

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

УДК 796.012.1

ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ РУХОВИМ ДІЯМ ШКОЛЯРІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ НА ПРИКЛАДІ ФУТБОЛУ

Жилін Є. І.

Харківський національний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. Завданням дослідження було встановити рівень фізичного розвитку та технічної підготовки школярів молодших класів на прикладі футболу. За допомогою математичної обробки даних виявити взаємозв'язок між результатами тестувань.

Ключові слова: футбол, фізичний розвиток, технічна підготовка.

Вступ. Пошук обдарованих, здібних, перспективних дітей, які можуть у подальшому досягнути високих спортивних результатів на внутрішньому та міжнародному рівні, є одним із напрямів удосконалення системи підготовки в сучасному спорті вищих досягнень. Це розглядається як актуальне науково-практичне питання з чітко вираженими організаційними, педагогічними, соціально-економічними й етичними аспектами. У підготовці юних спортсменів використовуються різноманітні засоби та методи. Проте на етапі початкової підготовки застосування ігрового методу виконання вправ є пріоритетним.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Головними завданнями в навчально-тренувальному процесі молодших школярів є оволодіння загальнотеоретичними та спеціальними знаннями, формування базової структури рухів із виду спорту. Значну кількість науково-методичних робіт фахівців із різних видів спорту присвячено дослідженню фізичної та технічної підготовленості молодших школярів. Зокрема, у волейболі — Е.А. Сергеев (1979), В.М. Поповский (1980), баскетболі — Л.Ю. Поплавський (2004), гандболі — В.Г. Ткачук (1989) та ін. Разом з тим визначення рівня технічної підготовленості молодших школярів та взаємозв'язків їх показників набуває актуальності у футболі.

Мета дослідження — з'ясувати рівень взаємозв'язків показників технічної підготовленості з показниками фізичного розвитку.

Завдання дослідження:

1. Визначити рівень технічної підготовленості та розвитку рухових здібностей школярів молодших класів.
2. Виявити взаємозв'язки показників технічної підготовленості з показниками розвитку рухових здібностей школярів молодших класів на прикладі футболу.

Методи дослідження: тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. Згідно з результатами педагогічного тестування рівня технічної підготовленості футболістів-початківців визначено, що у жонглюванні серед хлопчиків на високому рівні 3,5%, достатньому — 20%, середньому — 73%, початковому — 3,5%, у дівчаток 6,5% — достатній, 17% — середній та 76,5% — початковий. Отриманий результат може бути зумовлений тим, що тестування проводилось на початкових уроках модулю.

Під час тестування ударів по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м зафіксовано, що 17% хлопців володіють цим елементом на середньому рівні, 83% — на початковому, дівчата: 13% — середній рівень, 87% — початковий. Вказаний результат може залежати від розвитку координаційних здібностей, оскільки даний технічний елемент потрібно скоординувати свої рухи на точність виконання. Відомо, що точність максимально зростає до 14 років, а дітям лише 10 років і цей період розвитку є синтетичним для даної здібності, отже можна припустити, що результат ударів по м'ячу ногою на точність у дітей 11 років буде кращим за результат десятирічок.

Згідно отриманим результатам тестування оцінки техніки передачі м'яча внутрішньою стороною виявлено, що хлопчики володіють технічним

елементом: 44% — високий, 33% достатній та 23 середній рівень навченості.

Дівчатка — 27% перебувають на високому та достатньому рівні, 37 — на середньому, і 9% — це початковий рівень володіння вправою.

Кореляційний аналіз результатів технічної підготовленості допоміг визначити наступне, що у хлопчиків між результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м та результатами оцінки техніки передачі м'яча внутрішньою стороною стопи визначено позитивний середній статистичний зв'язок $r = 0,62$ (таблиця 1). Можна припустити, що діти з більш розвинутою координацією рухів мають кращі результати, оскільки рухи тіла при виконанні вправи потрібно направити так, щоб м'яч потрапив у ціль чи до партнера. Таке виконання можливе лише з розвинутою точністю просторової оцінки руху, яка досягає найвищого рівня до 12-13 років.

У дівчаток кількість зв'язків виявилась більшою (таблиця 2), але встановлено що рівень їх значущості слабкий. Так, між результатами у жонглюванні та результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м значення рівне ($r = 0,49$), а між результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м та результатами оцінки передачі м'яча внутрішньою стороною стопи — ($r = 0,41$). Ці зв'язки можуть характеризувати одну із сторін координаційних, уміння раціонально з точок зору

цільової направленості організовувати рухи та зусилля у просторі та за часом.

Фізична підготовка є однією із складових частин процесу навчання. Її високий рівень підвищує ефективність реалізації завдань змагальної діяльності. Таким чином, вивчення рівня фізичної підготовленості молодших школярів може вказати на напрями подальшого вдосконалення системи їхньої підготовки.

Під час оцінки рівня розвитку рухових здібностей хлопчиків (таблиця 3) визначено, що у стрибку в довжину з місця 60% показали високий результат, 23% — достатній та 17% середній.

Результати тестування човникового бігу вказують що високий рівень показали 70%, 6,5% — достатній, 17% — середній та 6,5% — початковий.

При тестуванні нахилу тулуба вперед з положення сидячи оцінку високого рівня отримало 33%, достатнього — 40%, середнього 23% та 4% — початковий рівень.

Аналіз результатів в бігу на 30 м, дозволив виявити, що 20% учнів мають високий рівень, достатній — 50%, середній — 24%, початковий — 6%.

За результатами реєстрації результатів підйому тулуба з положення лежачи в сід показник високого рівня становить 23%, достатнього — 37%, середнього — 40%. Результат початкового рівня в цьому тестуванні відсутній — 0%.

Таблиця 1

Матриця кореляційного зв'язку технічної підготовленості хлопчиків ХЗОШ №164 ($n=30$)

| Зміст | Жонглювання м'ячем (рази) | Удари по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м (рази) | Техніка передачі м'яча внутрішньою стороною стопи (рази) |
|--|---------------------------|--|--|
| Жонглювання м'ячем (рази) | | 0,22 | 0,33 |
| Удари по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м (рази) | | | 0,62 |
| Техніка передачі м'яча внутрішньою стороною стопи (рази) | | | |

Таблиця 2

Матриця кореляційного зв'язку технічної підготовленості дівчаток ХЗОШ №164 ($n=30$)

| Зміст | Жонглювання м'ячем (рази) | Удари по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м (рази) | Техніка передачі м'яча внутрішньою стороною стопи (рази) |
|--|---------------------------|--|--|
| Жонглювання м'ячем (рази) | | 0,49 | 0,22 |
| Удари по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м (рази) | | | 0,41 |
| Техніка передачі м'яча внутрішньою стороною стопи (рази) | | | |

Таблиця 3

Рівень розвитку рухових здібностей хлопчиків 3-х класів ХЗОШ №164 (n=30)

| Рівень розвитку рухових здібностей | Стрибок у довжину з місця (см) | Човниковий біг 4x9 (с) | Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см) | Біг на 30 м (с) | Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) |
|------------------------------------|--------------------------------|------------------------|---|-----------------|---|
| Високий | 60% | 70% | 33% | 20% | 23% |
| Достатній | 23% | 6,5% | 40% | 50% | 37% |
| Середній | 17% | 17% | 23% | 24% | 40% |
| Початковий | 0% | 6,5% | 4% | 6% | 0% |

Таблиця 4

Рівень фізичного розвитку дівчаток 3-х класів ХЗОШ №164 (n=30)

| Рівень розвитку рухових здібностей | Стрибок у довжину з місця (см) | Човниковий біг 4x9 (с) | Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см) | Біг на 30 м (с) | Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) |
|------------------------------------|--------------------------------|------------------------|---|-----------------|---|
| Високий | 40% | 50% | 13% | 26,5% | 17% |
| Достатній | 23% | 6,5% | 31% | 17% | 40% |
| Середній | 37% | 17% | 33% | 30% | 43% |
| Початковий | 0% | 26,5% | 23% | 26,5 | 0% |

Таблиця 5

Матриця кореляційного аналізу дівчаток 3-х класів ХЗОШ №164 (n=30)

| Зміст | Стрибок у довжину з місця (см) | Човниковий біг 4x9 (с) | Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см) | Біг на 30 м (с) | Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) |
|---|--------------------------------|------------------------|---|-----------------|---|
| Стрибок у довжину з місця (см) | | -0,58 | 0,41 | -0,23 | 0,41 |
| Човниковий біг 4x9 (с) | | | -0,41 | 0,50 | -0,62 |
| Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см) | | | | -0,40 | 0,31 |
| Біг на 30 м (с) | | | | | -0,48 |
| Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) | | | | | |

Проведене тестування розвитку рухових здібностей дівчаток (таблиця 4) вказує, що результати стрибку в довжину з місця на 40% відповідають високому рівню, 23% — достатньому та 37% — середньому. Початковий результат не зафіксовано.

Результати тестування човникового бігу вказують що високий рівень показали 50%, 6,5% — достатній, 17% — середній та 26,5% — початковий.

При тестуванні нахилу тулуба вперед з положення сидячи оцінку високого рівня отримало 13%, достатнього — 31%, середнього 33% та 23% — початковий рівень.

Аналіз результатів в бігу на 30 м виявив, що 26,5% дівчаток мають високий рівень, достатній — 17%, середній — 30%, початковий — 26,5%.

За реєстрацією результатів підйому тулуба з положення лежачи в сід показник високого рівня становить 17%, достатнього — 40%, середнього — 43%. Результат початкового рівня в цьому тестуванні відсутній.

Для оптимізації зусиль, спрямованих на поліпшення фізичного розвитку юних футболістів, було встановлено взаємозв'язки між показниками фізичної підготовленості школярів молодшої школи.

За допомогою кореляційного аналізу результатів розвитку рухових здібностей виявлено, що у дівчаток (таблиця 5) наявні статистично достовірні взаємозв'язки між усіма результатами. У хлопчиків (таблиця 6) зв'язку не виявлено між результатами у бігу на 30 м і результатами стрибку в довжину

Матриця кореляційного аналізу хлопчиків 3-х класів ХЗОШ №164 (n=30)

| Зміст | Стрибок у довжину з місця (см) | Човниковий біг 4x9 (с) | Нахил тулуба вперед, з положення сидячи (см) | Біг на 30 м (с) | Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) |
|---|--------------------------------|------------------------|--|-----------------|---|
| Стрибок у довжину з місця (см) | | -0,68 | 0,57 | -0,53 | 0,6 |
| Човниковий біг 4x9 (с) | | | -0,58 | 0,79 | -0,58 |
| Нахил тулуба вперед, з положення сидячи (см) | | | | -0,68 | 0,71 |
| Біг на 30 м (с) | | | | | -0,51 |
| Підйом тулуба з положення лежачи в сід (рази) | | | | | |

Таблиця 7

Кореляційний аналіз результатів технічної підготовленості та результатів розвитку рухових здібностей

| Зміст | | Стрибок в довжину з місця (см) | Човниковий біг 4x9 (с) | Нахил тулуба вперед з положення сидячи (см) | Біг на 30 м (с) | Піднімання тулуба з положення лежачи в сід (см) |
|---|-------|--------------------------------|------------------------|---|-----------------|---|
| Жонгливання м'ячем | Хл. | 0,35 | -0,09 | 0,12 | 0,3 | 0,17 |
| | Дівч. | -0,17 | 0,15 | 0,02 | 0,19 | -0,04 |
| Удари по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м | Хл. | 0,03 | -0,03 | -0,18 | 0,08 | -0,13 |
| | Дівч. | 0,13 | 0,001 | 0,12 | -0,02 | -0,07 |
| Техніка передачі м'яча внутрішньою стороною стопи | Хл. | 0,15 | -0,04 | 0,09 | -0,1 | -0,03 |
| | Дівч. | -0,08 | -0,02 | 0,33 | -0,27 | -0,01 |

з місця. Також статистичний зв'язок відсутній між результатами нахилу тулуба вперед та результатами підйому тулуба з положення лежачи.

Кількість встановлених взаємозв'язків була очікуваною, оскільки рухові здібності залежні між собою.

Кореляційний аналіз між показниками технічної підготовленості та рівнем розвитку рухових здібностей дозволив встановити, що між ними статистично достовірного зв'язку не спостерігається. Це підтверджують результати кореляційного аналізу наведені у таблиці 7. Припущення про зв'язок координаційних здібностей з технічною підготовленістю не підтверджується, але і не відкидається, оскільки учні тестувалися лише на рівень розвитку загальної координації. Для більшої точності необхідно додатково провести інформативні тести розвитку координаційних здібностей та технічної підготовки учнів і повторити спробу встановлення зв'язку.

Висновки

Технічна підготовленість хлопчиків знаходиться на достатньому та середньому рівні, окрім оцінки техніки передачі м'яча внутрішньою стороною стопи. Рівень технічної підготовленості дівчаток — середній та низькому. Основна маса результатів розвитку рухових здібностей школярів молодших класів вказує на високий середній та достатній рівень підготовки.

За допомогою кореляційного аналізу встановлено взаємозв'язок між результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м та результатами оцінки техніки передачі м'яча внутрішньою стороною стопи у хлопчиків. У дівчаток: між результатами у жонгливанні та результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м $r = 0,49$, а між результатами удару по м'ячу ногою на точність із відстані 11 м та результатами оцінки передачі м'яча внутрішньою стороною стопи $r = 0,41$.

Перспективи подальших досліджень. Наступні розвідки будуть спрямовані на визначення вікових особливостей процесу навчання дітей молодшого шкільного віку ігровим вправам.

Список літератури

1. Чанади А. Футбол: техніка / Арпад Чанади — М. : Фізкультура и спорт, 1978. — 256 с.
2. Техніко-тактична підготовка юних футболістів / [А. В. Дулібський, Й. Г. Фалес.] — К., 2001. — 61с.
3. Соломонко В. В. Футбол / В. В. Соломонко, Г. А. Лісенчук, О. В. Соломонко. — К. Олімпійська література, 2005. — 294 с.
4. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лисенчук. — К. : Олимпийская литература, 2003. — 268 с.
5. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании / Б. А. Ашмарин. — М. : Физкультура и спорт, 1978. — 222 с.
6. Фізична культура. 1 — 4 класи. Розробки уроків / Т.С. Бондар — Х. Веста: Видавництво «Ранок», 2008. — 272 с.

Надійшла до редакції 12.07.2012 р.

Жилин Е. И. Особенности обучения двигательным действиям школьников младших классов на примере футбола. Задачей исследования было установить уровень физического развития и технической подготовки школьников младших классов на примере футбола. С помощью математической обработки данных выявить взаимосвязь между результатами тестирований.

Ключевые слова: футбол, физическое развитие, техническая подготовка.

Gylin E.I. Features of educating to the motive actions of schoolchildren of junior classes on the example of football. The task of research was to set the level of physical development and technical preparation of schoolchildren of junior classes on the example of football. By means of the mathematical processing of data to educe intercommunication between the results of testing.

Keywords: football, physical development, technical preparation.



Гогін О.В.

Г58

Легка атлетика: Навчальний посібник. — Харків: «ОВС», 2010. — 395 с.
ISBN 966-7858-57-X.

В основу навчального посібника покладено системно-структурний підхід, який в найбільшій мірі дозволяє вирішити їх цільову направленість. Наведені матеріали тісно пов'язані зі змістом інших навчальних дисциплін, які вивчаються на факультеті фізичного виховання.

Для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних навчальних закладів.