

Особливості розвитку координаційних здібностей у спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років

Наталія Батєєва¹
Петро Кизім²

¹Київський національний університет культури і мистецтв,
Київ, Україна
²Харківська державна академія фізичної культури,
Харків, Україна

Мета: визначити динаміку розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.

Матеріал і методи: протестовані 16 спортсменів акробатичного рок-н-ролу на початку та в кінці дослідження. Використовувалися наступні методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; методи математичної статистики.

Результати: результати педагогічного дослідження розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років свідчать про значний приріст показників координаційних здібностей, які підтверджують, що застосування спеціальних комплексів вправ є ефективним підходом у навчально-тренувальному процесі.

Висновки: порівняння динаміки статистичних показників підсумкового тестування спортсменів акробатичного рок-н-ролу показало приріст усіх протестованих показників.

Ключові слова: координаційні здібності, спортсмени, акробатичний рок-н-рол, тестування.

Вступ

Акробатичний рок-н-рол – складнокоординаційний вид спорту, який є синтезом танцю й акробатики. У виконанні змагальної програми велике значення має прояв координаційних здібностей спортсменів [1; 3]. Координаційні здібності можна визначити як сукупність властивостей людини, що виявляються в процесі вирішення рухових завдань різної координаційної складності й обумовлюють успішність управління руховими діями та їх регуляції. У зв'язку з комплексним характером координаційних здібностей, природно, відсутній узагальнений показник рівня їх розвитку [5]. Для цього використовується ряд критеріїв, найбільш важливими з яких є:

- час освоєння нового руху або якоїсь комбінації – чим він коротший, тим вище координаційні здібності;
- час, необхідний для перебудови своєї рухової діяльності відповідно до зміни ситуації. У цих умовах уміння вибрати найбільш оптимальний план успішного рішення рухового завдання вважається добрим показником координаційних можливостей;
- біомеханічна складність виконуваних рухових дій або їх комплекси (комбінації).

Встановлено, що координаційні здібності забезпечують економне витрачання енергетичних ресурсів юних спортсменів, впливають на величину їх використання, так як точно дозоване у часі, просторі та по мірі наповнення м'язове зусилля й оптимальне використання відповідних фаз розслаблення ведуть до раціонального витрачання сил [2; 4; 5].

У літературних джерелах не в повній мірі висвітлюється розвиток координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років. У навчально-тренувальному процесі з акробатичного рок-н-ролу не на належному рівні приділяється увага їх розвитку.

Зважаючи на це, наше дослідження щодо особливості розвитку координаційних здібностей спортсменів акро-

батичного рок-н-ролу віком 7–8 років є актуальним [5; 7].

Мета дослідження: визначити динаміку розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.

Завдання дослідження:

1. Вивчити проблематику розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.
2. Визначити зміст і особливості формування координаційних здібностей у спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.

Матеріал і методи дослідження

Дослідження проводилось з вересня 2016 року по березень 2017 року, у дослідженні використовувалися наступні методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури; педагогічне спостереження; педагогічне тестування; методи математичної статистики. Протестовані 16 спортсменів акробатичного рок-н-ролу на початку та в кінці дослідження.

Результати дослідження та їх обговорення

На початку навчального року, у середині вересня, було проведено перше тестування розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років, яке дозволило визначити їх вихідний рівень. Результати тестування представлені в таблиці 1.

Протягом педагогічного спостереження навчально-тренувального процесу з акробатичного рок-н-ролу проводився відповідно до навчального плану.

У дослідженні розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 нами застосовано у навчально-тренувальному процесі комплекси вправ. Навчально-тренувальний процес рок-н-ролістів

Таблиця 1
Результати початкового тестування розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 (n=16)

№ з/р	Показники				
	Човниковий біг (с)	Статична рівновага (с)	Підкидання та ловля м'яча (кількість разів)	Відбиття м'яча від підлоги (кількість разів)	Стрибки через скакалку (кількість разів)
1.	14,9	10,0	12	9	15
2.	15,7	9,3	14	9	14
3.	15,0	8,8	13	7	11
4.	15,6	9,5	9	8	16
5.	13,7	10,2	11	7	13
6.	16,4	8,9	10	10	12
7.	15,4	8,3	12	9	12
8.	14,6	9,4	11	9	11
9.	14,9	10,1	11	10	14
10.	14,7	9,4	13	9	15
11.	15,4	8,7	12	8	10
12.	15,7	9,6	10	7	15
13.	13,8	10,3	12	6	14
14.	16,5	9,0	9	11	11
15.	15,2	8,2	11	8	11
16.	14,5	9,6	12	10	12
$\bar{X}_i \pm m$	15,12±0,19	9,33 ± 0,17	11,37 ± 0,35	9,18±0,35	12,87 ±0,53

було проведено за традиційною методикою.

У середині березня місяця нами було проведено повторне тестування за тими же тестами та в тій самій послідовності. Результати тестування представлені в таблиці 2.

Для визначення змін в показниках фізичної підготовленості протягом навчального року ми використовували t-критерій Стьюдента для порівняння показників на початку та наприкінці дослідження (табл. 3).

Порівняння показників початкового та підсумкового

тестування показало приріст по всіх тестованих показниках (рис. 1–5). Усі зміни в показниках за всіма тестами статистично достовірні (P<0,05).

Розглядаючи середньогрупові зміни, можна відзначити, що приріст у показниках розвитку координаційних здібностей у спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 нерівномірний.

Найменший приріст (4,8%) показників виявлений в човниковому бігу, що характеризує розвиток просторово-часових параметрів, де були зафіксовані такі результати:

Таблиця 2
Результати підсумкового тестування розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 (n=16)

№ з/р	Показники				
	Човниковий біг (с)	Статична рівновага (с)	Підкидання та ловля м'яча (кількість разів)	Відбиття м'яча від підлоги (кількість разів)	Стрибки через скакалку (кількість разів)
1.	14,8	10,5	14	11	17
2.	15,5	9,9	16	12	15
3.	14,7	11,0	15	9	12
4.	15,5	10,0	13	10	18
5.	13,4	10,9	12	8	15
6.	16,0	9,5	10	13	13
7.	15,2	9,4	14	11	15
8.	14,2	10,1	13	11	13
9.	13,3	12,2	16	14	19
10.	14,1	10,4	17	15	17
11.	14,3	12,1	17	11	13
12.	14,2	11,4	15	13	19
13.	12,4	12,9	14	10	18
14.	15,0	11,5	13	15	15
15.	14,5	10,6	16	14	16
16.	13,2	12,3	15	13	17
$\bar{X}_i \pm m$	14,39 ± 0,22	10,9 ± 0,23	14,37 ± 0,38	11,87 ± 0,49	15,75 ± 0,51

Таблиця 3

Показники динаміки розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 (n=16)

№	Тести	На початку дослідження	Наприкінці дослідження	Приріст, %	t_p	$t_{гр}$	P
		$\bar{X}_1 \pm m$	$\bar{X}_2 \pm m$				
1	Човниковий біг, с	15,12±0,19	14,39 ± 0,22	4,8	2,51	2,12	<0,05
2.	Статична рівновага, с	9,33 ± 0,17	10,9 ± 0,23	14,4	5,48	2,12	<0,05
3.	Підкидання та ловля м'яча (кількість разів)	11,3 ± 0,35	14,37± 0,38	21,3	5,81	2,12	<0,05
4.	Відбиття м'яча від підлоги (кількість разів)	9,18±0,35	11,87± 0,49	22,6	4,46	2,12	<0,05
5.	Стрибки через скакалку (кількість разів)	12,87 ± 0,53	15,75 ± 0,51	18,3	3,91	2,12	<0,05

$\bar{X}_1 \pm m = 15,12 \pm 0,19$; $\bar{X}_2 \pm m = 14,39 \pm 0,22$.

У статичній рівновазі, що характеризує рівень припинення макроскопічних механічних систем і руху тіла, приріст склав 14,4%, відзначені наступні результати:

$\bar{X}_1 \pm m = 9,33 \pm 0,17$; $\bar{X}_2 \pm m = 10,9 \pm 0,23$.

У підкиданні та ловлі м'яча, що характеризує рівень орієнтування в просторі, показник приросту – 21,3%, відзначені наступні результати:

$\bar{X}_1 \pm m = 11,3 \pm 0,35$; $\bar{X}_2 \pm m = 14,37 \pm 0,38$.

Максимально найкращі показники приросту (22,6%) зафіксовані у тесті «відбиття м'яча від підлоги», що характеризують рівень орієнтування в просторі, де відзначені наступні результати:

$\bar{X}_1 \pm m = 9,18 \pm 0,35$; $\bar{X}_2 \pm m = 11,87 \pm 0,49$.

Показники стрибків через скакалку (18,3%), що характеризують рівень розвитку координаваності рухів, змінилися у бік поліпшення результатів:

$\bar{X}_1 \pm m = 12,87 \pm 0,53$; $\bar{X}_2 \pm m = 15,75 \pm 0,51$.

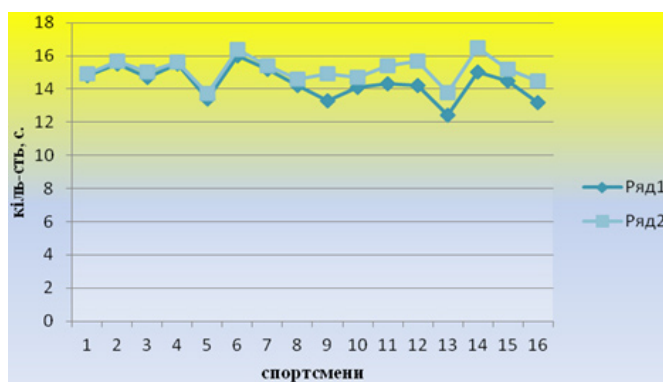


Рис. 1. Результати проведення тесту «човниковий біг»: ряд 1 – показники початкового тестування спортсменів; ряд 2 – показники підсумкового тестування спортсменів.

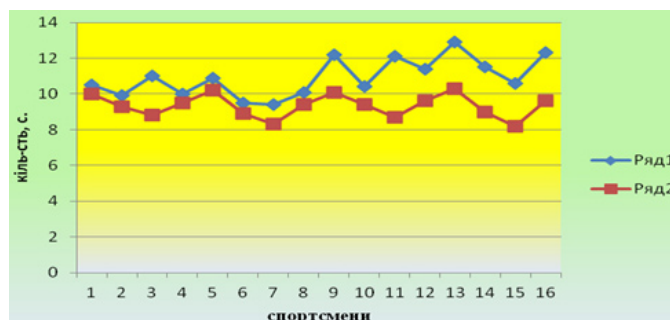


Рис. 2. Результати проведення тесту «статична рівновага»: ряд 1 – показники початкового тестування спортсменів; ряд 2 – показники підсумкового тестування спортсменів.

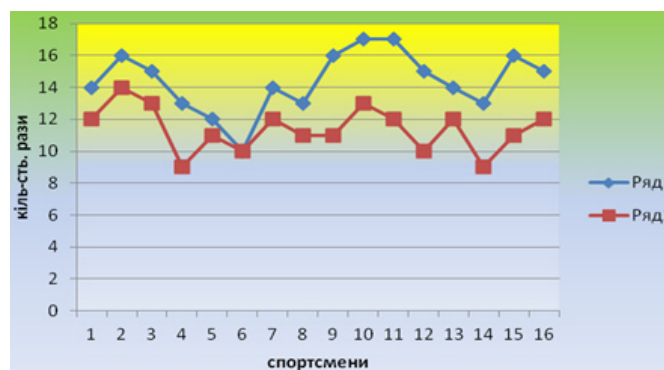


Рис. 3. Результати проведення тесту «підкидання та ловля м'яча»: ряд 1 – показники початкового тестування спортсменів; ряд 2 – показники підсумкового тестування спортсменів.

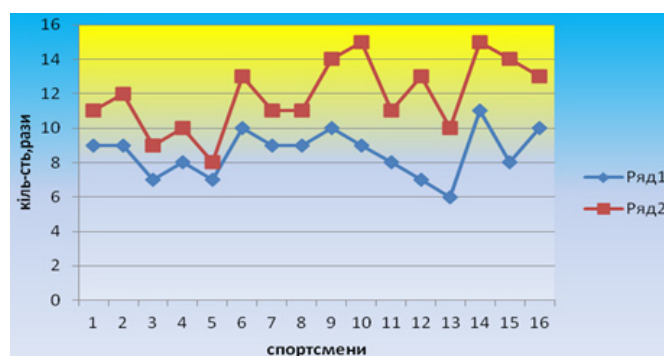


Рис. 4. Результати проведення тесту «відбиття м'яча від підлоги»: ряд 1 – показники початкового тестування спортсменів; ряд 2 – показники підсумкового тестування спортсменів.

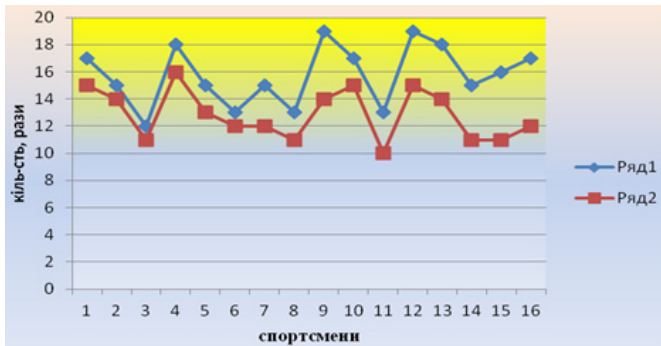


Рис. 5. Результати проведення тесту «стрибки через скакалку»: ряд 1 – показники початкового тестування спортсменів; ряд 2 – показники підсумкового тестування спортсменів.

Висновки

1. Аналіз науково-методичної літератури свідчить про недостатній рівень досліджень розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.

2. Розроблений зміст навчально-тренувального процесу спрямований на розвиток координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу.

3. Розглядаючи середньогрупові зміни, можна відзначити, що приріст у показниках розвитку координаційних здібностей у спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 нерівномірний.

Виявлено найменший приріст (4,8%) показників в човниковому бігу: $\bar{X}_1 \pm m = 15,12 \pm 0,19$; $\bar{X}_2 \pm m = 14,39 \pm 0,22$;

У статичній рівновазі приріст – 14,4%, відзначені наступні результати: $\bar{X}_1 \pm m = 9,33 \pm 0,17$; $\bar{X}_2 \pm m = 10,9 \pm 0,23$.

У підкиданні і ловлі м'яча показник приросту склав 21,3, відзначені наступні результати: $\bar{X}_1 \pm m = 11,3 \pm 0,35$; $\bar{X}_2 \pm m = 14,37 \pm 0,38$.

Максимально найкращі показники приросту (22,6%) зафіксовані у тесті «відбиття м'яча від підлоги», відзначені наступні результати: $\bar{X}_1 \pm m = 9,18 \pm 0,35$; $\bar{X}_2 \pm m = 11,87 \pm 0,49$.

Стрибки через скакалку – приріст склав 18,3%: $\bar{X}_1 \pm m = 12,87 \pm 0,53$; $\bar{X}_2 \pm m = 15,75 \pm 0,51$.

Перспективи подальших досліджень будуть спрямовані на пошук нових засобів і методів розвитку координаційних здібностей спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років.

Конфлікт інтересів. Автори заявляють, що немає конфлікту інтересів, який може сприяти таким, що може завдати шкоди неупередженості статті.

Джерела фінансування. Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

Список використаної літератури

1. Батеева Н. П. Совершенствование технической подготовки квалифицированных спортсменов в акробатическом рок-н-ролле / Н. П. Батеева, П. Н. Кизим // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2013. – Вип. 3 (36). – С. 58–62.
2. Болобан В. Н. Элементы теории и практики спортивной ориентации, отбора и комплектования групп в спортивной акробатике / В. Н. Болобан // Педагогика, психология и медикобиологические проблемы физического воспитания и спорта, 2009. – № 2. – С. 21–31.
3. Кизим П. М. Акробатичний рок-н-рол / П. М. Кизим, В. Г. Алабін, Ю. К. Макурін, О. Я. Муллагільдіна. – Харків : Основа, 1999. – 136 с.
4. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.
5. Ровный А. С. Роль сенсорных систем в управлении сложнокоординационными движениями спортсменов / А. С. Ровный, В. А. Галимский, О. А. Ровная // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 2(40). – С. 78–85.
6. Тарасов Н. И. Классический танец. Школа мужского исполнительства. 3-е изд. – СПб. : Издательство «Лань», 2005. – 496 с. : ил.+вклейка (16 с.). – (Учебники для вузов. Специальная литература).
7. Шипилина И. А. Хореография в спорте : Учебник для студентов общеобразовательных учреждений среднего проф. образования / И. А. Шипилина. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2004. – 224 с.

Стаття надійшла до редакції: 03.03.2017 р.

Опубліковано: 30.04.2017 р.

Аннотация. Наталия Батеева, Петр Кизим. Особенности развития координационных способностей у спортсменов акробатического рок-н-ролла в возрасте 7–8 лет. **Цель:** определить динамику развития координационных способностей спортсменов акробатического рок-н-ролла возрастом 7–8 лет. **Материал и методы:** использовались следующие методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных специальной научно-методической литературы; педагогическое наблюдение; педагогическое тестирование; методы математической статистики. **Результаты:** результаты педагогического исследования развития координационных способностей спортсменов акробатического рок-н-ролла возрастом 7–8 лет свидетельствуют о значительном приросте показателей координационных способностей, которые подтверждают, что применение специальных комплексов упражнений является эффективным подходом в учебно-тренировочном процессе. **Выводы:** сравнение динамики статистических показателей итогового тестирования спортсменов акробатического рок-н-ролла показало прирост по всем тестируемым показателям.

Ключевые слова: координационные способности, спортсмены, акробатический рок-н-ролл, тестирование.

Abstract. Nataliya Batieieva & Petro Kyzim. Special aspects of coordination ability development of 7–8 year-old acrobatic rock'n'roll athletes. **Purpose:** to determine the dynamics of development of coordination abilities of 7–8 years old acrobatic rock-and-roll athletes. **Material & Methods:** following research methods were used: theoretical analysis and generalization of data from special scientific and methodological literature; pedagogical observation; pedagogical testing; methods of mathematical statistics. **Results:** results of a pedagogical study of the development of the coordination abilities of 7–8 years old acrobatic rock-and-roll athletes indicate a significant

increase in the indicators of coordination abilities, which confirm that the use of special exercises is an effective approach in the training process. **Conclusion:** comparison of the dynamics of statistical indicators of final testing of acrobatic rock'n'roll athletes showed an increase in all tested indicators.

Keywords: coordination ability, athletes, acrobatic rock-and-roll, testing.

References

1. Bateeva, N. P. & Kyzim, P. N. (2013), "Perfection of technical training of qualified athletes in acrobatic rock and roll", *Slobozans'kij naukovo-sportivnij visnik*, KhSAPC, Kharkiv, No 3(36), pp. 58–62. (in Russ.)
2. Boloban, V. N. (2009), "Elements of the theory and practice of sports orientation, selection and acquisition of groups in sports acrobatics", *Pedagogika, psikhologiya i medikobiologicheskie problemy fizicheskogo vospitaniya i sporta*, No 2, pp. 21–31. (in Russ.)
3. Kyzim, P. M., Alabin, V. H., Makurin, Iu. K. & Mullahildina, O. Ia. (1999), *Akrobatychnyi rok-n-rol* [Acrobatic rock'n'roll], Osnova, Kharkiv. (in Ukr.)
4. Platonov, V. N. (2004), *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Obshchaya teoriya i ee prakticheskie prilozheniya* [The system of training athletes in the Olympic sport. General theory and its practical applications], Olimpiyskaya literature, Kyiv. (in Russ.)
5. Rovnyy, A. S., Galimskiy, V. A. & Rovnaya, O. A. (2014), "The role of sensory systems in the management of complex co-ordinate movements of athletes", *Slobozans'kij naukovo-sportivnij visnik*, No 2(40), pp. 78–85. (in Russ.)
6. Tarasov, N. I. (2005), *Klassicheskiy tanets. Shkola muzhskogo ispolnitelstva* [Classical dance. School of male performance], Izdatelstvo «Lan», Spb. (in Russ.)
7. Shipilina, I. A. (2004), *Khoreografiya v sporte: Uchebnik dlya studentov obshcheobrazovatelnykh uchrezhdeniy srednego prof. obrazovaniya* [Choreography in sports: Textbook for students of secondary schools of secondary prof. education], Feniks, Rostov-na-Donu. (in Russ.)

Received: 03.03.2017.

Published: 30.04.2017.

Відомості про авторів / Information about the Authors

Батеева Наталія Петрівна: к. фіз. вих., доцент; Київський національний університет культури та мистецтв: вул. Є. Коновальця, 36, м. Київ, 01133, Україна.

Батеева Наталия Петровна: к. физ. восп., доцент Киевский национальный университет культуры и искусств: ул. Е. Коновальця, 36, г. Киев, 01133, Украина.

Nataliya Bateieva: PhD (Physical Education and Sport), Associate Professor; Kiev National University of Culture and Arts: E. Konovaitzia, 36, Kiev, 01133, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0001-8575-5506

E-mail: kyzim@mail.ru

Кизім Петро Миколайович: доцент; Харківська державна академія фізичної культури: вул. Клочківська, 99, м. Харків, 61058, Україна.

Кызим Петр Николаевич: доцент; Харьковская государственная академия физической культуры: ул. Клочковская, 99, г. Харьков, 61058, Украина.

Petro Kyzim: Associat Professor; Kharkov State Academy of Physical Culture: Klochkovskaya 99, Kharkov, 61058, Ukraine.

ORCID.ORG/0000-0001-5094-3988

E-mail: kyzim@mail.ru

Бібліографічний опис статті (ДСТУ ГОСТ 7.1:2006):

Батеева Н. Особливості розвитку координаційних здібностей у спортсменів акробатичного рок-н-ролу віком 7–8 років / Наталія Батеева, Петро Кизім // Слобожанський науково-спортивний вісник. – Харків : ХДАФК, 2017. – № 2(58). – С. 13–17. – doi:10.15391/sns.v.2017-2.002