41,2% відповідно; «2» – у 8,3% дівчат та 11,8% хлопців (рис. 2).

Таким чином, встановлено більш значний відсоток позитивних оцінок у дівчат (91,7%), ніж у хлопців (88,2%).

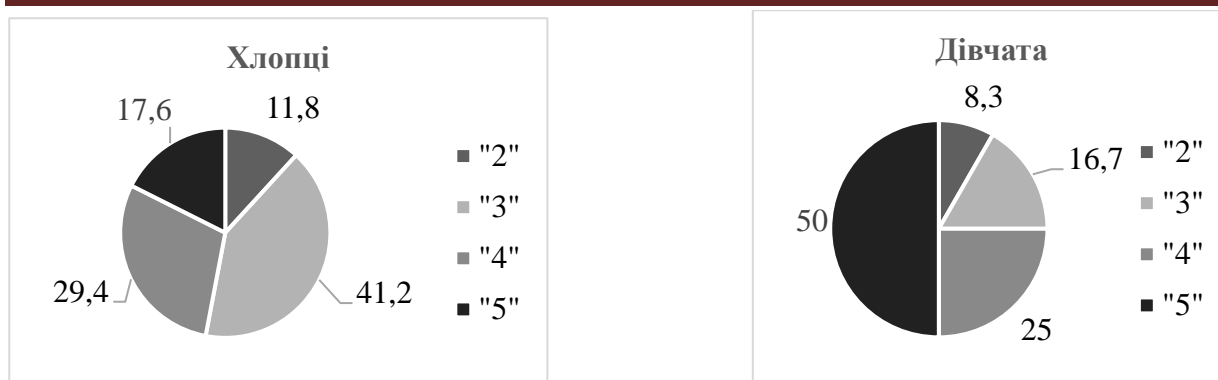


Рис. 2. Рейтинг оцінок за виконання бігу на 30 м учнів 4-х класів (%)

Порівняння результатів прояву швидкісних здібностей у статевому аспекті (табл. 1) свідчить про незначне превалювання показників дівчат над даними хлопців, але ці відмінності не достовірні ($p > 0,05$).

Таблиця 1

Порівняння показників прояву швидкісних здібностей школярів 4-х класів у статевому аспекті

Тестові вправи	Хлопці		Дівчата		t	p
	n	$\bar{x} \pm m$	n	$\bar{x} \pm m$		
Стрибки через скакалку на двох ногах за 1 хвилину (к-ть разів)	17	74,94±13,85	12	76,00±28,16	0,12	>0,05
Біг на 30 м (с)	17	6,64±0,10	12	6,63±0,11	1,26	>0,05

Визначаючи загальний рівень розвитку швидкісних здібностей, встановлено, що в учнів 4-х класів він відповідає оцінці 3 бали (рівень середній).

Висновки.

1. Аналіз показників виявив середній рівень розвитку швидкісних здібностей у школярів 4-х класів.

2. У статевому аспекті суттєвих розрізень між показниками хлопців і дівчат не виявлено ($p > 0,05$).

Подальші дослідження у даному напрямку можуть здійснюватися шляхом визначення динаміки рівня розвитку швидкісних здібностей дітей молодшого шкільного віку під впливом спеціально дібраних вправ.

Список використаної літератури

1. Ажиппо О. Ю., Мамешина М. А., Масляк І. П. Оцінка фізичного здоров'я школярів середніх класів. XVI Міжнародна науково-практична конференція «Фізична культура, спорт та здоров'я: стан і перспективи в умовах сучасного українського державотворення в контексті 25-річчя Незалежності України» [електронний ресурс]. 2016. С. 3–6.
2. Бала Т. М., Сванадзе А. С., Кузьменко І. О. Рівень фізичної підготовленості школярів 10-11-х класів. Науковий часопис Нац. пед. ун-ту імені М. П. Драгоманова, 2017. № 6(88). С. 10–13.
3. Гринева Т. И., Мулик Е. В. Динамика показателей физических качеств ребят 10-13 лет под влиянием занятий разными видами туризма. Педагогика, психология и медико-биологические проблемы физического воспитания и спорта. 2013. № 10. С. 16–21. doi:10.6084/m9.figshare.775317
4. Круцевич Т. Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури в загальноосвітній школі. Фізичне виховання в школі: Науково-методичний журнал. 2012. № 2. С. 9–11.
5. Москаленко Н. В. Проектування концепції інноваційних програм фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх навчальних закладах. Спортивний вісник Придніпров'я: [науково-практичний журнал]. Дніпропетровськ, 2011. № 2. С. 12–16.
6. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів «Фізична культура. 1-4 класи». К.: Видавничий дім «Освіта», 2018. 392 с.
7. Подригало Л. В., Ермаков С. С., Ровная О. А. Оценка эффективности оздоровления детей, проживающих в экологически неблагоприятных условиях. Известия Гомельского государственного университета имени Ф. Скорины. 2019. № 5(116). С. 51–55.
8. Azhippo A. Yu., Shesterova L. Ye., Maslyak I. P., Kuzmenko I. A., Bala T. M., Krivoruchko N. V., Mameshina M. A., Sannikova M. V. Influence of functional condition of visual sensory system on motive preparedness of school-age children.

Journal of Physical Education and Sport (JPES). 2017. №17(4), pp. 2519–2525.
DOI:10.7752/jpes.2017.04284

9. Maslyak I. P., Mameshina M. A., Zhuk, V. O. The state of application of innovation approaches in physical education of regional education establishments. Slobozhanskyi herald of science and sport. 2014. № 6(44). pp. 72–76.
<https://doi.org/10.15391/snsv.2014-6.013>

10. Maslyak I. P., Shesterova L. Ye., Kuzmenko I. A., Bala T. M., Mameshina M. A., Krivoruchko N. V., Zhuk V. O. The Influence of the vestibular analyzer functional condition on the physical fitness of school-age children. Sport science. International scientific journal of kinesiology. 2016. № 9(2). pp. 20–27.