

ЗМІНА ПОКАЗНИКІВ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ПІДЛІТКІВ 14 РОКІВ

Михайличенко Віталій

Харківська державна академія фізичної культури, Харків

Анотація. У публікації подано дані, що характеризують рівень прояву окремих видів координаційних здібностей учнів 14 років. Здійснено аналіз змін результатів продовж року, порівняння у статевому та віковому аспектах. *Мета дослідження.* Визначити зміни в показниках прояву окремих видів координаційних здібностей учнів 8-х класів. *Матеріал і методи.* Досліджували школярів 8-го класу (13 – хлопців, 13 – дівчат). *Методи:* аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури; педагогічне тестування; методи математичної статистики. *Результати.* Виявлена позитивна динаміка змін отриманих даних і ці зміни здебільшого достовірні ($p < 0,05-0,01$). *Висновки.* У результаті рівень розвитку статичної рівноваги дівча став дорівнювати середньому, рівень розвитку координованості рухів досліджуваного контингенту не змінився – нижче за середній. За статтю показники хлопців достовірно кращі за результати дівчат ($p < 0,01$).

Ключові слова: координованість рухів, рівновага, рухова активність, підлітки.

Аналіз останніх публікацій за темою дослідження. Розв'язання проблеми збереження здоров'я учнівської молоді є досить актуальною проблемою і має великий практичний інтерес. Однак, численні дослідження (Krivoruchko et al., 2018; Коломоєць, & Малечко, 2023; Губарева, & Масляк, 2018) доводять, що інтенсифікація освітнього процесу у сучасних закладах

освіти призводить до значного зниження рухової активності учнів, її дефіцит негативно впливає на рівень розвитку основних фізичних якостей, що також негативно впливає на стан здоров'я. Тож, достатній рівень розвитку фізичних якостей допомагає успішному оволодінню новими руховими діями, розширює рухову сферу, покращує роботу функціональних систем організму.

Наукова спільнота приділяє значну увагу вивченню прояву окремих рухових здібностей (Кузьменко, & Любота, 2025), особисто різним проявам координаційних здібностей учнів (Мамешина, Масляк, & Жук, 2023; Бугайова, & Мамешина, 2024). Підлітковий вік є сприятливим для розвитку усіх форм прояву координаційних здібностей, безпосередньо рівноваги й координованості рухів.

На наш погляд, проведення оцінювання рівня розвитку координаційних здібностей допомагає у педагогічному контролі як складової освітнього процесу фізичного виховання школярів, зробити корегування навчального процесу та навантаження, зрозуміти якість засвоєння навчального матеріалу, здійснити раціональне планування освітнього процесу тощо.

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. (№ держреєстрації 0120U101110).

Мета та завдання дослідження – визначити зміни в показниках прояву окремих видів координаційних здібностей учнів 8-х класів.

Завдання дослідження:

1. Порівняти показники що характеризують здатності до підтримки статичної рівноваги та координованості рухів досліджуваного контингенту на початку та в кінці навчального року.
2. Провести порівняльний аналіз отриманих даних у статевому аспекті.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводили на базі закладу загальної середньої освіти № 150 м. Харкова. Обстежено 26 школярів 8-го класу (13 – хлопців, 13 – дівчата).

Для вирішення поставлених завдань використовували наступні **методи**: аналіз та узагальнення наукової і методичної літератури; педагогічне тестування; методи математичної статистики. Рівень розвитку здатність до підтримки статичної рівноваги досліджували за методикою Бондаревського (с); здатність до координованості рухів – тесту Копилова «Десять вісімок» (с). Отримані дані порівнювали з оціночною шкалою (Сергієнко, 2010).

Результати дослідження та їх обговорення. Аналізуючи первинні дані встановлено, що вихідний рівень розвитку здатності до підтримки статичної рівноваги та координованості рухів досліджуваного контингенту відповідає нижчому за середній. У статевому аспекті встановлено, що показники хлопців кращі за результати дівчат, за обома тестовими вправами. Однак, достовірні розрізнення спостерігали за показниками прояву координованості рухів ($p < 0,001$), не суттєві – статичної рівноваги ($p > 0,05$).

При проведенні порівняння первинних та вторинних результатів (Табл. 1), нами виявлена позитивна динаміка щодо покращення даних учнів 8-х класів.

Таблиця 1

Порівняння показників розвитку окремих проявів координаційних здібностей учнів 8-х класів на початку та в кінці року

Показники Стать	Статична рівновага за методикою Бондаревського (с)		Тест Копилова «Десять вісімок» (с)	
	n	$\bar{X} \pm m$	n	$\bar{X} \pm m$
хлопці				
На початку року	13	45,92±0,88	13	14,18±0,24
В кінці року	13	50,15±0,75	13	13,76±0,25
t	3,64		1,20	
p	<0,01		>0,05	
дівчата				
На початку року	13	43,53±0,80	13	15,34±0,14
В кінці року	13	46,69±0,65	13	14,91±0,12
t	3,03		2,19	
p	<0,01		<0,05	

Достовірні зміни спостерігаються в показниках прояву статичної рівноваги учнів обох статей та здатності до прояву координованості рухів дівчат ($p < 0,05$; $0,01$). Виняток становлять результати здатності до координованості рухів хлопців між якими достовірних розрізень не виявлено ($p > 0,05$).

Так, показники здатності до підтримки статичної рівноваги хлопців покращилися на 4,23 одиниці, що у відсотковому співвідношенні складає (8,43%); у дівчат – на 3,16 (6,77%) відповідно (Рис. 1.).

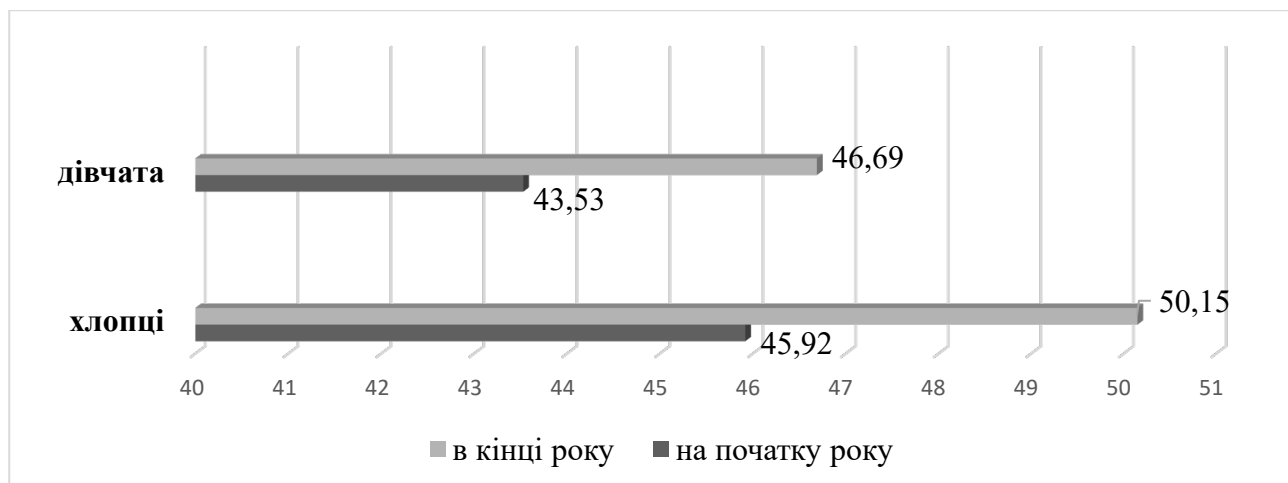


Рис. 1. Показники прояву статичної рівноваги школярів 8-х класів

Показники, що характеризують прояв здатності до координованості рухів хлопців покращилися на 0,42 одиниці, що у відсотковому співвідношенні складає (3,05%); у дівчат – на 0,43 (2,88%) відповідно (Рис. 2.)

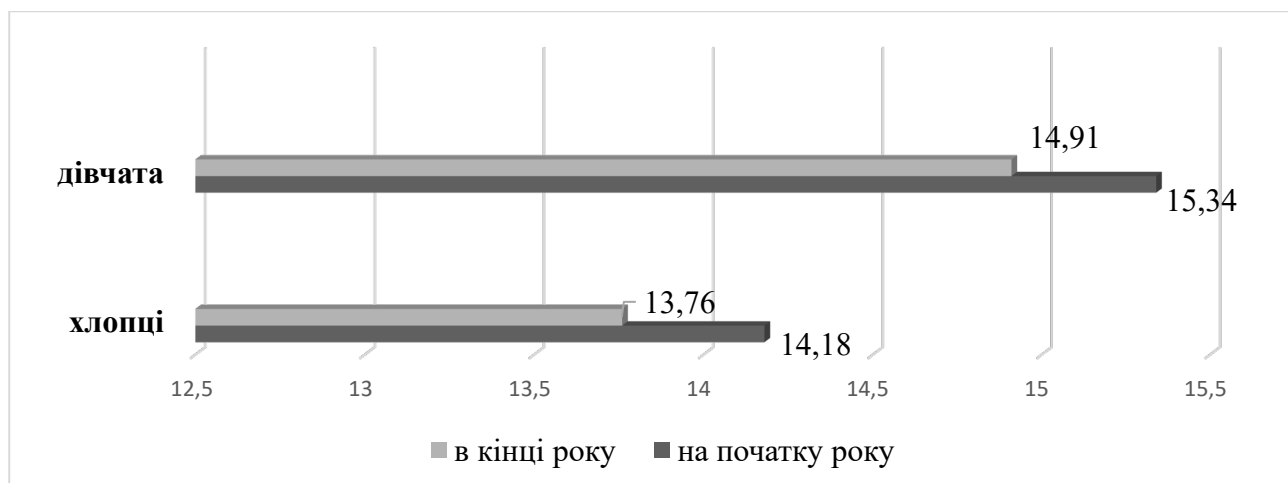


Рис. 2. Показники прояву координованості рухів школярів 8-х класів

Таким чином, найбільший приріст результатів спостерігається у хлопців за обома досліджуваними параметрами.

Розглядаючи повторні показники у статевому аспектах (Табл. 2), встановлено, що відмінності стали носити достовірний характер за обома тестовими вправами у порівнянні з вихідними даними ($p < 0,01$; $0,001$).

Таблиця 2

Порівняння повторних показників розвитку окремих проявів координаційних здібностей учнів 8-х класів за статтю

Показники Стать	Статична рівновага за методикою Бондаревського (с)		Тест Копилова «Десять вісімок» (с)	
	n	$\bar{X} \pm m$	n	$\bar{X} \pm m$
Хлопці	13	50,15±0,75	13	13,76±0,25
Дівчата	13	46,69±0,65	13	14,91±0,12
t	3,45		4,05	
p	<0,01		<0,001	

Повторне співставлення середніх даних з нормативними оцінками (Сергієнко, 2010), свідчить про те, що показники здатності до підтримки статичної рівноваги дівчат підвищилися на 1 бал і стали дорівнювати оцінці 3 бала, що відповідає середньому рівню. Покращення показників хлопців, за обома досліджуваними параметрами, і результатів здатності до координованості рухів дівчат на оціночній шкалі суттєво не відобразилося, у результаті оцінка не змінилася – 2 бала (рівень залишився незмінним – нижче за середній).

Висновки.

1. Дослідження рівня розвитку окремих проявів координаційних здібностей учнів 8-х класів свідчить про достовірні зміни в показниках прояву статичної рівноваги учнів обох статей та координованості рухів дівчат ($p < 0,05$; $0,01$), за винятком координованості рухів хлопців ($p > 0,05$).

У результаті рівень розвитку здатності до статичної рівноваги дівчат з нижчого за середній підвищився до середнього. Позитивні зміни результатів хлопців, за обома тестами, і дівчат за виконання тесту Копилова на їх загальний рівень суттєво не вилинули і він залишився на вихідному нижчому за середній рівні.

2. За гендерною ознакою встановлена достовірна тенденція до превалювання показників хлопців над результатами дівчат у порівнянні з первинними даними ($p < 0,01$).

Перспективами подальших досліджень в даному напрямку є пошук шляхів вдосконалення здатності до прояву статичної рівноваги та координованості рухів учнів основної школи.

Список використаних джерел

References

- Krivoruchko, N., Masliak, I., Bala, T., Shesterova, L., Mameshina, M., Kuzmenko, I., & Kotliar, S. (2018). Physical health assessment of 10–16 year old schoolgirls of the Kharkiv Region of Ukraine. *Research Journal of Pharmaceutical, Biological and Chemical Sciences*, 9(4), 1498–1506.
- Коломоєць, Г. А., & Малечко, Т. А. (2023). Аналіз стану здоров'я учнів та учениць закладів загальної середньої освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. Випуск 1(159). С. 83–86. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1\(159\).21](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.1(159).21)
- Губарева, Д. О., & Масляк, І. П. (2018). Стан рухової підготовленості школярів середніх класів. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. Харків: ХДАФК. С. 71–82.
- Кузьменко, І. & Любота, О. (2025). Рівень розвитку окремих фізичних якостей школярів 16 років в умовах дистанційного навчання. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. С. 266–273.
- Мамешина, М. А., Масляк, І. П., & Жук В. О. (2023). Динаміка показників рівня розвитку спритності учнів 8-9-х класів під впливом різних видів рухової діяльності. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*, 151–158.
- Бугайова, А., & Мамешина, М. (2024). Рівень розвитку статичної рівноваги школярів 12 років. *Матеріали II Всеукраїнської наукової конференції*



Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення. Харків: ХДАФК, 2026

«Сучасні погляди молоді на фізичну культуру, спорт та здоров'я людини».
172–173.

Сергієнко, Л. П. (2010). Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти :
Підручник. К. : КНТ. 776 с.

Конфлікт інтересів

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

Відомості про авторів

Віталій Михайличенко

Харківська державна академія фізичної культури, Україна

Отримано: 19.03.2026. Прийнято: 20.03.2026. Опубліковано: 27.03.2026.
