

Особливості формування вмінь дівчаток 8 років керувати основними характеристиками рухів.

Мірошниченко В.І., Ніжевська Т.В., Махонін О.І.

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С.Сковороди

КЗ Харківська гуманітарно-педагогічна академія

Анотація. Мірошниченко В.І., Ніжевська Т.В., Махонін О.І. Особливості формування вмінь дівчаток 8 років керувати основними характеристиками рухів. Мета дослідження – визначити особливості формування вмінь дівчаток 8 років керувати просторовими, часовими та силовими характеристиками рухів. Результати дослідження. Встановлена суттєва позитивна динаміка зміни оцінки показників керування просторовими та силовими характеристиками рухів та ступінь впливу занять на досліджувані показники.

Ключові слова: характеристики рухів: просторові, часові, силові; керування рухами, вміння.

Аннотация. Мирошниченко В.И., Нижевская Т.В., Махонин А.И. Особенности формирования умений девочек 8 лет управлять основными характеристиками движений. Цель исследования – определить особенности формирования умений девочек 8 лет управлять пространственными, временными и силовыми характеристиками движений. Результаты исследования. Установлена существенная позитивная динамика изменения оценки показателей управления пространственными и силовыми характеристиками движений и степень влияния занятий на исследуемые показатели.

Ключевые слова: характеристики движений: пространственные, временные, силовые; управление движениями, умения.

Annotation. Miroshnichenko V.I., Nizhevska T.V., Makhonin A.I. The peculiarities of the formation of skills of girls of 8 years old to manage the basic

characteristics of movements. The purpose of the study is to determine the features of the formation of skills of girls of 8 years old to manage the spatial, temporal and power characteristics of movements. The results of the study. The significant positive dynamics of changes in the assessment of indicators of control of spatial and power characteristics of movements and the degree of influence of classes on the studied indicators are established.

Key words: characteristics of movements: spatial, temporal, power; motion control, skills.

Актуальність теми дослідження. Майбутня життєдіяльність людини, її професійна реалізація пов'язана з набутим руховим досвідом. В молодших класах закладається «школа рухів», яка є складовою частиною процесу навчання, де учні оволодівають під керівництвом викладача різноманітними за своїм змістом і складністю руховими вміннями і навичками, а також вміннями керувати рухами в просторі, за часом та за ступенем м'язових зусиль. Головна увага у справі фізичного виховання має приділятися учням початкових класів, анатомо-фізіологічні особливості та стан фізичної підготовленості школярів цього вікового періоду найсприятливіші для розвитку більшості фізичних якостей людини та навчання рухам [2].

У низці робіт [1,3,4,5] вказується, що розвиток вмінь дітей керувати рухами у просторі, у часі і за ступенем м'язових зусиль позитивно впливає на початковому етапі навчання на формування рухових навичок: полегшує засвоєння техніки рухів, прискорює цей процес, покращує його якість, сприяє варіативності навички. Подальший розвиток цих здібностей в більшій мірі залежить від застосування спеціально спрямованих на це вправ. В зв'язку з цим необхідно вирішити питання про особливості формування вмінь дівчаток молодших класів керувати просторовими, часовими та силовими параметрами рухів.

Методи і матеріал: аналіз науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, бесіди, лабораторний експеримент, методи математичної

статистики. Було організовано 3 експериментальних групи по 10-12 дівчаток в кожній. Для оцінки уміння керувати рухами у просторі учні виконували стрибки в довжину з місця в зону шириною 15см, розташовану від лінії відштовхування на відстані 60 см для дівчаток 7 років, 70 см – для дівчаток 8 років, 80 см – для дівчаток 9 років. Кожний наступний стрибок необхідно було виконати далі попереднього. Фіксувалася кількість виконаних стрибків із мінімальним збільшенням їх довжини в кожній спробі. В якості модельної вправи, що потребує вміння керувати тривалістю рухів, учні виконували із вихідного положення „упор присівши” з стрибка вгору з махом руками в довільному темпі. Кожну наступну серію стрибків необхідно було виконати швидше попередньої. Вміння диференціювати м’язові зусилля визначались за стрибком у висоту з місця із махом руками. Завдання – кожний наступний стрибок необхідно виконати з меншою силою відштовхування, ніж попередній. Згідно наукових джерел[1], на формування досліджуваних вмінь керувати рухами відводилось сім занять, в кожному з яких виконувалось шість підходів. При опрацюванні результатів виконання завдань враховувався вихідний рівень вмінь керувати досліджуваним параметром руху і середня кількість успішних спроб в кожному занятті, з першого по сьоме. В якості вихідного рівня вмінь керувати досліджуваним параметром руху приймався результат, що показував кожний досліджуваний в першій спробі першого заняття, тобто до початку експерименту. Для визначення впливу занять на динаміку показників керування рухами застосовувався дисперсійний аналіз при кореляції даних.

Результати дослідження та їх аналіз. Під час проведення експерименту відмічалось чергування вдалих та невдалих спроб виконання модельних вправ як в підходах, так і в серії уроків. Встановлено, що у дівчаток максимальні оцінки, що характеризують просторові показники рухів були зареєстровані на V занятті, часові характеристики – на IV - V занятті, а силові також на V занятті. Дані дисперсійного аналізу (табл.1) вказують на суттєву позитивну динаміку зміни оцінки показників керування просторовими та

силовими характеристиками рухів. Результати експерименту свідчать про те, що процес становлення рухової навички відбувається хвилеподібно, а стабілізація результатів навчання настає раніше, ніж вдається досягнути відмінного виконання вправи. Це узгоджується з даними А.М.Шлемина про те, що процес навчання вмінням керувати основними параметрами рухів підлягає загальній закономірності, згідно якої формуються рухові навички. Отримані результати досліджень доповнюють відомості про гетерохронний розвиток рухової функції у дітей молодшого шкільного віку.

Таблиця 1

Вплив занять на зміну оцінки показників керування основними характеристиками рухів дівчаток 8 років

Показники керування рухами			
	Ступінь впливу (%)	F _{розр}	Вірогідність, P
Просторові характеристики	38,66	4,16	P < 0,001
Часові характеристики	9,35	1,73	P > 0,05
Силові характеристики	29,27	4,178	P < 0,001

Висновки. 1. Аналіз науково-методичної літератури вказує на те, що в молодшому шкільному віці існують сприятливі умови для опанування більшості рухів, а навчання вмінням керувати їх основними параметрами необхідно ставити одним із головних завдань. 2. Процес формування вмінь дівчаток 8 років керувати основними характеристиками рухів відбувається хвилеподібно, а стабілізація результатів навчання настає раніше, ніж вдається досягнути відмінного виконання вправи. 3. У дівчаток досліджуваного віку встановлена суттєва позитивна динаміка зміни оцінки показників керування просторовими та силовими характеристиками рухів.

Список літератури

1. Дежников А. Г. Исследование вопросов обучения детей младшего школьного возраста умениям оценивать пространственные, временные и силовые характеристики движений: автореф. дис.... канд.пед.наук : 13.00.04/А.Г.Дежников. – Москва, 1977. – 21 с.

2. Репко Е.А. Обучение двигательным действиям детей дошкольного и младшего школьного возраста на основе их психологических и физических особенностей (на примере скалолазания) / Репко Е.А., Козин С.В., Костырко А.С. // Здоровье, спорт, реабилитация. - 2016. – № 2. – С. 46–50

3. Мірошніченко В. І. Методика навчання дівчаток молодших класів вмінням керувати просторовими характеристиками рухів / Мірошніченко В.І., Жеватченко Я.В. // Здоровье, спорт, реабилитация. - 2016. – № 2. – С. 35–38

4. Мірошніченко В.І. Особливості формування вмінь дітей молодшого шкільного віку керувати часовими характеристиками рухів / Мірошніченко В.І., Сквознова Ю.В. // Здоровье, спорт, реабилитация. - 2016. – № 2. – С. 42–45

5. Шлемин А. М. Формирование у детей двигательной функции // Физическая культура в школе. – 1983. – № 1. – С. 13–14

Інформація про авторів

Мірошніченко В.І.;

канд. пед. наук, доцент;

<https://orcid.org/0000-0001-8483-1271>

valera.zlaya@gmail.com.

Харківський національний педагогічний

університет імені Г.С.Сковороди

вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна

Ніжевська Т.В.;

канд. пед. наук, доцент;

<https://orcid.org/0000-0002-1161-6658>

<nizhevski@gmail.com>:

Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»
Харківської обласної ради
Пров. Руставелі, 7, м. Харків, 61001, Україна

Махонін О.І;
магістрант;
lexmax2091@gmail.com
Харківський національний педагогічний університет
вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна