

Ф. 50 Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. Випуск 18 (Том 1) / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; головний редактор В. М. Костюкевич. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2014. – 505 с.

С. 338 -341

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Оксана Швець

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Молодший шкільний вік - важливий період у житті дитини, коли розвиваються основні фізичні якості, удосконалюються рухові вміння та навички. Саме в цей період найбільше уваги потрібно приділяти фізичному розвитку дитини. Це знайшло відображення в низці офіційних державних документів, широкому висвітлені питань активізації наукових досліджень із проблеми наукової організації комплексного оздоровлення дітей [6, 8, 10].

Актуальність даного дослідження полягає в тому, що головна проблема найближчого та віддаленого майбутнього нашої держави — здоров'я підростаючого покоління. Весь економічний і творчий потенціал, всі перспективи високого рівня життя, науки і культури - все це є підсумком рівня досягнутого здоров'я дітей та їх фізичної та інтелектуальної працездатності [6, 7, 8].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дані науково-методичної літератури свідчать, що 43% учнів страждають різними хронічними захворюваннями; 63% мають порушення постави; 22% - реакцію на гіпертонічну хворобу; 18% - підвищений тиск [1, 2, 6, 7, 8 та ін.].

Спеціально проведені дослідження свідчать про те, що 33% випускників шкіл мають обмеження за станом здоров'я. До 50% школярів мають різного ступеня порушення опорно-рухового апарату; кількість дітей з порушеннями постави (сколіоз та ін.) за 9 років навчання в школі, зростає в 3 рази; 60-65% учнів щорічно хворіють респіраторними захворюваннями; до закінчення 11-го класу у 65% дітей погіршується зір. Зі вступом до школи рухова підготовленість дітей зменшується на 50%, що викликає погіршення здоров'я, швидку стомлюваність протягом навчального дня, знижує рівень фізичної та розумової працездатності, гальмує їх нормальний фізичний розвиток [1, 5]. Тому обґрунтування ефективних засобів і методів навчання дітей з різним рівнем розвитку їх рухових і психічних здібностей є досить актуальним.

Мета і завдання дослідження: класифікувати учнів за рівнем рухової підготовленості на підставі перцентільних шкал рівних відносин.

Гіпотеза дослідження полягає в тому, що застосування на заняттях з молодшими школярами, які мають низький рівень рухової підготовленості, спеціально спрямовані засоби фізичного виховання які впливають на розвиток різних сторін моторики. Мають найбільший вклад в процентному відношенні

в дисперсії вибірки структури рухової підготовленості. Це дозволить індивідуалізувати процес фізичного виховання, а також забезпечити поступове підвищення рухової підготовленості до рівня середніх і високих показників

Організація дослідження Аналіз індивідуальних показників дозволив виявити діапазон результатів за певними руховими якостями, що характеризує рівень розвитку рухової підготовленості за такими градаціями: середня, вища за середню, висока, нижче середньої і низька, згідно віку і статі.

Матеріали, наведені нижче, ілюструють результати застосування методу перцентилей [3], згідно з яким всі індивідуальні результати по досліджуваним руховим якостям були оцінені по 5-бальній системі: один бал відповідав низькому рівню розвитку якості, два бали - нижче середнього, три бали - середньому, чотири бали - вище середнього, п'ять балів - високому рівню розвитку окремого рухового якості. Потім результати кожного учня (в балах) підсумовувалися по всіх досліджуваних показниках. Використовуючи шкалу рівних відносин [3], отримана сума балів розбивалася за якісними градаціям.

Виклад **основного матеріалу**. В результаті виконаної математичної процедури ми отримали суму балів, відповідно низькому, середньому і високому рівню рухової підготовленості, яка представлена в таблиці 1.

Таблиця 1

Оцінка рівня рухової підготовленості (в балах)

Вік	Рівні рухової підготовленості		
	Низькі і нижче середнього	Середні	Високі і вище середнього
хлопчики			
7	і нижче 12-23	24-28	29-33 і вище
8	і нижче 13-24	25-29	30-34 і вище
9	і нижче 12-21	22-27	28-32 і вище
дівчата			
7	і нижче 13-21	22-26	27-31 і вище
8	і нижче 13-22	23-27	28-33 і вище
9	і нижче 14-21	22-28	29-32 і вище

На основі отриманих результатів всі діти згідно віку і статі були згруповані для виявлення кількості учнів, які мають низькі, середні і високі рівні розвитку ПУХОВИХ якостей (у%).

Аналіз матеріалів, представлених в таблиці 2 свідчить про наявність досить великого відсотка школярів, що мають низькі і нижче середнього показники рухової підготовленості. Поширеність (у відсотках) низького рівня у хлопчиків у всіх вікових групах більш значна в порівнянні з дівчатками: в 7 років — на 5,6%, в 8 років - на 3,6%, в 9 років - на 5,3%.

Що стосується процентного співвідношення учнів з середнім рівнем рухової підготовленості, то хлопчики в 7 років на 5,6% перевершують дівчаток, в 9 років - на 1,5%, а в 8 років дівчинки на 3,6% в кількісному відношенні мають перевагу перед хлопчиками.

Таблиця 2

Розподіл школярів за рівнями рухової підготовленості

Вік	Стать	Кількість випробувань	Рівні рухової підготовленості					
			Низькі і нижче середнього		Середні		Високі і вище середнього	
			Абсол.	%	Абсол.	%	Абсол.	%
7	Ч	167	46	27,5	78	46,7	43	25,7
	Ж	151						
8	Ч	237	67	28,3	103	43,4	67	28,3
	Ж	219						
9	Ч	210	61	29,0	85	41,0	63	30,0
	Ж	198	47	23,7	78	39,4	73	36,9

За домінуванням високого рівня дівчинки значно випереджають хлопчиків в 7 років (на 11.3%), менш значно в 9 років - на 6.9%, а в 8 років кількість хлопчиків і дівчаток, що мають високий рівень розвитку рухових якостей виявилось рівним - 28.3%.

Висновки. Таким чином, аналіз індивідуальних даних, що характеризують рухову підготовленість школярів, свідчить не тільки про гетерохронність у розвитку різних сторін моторики учнів 1-3 класів, а й про наявність значного відсотка дітей з низьким рівнем розвитку рухових якостей. Даний факт має значення для практики фізичного виховання і свідчить, що середній показник для всієї популяції молодших школярів неприйнятний, бо за узагальненою середньою величиною ховається значний відсоток учнів з низькими показниками рухової підготовленості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бальсевич В.К. Физическая активность человека. / В.К. Бальсевич В.А. Запорожанов - Киев : Здоровье, 1987.
2. Вавилов Ю.Н. Концептуальные предпосылки перестройки школьной системы физического воспитания в СССР / Ю.Н. Вавилов // Теория и практи. физич. культуры. — 1990. — № 10.-С. 23-27.
3. Годик М.А. Спортивная метрология : Учебник для институтов физической культуры. / М.А. Годик - М. : Физкультура и спорт, 1988. - С. 34-72
4. Детская спортивная медицина / Под ред. С.Б. Тихвинского, С.В. Хрущева. - 2-е изд. перераб. и доп. - М.: Медицина, 1991. - С. 16-19.
5. Корнеева Т.В. Для школьников с низким уровнем физической подготовленности. 4-5 классы / Т.В. Корнеева // Физич. культ, в школе. - 1988. - С. 12-15
6. Лещенко Г.А. Деякі аспекта системи шкільного фізичного виховання / Г.А. Лещенко // Наукові записки. - Серія: Педагогічні науки. - Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2001.- Вин. 32.-С. 94-96.
7. Новосельский В.Ф. Азбука физической закалки детей, / В. Ф. Новосельский - Киев : Здоровье, 1991. - С. 56-66

8. Подойников С.А. Содержание нагрузок в недельном цикле физической воспитания учащихся младшего школьного возраста: методические рекомендации. / С.А. Подойников— Йошкар-Ола, 1989. с

9. Сухарев А.Г. Здоровье и физическое воспитание детей и подростков. / А.Г. Сухарев - М. : Медицина, 1991. - С. 123-176.

10. Титлов А.Ю. Исследование возможностей повышения эффективности уроков физической культуры в начальных классах. / А. Ю. Титлов // В кН.

АНОТАЦІЇ

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ІЗ РІЗНИМ РІВНЕМ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ

Оксана Швець

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

У роботі проведено класифікування учнів молодших класів за рівнем фізичної підготовленості, в результаті чого встановлено значну кількість учнів, віднесених до низького рівня розвитку рухової активності, що має велике значення для практики фізичного виховання школярів.

Ключові слова: класифікування, молодші школярі, фізична підготовленість, рівень рухової активності.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С РАЗЛИЧНЫМ УРОВНЕМ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

Оксана Швець

Винницкий государственный педагогический университет имени Михаила Коцюбинского

В работе проведено классифицирование учащихся младших классов по уровню физической подготовленности, в результате чего установлено значительное количество учащихся, отнесенных к низкому уровню развития двигательных качеств, что имеет большое значение для практики физического воспитания школьников.

Ключевые слова: классифицирование, младшие школьники, двигательные качества, уровень подготовленности.

PHYSICAL READINESS YOUNGER STUDENTS WITH DIFFERENT LEVELS OF MOTOR ACTIVITY

Shvets O.P.

Vinnitsa State Pedagogical University Mykhailo Kotsyubinskogo

In this paper the classification of younger students by levels of physical readiness, in result of which a significant number of students identified, related to the low level of development of motor characteristics, which is important for the practice of physical education students.

Key words: classification, junior high school students, movement quality, the level of preparedness