



Свідоцтво про державну реєстрацію
серія КВ № 6255 від 21.06.2002 р.
Засновник і видавець — ТОВ «ОВС»
Передплатний індекс 74667
ISSN 1993-7989 (print)
ISSN 1993-7997 (online)

Головний редактор

Худолій О.М., доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор

Редакційна колегія:

Ахметов Р.Ф., д-р наук з фізичного виховання і спорту, професор, м. Житомир, Україна

Бізін В.П., д-р пед. наук, професор,

м. Кременчуг, Україна

Єрмаков С.С., д-р пед. наук, професор,

м. Харків, Україна

Дмитренко Т.О., д-р пед. наук, професор,

м. Харків, Україна

Іващенко О.В., канд. пед. наук, доцент,

м. Харків, Україна (відповід. секретар)

Золотухіна С.Т., д-р пед. наук, професор,

м. Харків, Україна

Камаєв О.І., д-р пед. наук, професор,

м. Харків, Україна

Куц О.С., д-р пед. наук, професор,

м. Вінниця, Україна

Микитюк О.М., д-р пед. наук, професор,

м. Харків, Україна

Петров П.К., д-р пед. наук, професор,

м. Іжевськ, Росія

Прусик Кристоф, д-р пед. наук, професор,

м. Гданськ, Польща

Коректор *Бланк Є.Б.*

Журнал зареєстровано в міжнародних каталогах періодичних видань та базах даних:

Ulrichsweb Global Serials Directory;
Google Scholar;
Index Copernicus;
Open Academic Journals Index;
Bielefeld Academic search Engine.

Адреса редакції:

<http://www.tmfv.com.ua>.

Тел.: (057) 756-73-38

e-mail: tmfv@tmfv.com.ua

<http://www.tmfv.com.ua>

Підписано до друку 25.03.2016.

Формат 60×84¹/₄. Папір офсетний. Гарнітура Таймс.

Друк офсетний. Ум. друк. арк. 6,989. Обл.-вид. арк. 7,25.

Вид. № 01-2016.

Зам. № 100. Тираж 300 прим. Ціна договірною.

ТОВ «ОВС» Україна, 61003 Харків,

пл. Конституції, 18, к. 11.

Свідоцтво Держкомінформу України

Серія ДК № 331 від 08.02.2001 р.

Друкарня ТзОВ «Цифра прінт».

61166, м. Харків, вул. Культури, 20-В

© «ОВС» ТОВ, оформлення, 2016

© «Теорія та методика фізичного виховання», 2016

Зміст

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ.....3

Іващенко О.В., Худолій О.М., Титаренко А.А., Скорняков В.С.

Оцінка тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток молодших класів 3

Щирба В.А. Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів 16

Старченко В.М. Особливості оцінки розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів..... 24

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА34

Кривенцова І.В., Пашкевич С.А., Чистяков С.А. Вплив рівнів розумової та фізичної працездатності студентів на формування техніко-тактичних якостей у фехтуванні..... 34

Клімакова С.М. Стан професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з навчання плаванню в дитячих оздоровчих таборах 40

ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА.....49

Бріскін Ю.А., Одинець Т.Є. Роль раннього реабілітаційного втручання у відновленні функціонального стану серцево-судинної системи жінок з постмастектомічним синдромом 49



Contents

PHYSICAL EDUCATION IN SCHOOLS	3
<i>Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Skornykov V.S.</i> Assessment training effect power loads girls junior	3
<i>Shchyrba V.A.</i> Shaping of interest and motivation physical training high school students	16
<i>Starchenko V.M.</i> Features of the assessment of motor abilities of boys 10-11 class	24
PHYSICAL EDUCATION	34
<i>Kriventsova I.V., Pashkevich S.A., Chistyakov S.A.</i> The interlinks between mental, physical capacity of students, and their technical and tactical qualities in fencing	34
<i>Klimakova S.M.</i> State of training future teachers of physical education to teach swimming to children's camps	40
THERAPEUTIC EXERCISE	49
<i>Briskin Yuriy, Odynets Tatiana.</i> The importance of early rehabilitation intervention in restoring the functional state of the cardiovascular system of women with postmastectomy syndrome	49

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

ОЦІНКА ТРЕНУВАЛЬНИХ ЕФЕКТІВ СИЛОВИХ НАВАНТАЖЕНЬ У ДІВЧАТОК МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Іващенко О. В., Худолій О. М., Тітаренко А. А., Скорняков В. С.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1129

Анотація. Мета дослідження — експериментально обґрунтувати технологічні підходи до оцінки тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток молодших класів. **Матеріал і методи.** Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування, моделювання, педагогічні спостереження і експеримент, методи математичного планування експерименту (ПФЕ типу 2^h), дискримінантний аналіз. У дослідженні прийняли участь 32 дівчинки другого класу.

Результати дослідження. На динаміку результатів тестування у дівчаток другого класу впливає режим роботи. Покращення результатів тестування можливе за умови коли силове навантаження приводить до значних змін після роботи на кожному місці, після заняття (ТТЕ) і через двадцять чотири години після навантаження (ВТЕ). Чим більша динаміка ТТЕ і ВТЕ, тим значніші поліпшення результатів силових тестів спостерігаються вже через три заняття.

Висновки. Для класифікації тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток 2 класів може бути використана дискримінантна функція. Перша канонічна функція пояснює варіацію результатів на 96,2 %, що свідчить про її високу інформативність.

Координати центроїдів для п'яти груп дозволяють інтерпретувати канонічні функції відносно ролі в розрізненні класів за тренувальними ефектами силових навантажень дівчаток молодших класів. На позитивному полюсі першої функції знаходяться центроїди стану на початку виконання силових навантажень, після трьох, шести дев'яти і дванадцяти занять, на негативному — центроїди тренувальних ефектів після силових навантажень, після заняття, після 24 годин. Отже в реакції на силове навантаження виділяється терміновий, відставлений та кумулятивний тренувальний ефект. Найбільшої величини кумулятивний тренувальний ефект досягає після дванадцяти занять (3,045).

Ключові слова: тренувальні ефекти; терміновий, відставлений та кумулятивний тренувальний ефект; силові навантаження; дівчата.

Постановка проблеми. У науково-методичній літературі недостатньо даних про ефективність силової підготовки дітей молодшого шкільного віку (Худолій О. Н., 2005; Москаленко Н. В., 2009; Марченко С. І., 2008), відсутнє обґрунтування системних оцінок тренувальних ефектів силових навантажень у дітей молодшого шкільного віку. Крім цього дослідники розглядають молодший шкільний вік як найбільш сприятливий для розвитку пружкості, витривалості, координації, гнучкості і не роблять акцент на розвитку силових здібностей (Васьков Ю. В., 2010, 2011, 2012; Боднарчук О. М., 2011, 2012). Таким чином, вивчення особливостей тренувальних ефектів силових навантажень на уроках фізичної культури у молодших класах є актуальним.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. За даними Москаленко Н. В. (2007), Худолія О. М., (2011), Худолія О. М., Іващенко О. В. (2014) однією з умов розвитку координації рухів, витривалості, швидкості у дітей і підлітків є рівень їх сило-

вої підготовленості. На відміну від спорту вищих досягнень (Коробков А. В., 1962, 1967; Платонов В. М., Сахновський К. П., 1988; Платонов В. М., Булатова М. М., 1995; Платонов В. М., 2004) розвиток сили у дітей молодшого шкільного віку розглядається як необхідна умова для удосконалення процесу навчання і розвитку рухових здібностей (Казарян Ф. Г., 1964; Романенко В. А., 2005; Москаленко Н. В., 2007; Зубаль М. В., 2008; Худолій О. М., Тітаренко А. А., 2011; Худолій О. М., 2011, Худолій О. М., Іващенко О. В., 2014). Головним завданням силової підготовки школярів молодших класів є досягнення достатнього рівня розвитку сили, необхідного для ефективного навчання фізичним вправам. На важливість оцінки тренувальних ефектів у спортивній діяльності вказують роботи Верхошанського Ю. В. (1985), Платонова В. М., Сахновського К. П. (1988), Платонова В. М., Булатової М. М. (1995), Худолія О. М. (2001), Платонова В. М. (2004), у процесі фізичного виховання школярів — Криволапчука І. А. (1989, 2009), Худолія О. М., Іващенко О. В. (2013, 2014).

Одним із ефективних методів дослідження тренувальних ефектів є моделювання. У дослі-

дженнях Лопатьєва А.О. (2007), Худолія О.М., Єрмакова С.С. (2011), Калиніченко О.М., Лопатьєва А.О. (2012), Лопатьєва А.О., Власова А.П., Трача В.М. (2013), Худолія О.М., Іващенко О.В. (2013, 2014) розроблені концептуальні підходи до моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Розглядаються моделі поєднання розвитку рухових здібностей, які можуть використовуватися для поточного і підсумкового контролю підготовленості дітей і підлітків. Встановлено, що поточний контроль за рівнем рухової підготовленості дітей і підлітків може здійснюватися на основі аналізу дискримінантної функції (Худолій О.М., Іващенко О.В., Бекетов В.І., 2015; Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Yermakova T.S., Pilewska W., Muszkieta R., Stankiewicz B., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S., Cieslicka M., Zukowska H., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S., Cieslicka M., Muszkieta R., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Ananchenko K.V., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Prusik K., 2015).

У попередній роботі (Худолій О.М., Іващенко О.В., Бекетов В.І., 2015) були розглянуті технологічні підходи до оцінки тренувальних ефектів силових навантажень у хлопчиків молодших класів. У зв'язку з цим виникає питання про доцільність розробки методики оцінки тренувальних ефектів у процесі розвитку сили у дівчаток молодших класів.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання, оздоровчої і лікувальної фізичної культури Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди з проблеми «Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (номер держ. реєстрації 0112U002008), держбюджетної теми «Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (номер держ. реєстрації 0113U002102).

Матеріали і методи.

Мета дослідження — експериментально обґрунтувати технологічні підходи до оцінки тренувальних ефектів силових навантажень у школярів молодших класів.

Методи дослідження. Для вирішення завдань дослідження використовувалися теоретичні і емпіричні методи: аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; моделювання, педагогічні спостереження і експеримент, методи математичного планування експерименту (ПФЕ типу 2^k), дискримінантний аналіз.

Для визначення динаміки тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток другого класу був проведений експеримент за планом наведеним

в табл. 1. Комбінований метод, варіант I, був реалізований для розвитку м'язів рук і плечового поясу (місце I), сили м'язів черевного пресу (місце II), сили м'язів спини (місце III) і сили м'язів ніг (місце).

Таблиця 1

План факторного експерименту у вивченні впливу різних режимів реалізації комбінованого методу розвитку сили (варіант I) у дівчаток молодших класів (X_1 — кількість повторень в підході; X_2 — інтервал відпочинку, с)

№ варіанту	Метод	Дослід	X_1	X_2
I	Метод динамічних зусиль	1	3	30
	Метод максимальних зусиль	1	1	30
	Метод ізометричних зусиль	1	3	30
	Метод повторних зусиль	1	6	30
II	Метод динамічних зусиль	2	5	30
	Метод максимальних зусиль	2	3	30
	Метод ізометричних зусиль	2	5	30
	Метод повторних зусиль	2	12	30
III	Метод динамічних зусиль	3	3	60
	Метод максимальних зусиль	3	1	60
	Метод ізометричних зусиль	3	3	60
	Метод повторних зусиль	3	6	60
IV	Метод динамічних зусиль	4	5	60
	Метод максимальних зусиль	4	3	60
	Метод ізометричних зусиль	4	5	60
	Метод повторних зусиль	4	12	60

У процесі експерименту реєструвалися результати в таких тестах:

1. Згинання і розгинання рук в упорі лежачи.
2. Згинання і розгинання рук в упорі лежачи 3 рази на швидкість.
3. З положення лежачи на спині піднімання в сід за 30 с.
4. З положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с.
5. Стрибок у довжину з місця.

У перший день до експерименту реєструвалися результати тестів №№: 2 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи 3 рази на швидкість», 1 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи», 3 «З положення лежачи на спині піднімання в сід за 30 с.», 4 «З положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с.», 5 «Стрибок у довжину з місця». Після виконання вправ на I місці — тести № 2, 1; на II місці — тест № 3; на III місці — тест № 4; IV місці — тест № 5. Після першого дня — тести № 2, 1, 3, 4. Результати батареї тестів реєструвалися: після 24 годин; після 3-х занять (I тиждень); після 6-ти за-

нять (II тиждень); після 9-ти занять (III тиждень); після 12-ти занять (IV тиждень).

Дослідження проводилися у гімназії № 169 м. Харкова. У дослідженні прийняли участь 32 дівчинки другого класу.

Результати дослідження. У дівчаток другого класу після виконання вправ у чотирьох режимах на I місці спостерігається динаміка результатів у тестах «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» (тест № 1) і «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи три рази на швидкість» (тест № 2).

Так, після I варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи (тести № 1, 2; $p < 0,004$; $p < 0,001$); після заняття — тест № 1, 2 ($p < 0,001$; $p < 0,002$); після 24 годин — тест 1, 2 ($p < 0,001$; $p < 0,012$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 1 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» після шести ($p < 0,025$), дев'яти ($p < 0,001$) і після дванадцяти занять ($p < 0,001$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 2 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи три рази на швидкість» після дванадцяти занять ($p < 0,156$).

Після II варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи (тести № 1, 2; $p < 0,015$; $p < 0,105$); після заняття — тест № 1, 2 ($p < 0,001$; $p < 0,003$); після 24 годин — тест 2 ($p < 0,021$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 1 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» після трьох ($p < 0,015$), шести ($p < 0,025$) і дев'яти занять ($p < 0,004$). Статистично достовірне покращення результатів у тесті № 2 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи три рази на швидкість» спостерігається після шести ($p < 0,006$), дев'яти ($p < 0,082$) і дванадцяти занять ($p > 0,002$).

Після III варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи (тести № 1, 2; $p < 0,005$; $p < 0,001$); після заняття — тест № 1, 2 ($p < 0,008$; $p < 0,001$); після 24 годин — тест 2 ($p < 0,019$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 1 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» після шести ($p < 0,001$), дев'яти ($p < 0,001$) і дванадцяти занять ($p < 0,001$). Статистично достовірне покращення результатів у тесті № 2 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи три рази на швидкість» спостерігається після трьох ($p < 0,007$), шести ($p < 0,068$), дев'яти ($p < 0,004$) і дванадцяти занять ($p > 0,004$).

Після IV варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи (тести № 1, 2; $p < 0,001$; $p < 0,005$); після заняття — тест № 1 ($p < 0,081$); після 24 годин — зміни

статистично не достовірні ($p > 0,05$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 1 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» після трьох ($p < 0,045$), шести ($p < 0,045$), дев'яти ($p < 0,004$) і дванадцяти занять ($p < 0,004$). Статистично достовірне покращення результатів у тесті № 2 «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи три рази на швидкість» спостерігається після шести ($p < 0,059$), дев'яти ($p < 0,053$) і дванадцяти занять ($p > 0,004$).

Таким чином, у дівчаток другого класу на динаміку термінового (ТТЕ), відставленого (ВТЕ) і кумулятивного тренувального ефекту (КТЕ) після виконання вправ на першому місці впливають режими чергування виконання вправ і відпочинку. Чим значніші зрушення в показниках силової роботи, тим більша динаміка результатів тестування через три, шість, дев'ять і дванадцять занять.

У дівчаток другого класу після виконання вправ в чотирьох режимах на II місці спостерігається статистично значуща динаміка результатів у тесті «3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с» (тест № 1).

Після I варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 3 ($p < 0,001$); після заняття — тест № 3 ($p < 0,001$); після 24 годин — тест № 3 ($p < 0,001$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 3 «3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с» після дев'яти занять ($p < 0,104$).

Після II варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 3 ($p < 0,001$); після заняття — тест № 3 ($p < 0,001$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 3 «3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с» після шести занять ($p < 0,037$).

Так, після III варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 3 ($p < 0,001$); після заняття — тест № 3 ($p < 0,022$); після 24 годин — тест № 3 ($p < 0,015$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 3 «3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с» після дев'яти ($p < 0,051$) і дванадцяти занять ($p < 0,001$).

Так, після IV варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 3 ($p < 0,001$). Після заняття, 24 годин відпочинку зміни результатів тестування статистично не достовірні ($p > 0,05$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня у тесті № 3 «3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с» після занять не спостерігається ($p > 0,05$).

Таким чином, у дівчаток другого класу на динаміку термінового (ТТЕ), відставленого (ВТЕ) і кумулятивного тренувального ефекту (КТЕ) після виконання вправ на другому місці впливають режими чергування виконання вправ і відпочинку. Чим значніші зрушення в показниках силової роботи, тим більша динаміка результатів тестування через три, шість, дев'ять і дванадцять занять.

У дівчаток другого класу після виконання вправ в чотирьох режимах на III місці спостерігається статистично значуща динаміка результатів у тесті «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с» (тест № 4).

Після I варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 4 ($p < 0,001$); після заняття — тест № 4 ($p < 0,001$); після 24 годин — тест № 4 ($p < 0,081$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 4 «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с» після шести ($p < 0,015$), дев'яти ($p < 0,005$) і дванадцяти занять ($p < 0,001$).

Після II варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 4 ($p < 0,001$); після заняття — тест № 4 ($p < 0,001$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 4 «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с» після дев'яти ($p < 0,001$) і дванадцяти занять ($p < 0,051$).

Після III варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 4 ($p < 0,037$); після заняття — тест № 4 ($p < 0,051$); після 24 годин — тест № 4 ($p < 0,081$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 4 «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с» після трьох занять ($p < 0,015$).

Після IV варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після заняття — тест № 4 ($p < 0,081$). Після заняття, 24 годин відпочинку зміни результатів тестування статистично не достовірні ($p > 0,05$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня у тесті № 4 «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с» після занять не спостерігається ($p > 0,05$).

Таким чином, у дівчаток другого класу на динаміку термінового (ТТЕ), відставленого (ВТЕ) і кумулятивного тренувального ефекту (КТЕ) після виконання вправ на третьому місці впливають режими чергування виконання вправ і відпочинку. Чим значніші зрушення в показниках силової роботи, тим більша динаміка результатів тестування через три, шість, дев'ять і дванадцять занять.

У дівчаток другого класу після виконання вправ в чотирьох режимах на IV місці спостерігається

статистично значуща динаміка результатів у тесті «Стрибок у довжину з місця» (тест № 5).

Після I варіанту не спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи; після заняття; після 24 годин — тест № 5 ($p > 0,05$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 5 «Стрибок у довжину з місця» після трьох ($p < 0,081$), дев'яти ($p < 0,022$) і дванадцяти занять ($p < 0,002$).

Так, після II варіанту не спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи; після заняття; після 24 годин — тест № 5 ($p > 0,05$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 5 «Стрибок у довжину з місця» після шести ($p < 0,001$), дев'яти ($p < 0,002$) і дванадцяти занять ($p < 0,192$).

Після III варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 5 ($p < 0,002$); після заняття — тест № 5 ($p < 0,037$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 5 «Стрибок у довжину з місця» після шести ($p < 0,021$), дев'яти ($p < 0,016$) і дванадцяти занять ($p < 0,003$).

Після IV варіанту спостерігається статистично достовірне погіршення результатів тестування після роботи — тест № 5 ($p < 0,049$); після заняття — тест № 5 ($p < 0,062$); після 24 годин — тест № 5 ($p < 0,002$). Статистично достовірне покращення результатів щодо вихідного рівня спостерігається у тесті № 5 «Стрибок у довжину з місця» після трьох ($p < 0,062$) і дев'яти занять ($p < 0,017$).

Таким чином, у дівчаток другого класу на динаміку термінового (ТТЕ), відставленого (ВТЕ) і кумулятивного тренувального ефекту (КТЕ) після виконання вправ на четвертому місці впливають режими чергування виконання вправ і відпочинку. Чим значніші зрушення в показниках силової роботи, тим більша динаміка результатів тестування через три, шість, дев'ять і дванадцять занять.

Для уточнення наведених вище даних був проведений дискримінантний аналіз динаміки тренувальних ефектів після виконання першого режиму чергування виконання силових вправ і інтервалів відпочинку у дівчаток 2 класу (див. табл. 2—7).

Перша канонічна функція пояснює варіацію результатів на 96,2 %, що свідчить про її високу інформативність (див. табл. 2).

У таблиці 3 наведений матеріал аналізу канонічних функцій. Перший рядок містить значення $\lambda = 0,113$ та статистичну значущість $p = 0,0001$ для всього набору канонічних функцій, другий рядок містить дані після виключення першої функції, третій рядок — після виключення другої функції, і т.д.

Таблиця 2

Канонічна дискримінантна функція. Власні значення

Функція	Власні значення	% поясненої дисперсії	Кумулятивний %	Канонічна кореляція
1	6,025	96,2	96,2	,926
2	,146	2,3	98,5	,357
3	,082	1,3	99,8	,276
4	,009	,1	100,0	,095
5	,003	,0	100,0	,051

Таблиця 3

Канонічна дискримінантна функція. Лямбда Уїлкса

Перевірка функцій	Лямбда Уїлкса	χ-квадрат	ступені свободи	p
від 1 до 5	,113	157,839	35	,000
від 2 до 5	,796	16,497	24	,869
від 3 до 5	,913	6,586	15	,968
від 4 до 5	,988	,848	8	,999
5	,997	,190	3	,979

Таблиця 4

Нормовані коефіцієнти канонічної дискримінантної функції

№	Назва тесту	Функція				
		1	2	3	4	5
1	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість раз	1,052	-,941	-,178	-,687	,167
2	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи 3 рази на час, с	-1,330	,752	,780	,162	,966
3	3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с, кількість раз	-,014	1,350	,790	,069	,133
4	3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с, кількість раз	1,535	,148	-,551	,342	,063
5	Стрибок у довжину з місця, см	,119	-,449	,882	,345	-,041

Перша функція має високу дискримінантну здатність і значення в інтерпретації відносно генеральної сукупності.

У таблиці 4 наведені нормовані коефіцієнти канонічної дискримінантної функції, які дозволя-

ють визначити співвідношення вкладу змінних у результат функції. З найбільшим вкладом у першу канонічну функцію входять змінні «3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с, кількість раз» (1,535), «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість раз» (1,052), «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи 3 рази на час, с» (-1,330): чим більша динаміка цих змінних, тим більше значення функції. Вищевикладене свідчить про можливість класифікації тренувальних ефектів у дівчаток 2 класів на основі тестування динаміки силових підготовленості. Перша функція дозволяє за зазначеними показниками стан дівчаток другого класу до виконання силових вправ (1) відділити від стану після виконання силових вправ (2), після тренувального заняття (3), після 24 годин відпочинку (4), після трьох занять (5).

У таблиці 5 наведені структурні коефіцієнти канонічної дискримінантної функції, які є коефіцієнтами кореляції змінних з функцією. Наведені коефіцієнти, так як і у факторному аналізі, дозволяють здійснити інтерпретацію канонічної функції, виявити силу впливу незалежних змінних на залежну, в нашому випадку вплив тренувальних ефектів на рівень силових підготовленості дівчаток 2 класів. Отже у класифікації тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток 2 класів може бути використана запропонована батарея тестів.

У таблиці 6 наведені результати класифікації груп, 45 % вихідних згрупованих спостережень кла-

Таблиця 5

Структурні коефіцієнти канонічної дискримінантної функції

№	Назва тесту	Функція				
		1	2	3	4	5
5	Стрибок у довжину з місця, см	-,098	-,073	-,058	,201	,970
1	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, кількість раз	,265	-,135	,238	-,825	,417
4	3 положення лежачи на череві піднімання тулуба вгору за 10 с, кількість раз	,249	,544	,449	-,566	-,348
3	3 положення лежачи на спині піднімання тулуба в сід за 30 с, кількість раз	,375	,066	-,261	,688	,560
2	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи 3 рази на час, с	,152	-,409	,668	,592	-,112

Таблиця 6

Результати класифікації груп

Стан	Прогнозована належність до групи								
	1	2	3	4	5	6	7	8	
До роботи (1)	10,0	,0	,0	20,0	70,0	,0	,0	,0	100,0
Після роботи (2)	,0	40,0	30,0	30,0	,0	,0	,0	,0	100,0
Після заняття (3)	,0	40,0	60,0	,0	,0	,0	,0	,0	100,0
Після 24 годин (4)	30,0	,0	20,0	50,0	,0	,0	,0	,0	100,0
Після: 3 занять (5)	10,0	,0	,0	20,0	70,0	,0	,0	,0	100,0
6 занять (6)	,0	,0	,0	,0	20,0	60,0	,0	20,0	100,0
9 занять (7)	10,0	,0	,0	,0	,0	,0	30,0	60,0	100,0
12 занять (8)	,0	,0	,0	,0	,0	30,0	30,0	40,0	100,0

Таблиця 7

Функції в центроїдах груп

Класифікаційний стан силової підготовленості	Функція				
	1	2	3	4	5
До роботи (1)	,120	,521	-,029	-,118	,025
Після роботи (2)	-2,823	-,508	,229	-,100	-,046
Після заняття (3)	-3,539	-,131	-,079	,037	,078
Після 24 годин (4)	-1,668	,220	-,277	,159	-,045
Після трьох занять (5)	,267	,509	,343	,002	-,047
Після шести занять (6)	2,004	-,086	-,501	-,093	-,002
Після дев'яти занять (7)	2,594	-,096	,297	,060	,069
Після дванадцяти занять (8)	3,045	-,429	,016	,052	-,032

сифіковано вірно. Стан після трьох занять силової спрямованості (I варіант навантаження) у 70% випадків, стан після шести і дев'яти занять — у 60% випадків класифіковано вірно. Таким чином, канонічна дискримінантна функція може бути використана для класифікації тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток 2 класів.

У таблиці 7 наведені координати центроїдів для п'яти груп. Вони дозволяють інтерпретувати канонічні функції відносно ролі в розрізненні класів за тренувальними ефектами силових навантажень дівчаток молодших класів. На позитивному полюсі першої функції знаходяться центроїди стану на початку виконання силових навантажень, після трьох, шести дев'яти і дванадцяти занять, на негативному — центроїди тренувальних ефектів після силових навантажень, після заняття, після 24 годин. Отже в реакції на силове навантаження виділяється терміновий, відставлений та кумулятивний тренувальний ефект. Найбільшої величини кумулятивний тренувальний ефект досягає після дванадцяти занять (3,045).

Графічний матеріал наведений на рис. 1 свідчить про щільність об'єктів всередині кожного класу і про виразну межу між класами. Це дає можливість стверджувати, що класифікація тренуваль-

них ефектів у дівчаток 2 класів можлива за наведеною батареєю тестів на основі дискримінантного аналізу.

Обговорення результатів дослідження. У дослідженнях у фізичному вихованні і спорті дискримінантна функція використовується для класифікації учнів за спонуканнями до занять спортом (Milić, M., Milavić, B., & Grgantov, Z. (2011), за руховою активністю (Gert-Jan de Bruijn and Benjamin Gardner (2011), для класифікація груп на спортсмени і неспортсмени (Lulzim, I., (2013), для визначення динаміки фізичного стану дітей 9—12 років під впливом фітнес програм (Dorita Du Toit, Anita E. Pienaar & Leani Truter (2011), для підсумкового контролю функціональної і рухової підготовленості дітей і підлітків (Худолій О.М., Іващенко О.В., 2013, 2014; Іващенко О.В., Дуднік З.М., 2011; Іващенко О.В., Пелепенко О.В., 2011; Іващенко О.В., Карпунець Т. В., Крїнін Ю. В., 2014; Іващенко О.В., 2014; Іващенко О.В., Цеслицка М., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Іващенко О.В., Мушкета Р., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014).

Geoffrey D. Broadhead And Gabie E. Church (1982) вказують на можливість використання дискримінантного аналізу для класифікації моторної активності дітей 5—12 років в залежності від її обсягу,

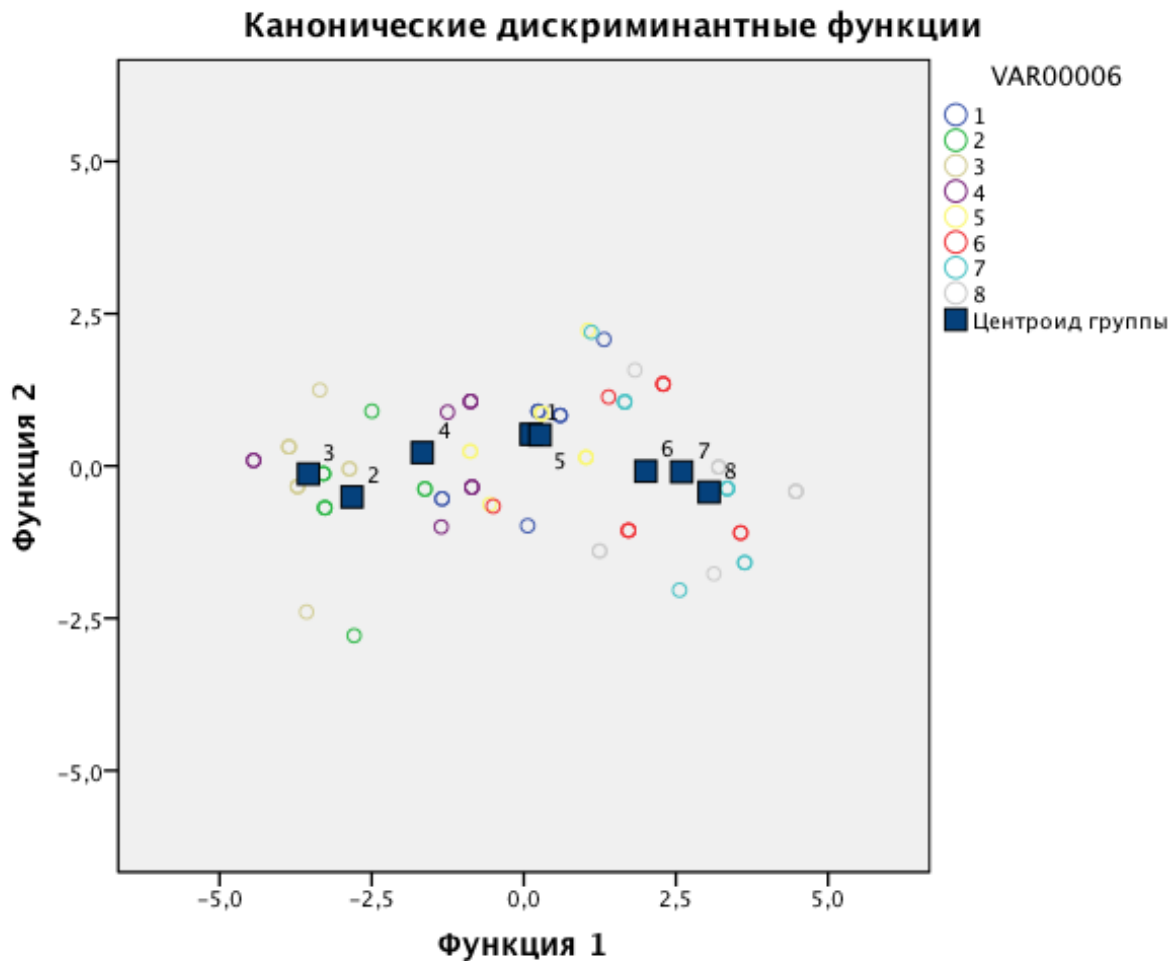


Рис. 1. Каноничні дискримінантні функції. Графічне відображення результатів класифікації стану силової підготовленості дівчаток 2 класу, I варіант навантаження: до роботи (1); після роботи (2); після заняття (3); після 24 годин (4); після трьох занять (5); після шести занять (6); після дев'яти занять (7); після дванадцяти занять (8)

рівняння дискримінантної функції дозволяють 93% згрупованих даних класифікувати вірно.

У попередній роботі (Худолій О.М., Іващенко О.В., Бекетов В.І., 2015) було встановлено, що одним з технологічних підходів до оцінки тренувальних ефектів у хлопців молодших класів є дискримінантний аналіз. Отримані дані (див. рис. 1) свідчать про ефективність використання даного підходу і в оцінці тренувальних ефектів у дівчаток молодших класів.

Отже, результати наведеного дослідження вказують на необхідність структурного і функціонального аналізу ефектів фізичних вправ й інтервалів відпочинку у процесі розвитку сили у дівчаток молодших класів.

Висновки

На динаміку результатів тестування у дівчаток другого класу впливає режим роботи. Покращення

результатів тестування можливе за умови коли силове навантаження приводить до значних змін після роботи на кожному місці, після заняття (ТТЕ) і через двадцять чотири години після навантаження (ВТЕ). Чим більша динаміка ТТЕ і ВТЕ, тим значніші поліпшення результатів силових тестів спостерігаються вже через три заняття.

Для класифікації тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток 2 класів може бути використана дискримінантна функція. Перша канонічна функція пояснює варіацію результатів на 96,2 %, що свідчить про її високу інформативність.

Координати центроїдів для п'яти груп дозволяють інтерпретувати канонічні функції відносно ролі в розрізненні класів за тренувальними ефектами силових навантажень школярів молодших класів. На позитивному полюсі першої функції знаходяться центроїди стану на початку виконання силових навантажень, після трьох, шести дев'яти

і дванадцяти занять, на негативному — центроїди тренувальних ефектів після силових навантажень, після заняття, після 24 годин. Отже в реакції на силове навантаження виділяється терміновий, від-

ставлений та кумулятивний тренувальний ефект. Найбільшої величини кумулятивний тренувальний ефект досягає після дванадцяти занять (3,045).

Література

References

1. Боднарчук О. Оцінювання гармонійності фізичного розвитку учнів перших класів / Олена Боднарчук // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури і спорту. — Л., 2012. — Вип. 15. — Т. 2. — С. 21-26.
2. Боднарчук О. Ставлення учнів перших класів до фізичної культури / Олена Боднарчук // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури і спорту. — Л., 2011. — Вип. 14. — Т. 2. — С. 21-26.
3. Боднарчук О. М. Фізична підготовленість учнів перших класів в умовах взаємодії школи та сім'ї / Олена Боднарчук // Спортивна наука України [Електронний ресурс]. — Л.:ЛДУФК, 2012. — № 3 (47). — С. 30—34. — Режим доступу : http://www.nbu.gov.ua/t-journals/snu/2012_3/Bod_4.pdf
4. Васьков Ю.В. Структура уроків фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах / Ю.В. Васьков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. — 2012. — № 4. — С. 17—20.
5. Васьков Ю.В. Сучасні педагогічні інновації на уроках фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах / Ю.В. Васьков // Слобожанський науково-спортивний вісник. — 2010. — № 3. — С. 142-145.
6. Васьков Ю.В. Теорія і методологія дидактичних основ фізичного виховання в загальноосвітніх навчальних закладах / Ю.В. Васьков. — Х.: Вид-во «Ранок», 2011. — 392 с.
7. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса / Верхошанский Ю.В. — М.: Физкультура и спорт, 1985. — 176 с.
8. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. — М.: Физкультура и спорт, 1988. — С. 123—140.
9. Зубаль М.В. Темпи розвитку фізичних якостей хлопців різних соматотипів в онтогенезі шкільного періоду / Зубаль М. В. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наук. моногр. за ред. Єрмакова С. С. — Х., 2008. — № 9. — С. 50—54.
10. Иващенко О.В. Нормативные показатели тренировочных нагрузок на начальном этапе подготовки юных гимнасток 6—8 лет: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.04 / Иващенко О.В. — М.: НИИ физиологии детей и подростков, 1988. — 17 с.
11. Иващенко О. В. Вікові особливості розвитку рухових здібностей дівчат старших класів / О. В. Иващенко, З. М. Дуднік // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 8. — С. 3-5. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>
1. Bodnarchuk O. (2012). Otsinyuvannya harmoniynosti fizychnoho rozvytku uchniv pershykh klasiv. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kul'tury i sportu*. L., 2 (15), 21-26.
2. Bodnarchuk O. (2011). Stavlennya uchniv pershykh klasiv do fizychnoyi kul'tury. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy: zb. nauk. pr. z haluzi fiz. kul'tury i sportu*. L., 2 (14), 21-26.
3. Bodnarchuk O. M. (2012). Fizychna pidhotovlenist' uchniv pershykh klasiv v umovakh vzayemodiyi shkoly ta sim'yi. *Sportyvna nauka Ukrainy* [Elektronnyy resurs]. L.:LDUFK, 3 (47), 30—34. — Rezhym dostupu : http://www.nbu.gov.ua/t-journals/snu/2012_3/Bod_4.pdf
4. Vas'kov Yu.V. (2012). Struktura urokov fizychnoyi kul'tury v zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh. *Pedahohika, psykhohohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. (4), 17—20.
5. Vas'kov Yu.V. (2010). Suchasni pedahohichni innovatsiyi na urokakh fizychnoyi kul'tury v zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh. *Slobozhans'kyi naukovy sportyvnyy visnyk*. (3), 142-145.
6. Vas'kov Yu.V. (2011). Teoriya i metodolohiya dydaktychnykh osnov fizychnoho vykhovannya v zahal'noosvitnikh navchal'nykh zakladakh. *Kh.: Vyd-vo «Ranok», 392.*
7. Verkhoshanskyy Yu.V. (1985). Prohrammyrovanye y orhanyzatsyya trenyrovochnoho protsessa. M.: *Fyzkul'tura y sport*, 176.
8. Verhoshanskij Ju.V. (1988). Osnovy special'noj fizicheskoy podgotovki sportsmenov. M.: *Fizkul'tura i sport*, 123—140.
9. Zubaľ M.V. (2008). Tempy rozvytku fizychnykh yakostey khloptsiv riznykh somatotypiv v ontogenezi shkільного periodu. *Pedahohika, psykhohohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu : nauk. monohr. za red. Yermakova S. S. Kh.*, (9), 50—54.
10. Ivashchenko O.V. (1988). Normativnye pokazateli trenirovочnykh nagruzok na nachal'nom jetape podgotovki junyh gimnastok 6—8 let: Avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. 13.00.04. M.: NII fiziologii detej i подроstkov, 17.
11. Ivashchenko O. V., & Dudnik Z. M. (2011). Vikovi osoblyvosti rozvytku rukhovyykh zdbnostey divchat starshykh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 3-5. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>
12. Ivashchenko O.V. & Pelepenko O.V. (2011). Osoblyvosti rozvytku rukhovyykh zdbnostey u divchat serednykh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (10). — С. 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>

12. Іващенко О. В. Особливості розвитку рухових здібностей у дівчат середніх класів / Іващенко О. В., Пелепенко О. В. // Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал. — 2011. — № 10. — С. 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>
13. Іващенко О. В. Вікова динаміка функціональної, координаційної й силової підготовленості дівчат 8—9 класів / О. В. Іващенко, Т. В. Карпунець, Ю. В. Крїнін // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 1. — С. 34-42. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1043>
14. Іващенко О. В. Особливості функціональної, координаційної й силової підготовленості юнаків 9—11 класів / О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 1. — С. 24-33. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
15. Іващенко О. В. Моделювання силової підготовленості дівчаток 6—7 класів / О. В. Іващенко, М. Цеслицька, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 10-16. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
16. Іващенко О. В. Характеристика силової підготовленості хлопців 6—7 класів / О. В. Іващенко, Р. Мушке-та, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 17-24. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>
17. Казарян Ф. Г. Динаміка розвитку м'язової сили у школярів / Казарян Ф. Г. // Теорія і практика фіз. культури. — 1964. — № 3. — С. 36—39.
18. Калиніченко О. М., Лопат'єв А. О. Обґрунтування психо-фізіологічних механізмів застосування методичних прийомів вдосконалення рухових навичок стрільців / О. М. Калиніченко, А. О. Лопат'єв // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — № 1. — С. 37—44. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/765>
19. Коробков А. В. Соотношение средств общей и специальной физической подготовки в системе спортивной тренировки (физиологические основы) / Коробков А. В. // Теория и практика физ. культуры. — 1962. — № 4. — С. 21—28.
20. Коробков А. В. Топографические функции отдельных групп мышц как проблема / Коробков А. В., Черняев Г. И. // Теория и практика физ. культуры. — 1967. — № 8. — С. 47—51.
21. Криволапчук И. А. Влияние занятий физическими упражнениями преимущественно аэробной направленности на функциональное состояние центральной нервной системы детей 7—8 лет: автореф. дис. ... канд. пед. наук / Криволапчук Игорь Альерович; Акад. пед. наук СССР, Науч.-исслед. ин-т физиологии детей и подростков. — М., 1989. — 17 с.
22. Криволапчук И. А. Функциональное состояние детей 9—10 лет при напряженной информационной нагрузке и физическая работоспособность / И. А. Криволапчук // Физиология человека. — 2009. — Т. 35, № 6. — С. 111-121.
23. Лопат'єв А. О. Моделювання як методологія пізнання / А. О. Лопат'єв // Теорія та методика фізич-
13. Ivashchenko O. V., Karpunets T. V., & Krinin Yu. V. (2014). Vikova dinamika funktsionalnoyi, koordinatsiynoyi y silovoyi pidgotovlenosti divchat 8—9 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 34-42. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1043>
14. Ivashchenko O. V. (2014). Osoblyvosti funktsional'noyi, koordynatsiynoyi y sylovoyi pidhotovlenosti yunakiv 9—11 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 24-33. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
15. Ivashchenko O. V., Cieślicka M., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Modelyuvannya sylovoyi pidhotovlenosti divchatok 6—7 klasiv *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 10-16. DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
16. Ivashchenko O. V., Muszkieta R., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Kharakterystyka sylovoyi pidhotovlenosti khloptsiv 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 17-24. DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>
17. Kazarjan F.G. (1964). Dinamika razvitija myshechnoj sily u shkol'nikov. *Teorija i praktika fiz. kul'tury*, (3), 36—39.
18. Kalynichenko O. M., Lopat'yev A. O. (2012). Obgruntuvannya psykho-fiziologichnykh mekhanizmv zastosuvannya metodychnykh pryymiv vdoskonalennya rukhovyykh navychok stril'tsiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 37—44. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/765>
19. Korobkov A.V. (1962). Sootnoshenie sredstv obshej i special'noj fizicheskoy podgotovki v sisteme sportivnoj trenirovki (fiziologicheskie osnovy). *Teorija i praktika fiz. kul'tury*, (4), 21—28.
20. Korobkov A.V. (1967). Topograficheskie funktsii otdel'nykh grupp myshc kak problema. *Teorija i praktika fiz. kul'tury*, (8), 47—51.
21. Krivolapchuk I.A. (1989). Vliyanie zanjatij fizicheskimi uprazhnenijami preimushhestvenno ajerobnoj napravlenosti na funktsional'noe sosotojanie central'noj nervnoj sistemy detej 7—8 let: avto-ref. dis. ... kand. ped. nauk; Akad. ped. nauk SSSR, Nauch.-issled. in-t fiziologii detej i podrostkov. M., 17.
22. Krivolapchuk I.A. (2009). Funktsional'noe sostojanie detej 9-10 let pri naprjazhennoj informacionnoj nagruzke i fizicheskaja rabotosposobnost'. *Fiziologija cheloveka*, 35, (6), 111-121.
23. Lopat'yev A. O. (2007). Modelyuvannya yak metodolohiya piznannya. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 4-10. — Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/334>
24. Lopat'yev A. O., Vlasov A. P. & Trach V. M. (2013). Informatsiyni ta enerhetychni aspekty analizu skladno-koordinatsiynnykh rukhiv stril'tsiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 19-24. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1032>

- ного виховання. — 2007. — № 8. — С. 4-10. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/334>
24. Лопатєв А. О. Інформаційні та енергетичні аспекти аналізу складно-координаційних рухів стрільців / А. О. Лопатєв, А. П. Власов, В. М. Трач // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 19—24. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1032>
 25. Марченко С. І. Характеристика впливу ігрових засобів на динаміку розвитку витривалості в учнів молодшого шкільного віку / С. І. Марченко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2008. — № 10. — С. 38—49. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/465>
 26. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів: [монографія]. — Д.: Інновація, 2007. — 252 с.
 27. Платонов В.Н., Сахновский К.П. Подготовка юного спортсмена / Платонов В.Н., Сахновский К.П. — К.: Радянська школа, 1988.
 28. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. — К.: Олімпійська література, 1995. — С. 109—216.
 29. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / Платонов В.Н. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
 30. Романенко В.А. Двигательные способности человека. — Донецк.: Изд-во ДонНУ, 2005. — С. 125—138.
 31. Худолей О. Н. Моделирование процесса подготовки юных гимнастов. — Харьков: ОВС, 2005. — 336 с.
 32. Худолій О. М. Навантаження у спортивному тренуванні юних гімнастів / О. М. Худолій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2001. — № 3. — С. 13—19. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/22>
 33. Худолій О. М. Методика планування навчальної роботи з гімнастики в школі / О. М. Худолій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2008. — № 9. — С. 19—35. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2008.9.454>
 34. Худолій О. М. Особливості розвитку рухових здібностей у хлопчиків молодшого шкільного віку / О. М. Худолій, А. А. Тітаренко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 8. — С. 3—12. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.8.644>
 35. Худолій О. М., Закономірності процесу навчання юних гімнастів / Худолій О. М., Єрмаков С. С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 5. — С. 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
 36. Худолій О. М., Особливості силової підготовленості школярів старших класів / Худолій О. М., Іващенко О. В., Піменов О. О. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — №9. — С. 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
 37. Худолій О.М., Іващенко О.В. Інформаційне забезпечення процесу навчання і розвитку рухових здібностей дітей і підлітків (на прикладі спортивної гімнастики) / Худолій О.М., Іващенко О.В. // Теорія та
 25. Marchenko S. I. (2008). Kharakterystyka vplyvu ihrovykh zasobiv na dynamiku rozvytku vytryvalosti v uchniv molodshoho shkil'noho viku. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (10), 38-49. — Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/465>
 26. Moskalenko N.V. (2007). *Fizichne viovannja molodshih shkoljariv: [monografija]*. D.: Innovacija, 252.
 27. Platonov V.N., & Sahnovskij K.P. (1988). *Podgotovka junogo sportsmena*. K.: Radjans'ka shkola.
 28. Platonov V.M., & Bulatova M.M. *Fizychna pidhotovka sportsmena*. K.: Olimpijs'ka literatura, 109—216.
 29. Platonov V.N. (2004). *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte. Obs'haja teorija i ee prakticheskie prilozhenija*. K.: Olimpijskaja literatura, 808.
 30. Romanenko V.A. (2005). *Dvigatel'nye sposobnosti cheloveka*. Doneck.: Izd-vo DonNU, 125—138.
 31. Khudolii O. N. (2005). *Modelirovanie processa podgotovki junyh gymnastov*. Har'kov: OVS, 336.
 32. Khudolii O. M., (2001). *Navantazhenija u sportyvnomu trenuvanni yunyx himnastiv*. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 13-19. — Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/22>
 33. Худолій О. М. Методика планування навчальної роботи з гімнастики в школі / О. М. Худолій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2008. — № 9. — С. 19-35. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2008.9.454>
 34. Khudolii O. M., & Titarenko (2010). *Osoblyvosti rozvytku rukhovykh zdibnostey u khlopchykiv molodshoho shkil'noho viku*. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 3-12. — DOI:<http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.8.644>
 35. Khudolii O. M., & Iermakov S. S. (2011). *Zakonomirnosti protsesu navchannja yunih gymnastiv*. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (5), 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
 36. Khudolii O. M., Ivashcheno O. V., & Pimenov O. O. (2012). *Osoblivosti silovoy pidgotovlenosti shkolyariv starshih klasiv*. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (9), 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
 37. Khudolii O. M., & Ivashcheno O. V. (2013). *Informatsiyne zabezpechennja protsesu navchannja i rozvytku ruhovih zdibnostey ditey i pidlitkiv (na priklyadi sportivnoyi gymnastiki)*. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 3—18. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1031>
 38. Khudolii O. M., & Ivashcheno O. V. (2014). *Modelyuvannya protsesu navchannja ta rozvytku ruhovih zdibnostey u ditey i pidlitkiv: Monografiya*. Kharkiv: OVS, 320.
 39. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). *Osnovy naukovo-doslidnoyi roboty u fizychnomu vykhovanni i sporti: Navchal'nyy posibnyk*. Kharkiv: "OVS", 320.

- методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 3—18. <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1031>
38. Худолій О. М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: Монографія / Худолій О. М., Іващенко О. В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.
39. Худолій, О. М., Іващенко, О. В. Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник. Харків: "ОВС", 2014. — 320 с.
40. Худолій, О. М., Іващенко, О. В. Теорія і методика викладання гімнастики: Навчальний посібник. — Т. 1. — Харків: «ОВС», 2014. — 384 с.
41. Худолій О. М. Технологічні підходи до оцінки тренувальних ефектів силових навантажень у школярів молодших класів / О. М. Худолій, О. В. Іващенко, В. І. Бекетов // Теорія та методика фізичного виховання. — 2015. — № 1. — С. 16—25. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2015.1.1121>
42. Adashevskiy, V. M., Iermakov, S. S. (2013). Physical mathematical modelling of difficult elements of acrobatic rockand-roll. / Adashevskiy, V. M., & Iermakov, S. S. // Physical Education of Students. — 2013. — № 3. — P. 3-10.
43. Dorita DU TOIT, Anita E. PIENAAR & Leani TRUTER (2011) Relationship between physical fitness and academic performance in south african children // SAJR SPER, 33(3), 2011. — Pp. 23-35.
44. Geoffrey D. Broadhead And Gabie E. Church (1982) Discriminant analysis of gross and fine motor proficiency data. Perceptual and Motor Skills: Volume 55, Issue , pp. 547-552. doi: <http://dx.doi.org/10.2466/pms.1982.55.2.547>
45. Gert-Jan de Bruijn and Benjamin Gardner (2011) Active Commuting and Habit Strength: An Interactive and Discriminant Analyses Approach. American Journal of Health Promotion: January/February 2011, Vol. 25, No. 3, pp. e27-e36. doi: <http://dx.doi.org/10.4278/ajhp.090521-QUAN-170>
46. Ivashchenko, O. V., Khudolii, O. M., Yermakova, T. S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. / Ivashchenko, O. V., Khudolii, O. M., Yermakova, T. S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. // Journal of Physical Education and Sport (JPES). — 2015. — № 15(1). — Art # 23, pp. 142-147. — DOI: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
47. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
48. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
49. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
50. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. 40. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). Teoriya i metodyka vykladannya himnastyky: Navchal'nyy posibnyk. Kharkiv: "OVS", 384.
41. Khudolii O. M., Ivashchenko O. V. & Beketov V. I. (2015). Tekhnolohichni pidkhody do otsinky trenuval'nykh effektiv sylovykh navantazhen' u shkolyariv molodshykh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 16-25. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2015.1.1121>
42. Adashevskiy, V. M., Iermakov, S. S. (2013). Physical mathematical modelling of difficult elements of acrobatic rockand-roll. / Adashevskiy, V. M., & Iermakov, S. S. // Physical Education of Students. — 2013. — № 3. — P. 3-10.
43. Dorita DU TOIT, Anita E. PIENAAR & Leani TRUTER (2011) Relationship between physical fitness and academic performance in south african children // SAJR SPER, 33(3), 2011. — Pp. 23-35.
44. Geoffrey D. Broadhead And Gabie E. Church (1982) Discriminant analysis of gross and fine motor proficiency data. Perceptual and Motor Skills: Volume 55, Issue , pp. 547-552. doi: <http://dx.doi.org/10.2466/pms.1982.55.2.547>
45. Gert-Jan de Bruijn and Benjamin Gardner (2011) Active Commuting and Habit Strength: An Interactive and Discriminant Analyses Approach. American Journal of Health Promotion: January/February 2011, Vol. 25, No. 3, pp. e27-e36. doi: <http://dx.doi.org/10.4278/ajhp.090521-QUAN-170>
46. Ivashchenko, O. V., Khudolii, O. M., Yermakova, T. S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 15(1), 142-147. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
47. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
48. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
49. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
50. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. 51. Milić, M., Milavić, B., & Grgantov, Z. (2011). Relations between sport involvement, selfesteem, sport

- Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 245–253. doi:10.7752/jpes.2015.0203
51. Lulzim, I. (2013) Discriminant analysis of morphologic and motor parameters of athlete and non athlete girl pupils of primary school on age 14 to 15 years. RIK(2012) Vol.40, No.2, pp 185-190. <http://fsprm.mk/wp-content/uploads/2013/08/Pages-from-Spisanie-RIK-br.-2-2012-9.pdf>
 52. Milić, M., Milavić, B., & Grgantov, Z. (2011). Relations between sport involvement, self-esteem, sport motivation and types of computer usage in adolescents. In S. Simović (Ed.), Proceedings of 3rd International Scientific Congress «Anthropological Aspects of Sport, Physical Education and Recreation». November 2011. Banja Luka: University of Banja Luka, Faculty of Physical Education and Sport (in press)

ОЦЕНКА ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЭФФЕКТОВ СИЛОВЫХ НАГРУЗОК У ДЕВОЧЕК МЛАДШИХ КЛАССОВ

Иващенко О. В., Худолей О. Н., Титаренко А.А., Скорняков В.С.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 12 с., 7 табл., 52 источников.

Цель исследования — экспериментально обосновать технологические подходы к оценке тренировочных эффектов силовых нагрузок у девочек младших классов. **Материал и методы.** Для решения поставленных задач были применены следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педагогическое тестирование, моделирование, педагогические наблюдения и эксперимент, методы математического планирования эксперимента (ПФЭ типа 2^k), дискриминантный анализ. В исследовании приняли участие 32 девочки второго класса.

Результаты исследования. На динамику результатов тестирования у девочек второго класса влияет режим работы. Улучшение результатов тестирования возможно при условии когда силовая нагрузка приводит к значительным изменениям после работы на каждом месте, после занятия (ТТЕ) и двадцати четырех часов после нагрузки (ВТЭ). Чем больше динамика ТТЕ и ВТЭ, тем значительнее улучшения результатов силовых тестов наблюдаются уже через три занятия.

Выводы. Для классификации тренировочных эффектов силовых нагрузок у девочек 2 классов

может быть использована дискриминантная функция. Первая каноническая функция объясняет вариацию результатов на 96,2%, что свидетельствует о ее высокой информативности.

Координаты центроидов для пяти групп позволяют интерпретировать канонические функции относительно их роли в разрознении классов по тренировочным эффектам силовых нагрузок у девочек младших классов. На положительном полюсе первой функции находятся центроиды состояния в начале выполнения силовых нагрузок, после трех, шести девяти и двенадцати занятий, на отрицательном — центроиды тренировочных эффектов после силовых нагрузок, после занятия, после 24 часов. Таким образом, в реакции на силовую нагрузку выделяется срочный, отставленный и кумулятивных тренировочный эффект. Наибольшей величины кумулятивный тренировочный эффект достигает после двенадцати занятий (3,045).

Ключевые слова: тренировочные эффекты; срочный, отставленный и кумулятивный тренировочный эффект; силовые нагрузки; девочки.

ASSESSMENT TRAINING EFFECT POWER LOADS GIRLS JUNIOR

Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Tytareko A.A., Skornykov V.S.
G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 12 p., 7 tables., 52 sources

The aim — to prove experimentally technological approaches to evaluation of training effects power loads in junior classes. **Material and methods.** To achieve the objectives adopted the following methods: analysis of scientific and methodical literature, educational testing, modeling, teaching observation and experiment, methods of mathematical planning experiment (PFE type 2^k), discriminant analysis. In a study of 32 girls attended the second class.

Research results. The dynamics of test results in girls affects second-class operation. Improved test results can be provided when the power load leads to significant changes after work every where, after the exercise (TTE) and twenty four hours after the load (VTE). The more dynamic TTE and VTE, the greater the improvement in security tests results observed in three classes.

Conclusions. For classification training effects power loads boys 2 classes can be used discriminant function. The first canonical function explains variation results in 96.2%, which shows its high information.

The coordinates for centroids five groups allow you to interpret canonical function relative roles in separate classes for the training effect power loads junior classes. On the positive pole of the first functions are centroids state at the start of the power loads, after three, six and nine of the twelve sessions, on the negative - centroids training effects after power loads, after class, after 24 hours. So in response to the power load is released immediately, dismissed and cumulative training effect. The greatest value of cumulative training effect reaches twelve classes (3.045).

Keywords: training effects; urgent, retired and cumulative training effect; Power load; girls.

Інформація про авторів:

Іващенко Ольга Віталіївна: ORCID <http://orcid.org/0000-0002-2708-5636>; tmfv@tmfv.com.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Худолій Олег Миколайович: ORCID <http://orcid.org/0000-0002-5605-9939>; tmfv@tmfv.com.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Тітаренко Алла Анатоліївна: tmfv@tmfv.com.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Артема, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Скорняков Віктор Сергійович: tmfv@tmfv.com.ua; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Іващенко О. В. Оцінка тренувальних ефектів силових навантажень у дівчаток молодших класів /Іващенко О. В., Худолій О. М., Тітаренко А. А., Скорняков В. С. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 3—15. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1129

Стаття надійшла до редакції: 25.02.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ІНТЕРЕСУ ТА МОТИВАЦІЇ ДО ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ СТАРШИХ ШКОЛЯРІВ

Щирба В.А.

Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Демянчука

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1130

Анотація. Мета дослідження — вивчити фактори, які впливають на зацікавленість школярів до занять фізичним вихованням і спортом. **Методи дослідження:** анкетування і опитування, аналіз літературних джерел. На базі ліцею-інтернату № 23 «Кадетський корпус» було проведено експериментальне дослідження. У дослідженні взяли участь 100 учнів старших класів. **Результати дослідження.** Низька мотивація діяльності школярів пов'язана з певними факторами, що в різному співвідношенні можуть виступати відповідно до умов проживання молоді, навколишнього середовища, сімейного виховання. Аналіз причин незадоволеності формами фізичного виховання старших школярів дає можливість визначити стимули, що сприяють збільшенню активності учнів. У їхніх відповідях виявляється потреба у фізичному навантаженні, рухливих іграх, присутності улюблених видів вправ на уроці, музичному супроводі, змаганнях тощо.

Ключові слова: мотивація, рухова активність, фізична культура, здоров'я.

Постановка проблеми. За даними Міністерства охорони здоров'я України на цей час 90 % відсотків учнівської молоді мають відхилення в здоров'ї, понад 50 % — незадовільну фізичну підготовку [14].

Проблема зміцнення здоров'я засобами фізичної культури споконвічна. Ще у стародавній Греції Горацій застерігав людство: «Якщо не бігаєш, поки здоровий, доведеться бігати, коли захворієш». Загально визнано, що фізичні вправи і рухові дії — найкращий шлях до оздоровлення [15-19]. Лікарі вважають, що фізіологічні процеси організму починають погіршуватися з 13 років, якщо не займатись фізкультурою. Малорухливий спосіб життя, нервові, психічні й емоційні напруження, а також порушення режиму харчування — головні причини захворювання дітей у ранньому віці [14].

У наш час рухова активність молодого покоління знизилась. Чим старше дитина, тим довше вона сидить у школі, дома за винятком домашніх завдань, перед телевізором. Брак фізичної активності призводить до надлишку ваги, квалості, зниження потреби у русі. Це можна надолужити тільки фізичним навантаженням. Тому постійно слід дбати про чергування фізичної праці з розумовою, раціонально побудувати режим дня [14]. На думку багатьох вчених, велику роль в цьому відіграють систематичні заняття фізичною культурою та спортом.

Молодий організм відчуває потребу в рухах, оскільки вони є одними із головних природних засобів удосконалення життєвих функцій. Загально відомо, що навчання у школі пов'язане із впливом

на організм учнів низки несприятливих факторів. По-перше, це велике статичне навантаження, яке вимагає спеціальної організації активного відпочинку для задоволення природної потреби школяра в рухах. По-друге, це потреба засвоювати велику кількість різної інформації і напруження зорового апарату внаслідок тривалої роботи з дрібними об'єктами під час читання, письма тощо. Кожний зокрема і всі разом ці фактори створюють передумови для відхилень у стані здоров'я: порушення постави, зору, підвищення артеріального тиску, а також нагромадження надлишкової маси тіла. Це призводить до захворювання серцево-судинної системи, порушення обміну речовин, понижує захисні сили організму [14].

Круцевич Т., Земсков А., Ашмарін Б., Кардяліс К., Москаленко Н., Михайлова Н. наголошують на тому, що інтерес до фізичної культури один із проявів складних процесів мотиваційної сфери [10].

Мотив — це побудник до дії, вчинку, діяльності. Пріоритетними мотивами заняття фізичною культурою і спортом школярів є зміцнення здоров'я, удосконалення форми тіла, досягнення високого спортивного результату, спілкування з друзями й активний відпочинок [5].

Для з'ясування мотивації школярів у сфері фізичного виховання і визначення шляхів її формування необхідно установити ті спонукання, якими керується молодь у своїх учинках, бажаннях у процесі навчальної і позакласної діяльності. Мотиваційна сфера завжди складається з ряду спонукань: ідеалів і ціннісних орієнтацій, потреб, мотивів, цілей, інтересів та ін. Ці спонукання виконують

різну роль у загальній картині мотивації, на різних етапах вікового розвитку здобувають то більше, то менше значення, тому знання їх допоможуть викладачу диференційовано впливати на мотивацію школярів до фізичного самовдосконалення. Будь-яка діяльність починається з потреб, усі вони, навіть біологічні за походженням, формуються при взаємодії дитини з навколишнім середовищем і залежать від ряду факторів. Потреба — це спрямованість активності людини, психічний стан, що створює передумову діяльності. Однак сама по собі потреба не визначає характеру діяльності, тому що може бути задоволена різними предметами і способами. Предмет задоволення визначається тоді, коли людина починає діяти. Існують певні розходження у структурі зовнішніх і внутрішніх факторів, які впливають на мотивацію до систематичного виконання фізичних вправ як засобу самовдосконалення у школярів.

Актуальність дослідження визначена низьким рівнем фізичного стану школярів, яка має стійку тенденцію до погіршення здоров'я. Як вказано у Загальнодержавній програмі «Здорова нація», особливою загрозою майбутньому нашої країни є нишній стан здоров'я і спосіб життя молоді.

Дослідження [8,9,12,13] свідчать, що потреби, мотиви та інтереси в галузі фізичного виховання мають свої вікові особливості і пов'язані з психологічним розвитком особистості, соціальним формуванням індивіда, темпераментом, соціально-економічними умовами життя конкретної сім'ї.

Виявлені вікові закономірності формування мотивів та інтересів школярів у галузі фізичної культури і спорту, що впливають на мотивацію до занять фізичними вправами, дозволили розробити рекомендації для вчителів фізичної культури щодо організації і методики проведення фізкультурно-масової роботи з фізичного виховання у навчальному закладі, щодо корекції програми з фізичної культури і диференційованого підходу до школярів.

Результати дослідження [4, 9, 11, 12] вікової динаміки мотивів занять фізичною культурою і спортом показали, що перше місце як у хлопців, так і у дівчат, займає мотив удосконалення форми тіла, однак розвиток цього мотиву має свої особливості.

Проведені дослідження різними науковцями не вичерпують проблему вивчення мотивації школярів до фізичного самовдосконалення, ставлять ряд запитань, які торкаються формування пріоритетів культури фізичного здоров'я і мотивації його покращення, збереження, починаючи з дитячого віку і закінчуючи старшими віковими групами населення. Зробивши аналіз літературних джерел та провівши власні спостереження бачимо, що вибрана нами тема є актуальною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальнонаукове та теоретичне значення для нашого дослідження мають праці Куца О.С. (1995), Шияна Б. М. (2001), Круцевич Т.Ю. (1999), Шевців У. (2002), Митчик О. (2002).

Серед усіх різноманітних властивостей особистості мотиви займають особливе місце, оскільки вони в першу чергу обумовлюють суспільно значиму поведінку в діяльності людини. У цьому зв'язку можна сказати, що в науці проблема мотивів є важливою тому, що ядро особистості, її суть складають глибоко усвідомлені людиною збудження у вигляді мотивів та інтересів.

Вивчення мотивів, які активізують прагнення підлітків до систематичних занять фізичною культурою і спортом є однією з важливих педагогічних проблем у фізичному вихованні, оскільки мотиви мають вирішальне значення в поведінці й стимуляції активної діяльності.

Ільїн Є. П. серед мотивів занять спортом виділяє загальні і конкретні. До перших відносять бажання дитини займатися будь-яким видом спорту або фізичними вправами, до других відносять бажання займатися тільки улюбленим видом спорту. На його думку, мотиви можуть бути спрямовані на процес діяльності (потреба в руховій активності, отримання вражень від спортивної діяльності) і на результат (прагнення до самовдосконалення, самоствердження, самовираження) [2].

Матеріали і методи.

Мета дослідження: вивчити фактори, які впливають на зацікавленість школярів до занять фізичним вихованням і спортом.

У зв'язку з поставленою метою нами були висвітлені такі **завдання:**

1. З'ясувати ставлення старших школярів ліцею-інтернату № 23 «Кадетський корпус» до різних форм і видів занять з фізичного виховання.

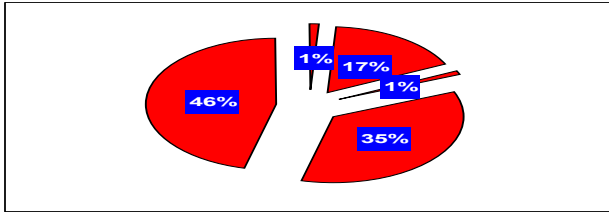
2. Зробити аналіз прояву мотивації та інтересу до занять фізичною культурою у школярів ліцею-інтернату № 23 «Кадетський корпус».

3. Розглянути вплив сімейного виховання та телебачення у залученні школярів до занять фізичною культурою і спортом.

Під час дослідження використовувались такі **методи:** огляд і аналіз літературних джерел, анкетування, методи статистичної обробки даних. Перед анкетуванням була проведена ознайомлювальна бесіда, у ході якої була роз'яснена мета даного дослідження і представлена анкета з 10 запитань.

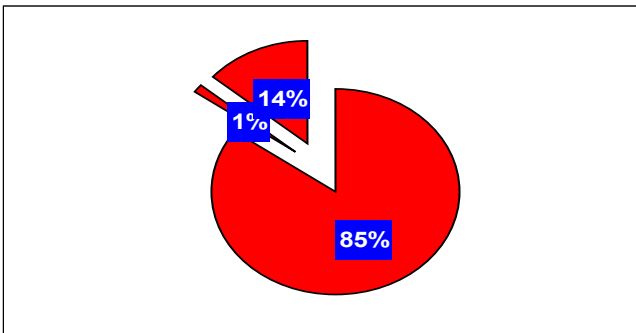
На базі ліцею-інтернату № 23 «Кадетський корпус» було проведено експериментальне дослідження. У дослідженні взяли участь 100 учнів старших класів.

Результати дослідження. Результати даного дослідження показали, що 46 % опитуваних бажають займатися фізичною культурою 7 раз на тиждень, 35 % — 5 раз на тиждень, 17% — 3 рази на тиждень, по одному відсотку опитуваних хочуть займатися лише 1 день на тиждень та взагалі не займатися фізичною культурою (діаграма №1).



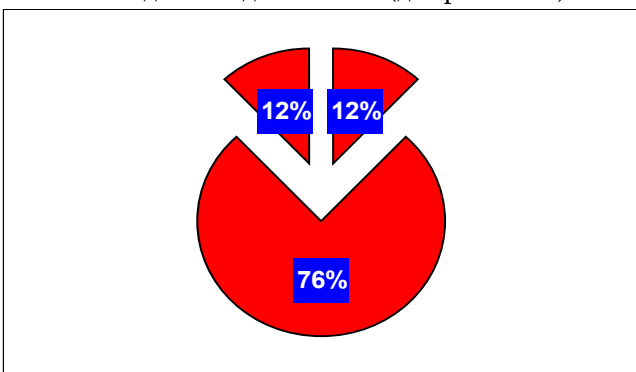
Діаграма № 1

Зацікавленість до занять фізичною культурою мають 85 % опитуваних; 14 % опитуваних зацікавлені заняттями фізичною культурою інколи, залежно від настрою і інших чинників; 1% опитуваних взагалі не мають зацікавленості в заняттях (діаграма № 2).



Діаграма № 2

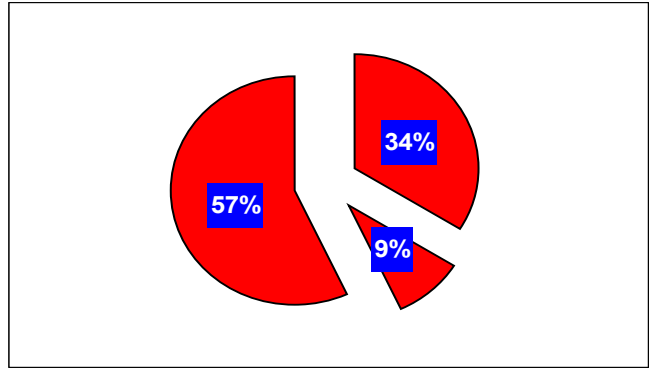
Проінформовані про вплив фізичної культури на організм і здоров'я людини 76% опитуваних, 12 % ознайомлені зі спеціальною літературою та 12% не володіють відомостями (діаграма № 3).



Діаграма № 3

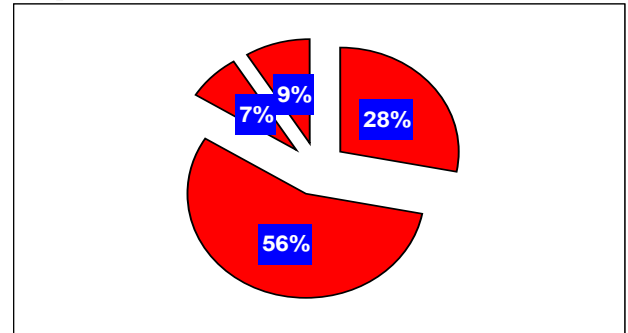
Повністю заняття фізичною культурою в школі відповідають потребам лише 34% опитуваних, 57 %

— частково задоволені в заняттях, а 9% — заняття з фізичної культури не відповідають потребам (діаграма № 4).



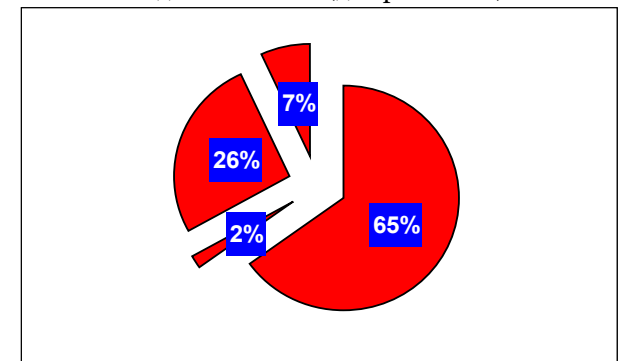
Діаграма № 4

Регулярно в спортивному клубі (секції, гуртку) займаються лише 28% опитуваних, 56% відсотків займаються самостійно, 9 % — усвідомлюють важливість занять але не займаються з різних причин, 7% — не бачать необхідності займатися додатково (діаграма № 5).



Діаграма № 5

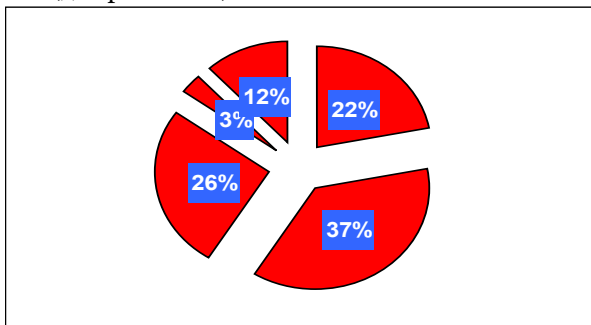
Також було виявлено фактори які перешкоджають не систематично займатися фізичною культурою — це брак часу 65%; брак коштів 2%; втома, лень, не бажання займатися 26%; відсутність навичок і звичок до занять 7% (діаграма № 6).



Діаграма № 6

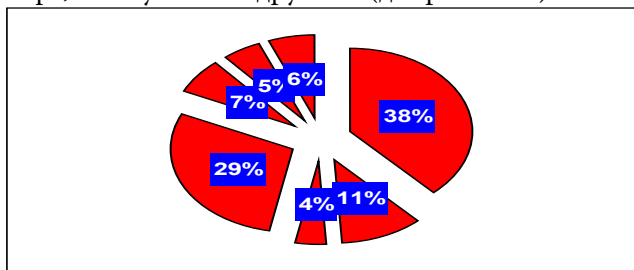
Додатково спортивними іграми хочуть займатися 37% опитуваних, 22% учнів мають бажання займатися силовою атлетикою, 26% опитуваних —

єдиноборствами, 12% — нетрадиційними видами (шейпінг, фітнес, йога, аеробіка), 3% — циклічними видами (діаграма № 7).



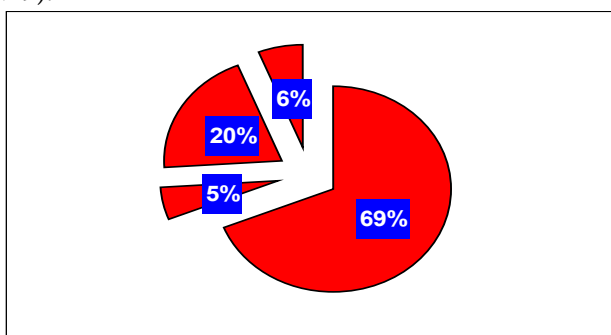
Діаграма № 7

У 38% старших школярів домінуючою мотивацією в заняттях фізичною культурою — бажання поліпшити фігуру, поставу, схуднути, наростити м'язову масу; 29% — бажання зміцнити здоров'я; 11% — самоствердження, розвиток морально-вольових якостей; 7% — бажання розвивати фізичні якості; 6% — руховий голод, бажання погратися, порухатися; 5% — наслідування відомій людині, другові, родичеві; 4% — прагнення до емоційного розвантаження, отриманню позитивних емоцій, азарт, спілкування з друзями (діаграма № 8).



Діаграма № 8

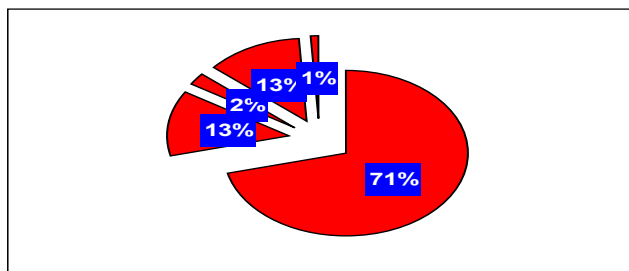
69% старших школярів позитивно ставляться до позаурочних форм занять (походи, туристичні заборони, екскурсії та ін.); 20% — скоріше позитивно; 5% — скоріше негативно; 6% — негативно (діаграма № 9).



Діаграма № 9

71% опитуваних вважають, що краще проводити заняття на спортивному майданчику незалежно від погоди; 13% — у спортивному залі; 13% — на

легкоатлетичному стадіоні; 1% — у класі в формі лекцій; 2% — взагалі не проводити (діаграма № 10).



Діаграма № 10

Результати даного дослідження довели, що чим старшим стає учень, тим рідше він займається фізичними вправами, а деяка частина старших школярів зовсім не зацікавлені в фізичній культурі та перестає займатися фізичними вправами.

Переважає більшість учнів обізнані в питаннях про вплив фізичної культури на організм і здоров'я людини. Та на мою думку, потрібно більш детально і поглиблено розглядати такі питання у формі факультативних занять, секцій, гуртків.

Перешкоджають формуванню мотивації і інтересу до занять фізичною культурою такі фактори: брак часу, коштів, втому, не бажання займатися, лінь, відсутність навичок і звичок до занять.

З метою зацікавлення старших школярів до занять фізичною культурою актуальним стає вирішення пріоритетності вибору форм занять фізичними вправами в школі. Значний інтерес учні проявляють до спортивних ігор, єдиноборств, силової атлетики та нетрадиційних форм занять. Мабуть потрібно застосовувати віковий розподіл інтересів до занять фізичною культурою та вводити зміни у процес навчання тому що теперешні уроки з фізичної культури не влаштовують підрастаюче покоління. На це потрібно звернути вагому увагу, адже за даними дослідження 57% школярів частково задоволені в заняттях з фізичної культури, а для 9% учнів заняття з фізичної культури не відповідають потребам.

Значну роль у формуванні фізкультурно-спортивних інтересів школярів відіграє сімейне виховання. Сімейні традиції передаються з покоління в покоління. Залучаючи дитину до спорту з раннього дитинства, батьки заздалегідь піклуються про здорове майбутнє свого «чада». Доведено, що діти, які займаються фізичною культурою і спортом, менш схильні до таких шкідливих звичок, як алкоголізм, паління, наркоманія, токсикоманія і т.п. Під впливом фізичних вправ у них виробляється стійкий імунітет до різних видів захворювань. Хтось з «великих» сказав: «Коли людина не діє, вона «псується», вкладаючи у значення слова «псується» те, що людина легко підпадає під вплив

«дурної» компанії, переймає шкідливі звички й у підсумку гине як особистість. Дуже часто діти неблагополучних родин підпадають під такий вплив, так і не усвідомивши того, що є інший бік життя. Тому дуже важливо, щоб кожний з батьків приділяв якнайбільше уваги вихованню своєї дитини, враховуючи її уподобання та інтереси. Вплив родини на формування інтересу до занять фізичною культурою і спортом становить 21,6% у хлопців і 19,7% у дівчат. Виявлено низьку мотивацію школярів до систематичних занять фізичною культурою і спортом (60—70% не займаються фізичною культурою і спортом). Однак молодь вказує на факт таких занять у своїх анкетах, це ж і підтверджують їхні батьки. Дослідження показали невідповідність між відповідями школярів про заняття фізичною культурою і спортом з фактичним станом. Звідси випливає омана більшої частини батьків про зайнятість своїх дітей. Більшість батьків не могла відповісти на запитання про кількість занять фізичною культурою і спортом на тиждень їхніх дітей. Батьки більше інформовані про інтереси дівчат до художніх фільмів (30% необізнаних), ніж зі спорту (67% необізнаних). Батьки хлопців також краще інформовані про художні інтереси дітей (46% необізнаних), ніж про спортивні інтереси (100% необізнаних). Про заняття школярів у вільний час більш інформовані батьки хлопців (26% необізнаних), ніж дівчат (60% необізнаних). Батьки дівчат краще інформовані про те, як проводять вільний час дівчата (60%). Великий відсоток розбіжностей між відповідями старших школярів і батьків свідчить про низьку контактність їх, про те, що в родині рідко обговорюється корисна інформація, батьки не намагаються з'ясувати інтереси своїх дітей і висунути стимули для їхнього розвитку і формування потреби в самовдосконаленні організму засобами рухової активності. Батьки школярів переконані в дії свого авторитету і слухняності учнів і тому не контролюють їх заняття, що призводить до появи шкідливих звичок у 65—70% хлопців і 57% дівчат старших класів, недотримання режиму дня в 70%, правильного харчування 65—80% у дітей шкільного віку. Ці звички вкорінюються і навіть пильна увага і контроль з боку батьків уже не можуть змінити ситуацію. Виявлені факти вимагають широкої просвітницької роботи з батьками через телебачення, пресу, шкільні батьківські комітети, які повинні сприяти підвищенню ролі сімейного виховання, відновлення контакту між батьками і дітьми, що сприятиме і підвищенню самосвідомості молоді не тільки мати бажання бути здоровим, але і реалізувати його. Природно, що відсутність спілкування з своїми дітьми, незнання їхніх інтересів і безконтрольність призводить до послаблення впливу сімейного виховання, до переміщення сфери впливу на

«вулицю», тобто в мікросередовище, що, на жаль, має частіше негативний вплив. Це і виявляється в появі згубних звичок. Батькам необхідно враховувати психологію молоді, їхнє раннє дорослішання і прагнення мати власну думку щодо заборонних дій.

Вплив телебачення на формування мотивів й інтересів школярів зумовлений щоденним переглядом телепередач. У будній день діти дивляться телепередачі протягом 2—3 годин, а у вихідні більше 4-х годин. На першому місці як у хлопців, так і у дівчат канал 1+1, на другому — СТБ [7]. Досить чітко прослідковується структура інтересів молоді до телепередач. Біля 50% старших школярів приваблюють закордонні кінофільми. У хлопців великий інтерес викликають бойовики, у дівчат — комедії і мелодрами. Із розважальних передач великою популярністю користується КВК. Хлопців, більше ніж дівчат, приваблюють передачі про змагання переважно з футболу і баскетболу, вони люблять дивитися змагання і передачі про бодібілдинг, однак їх показують дуже рідко. Дівчата цікавляться передачами про фітнес й аеробіку. Отже, структура інтересів молоді за тими телепередачами, якими вони цікавляться, досить прозора. Інтереси хлопців спрямовані здебільшого до бойовиків, сюжети яких пов'язані з протиборством, що виявляється в різних видах фізичного насильства, стрілянині з різних видів зброї, спортивних і неспортивних видах боротьби, боксу. Ідеалом хлопців є тип супермена, уособлений зірками Голівуду. Однак, крім негативних моментів, є і позитивні, тому що «ідеал» має красиву фігуру, сталеві м'язи, володіє видами бойових мистецтв, фізично сильний, спритний і витривалий, тобто ці якості цілком досяжні при спеціальних заняттях. Тому хлопці ставлять за мету, займаючись фізичними вправами, стати сильним, витривалим і мати красиву фігуру. Звідси в них й інтерес до передач про бодібілдинг, вони хочуть довідатися як досягти цього, займаючись самостійно. Для підвищення мотивації необхідні діючі спонукання і стимули. Знаючи телеканали і передачі, які дивляться школярі, необхідно включати рекламні ролики про здоровий спосіб життя, рухову активність, що можуть служити сюжетом для реклами безалкогольних напоїв, тренажерних пристроїв, фітнес-центрів і т.п. Ці сюжети і сценарії повинні розроблятися разом із психологами й охоплювати широку вікову аудиторію. Необхідно повернути на телеканали передачі про масові змагання типу «Тато, мама, я — спортивна сім'я», «Роби як ми, роби краще нас» та інші спортивно-розважальні передачі, які мають як пізнавальний, так і рекламний характер. Телебачення володіє широкою глядацькою аудиторією молоді і тому може стати діючою силою залучення їх до систематичних занять фізичною культурою і спортом, що буде сприяти

їхньому самовдосконаленню, зміцненню здоров'я і використанню своїх фізичних здібностей на благо суспільства, а не проти нього.

Висновки

Низька мотивація діяльності школярів пов'язана з певними факторами, що в різному співвідношенні можуть виступати відповідно до умов проживання молоді, навколишнього середовища, сімейного виховання.

Аналіз причин незадоволеності формами фізичного виховання старших школярів дає можливість визначити стимули, що сприяють збільшенню активності учнів. У їхніх відповідях виявляється потреба у фізичному навантаженні, рухливих іграх, присутності улюблених видів вправ на уроці, музичному супроводі, змаганнях тощо.

Перспективи подальших розвідок. Дані нашого дослідження можна використовувати для удосконалення відповідних навчальних дисциплін, підготовки викладачів фізичної культури і дитячих спортивних тренерів у вищих навчальних закладах.

Література

1. Андреева О. В. Аналіз мотиваційних теорій у сфері оздоровчої фізичної культури та рекреації // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. — 2004. — № 2. — С. 81—84.
2. Бех І. Д. Виховання особистості [Текст] / І. Д. Бех. — К.: Либідь, 2003. — Т. 2. — С. 215—225.
3. Бунчук М. Ф. Організація фізичної культури. — К.: Вища шк., 1970 — 296 с.
4. Виноградов П. А. Физическая культура и спорт на телеэкране // Теория и практика физической культуры. — 1996. — № 1. — С. 43—46.
5. Винник В. Д. Особливості формування інтересу та мотивації до занять фізичним вихованням / В. Д. Винник // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 12. — С. 39—42.
6. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы [Текст] / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2006. — 512 с.
7. Козленко М. П. Виховання у студентів інтересу до фізкультури і спорту. — К.: Знання, 1982. — 48 с.
8. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания — К.: Олимпийская литература, 1999. — 240 с.
9. Круцевич Т., Безверхняя Г. Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом в школьном возрасте // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації: IV Міжнародний науковий конгрес. — К. 2000. — 385 с.
10. Михайлова Н. В. Как сформировать интерес к физической культуре // Физ. культура в школе. — 2005. — № 4. — С. 14—17.
11. Рокіта А. та ін. Зацікавлення руховою активністю учнів 8-го класу міських та сільських шкіл // Молода спортивна наука України: 36. наукових ст. — Львів, 2000. — Вип. 4. — С. 144—147.
12. Сингаевский С. Формирование позитивного отношения школьников к физическому воспитанию // Педагогическая пресса «Физическое воспитание в школе». — 2001. — № 1. — С. 33—36.
13. Хромин В. Г. Интеграция основного и дополнительного физкультурного образования школьников. — Тюмень, 2000. — 26 с.
14. Фізичне виховання школярів. — Х.: Вид. група «Основа», 2009. — 112 с.

References

1. Andryeyeva O. V. (2004). Analiz motyvatsiynykh teoriy u sferi ozdorovchoyi fizychnoy kul'tury ta rekreatsiyi. *Teoriya i metodyka fiz.vykhovannya i sportu.* (2.), 81-84.
2. Bekh, I. D. (2003). *Vykhovannya osobystosti.* K.: Lybid', 2, 215-225.
3. Bunchuk M. F. (1970). *Orhanizatsiya fizychnoy kul'tury.* K.: Vyshcha shk., 296.
4. Vinogradov P. A. (1996). *Fizicheskaja kul'tura j sport na telejkrane.* *Teoriya j praktika fizicheskaj kul'tury.* (1), 43-46.
5. Vynnyk V. D. (2010). *Osoblyvosti formuvannya interesu ta motyvatsiyi do zanyat' fizychnym vykhovannjam.* *Teoriya ta metodyka fizychnoho vykhovannya.* (12), 39-42.
6. Il'in, E. P. (2006). *Motivacija i motivy.* Spb.: Piter, 512.
7. Kozlenko M. P. (1982). *Vykhovannya u studentiv interesu do fizkul'tury i sportu.* K.: Znannya, 48.
8. Krucevich T. Ju. (1999). *Metody issledovanija individual'nogo zdorov'ja detej i podrostkov v processe fizicheskogo vospitanija.* K.: Olimpijskaja literatura, 240.
9. Krucevich T. & Bezverhnaja G. *Formirovanie motivacii k zanjatijam fizicheskaj kul'turoj i sportom v shkol'nom vozraste.* *Olimpijs'kij sport i sport dlja vsih: problemi zdorov'ja, rekreacii, sportivnoj medicini ta rehabilitacii: IV Mizhnarodnij naukovij kongres.* K., 385.
10. Mihajlova N. V. (2005). *Kak sformirovat' interes k fizicheskaj kul'ture.* *Fiz. kul'tura v shkole.* (4), 14-17.
11. Rokita A. (2000). *Zatsikavlennja rukhovoyu aktyvnisty uchniv 8-ho klasu mis'kykh ta sil's'kikh shkil.* *Moloda sportyvna nauka Ukrainy:* 36. *naukovykh st.* Lviv, (4), 144-147.
12. Singaevskij S. (2001). *Formirovanie pozitivnogo otnoshenija shkol'nikov k fizicheskomu vospitaniju.* *Pedagogicheskaja pressa «Fizicheskoe vospitanie v shkole».* (1), 33-36.
13. Hromin V. G. (2000). *Integracija osnovnogo i dopolnitelnogo fizkul'turnogo obrazovanija shkol'nikov.* Tjumen', 26.
14. *Fizychno vykhovannya shkolyariv* (2009). Kh.: Vyd. hrupa «Osnova», 112. — (Seriya «Fizychna kul'tura»).
15. Ivashchenko, O. V., Khudolii, O. M., Yermakova, T. S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015).

15. Ivashchenko, O. V., Khudolii, O. M., Yermakova, T. S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 15(1), 142–147. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
16. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9–11 forms' juniors. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 238–244. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.02037>
17. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9–11 forms girls' functional and motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 576–581. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.03086>
18. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 585–591. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.03088>
19. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7–9 years old boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 245–253. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.0203>
- Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 15(1), 142–147. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
16. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9–11 forms' juniors. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 238–244. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.02037>
17. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9–11 forms girls' functional and motor fitness. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 576–581. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.03086>
18. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(3), 585–591. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.03088>
19. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7–9 years old boys. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(2), 245–253. doi: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.0203>

ПРОБЛЕМА ФОРМИРОВАНИЯ ИНТЕРЕСА И МОТИВАЦИИ К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Щирба В.А.

Международный экономико-гуманитарный университет
имени академика Степана Демянчука

Реферат. Статья: 7 с., 10 рис., 19 источников.

Цель исследования: изучить факторы, влияющие на заинтересованность школьников к занятиям физическим воспитанием и спортом. **Методы исследования:** анкетирование и опросы, анализ литературных источников. На базе лицей-интерната № 23 «Кадетский корпус» было проведено экспериментальное исследование. В исследовании приняли участие 100 учеников старших классов. **Результаты исследования.** Низкая мотивация деятельности школьников связана с определенными факторами, в разном соотношении могут выступать в соответствии с условиями про-

живания молодежи, окружающей среды, семейного воспитания. Анализ причин неудовлетворенности формами физического воспитания старших школьников дает возможность определить стимулы, способствующие увеличению активности учащихся. В их ответах выявляется потребность в физической нагрузке, подвижных играх, присутствия любимых видов упражнений на уроке, музыкальном сопровождении, соревнованиях и т.д.

Ключевые слова: мотивация, двигательная активность, физическая культура, здоровье.

SHAPING OF INTEREST AND MOTIVATION PHYSICAL TRAINING HIGH SCHOOL STUDENTS

Shchyrba V.A.

International Economics and Humanities University named after Stepan Demyanchuka

Report. Article: 7 p., 10 fig., 19 sources

Objective: to study the factors that affect the interest of students in physical education and sports. **Methods:** questionnaires and surveys, analysis of the literature. On the basis of boarding school number 23 «military school» conducted experimental research. The study involved 100 high school students. **Research results.** Low motivation of students associated with certain factors in different proportions may act in accordance with the living conditions of young

people, the environment, family upbringing. Analysis of the causes of dissatisfaction forms of physical education high school students provides an opportunity to identify incentives that help to increase the activity of students. Their responses revealed the need for exercise, mobile games, the presence of favorite types of exercises in the classroom, music, contests and more.

Keywords: motivation, physical activity, physical education and health.

Інформація про авторів:

Щирба Вадим Андрійович: mara99@meta.ua; Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Демянчука, вул. Степана Демянчука, 4, Рівне, Рівненська, Україна, 33000.

Цитуйте статтю як: Щирба В.А. Проблема формування інтересу та мотивації до занять фізичною культурою старших школярів /Щирба В.А. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 16—22. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1130

Стаття надійшла до редакції: 20.01.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.

ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ХЛОПЦІВ 10—11 КЛАСІВ

Старченко В.М.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1131

Анотація. Мета дослідження — визначити основні показники розвитку рухових здібностей у хлопців 10—11 класів. **Матеріал і методи.** Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики. В дослідженні приймали участь 28 хлопців старших класів (14 хлопців 10 класу та 14 хлопців 11 класу).

Висновки. Загальний рівень рухової підготовленості хлопців 10—11 класів оцінюється як середній. Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидкісно-силових здібностей ($p < 0,05$), що вказує на певну тенденцію до покращення загального рівня рухової підготовленості, а також на вплив вікових особливостей на розвиток рухових здібностей хлопців старших класів. За рівнем функціональної підготовленості хлопці 10—11 класів відносяться до групи здорових нетренованих. Інформативні показники розвитку рухових здібностей та функціональної підготовленості для хлопців 10 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9», «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи», «Проба Штанге»; для хлопців 11 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %», «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)», «Вис на зігнутих руках», «Проба Штанге».

Ключові слова: педагогічний контроль; хлопці 10—11 класів; рухова підготовленість; функціональна підготовленість; рухові здібності.

Постановка проблеми. За останній час розвиток фізичного виховання школярів набув більш важливого значення, тому що фізичний стан та здоров'я учнів значно погіршилися. Однією з основних причин цього став зменшений інтерес дітей до уроків фізичного виховання, поганий рівень відвідання занять, відсутність фізіологічно обґрунтованого фізичного навантаження, недосконалість навчальних програм, які мають більше масовий характер, ніж особистісно-орієнтований, завантаженість дітей іншими предметами, які на думку учнів та їх батьків важливіші (Денисенко Н., Педик Л., Фукс Л., Чижик В., 2007; Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В., 2000). Отже головним питанням сучасності, яке досліджують науковці останні роки, це розвиток фізичного стану та підготовленості дітей шкільного віку (Худолій О.М., 2008; Сергієнко Л.П., 2007; Холодов Ж. К., Кузнецов В. С., 2008).

Для отримання об'єктивної інформації про поточний стан процесу фізичного виховання служить система педагогічного контролю. Від інформаційних показників рухових здібностей залежить ефективність управління та спрямування процесу фізичного виховання. Тому основою для підвищення рівня рухової підготовленості учнів загальноосвітньої школи є організація педагогічного контролю рухових здібностей на уроках фізичної культури та

позаурочний час (Худолій О.М., Забора А.В., 2001; Іващенко О.В. Цеслицка М., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Іващенко О.В., Мушкета Р., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Cieślicka M., Napierała M., 2009). Головною метою, що стоїть перед дослідниками, є визначення найбільш інформативних показників фізичної підготовленості учнів, що дозволять отримати максимум даних, використавши при цьому мінімум часу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Впродовж останніх років, дослідженнями особливостей розвитку рухових здібностей школярів займалися дуже багато провідних фахівців в галузі фізичного виховання. Моделювання процесу розвитку рухових здібностей, розглядають у своїх дослідженнях Худолій О.М., Єрмаков С.С. (2011), Худолій О.М., Іващенко О.В. (2014). На основі моделей рухової підготовленості дітей і підлітків може здійснюватися підбір основних, підвідних і підготовчих вправ, а також етапний контроль за рівнем рухової підготовленості, визначати терміни оперативного і поточного контролю підготовленості учнів.

На думку авторів Худолія О.М. (2010, 2011, 2014), Круцевич Т.Ю., Безверхньої Г.В. (2010), покращити фізичний стан підлітків можливо за умови використання новітніх підходів, та методів до занять фізичною культурою, які повинні враховувати індивідуальні особливості дітей, їхні інтереси та здібності. Навчальна програма занять повинна

ґрунтуватися на вікових та статевих особливостях розвитку рухових здібностей школярів, використовувати методично нові методи педагогічного контролю, раціонально підбирати навантаження та відпочинок. Правильно організований процес фізичного виховання надасть можливість сформулювати гармонійно розвинених підлітків, покращити їх здоров'я і працездатність.

Визначенню особливостей рухової підготовленості присвячені роботи Ляха В.І. (2000), Соляник І. Є. (2013), Веремеєнко В. Ю. (2013), Іващенко О.В., Дуднік З.М. (2011), Іващенко О.В., Макарової О.А. (2013), Козіної Ж.Л., Попової Н. (2013). В даних роботах виявлені вікові особливості розвитку функціональної і рухової підготовленості школярів, які підтверджують дані про те, що у дітей і підлітків рівень рухової підготовленості є одним із інформативних показників здоров'я та готовності до навчання руховим діям.

На даний час фахівцями приділяється чимало уваги удосконаленню педагогічного контролю показників фізичної підготовленості дітей шкільного віку у процесі фізичного виховання (Круцевич Т.Ю., 2012; Нападій А.П., 2012; Худолій О.М., Іващенко О.В., 2014; Пальчук М.Б., 2014; Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Yermakova T.S., Pilewska W., Muszkieta R., Stankiewicz B., 2015), однак залишається актуальною проблема деталізації методики педагогічного контролю розвитку рухових здібностей хлопців старших класів у зв'язку з необхідністю проходження в майбутньому військової служби.

Таким чином тема: «Педагогічний контроль розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів» є актуальною.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання, оздоровчої та лікувальної фізичної культури Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди з проблеми «Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (2012—2016 рр.) (номер держ. реєстрації 0112U002008).

Матеріали і методи.

Мета дослідження — визначити основні показники розвитку рухових здібностей у хлопців 10—11 класів.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження.

Для вирішення поставлених завдань було проведено тестування прояву рухових здібностей,

результати якого допоможуть отримати інформацію щодо рухової підготовленості хлопців 10—11 класів.

У програму тестування ввійшли загальновідомі тести (Лях В. І., 2000; Сергієнко Л. П., 2001): стрибки з «надбавками» (кількість стрибків у заданому коридорі); оцінка часових параметрів руху (помилка у відтворенні тривалості 5-ти, 10-ти, 20-ти секундного бігу на місці (с)); стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, 1/2, 2/3 максимального (помилка у відтворенні зусиль 1/3, 1/2, 2/3 від максимального у відсотках); човниковий біг 4×9 м (с); згинання і розгинання рук в упорі лежачи (рази); згинання і розгинання рук у висі (рази); вис на зігнутих руках (с); стрибок у довжину з місця (см).

Для оцінки функціонального стану були проведені проби Штанге, Генчі і Серкіна (Шиян Б. М., Папуша В. Г., 2005; Дубровский В. И., 2005).

У дослідженні приймали участь 28 хлопців старших класів (14 хлопців з 10-А та 14 хлопців 11-А класів) гімназії №144 м. Харкова.

Результати дослідження. Аналіз результатів тестування рухової підготовленості учнів показав, що за переважною більшістю тестів хлопці 11 класу показують статистично достовірні кращі результати ($p < 0,05$) ніж хлопці 10 класу. За результатами тестування функціональної підготовленості хлопці 10 і 11 класів відносяться до групи здорових нетренованих.

Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидко-силових здібностей ($p < 0,05$). Хлопці 11 класу мають статистично достовірно кращі результати ніж хлопці 10 класу в тестах: «Оцінка часових параметрів руху, помилка від 20с, с», «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %», «Човниковий біг 4×9 м, с», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи, рази», «Згинання розгинання рук у висі, рази», «Стрибок у довжину з місця, см», ($p < 0,05; 0,01$). За результатами інших рухових тестів хлопці 11 класу показують також кращий результат, але різниця між ними не значна і статистично не достовірна. Згідно результатів тестів функціональної підготовленості хлопці 11 класу мають вищі показники функцій дихання та кровообігу ніж хлопці 10 класу, але дані розбіжності не достовірні. Результати аналізу рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, представлені у таблиці 1.

Визначимо взаємозв'язок між показниками рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, за допомогою кореляційного аналізу, та виявимо найінформативніші з них. Результати кореляційного аналізу наведені у таблиці 2—3.

Результати аналізу рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів

№	Тест	10 клас (n=14)		11 клас (n=14)		t	p
		X	s	X	s		
1	Стрибки з «надбавками», рази	2,43	0,94	3,00	1,04	1,53	>0,05
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с	1,01	0,59	0,81	0,41	1,07	>0,05
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с	1,28	0,52	1,09	0,43	1,03	>0,05
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с	2,41	0,61	1,73	0,72	2,72	<0,05
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %	23,50	8,21	16,07	6,44	2,66	<0,05
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %	13,79	6,33	11,21	4,17	1,27	>0,05
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %	9,00	4,61	8,64	3,18	0,24	>0,05
8	Човниковий біг 4×9 м, с	10,11	0,61	9,62	0,52	2,27	<0,05
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази	29,07	2,87	36,29	8,77	2,92	<0,05
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази	7,57	2,41	10,64	3,48	2,72	<0,05
11	Вис на зігнутих руках, с	38,14	9,19	39,29	10,44	0,31	>0,05
12	Стрибок у довжину з місця, см	201,79	14,31	211,86	11,16	2,08	<0,05
13	Проба Штанге, с	47,43	7,69	51,93	8,80	1,44	>0,05
14	Проба Генчі, с	27,71	6,32	33,14	8,29	1,95	>0,05
15	Проба Серкіна 1, с	46,93	7,33	52,21	8,06	1,82	>0,05
16	Проба Серкіна 2, с	21,57	6,26	25,93	6,35	1,83	>0,05
17	Проба Серкіна 3, с	42,07	7,09	47,93	8,70	1,95	>0,05
t _{крит} = 2,06							

Згідно результатів кореляційного аналізу рухової підготовленості хлопців 10 класу (таблиця 2), найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців є тести з найбільшим числом сильних кореляційних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця» (дев'ять взаємозв'язків), «Човниковий біг 4×9» (вісім взаємозв'язків), «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» (сім взаємозв'язків), а найінформативнішим показником функціональної підготовленості є тест «Проба Штанге» (десять взаємозв'язків).

За результатами кореляційного аналізу показників підготовленості хлопців 11 класу (таблиця 3), тести з найбільшим числом сильних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3» (тринадцять взаємозв'язків), «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)» (дванадцять взаємозв'язків), «Вис на зігнутих руках» (одинадцять взаємозв'язків), є найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців. Найбільш інформативним показником функціональної підготовленості хлопців 11 класів є тест

«Проба Штанге» (тринадцять сильних статистичних зв'язків).

На основі інформативних показників рухових здібностей та функціональної підготовленості, була побудована семибальна сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 10 та 11 класів (див. табл. 4 — 5).

Обговорення результатів дослідження. Отримані результати доповнюють відомості про особливості розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків (Марченко С.І., 2008, 2009; Худолій О.М., Титаренко А.А., 2010; Титаренко А.А., Худолій О.М., 2011; Худолій О.М., Іващенко О.В., Піменов О.О., 2012; Соляник І. Є., 2013), про можливість отримання нової інформації на основі системних методів математичної статистики (Іващенко О.В., 2011, 2012, 2013, 2014; Єрмаков, С. С., 2001, 2010; Худолій О.М., 2011; Худолій О.М., Іващенко О.В., 2013, 2014; Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Yermakova T.S., Pilewska W., Muszkieta R., Stankiewicz B., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S., Cieslicka M., Zukowska H., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S.,

Таблиця 2

Кореляційний аналіз показників рухової і функціональної підготовленості хлопців 10 класу

№	Тест	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Стрибки з «надбавками», рази	1	-0,11	0,19	0,56	-0,47	-0,61	-0,57	-0,70	0,85	0,63	0,68	0,72	0,84	0,42	0,86	0,75	0,70
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с		1	0,47	0,35	0,04	-0,08	-0,33	0,37	-0,21	-0,32	-0,01	-0,20	-0,14	0,18	-0,12	-0,11	-0,18
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с			1	0,36	0,03	-0,28	-0,58	0,01	-0,06	0,02	0,05	0,09	0,16	0,40	0,14	0,16	0,17
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с				1	-0,33	-0,26	-0,49	-0,45	0,36	0,21	0,28	0,49	0,56	0,47	0,57	0,45	0,55
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %					1	0,62	0,32	0,33	-0,64	-0,32	-0,37	-0,58	-0,44	-0,15	-0,49	-0,39	-0,42
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %						1	0,52	0,48	-0,70	-0,44	-0,58	-0,56	-0,43	-0,15	-0,43	-0,22	-0,28
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %							1	0,23	-0,38	-0,26	-0,51	-0,35	-0,44	-0,19	-0,47	-0,29	-0,34
8	Човниковий біг 4×9 м, с								1	-0,72	-0,84	-0,70	-0,81	-0,76	-0,43	-0,74	-0,61	-0,74
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази									1	0,70	0,67	0,80	0,71	0,23	0,74	0,63	0,62
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази										1	0,86	0,86	0,80	0,54	0,80	0,64	0,80
11	Вис на зігнутих руках, с											1	0,78	0,78	0,51	0,79	0,52	0,69
12	Стрибок у довжину з місця, см												1	0,90	0,66	0,91	0,71	0,90
13	Проба Штанге, с													1	0,76	0,99	0,86	0,96
14	Проба Генчі, с														1	0,74	0,69	0,81
15	Проба Серкіна 1, с															1	0,86	0,95
16	Проба Серкіна 2, с																1	0,85
17	Проба Серкіна 3, с																	1

Таблиця 3
Кореляційний аналіз показників рухової і функціональної підготовленості хлопців 11 класу

№	Тест	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Стрибки з «надбавками», рази	1	-0,77	0,40	-0,02	-0,63	-0,44	-0,65	-0,71	0,90	0,83	0,89	0,66	0,93	0,91	0,90	0,83	0,87
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с		1	-0,74	0,29	0,58	0,68	0,75	0,73	-0,88	-0,81	-0,86	-0,57	-0,80	-0,83	-0,79	-0,80	-0,77
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с			1	-0,08	-0,37	-0,53	-0,62	-0,50	0,56	0,54	0,52	0,49	0,54	0,45	0,53	0,57	0,50
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с				1	0,27	0,69	0,33	0,36	-0,09	-0,04	-0,05	-0,15	0,00	-0,19	-0,09	-0,11	-0,06
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %					1	0,64	0,84	0,62	-0,75	-0,77	-0,72	-0,70	-0,78	-0,72	-0,82	-0,82	-0,81
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %						1	0,72	0,70	-0,55	-0,48	-0,48	-0,60	-0,56	-0,60	-0,61	-0,66	-0,60
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %							1	0,73	-0,77	-0,79	-0,79	-0,70	-0,80	-0,76	-0,84	-0,87	-0,84
8	Човниковий біг 4×9 м, с								1	-0,68	-0,54	-0,63	-0,50	-0,73	-0,72	-0,73	-0,71	-0,72
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази									1	0,96	0,98	0,66	0,94	0,95	0,93	0,90	0,91
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази										1	0,97	0,64	0,91	0,90	0,92	0,90	0,90
11	Вис на зігнутих руках, с											1	0,61	0,93	0,93	0,91	0,89	0,89
12	Стрибок у довжину з місця, см												1	0,77	0,69	0,78	0,77	0,76
13	Проба Штанге, с													1	0,94	0,98	0,97	0,97
14	Проба Генчі, с														1	0,95	0,93	0,95
15	Проба Серкіна 1, с															1	0,97	0,99
16	Проба Серкіна 2, с																1	0,98
17	Проба Серкіна 3, с																	1

Сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 10 класу

Тести	Човниковий біг 4×9 м, с		Згинання розгинання рук в упорі лежачи, рази		Стрибок у довжину з місця, см		Проба Штанге, с	
	від	до	від	до	від	до	від	до
Дуже високий рівень	8,89	8,28	36	38	230,5	244,7	63	71
Високий рівень	9,49	8,90	33	35	216,2	230,4	55	62
Вище середнього рівень	9,80	9,50	31	32	209,0	216,1	51	54
Середній рівень	10,41	9,81	28	30	194,7	208,9	44	50
Нижче середнього рівень	10,71	10,42	26	27	187,6	194,6	40	43
Низький рівень	11,32	10,72	23	25	173,3	187,5	32	39
Дуже низький	11,94	11,33	20	22	158,9	173,2	24	31

Таблиця 5

Сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 11 класу

Тести	Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с), помилка с		Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %		Вис на зігнутих руках, с		Проба Штанге, с	
	від	до	від	до	від	до	від	до
Дуже високий рівень	0,07	0,0	2	0	61	71	70	78
Високий рівень	0,1	0,3	4	2	51	60	61	69
Вище середнього рівень	0,5	0,4	6	5	46	50	57	60
Середній рівень	0,9	0,6	9	7	35	45	48	56
Нижче середнього рівень	1,1	1,0	11	10	30	34	44	47
Низький рівень	1,5	1,2	14	12	19	29	35	43
Дуже низький	2,0	1,6	18	15	8	18	26	34

Cieslicka M., Muszkieta R., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Ananchenko K.V., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Prusik K., 2015).

Висновки

Загальний рівень рухової підготовленості хлопців 10—11 класів оцінюється як середній. Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидко-силових здібностей ($p < 0,05$), що вказує на певну тенденцію до покращення загального рівня рухової підготовленості, а також на вплив вікових особливостей на розвиток рухових здібностей хлопців старших класів. За рівнем функціональної підготовленості, хлоп-

ці 10—11 класів відносяться до групи здорових нетренованих.

Інформативними показниками розвитку рухових здібностей та функціональної підготовленості для хлопців 10 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи», «Проба Штанге»; для хлопців 11 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %», «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)», «Вис на зігнутих руках», «Проба Штанге».

На основі інформативних показників рухової та функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, розроблена семибальна сигмальна шкала, яка дасть можливість оцінити рівень рухової та функціональної підготовленості хлопців, та дозволить правильно скорегувати програму занять з фізичного виховання.

Література

References

1. Веремеєнко В. Ю. Інформативні показники рухової та функціональної підготовленості дівчат 6—7 класів / Веремеєнко В. Ю. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 32—39. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1034>.
2. Денисенко Н., Особливості рівня здоров'я, фізичної підготовки, самопочуття та ведення здорового способу життя в учнів загальноосвітніх шкіл і гімназій / Денисенко Н., Педик Л., Фукс Л., Чижик В. // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. — 2007. — № 3. — С. 44—46.
3. Дубровский В. И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям. — 3-е изд. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005 — 528 с.
4. Іващенко О. В. Моделювання силової підготовленості дівчаток 6—7 класів / О. В. Іващенко, М. Цеслицка, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 10-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
5. Іващенко О. В. Порівняльна характеристика рухової підготовленості школярів 8—9 класів / О. В. Іващенко, О. А. Макарова // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 1. — С. 40-46. DOI: <http://dx.doi.org/doi:10.17309/tmfv.2013.1.1009>.
6. Іващенко О. В. Характеристика силової підготовленості хлопців 6—7 класів / О. В. Іващенко, Р. Мушкетта, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 17-24. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>.
7. Іващенко О.В. Вікові особливості розвитку рухових здібностей дівчат старших класів / Іващенко О.В., Дуднік З.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 8. — С. 3—5. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>.
8. Іващенко О.В. Особливості розвитку рухових здібностей у дівчат середніх класів / Іващенко О.В., Пелепенко О.В. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 10. — С. 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>.
9. Іващенко О. В. Особливості функціональної, координаційної й силової підготовленості юнаків 9—11 класів / О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 1. — С. 24-33. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
10. Козіна Ж.Л., Попова Н. Факторна структура загальної фізичної підготовленості дівчаток 11—15 років / Козіна Ж.Л., Попова Н. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 48—52. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1036>.
11. Круцевич Т. Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі / Т. Ю. Круцевич // Фізичне виховання в сучасній школі. — 2012, № 2 (78). — С. 8—9.
12. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. — К.: Олімп, л-ра, 2010. — 248 с.
1. Veremeyenko V. Yu. (2013). Informatyvni pokaznyky rukhovoyi ta funktsional'noyi pidhotovlenot-si divchat 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 32—39. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1034>.
2. Denysenko N., Pedyk L., Fuks L. & Chyzhyk V. (2007). Osoblyvosti rivnya zdorov'ya, fizychnoyi pidhotovky, samopochuttya ta vedennya zdorovoho sposobu zhyttya v uchniv zahal'noosvitnikh shkil i himnaziiv. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*. (3), 44—46.
3. Dubrovskij V. I. (2005). Sportivnaja medicina: Uchebnik dlja studentov vuzov, obuchajushhhsja po pedagogicheskim special'nostjam. 3-e izd. M.: Gumanitar. izd. centr VLADOS, 528.
4. Ivashchenko O. V., Ciešlicka M., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Modelyuvannya sylovoyi pidhotovlenosti divchatok 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 10-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
5. Ivashchenko O. V. & Makarova O. A. (2013). Porivnyal'na kharakterystyka rukhovoyi pidhotovlenosti shkolyariv 8—9 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 40-46. DOI: <http://dx.doi.org/doi:10.17309/tmfv.2013.1.1009>.
6. Ivashchenko O. V., Muszkieta R., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Kharakterystyka sylovoyi pidhotovlenosti khloptsiv 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 17-24. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>.
7. Ivashchenko O. V., & Dudnik Z. M. (2011). Vikovi osoblyvosti rozvytku rukhovyx zdbnostey divchat starshykh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 3-5. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>.
8. Ivashchenko O. V. & Pelepenko O. V. (2011). Osoblyvosti rozvytku rukhovyx zdbnostey u divchat srednikh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (10), 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>.
9. Ivashchenko O. V. (2014). Osoblyvosti funktsional'noyi, koordynatsiyanoi y sylovoyi pidhotovlenosti yunakiv 9—11 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 24-33. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
10. Kozina Zh.L., Popova N. (2013). Faktorna struktura zagalnoyi fizicnoyi pidgotovlenosti divchatok 11—15 rokiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 48—52. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1036>.
11. Krutsevych T. Yu. (2012). Kontseptsiya udoskonalennya prohram z fizychnoyi kul'tury u zahal'noosvitniy shkoli. *Fizychno vykhovannya v suchasniy shkoli*. 2 (78), 8—9.
12. Krutsevich T. Yu. & Bezverhnyia G. V. (2010). Rekreatsiya u fizichniy kul'turi riznih grup naseleennyia: Navch. posibnik. K.: Olimp. l-ra, 248.

13. Круцевич Т., Формирование мотивации к занятиям физической культуры и спортом в школьном возрасте / Круцевич Т., Безверхняя Г. // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, реакції, спортивної медицини та реабілітації. IV Міжнародний науковий конгрес. — К.: 2000. — С. 385.
14. Лях В. Й. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития. — М.: Терра — Спорт, 2000. — 192 с.
15. Нападій А. П. Аналіз показників фізичного стану школярів 13-14 років на початку навчального року / А. П. Нападій // Спортивний вісник Придністров'я. — 2013. — № 2-3. — С. 245-251.
16. Пальчук М. Б. Контроль фізичного розвитку учнів при переході з середньої до старшої школи в умовах навчального процесу з фізичного виховання : дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02/ М.Б.Пальчук ; НУФВСУ. — Київ, 2014. — 20 с.
17. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. — К.: Олімпійська література, 2001 — 439 с.
18. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2007. — 271 с.
19. Соляник І. Є. Особливості розвитку рухових здібностей у хлопців 6—7 класів / І. Є. Соляник // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 3. — С. 22-31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.3.1022>.
20. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — 6-изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. — С. 103—121.
21. Худолій О. М., Закономірності процесу навчання юних гімнастів / Худолій О. М., Єрмаков С. С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 5. — С. 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
22. Худолій О. М., Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення I / Худолій О. М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Х.: «ОВС» 2011, — № 1. — С. 19—34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.1.683>
23. Худолій О.М. Методика планування навчальної роботи з гімнастики в школі / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2008. — № 9. — С. 19—35. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/47>.
24. Худолій О. М., Особливості силової підготовленості школярів старших класів / Худолій О. М., Іващенко О. В., Піменов О. О. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — №9. — С. 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
25. Худолій О.М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: Монографія / Худолій О.М., Іващенко О.В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.
26. Худолій О.М. Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник / Худолій О.М., Іващенко О.В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.
13. Krucevich T., Bezverhnjaja G. (2000). Formirovanie motivacii k zanjatijam fizicheskoj kul'tury i sportom v shkol'nom vozraste. Olimpijs'kyy sport i sport dlya vsikh: problemy zdorov'ya, reaktsiyi, sportyvnoyi medytsyny ta reabilitatsiyi. IV Mizhnarodnyy naukovyy konhres. K., 385.
14. Ljah V. J. (2000). Dvigatel'nye sposobnosti shkol'nikov: Osnovy teorii i metodiki razvitija. M.: Terra — Sport, 192.
15. Napadiy A. P. (2013). Analiz pokaznykiv fizychnoho stanu shkol'nyariv 13-14 rokiv na pochatku navchal'noho roku. Sportyvnyy visnyk Prydnistrov'ya. (2-3), 245-251.
16. Pal'chuk M. B. (2014). Kontrol' fizychnoho rozvytku uchniv pry perekhodi z serednoyi do starshoyi shkoly v umovakh navchal'noho protsesu z fizychnoho vykhovannya : dys. kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 ; NUFVSVU. Kyiv, 20.
17. Serhiyenko L. P. (2001). Testuvannya rukhovyykh zdbnostey shkol'nyariv. K.: Olimpiys'ka literatura, 439.
18. Serhiyenko L.P. (2007). Praktikum z teoriiy i metodyky fizychnoho vykhovannya: Navchal'nyy posibnyk dlya studentiv vyshchyykh navchal'nykh zakladiv fizychnoho vykhovannya i sportu. Kharkiv: «OVS», 271.
19. Solyanyk I. Ye.(2013). Osoblyvosti rozvytku rukhovyykh zdbnostey u khloptsiv 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 22-31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.3.1022>.
20. Holodov Zh. K. & Kuznecov V. S. (2008). Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta: ucheb. Posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij. 6-izd., ster. M.: Izdatel'skij centr «Akademija», 103—121.
21. Khudolii O.M., & Iermakov S.S. (2011). Zakonomirnosti protsesu navchannya yunih gimnastiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (5), 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
22. Khudolii O. M. (2011). Zakonomirnosti rozvytku sylovykh zdbnostey u fizychnomu vykhovanni i sporti. Povidomlennya I. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 19— 34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.1.683>
23. Khudolii O.M. Metodyka planuvannya navchal'noyi roboty z gimnastyky v shkoli. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (9), 19—35. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/47>.
24. Khudolii O. M., Ivashchenko O. V., & Pimenov O. O. (2012). Osoblivosti silovoyi pidgotovlenosti shkol'nyariv starshih klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (9), 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
25. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2014). Modelyuvannya protsesu navchannya ta rozvytku ruhoviyh zdbnostey u ditey i pidlitkiv: Monografiya. Kharkiv: OVS, 320.
26. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). Osnovy naukovo-doslidnoyi roboty u fizychnomu vykhovanni i sporti: Navchal'nyy posibnyk. Kharkiv: “OVS”, 320.
27. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). Teoriya i metodyka vykladannya himnastyky: Navchal'nyy posibnyk. Kharkiv: “OVS”, 384.

27. Худолій, О. М., Іващенко, О. В. Теорія і методика викладання гімнастики: Навчальний посібник. — Т. 1. — Харків: «ОБС», 2014. — 384 с.
28. Худолій О.М. Теоретичні основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі / Худолій О.М., Забора А.В.// Теорія і практика фізичного виховання. — Харків: ОБС, 2001. — № 1.— С. 3—12. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.1>
29. Худолій О.М., Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини. Доповідь І. / Худолій О. М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОБС» 2010. — № 4. — С. 19—34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.4.617>.
30. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: Навчальний посібник. — Харків: «ОБС», 2005. — 208 с.
31. Cieślicka M., Napierała M. The somatic build of lightweight rowers. Medical and Biological Sciences. 2009, no. 23/3, pp. 33 — 38.
32. Cieslicka Mirosława, Słowiński Mariusz. Training loads of female canoeing youth national team in sprint competitions. Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports. 2012. Vol: 12, pp. 149-157.
33. Ivashchenko, O.V., Khudolii, O.M., Yermakova, T.S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 15 (1), 142-147. DOI: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
34. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
35. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
36. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
37. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 245-253. doi:10.7752/jpes.2015.0203
28. Khudolii O. M., & Zabora A.V. (2001). Teoretichni osnovi planuvannya navchalnoi roboti z fizichnoi kulturi v shkoli. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 3—12. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.1>
29. Khudolii O.M. (2010), *Biolohichni, psykhologopedahohichni zakonoprnosti rukhovoyi diyal'nosti lyudyny. Dopovid' I. Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 19— 34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.4.617>.
30. Shiyan B. M. & Papusha V. G. (2005). Metodika vikladannya sportivno-pedagogichnih distsiplin u vischih navchalnih zakladah fizicnogo vihovannya i sportu: Navchalniy posibnik. Harkiv: «OVS», 208.
31. Cieślicka M., Napierała M. The somatic build of lightweight rowers. Medical and Biological Sciences. 2009, no. 23/3, pp. 33 — 38.
32. Cieslicka Mirosława, Słowiński Mariusz. Training loads of female canoeing youth national team in sprint competitions. Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports. 2012. Vol: 12, pp. 149-157.
33. Ivashchenko, O.V., Khudolii, O.M., Yermakova, T.S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 15 (1), 142-147. DOI: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
34. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., & Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
35. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., & Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
36. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., & Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
37. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S. & Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 245-253. doi:10.7752/jpes.2015.0203

ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНОШЕЙ 10—11 КЛАССОВ

Старченко В.Н.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 10 с., 5 табл., 37 источников.

Цель исследования — определить основные показатели развития двигательных способностей у юношей 10—11 классов. **Материал и**

методы. Для решения поставленных задач были применены следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педаго-

гическое тестирование и методы математической статистики. В исследовании принимали участие 28 юношей старших классов (14 юношей с 10 класса и 14 юношей 11 класса).

Выводы. Статистически достоверные различия между юношами 10 и 11 классов наблюдаются преимущественно в тестах нацеленных на выявление координационных способностей, относительной силы и скоростно-силовых способностей ($p < 0,05$), что указывает на определенную тенденцию к улучшению общего уровня двигательной подготовленности, а также на влияние возрастных особенностей на развитие двигательных способностей юношей старших классов. По уровню функциональной подготовленности, юноши 10—11 классов относятся к группе здоровых нетренированных. Различия по функциональным тестам статистически не

значимы. По результатам корреляционного анализа были определены информативные показатели развития двигательных и функциональных способностей. Для юношей 10 класса информативными являются тесты: «Прыжок в длину с места», «Челночный бег 4×9 м», «Сгибание и разгибание рук, в упоре лежа», «Проба Штанге»; для юношей 11 класса информативными являются тесты: «Прыжок в длину с места без зрительного контроля с усилием 2/3, ошибка %», «Оценка временных параметров движения (бег 5 с)», «Вис на согнутых руках», «Проба Штанге».

Ключевые слова: педагогический контроль; юноши 10—11 классов; двигательная подготовленность; функциональная подготовленность; двигательные способности.

FEATURES OF THE ASSESSMENT OF MOTOR ABILITIES OF BOYS 10-11 CLASS

Starchenko V.M.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 10 p., 5 tables., 37 sources

Research aim — to identify key indicators of motor abilities in boys 10—11 classes.

Material and methods. To achieve the objectives adopted the following methods: analysis of scientific and methodical literature, pedagogical methods of testing and mathematical statistics. The study was attended by 28 boys senior class (14 boys from grade 10 and 14 boys in grade 11).

Conclusions. The general level of motor readiness boys 10—11 classes considered average. Statistically significant differences between boys 10 and 11 mainly in tests that aim to detect coordination abilities, relative strength and speed-strength abilities ($p < 0,05$), which indicates a tendency to improve the general level of motor readiness, as well as the impact the development of age-motor abilities of boys high school. The level of operational preparedness, boys 10—11 classes are a

group of healthy untrained. Differences by functional tests were not statistically significant. The results of correlation analysis identified informative indicators of motor and functional abilities, for boys in Grade 10 most informative are the tests, «Long jump with space», «Shuttle run 4*9m», «Bending straightening hands in emphasis lying», «test Stange»; for boys in grade 11 tests are «Long jump from place without visual control efforts 2/3, error %», «Estimation of time for movement (5s)», « Vis bent on hands», « test Stange.»

Assess the level of motion and functional training boys 10—11 classes and will correctly adjust the program of physical education classes, will enable syhmalns developed a seven-point scale.

Keywords. Pedagogical control; boys 10—11 class; motor preparedness; functional preparedness; motor abilities.

Інформація про авторів:

Старченко Віталій Миколайович: vitaliystar@yandex.ru; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Особливості оцінки розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів / Старченко В.М. //

Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 24—33. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1131

Стаття надійшла до редакції: 25.02.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА

ВПЛИВ РІВНІВ РОЗУМОВОЇ ТА ФІЗИЧНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ НА ФОРМУВАННЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У ФЕХТУВАННІ

Кривенцова І.В., Пашкевич С.А., Чистяков С.А.

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1132

Анотація. Мета дослідження: виявлення зв'язків між показниками фізичної та розумової працездатності і формуванням техніко-тактичних якостей фехтувальників, визначення значущих критеріїв та тестів для відбору студентів у секції фехтування оздоровчої та спортивної спрямованості.

Методи: вивчення та аналіз літератури; педагогічні спостереження; фізіологічні методи (фізична працездатність за Гарвардським степ-тестом з розрахунком ГСТ, розумова працездатність за коректурними таблицями, спеціальні вправи оцінювання техніко-тактичних якостей фехтувальника); статистичні методи. Студентки контрольної групи (9 фехтувальниць) мали 5 тренувань на тиждень, студенти ДГ1 (13 студенток) займалися фізичним вихованням за розкладом 2 години на тиждень, ДГ2 та ДГ3 мали секційні заняття з фехтування 4 години на тиждень (8 та 10 студенток відповідно). Стаж занять фехтуванням складав 4 місяці для ДГ2 та рік і 4 місяці для ДГ3.

Результати. Взаємовпливи між показниками працездатності та наявності кореляційних зв'язків з показниками техніко-тактичних якостей студентів-фехтувальників дозволили встановити інформативність окремих показників для якісного відбору студентів до секції фехтування. Індекс Гарвардського степ-тесту та стандартизована кількість помилок коректурної проби можуть бути прогностичними критеріями формування техніко-тактичних навичок у студентському фехтуванні.

Ключові слова: фізична працездатність; розумова працездатність; студенти; відбір у фехтуванні.

Постановка проблеми. Праця педагогічних працівників належить до числа найбільш складних, напружених і відповідальних видів людської діяльності. Це вимагає значних фізичних та психічних зусиль, постійної уваги, високої працездатності, витривалості. Підготовка майбутніх педагогів до швидкого прийняття рішень, формування витримки, самовладання, самодисципліни, впевненості є провідним завданням фізичного виховання в університеті. Певні фізичні вправи та навантаження сприяють формуванню не тільки фізичних якостей майбутніх фахівців, а й сили волі, витримки, сміливості, рішучості, дисциплінованості, тощо. Наприклад, спортивна боротьба розкриває такі моральні риси як шляхетність, чесність, здатність підпорядкувати свою поведінку суспільним нормам [2, 6, 8]. Таким чином, організація занять з фізичної культури у закладах вищої педагогічної освіти вимагає науково обґрунтованих рекомендацій та гнучкого, диференційованого підбору сучасних засобів і форм фізкультурно-спортивної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Секційні заняття, як форма організації фізичного ви-

ховання, сприяють вільному вибору студентами напрямку спортивних занять та більшої вмотивованості [1, 2, 4]. Головна мета фехтування — нанести укол і самому лишитися не ураженим, відображає сутність людських відносин, а багаторічний досвід викладання фехтування для майбутніх педагогів доводить, що саме цей вид спортивної діяльності є ефективним засобом підготовки до майбутньої професії.

Основним критерієм можливості займатися фехтуванням у секції є відсутність медичних протипоказань. Тому, коли йде мова про відбір, мається на увазі протікання процесу пристосування студента-фехтувальника до умов і вимог спортивної діяльності. У спортивному фехтуванні розроблено чіткий перелік критеріїв відбору до ДЮСШ, спортивних команд, для участі у змаганнях, але практично немає робіт, що стосуються тестів та відбору до студентських секцій з фехтування [8]. У зв'язку з необхідністю підготовки студентів до участі в обласних та всеукраїнських універсиадах з фехтування, виконання ними спортивних розрядів, підвищення рівня фізичної культури ставиться питання відбору студентів до секцій [3].

Таким чином, робота присвячена визначенню значущих критеріїв для відбору студентів до секцій

є актуальною і важливою щодо розвитку сучасного фехтування.

Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри фізкультурно-оздоровчого та спортивного фехтування Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди з проблеми «Здоров'язбережувальна оптимізація тренування та навчально-виховного процесу фізичного виховання студентів» (номер держ. реєстрації 0114U003929).

Матеріали і методи.

Мета дослідження: виявлення зв'язків між показниками фізичної та розумової працездатності і формуванням техніко-тактичних якостей фехтувальників, визначення значущих критеріїв та тестів для відбору студентів у секції фехтування оздоровчої та спортивної спрямованості.

Методика дослідження. Актуальність проблеми та необхідність пошуку шляхів її вирішення зумовили висунення робочої гіпотези, яка будувалася на припущенні, що показники розумової та фізичної працездатності будуть доцільними для визначення прогностичних критеріїв щодо розвитку техніко-тактичних якостей студентів-фехтувальників.

Було визначено експериментальні бази (Харківський національний педагогічний університет імені Г.С.Сковороди, спорткомплекс «Уніфехт»), контингент досліджуваних (студенти 1—2 курсів факультету іноземної філології, які навчаються фехтуванню за програмою «Фізичне виховання засобами фехтування» [3] в академічних та секційних групах, професійні спортсмени, які є студентами різних закладів вищої освіти м. Харкова) і стратегію дослідження. У дослідженнях були задіяні 31 студентка факультету іноземної філології та 9 професійних фехтувальниць. Середній вік учасників складав $19,1 \pm 0,41$ років. У контрольній групі (КГ) було 9 студенток (професійні фехтувальниці), у ДГ1 — 13 (академічні заняття за програмою «Фізичне виховання засобами фехтування»), у ДГ2 — 8 (заняття у секції фехтування 4 місяці) та у ДГ3 — 10 (заняття у секції фехтування 1,5 року). У студенток КГ кількість тренувань складала у середньому 5 разів на тиждень, студенти ДГ1 займалися фізичним вихованням за розкладом 2 години на тиждень відповідно до навчальної програми факультету, ДГ2 та ДГ3 мали секційні заняття з фехтування 4 години на тиждень.

Методи дослідження: вивчення та аналіз літератури; педагогічні спостереження; фізіологічні методи (фізична працездатність за Гарвардським степ-тестом (ГСТ) з розрахунком ІГСТ, розумова працездатність за коректурними таблицями, спеціальні вправи оцінювання техніко-тактичних якостей фехтувальника); статистичні методи (па-

раметрична та непараметрична статистика з використанням комп'ютерних програм).

Основні форми проведення тренувальних занять з фехтувальниками це: навчання без супротивника, з умовним противником, з партнером та з противником. Динаміка переважання тієї чи іншої форми протягом навчання дозволяє забезпечити необхідну якість викладання за рахунок отримання теоретичних знань, практичних навичок і вмінь [3].

Техніко-тактичні якості визначалися за наступними вправами, які на наш погляд є найбільш інформативними.

Вправа № 1. Студент повинен за 30 секунд нанести якомога більше влучних уколів в ціль (коло діаметром 30 см) з кроком вперед. Промахи не враховуються.

Вправа № 2. Студент повинен нанести за 30 секунд якомога більше уколів в ціль (коло діаметром 30 см) з випадом.

Оцінюються вправи № 1 та 2 за відносним безпомилковим результатом.

Вправа № 3. Студент в парі з тренером-викладачем виконує завдання на складну реакцію (за вибором). Студент робить крок вперед, на цей крок тренер:

або виконує атаку прямо, на що студент зобов'язаний зробити крок назад — захист — укол у відповідь;

або робить крок назад та підіймає зброю, на що студент виконує атаку крок уперед — випад із захватом.

Вправа оцінюється за відносною кількістю помилок при виконанні тесту.

Вихідні характеристики порівнювалися між групами з використанням тестів χ^2 (бінарні змінні), t - тести (неперервні змінні), тест Манна-Уїтні для порівняння розподілу порядкових змінних та тест Уїлкоксона (пов'язані вибірки). Факторний аналіз методом головних компонент з веримакс обертанням використовувався для визначення структури досліджуваного явища. Взаємозв'язок між кількісними змінними визначався за допомогою рангового коефіцієнта кореляції Спірмена (r).

Результати дослідження. Аналіз результатів ГСТ та коректурної проби у групах порівняння показав суттєві відмінності (табл.1). Вихідні показники пульсу істотно відрізнялися серед груп порівняння, та були нижчими у КГ за рахунок кумулятивних впливів спортивної діяльності на серцево-судинну систему та економізації її діяльності. ІГСТ професійних спортсменів практично у 2 рази перевищував показники студентів, переважно за рахунок часу виконання проби, тобто вищого рівня витривалості у спортсменів. Пульс після виконання ГСТ у динаміці відновлення істотно не відрізнявся у групах порівняння.

Аналіз показників працездатності студентів груп порівняння

Показник	M±m				Вірогідність відмінностей між групами *
	КГ, n=9	ДГ1, n=13	ДГ2, n=8	ДГ3, n=10	
ГСТ, бали	103,1±6,9	44,5±7,6	51,8±7,5	50,9±6,3	p<0,001
Час виконання ГСТ, с	300,0±10,1	137,0±24,8	181,1±27,8	178,1±25,7	p<0,002
ЧСС до ГСТ, с	53,2±5,3	81,2±5,3	81,0±2,3	80,5±1,4	p<0,002
Обсяг РП, ум.од.	816,60±81,38	925,62±37,82	887,81±40,05	863,88±39,95	
Відносна кількість помилок, ум.од.	8,30±1,80	15,55±2,71	9,67±1,91	7,65±1,19	p<0,05
Продуктивність, ум.од.	715,80±73,86	701,62±52,43	745,23±42,35	758,88±40,65	
Тестова вправа 1, ум.од.	0,97±0,01	0,59±0,02	0,62±0,03	0,82±0,02	p<0,001
Тестова вправа 2, ум.од.	0,87±0,01	0,35±0,07	0,58±0,053	0,68±0,03	p<0,001
Тестова вправа 3, ум.од.	0,20±0,02	6,17±0,29	3,03±0,16	1,00±0,26	p<0,001

* - вірогідна різниця між декількома показниками за результатами тесту Крускал-Уоллеса (p<0,05)

Таким чином було відзначено ту ж саму ступінь напруги функціонування серцево-судинної системи під час проведення тесту при різному фізичному навантаженні у професійних та непрофесійних фехтувальниць.

За результатами проведення 5-ти хвилинної коректурної проби середні показники обсягу РП студентів склали 885,65 ± 28,20 переглянутих знаків, що відповідає доброму рівню успішності роботи.

Загальна кількість помилок на 500 знаках при цьому була 11,73±1,60, що вказувало на незадовільне виконання завдання. Обсяг виконаної роботи та її продуктивність не мали істотної різниці у групах порівняння, а показник точності виконання коректурної проби був вірогідно гіршим у студенток, які не відвідували секційні заняття.

Усі варіанти тестових вправ були вірогідно вищими у професійних фехтувальників, але досить високі результати показували дівчата, що займалися у секції. Було виявлено, що студентки з ДГ2 та ДГ3 намагались усвідомити завдання та підготуватись до виконання кожного з уколів, щоб влучити, тому процент промахів у них був нижчий. Студентки з ДГ1, які займалися фехтуванням тільки на академічних заняттях намагались виконати якомога більше спроб, тому процент влучання у ціль був значно нижчий. Встановлено, що студенти які займаються фехтуванням в секції зробили не більше 1—3 помилок з 10 спроб в тестовій вправі на складну реакцію, тоді як у студенток з ДГ1 кількість помилок доходила до 8. За результатами експертних оцінок визначили, що це обумовлено нестатком рухового досвіду специфічних рухів фехтувальника, а не відсутністю розуміння завдання.

Аналіз кореляційних структур показав досить багато статистично значущих кореляцій між вивченими показниками (рис. 1).

Було встановлено взаємозв'язок між показниками фізичної та розумової працездатності з техніко-тактичними якостями студентів. Виконання стратегічного завдання було пов'язано з показниками розумової та фізичної працездатності, більш прості

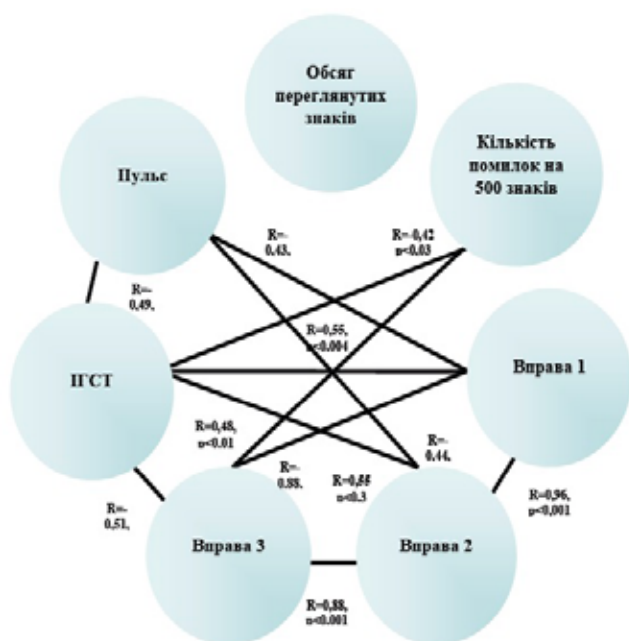


Рис. 1. Схема кореляційних зв'язків між показниками фізичної, розумової працездатності та техніко-тактичними якостями студентів-фехтувальників

Факторні внески, що визначають пристосування студентів до фехтувальних навантажень

Внесок фактора	Ознака та її характеристика	Коефіцієнт кореляції
I (55,5 %)	ІГСТ	0,75
	Кількість помилок на 500 знаків	-0,62
	Вправа 1	0,92
	Вправа 2	0,93
	Вправа 3	-0,92
II (17,9 %)	Пульс	0,63
	Обсяг переглянутих знаків	0,73

вправи були пов'язані тільки з ІГСТ, який опосередковано характеризує фізичну працездатність. При вивченні кореляційних структур груп порівняння отримано дані про відсутність взаємовпливу показників розумової та фізичної працездатності в ДГ1, але виявлено взаємозв'язок між цими показниками в КГ, ДГ2 та ДГ3 (по одному вірогідному кореляційному зв'язку). Тобто є можливість і має сенс об'єднати ознаки, що вивчаються в декілька факторів для більш зручного аналізу отриманих даних та вивчення структури досліджуваного явища пристосування студентів до фехтувальних навантажень (табл. 2.).

Було відокремлено дві групи факторів. Внесок 1-го фактора був найбільший, і включав усі фізичні складові дослідження. Цей фактор характеризував фізичну підготовленість студенток та враховував точність виконання коректурної проби, тобто поєднав увагу та фізичну підготовленість. Другий фактор мав менший внесок, але теж вірогідний. Він відокремив та поєднав показники швидкості переробки інформації студенток з вихідними значеннями пульсу.

Обговорення результатів дослідження. Отримані результати свідчать про низький рівень функціональних резервів багатьох студенток, які мали дуже низькі рівні як фізичної так і розумової працездатності. Це на нашу думку, обумовлено недостатньою увагою до фізичної культури, починаючи з дошкільних і шкільних навчальних закладів, цієї ж думки дотримуються й інші фахівці, які займаються цією проблемою [3, 4]. Але сьогодні у вищому навчальному закладі створюються всі передумови для подолання недоліків у фізичному вихованні, що може суттєво підвищити функціо-

нальні резерви студентів. За даними багатьох досліджень [5, 6, 7] встановлено прямий взаємозв'язок між фізичною активністю та показниками розумової працездатності й успішності навчання. Фізично активні студенти, як правило, мають більш високі оцінки, більшу відвідуваність занять та когнітивну продуктивність.

У роботі отримані данні про тісний взаємозв'язок між показниками працездатності студенток-фехтувальниць, а також зв'язки цих показників з рівнями їх техніко-тактичної підготовки. Студентки ДГ1 мали вірогідно нижчі показники фізичної працездатності, точності виконання коректурної проби та техніко-тактичних якостей відповідно. Група секційного фехтування мала дещо кращі показники фізичної працездатності, точності виконання коректурної проби та техніко-тактичних якостей. В залежності від тривалості занять фехтуванням у секції вірогідно більшими були тільки показники техніко-тактичних якостей. Група професійних фехтувальниць мала істотно вищі показники фізичної працездатності, а точність розумової роботи на рівні студенток секції.

Висновки. Наявність взаємовпливів між показниками працездатності та наявність кореляційних зв'язків з показниками техніко-тактичних якостей студентів, які займаються фехтуванням дозволили встановити інформативність окремих показників для якісного відбору студентів до секції фехтування. Індекс Гарвардського степ-тесту та стандартизована кількість помилок можуть бути прогностичними критеріями формування техніко-тактичних навичок у студентському фехтуванні. Проте, це потребує подальших довготривалих досліджень.

Літератури

References

1. Мусина С.В. Физическая и умственная работоспособность студентов и влияние на нее различных факторов / С.В. Мусина, Е.В. Егорычева, М.К. Татарников // Известия ВолгГТУ: межвуз. сб. науч. ст. № 5 (43) / ВолгГТУ. — Волгоград, 2008. — С. 148-150. Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/>

1. Musina S.V., Egorycheva E.V. & Tatarnikov M.K. (2008). Fizicheskaja i umstvennaja rabotosposobnost' studentov i vlijanie na nee razlichnyh faktorov. Izvestija VolgGTU: mezhvuz. sb. nauch. st. № 5 (43), 148-150. Rezhim dostupu: <http://cyberleninka.ru/article/n/>

- fizicheskaya-i-umstvennaya-rabotosposobnost-studentov-i-vliyanie-na-nee-razlichnyh-faktorov
2. Кривенцова І.В. Поурочна програма навчального курсу «Фехтування» / І.В. Кривенцова // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 2. — С. 19—28. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/64>
 3. Кривенцова І.В. Особливості методики викладання фехтування студентам педагогічного ВНЗ / І.В. Кривенцова, В.Г. Клименченко, І.І. Одокієнко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 11. — С. 14—18. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/751>
 4. Хімич І. Ю. Сутність та роль інноваційних технологій у фізичному вихованні студентів / І. Ю. Хімич // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): збірник наукових праць / МОН України, Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. — К.: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. — Вип. 3К (45) 14. — С. 469-473.
 5. Камаєв О. І. Сучасні вимоги і шляхи удосконалення процесу підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту / О. І. Камаєв, Г. М. Андрієнко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2003. — № 1. — С. 2-3. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/81>
 6. Галіздра А. А. Характеристика факторів, що впливають на здоров'я студентів вищих навчальних закладів / А. А. Галіздра // Теорія та методика фізичного виховання. — 2004. — № 3. — С. 41-43. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/138>
 7. Basch CE. Healthier Students Are Better Learners: A Missing Link in Efforts to Close the Achievement Gap. New York: New York. Columbia University; 2010. Режим доступу: http://www.equitycampaign.org/i/a/document/12557_EquityMattersVol6_Web03082010.pdf. Accessed February 26, 2014.
 8. Rogers Ed Advanced Fencing Techniques: Discussions with Bert Bracewell / Ed Rogers. — Publisher: Crowood, 2013. — Format: eBook. — Режим доступу: <http://www.crowood.com>
- fizicheskaya-i-umstvennaya-rabotosposobnost-studentov-i-vliyanie-na-nee-razlichnyh-faktorov
2. Kryventsova I.V. (2010). Pourochna prohrama navchal'noho kursu «Fekhtuvannya». *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (2), 19-28. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/64>
 3. Kryventsova I.V., Klymenchenko V.H. & Odokiyenko I.I. (2011). Osoblyvosti metodyky vykladannya fekhuvannya studentam pedahohichnoho VNZ. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (11), 14-18. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/751>
 4. Khimich I. Yu. (2014). Sutnist' ta rol' innovatsiynykh tekhnolohiy u fizychnomu vykhovanni studentiv. *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho univertsytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport): zbirnyk naukovykh prats'*, (45) 14, 469-473.
 5. Kamyayev O. I. & Andriyenko H. M. (2003). Suchasni vymohy i shlyakhy udoskonalennya protsesu pidhotovky fakhivtsiv iz fizychnoho vykhovannya ta sportu. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 2-3. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/81>
 6. Halizdra A. A. (2004). Kharakterystyka faktoriv, shcho vplyvayut' na zdorov'ya studentiv vyshchyykh navchal'nykh zakladiv. *Teoria ta metodika fizicnogo viovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 41-43. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/138>
 7. Basch CE. (2010). Healthier Students Are Better Learners: A Missing Link in Efforts to Close the Achievement Gap. New York: New York. Columbia University. Режим доступу: http://www.equitycampaign.org/i/a/document/12557_EquityMattersVol6_Web03082010.pdf. Accessed February 26, 2014.
 8. Rogers Ed (2013). Advanced Fencing Techniques: Discussions with Bert Bracewell. Publisher: Crowood, Format: eBook. Rezhym dostupu: <http://www.crowood.com>

ВЛИЯНИЕ УМСТВЕННОЙ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ФОРМИРОВАНИЕ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ФЕХТОВАНИИ

Кривенцова И.В., Пашкевич С.А., Чистяков С.А.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 5 с., 2 табл., 6 источников.

Цель исследования: выявление связей между показателями физической и умственной

работоспособности и формированием технико-тактических качеств фехтовальщиков, определение

значимых критериев и тестов для отбора студентов в секции фехтования оздоровительной и спортивной направленности.

Методи: изучение и анализ литературы; педагогические наблюдения; физиологические методы (физическая работоспособность по Гарвардскому степ-тесту с расчетом ИГСТ, умственная работоспособность по корректурным таблицам, специальные упражнения для оценки технико-тактических качеств фехтовальщика), статистические методы. Студенты контрольной группы (9 фехтовальщиц) имели 5 тренировок в неделю, студенты ИГ1 (13 студенток) занимались физическим воспитанием по 2 часа в неделю в соответствии с учебной программой, ИГ2 и ИГ3 тренировались в секции фехтования 4 часа в неделю (8 и 10 студенток со-

ответственно). Стаж занятий фехтованием составлял 4 месяца для ИГ2 и 1 год и 4 месяца для ИГ3.

Результаты. Взаимосвязь между показателями работоспособности и наличие корреляционных связей с показателями технико-тактических качеств студентов-фехтовальщиков позволили установить информативность отдельных показателей для качественного отбора студентов в секцию фехтования. Индекс Гарвардского степ-теста и стандартизированное количество ошибок корректурной пробы могут быть прогностическими критериями формирования технико-тактических навыков в студенческом фехтовании.

Ключевые слова: физическая работоспособность, умственная работоспособность, студенты, отбор в фехтовании.

THE INTERLINKS BETWEEN MENTAL, PHYSICAL CAPACITY OF STUDENTS, AND THEIR TECHNICAL AND TACTICAL QUALITIES IN FENCING

Kriventsova I. V., Pashkevich S. A., Chistyakov S. A.
G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 5 p., 2 tables., 6 sources

Objective: to identify interlinks between physical and mental capacity measures and the formation of technical and tactical qualities of the fencers; to define relevant criteria and tests for the choice of students in the fencing sections.

Methods: study and analysis of the literature; pedagogical supervision; physiological methods (physical capacity by the Harvard step test with the calculation IGST, mental capacity by the proofreading tables, special exercises for evaluation of technical and tactical fencers qualities), statistical methods. Students of the control group (9 fencers), had 5 workouts in a week, students DG1 (13 students) were engaged in physical training one time in a week by the university program. Groups DG2 and DG3 had sectional fencing

workouts four hours in a week (8 and 10 students, respectively). Training time the fencing was 4 months for DG2 and a one year and 4 months for DG3.

Results. There is interrelation between physical and mental capacity measures and there is correlation with indicators of technical and tactical qualities of the students, who engaged fencing. It can select indicators for choice of students in fencing section. Index of the Harvard step test and quantity of mistakes in the proofreading tables could be as prognostic criteria of the formation of technical and tactical qualities in the students fencing.

Keywords: physical capacity, mental capacity, students, choice in fencing.

Інформація про авторів:

Кривенцова Ірина Володимирівна: kriventsova.ira@ukr.net, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Пашкевич Святослава Адамівна: sjavka@yandex.ru, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Чистяков Сергій Андрійович: chistykov1994@mail.ru, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Кривенцова І.В. Вплив рівнів розумової та фізичної працездатності студентів на формування техніко-тактичних якостей у фехтуванні / Кривенцова І.В., Пашкевич С.А., Чистяков С.А. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 34—39. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1132

Стаття надійшла до редакції: 25.02.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.

СТАН ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ З НАВЧАННЯ ПЛАВАННЮ В ДИТЯЧИХ ОЗДОРОВЧИХ ТАБОРАХ

Клімакова С.М.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1133

Анотація. У статті розглянуто стан професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання на основі порівняння основних документів, що формують професійну компетентність інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах. Автором проаналізована та порівняна відповідність освітньо-кваліфікаційного стандарту спеціальності фізичне виховання вимогам посадових обов'язків інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах, а також порівняна відповідність робочих програм з курсу плавання студентів факультету фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди освітньо-кваліфікаційному стандарту спеціальності фізичне виховання та вимогам посадових обов'язків інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Ключові слова: професійна підготовка, посадова інструкція, освітньо-кваліфікаційний стандарт, освітньо-кваліфікаційна характеристика, робоча програма, інструктор з плавання, дитячі оздоровчі табори.

Постановка проблеми. В останні десятиріччя перед вищою педагогічною школою України стоїть завдання переходу до формування професіоналів, які б могли у своїй майбутній професійній діяльності поєднувати глибокі фундаментальні теоретичні знання і практичну підготовку з постійно зростаючими вимогами інформаційного суспільства. Основні положення щодо національної освіти і ролі педагогічних кадрів знайшли відображення у законах України «Про освіту»(1996, 2014), «Про вищу освіту»(2001), Державній національній програмі «Освіта» (Україна ХХІ століття)(2002), Національній доктрині розвитку освіти в Україні (2006), Державній програмі «Вчитель»(2013), Концепції педагогічної освіти (2013) [10].

У системі фізкультурної освіти, за думкою Крутової Г.Ю. (2012), виняткового значення набуває професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту, яка характеризує технологічно обґрунтовані заходи вищих навчальних закладів країни надати особистості майбутнього фахівця фізичного виховання та спорту такого рівня професіоналізму, завдяки якому він стане конкурентоспроможним на ринках праці, буде самостійно організовувати фізичне виховання різних верств населення й успішно працювати в усіх ланках спортивного і фізкультурного руху [4].

Як визначає Сущенко Л.П. «Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури — це процес, який відображає науково й методично обґрунтовані заходи ВНЗ, спрямовані на формування

терміну навчання рівня професійної компетентності особистості, достатньої для організації фізичного виховання різних верств населення регіону й успішної праці в усіх ланках фізкультурного руху з урахуванням вимог ринку праці» [12, 14, 15].

Відбувається зміна соціального замовлення щодо професійної підготовки вчителів, що зумовлена необхідністю привести зміст підготовки педагогів у відповідність до соціальної функції та мети освіти [10].

Вимоги до професійної підготовки майбутніх вчителів фізичної культури з навчання плаванню в оздоровчих таборах відпочинку породжують проблему якості підготовки фахівців нової генерації, які володіють сучасними технологіями навчання плаванню і не тільки розуміють сутність проблем на основі отриманих знань, а й можуть ефективно вирішувати їх практично.

Для цього необхідно оновити зміст, форми і методи професійної підготовки, контролю її якості для майбутніх фахівців фізичного виховання.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У педагогічній діяльності розроблені вимоги до кваліфікаційної підготовки учителя фізичної культури. Вони складаються з 5-ти розділів: науково-теоретичної підготовки; методичної підготовки; організаторської підготовки; підготовки по матеріально-технічному оснащенню занять; підготовки по страхувці і виконанню правил безпеки у процесі занять фізичними вправами. В кожному розділі дається перелік необхідних знань, умінь, навичок, які мають першочергове значення для професійної діяльності учителя фізичної культури [13, с 14].

Вимоги до професійної компетентності кадрів з фізичного виховання дітей в Україні досліджено й узагальнено такими науковцями, як Н.Ф. Денисенко, А.В. Сущенко, Б.М. Шиян. У педагогічній науці уявлення про професійно-педагогічну придатність до роботи учителя фізичної культури різні автори трактують неоднозначно. Наприклад, Р.І. Хмелюк вважає, що основними чинниками придатності до педагогічної діяльності є професійний інтерес, потреба в даній діяльності, наявність знань, умінь і навичок для оволодіння професією, індивідуально-психологічні якості і деякі властивості нервової системи. С.О. Голованов визначає даний феномен як «відповідність особистих і функціональних якостей та здібностей вимогам професії при вираженій професійній спрямованості».

У своїй діяльності учитель фізичної культури повинен опиратися не тільки на знання, за думкою Шкретія Ю.М., але і на певні професійно-педагогічні уміння і навички. До них можна віднести рухові і власно-педагогічні навички і уміння. До перших відносяться володіння технікою фізичних вправ (як мінімум, шкільної програми), уміння виготовити найпростіший спортивний інвентар і устаткування. До власно-педагогічних, як найбільш важливих — уміння навчати школярів руховим діям, планувати фізичне виховання, організовувати фізкультурну роботу [13, с. 15].

Розробкою та експериментальним обґрунтуванням системи комплексної теоретико-практичної підготовки студентів до здійснення фізкультурно-оздоровчої роботи у процесі вивчення курсу «Плавання» займався Я.М. Ніфака.

При цьому, професійна підготовка інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах, щодо навчання плаванню дітей, не досліджена в жодній роботі.

Сучасні вимоги до професійної підготовки фахівців базуються на основі посадових обов'язків інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах, а також на основі освітньо-кваліфікаційного стандарту спеціальності фізичне виховання.

Відповідно до цих двох документів і повинна будуватися професійна підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до роботи інструктором з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Матеріали і методи.

Метою даної статті є з'ясування стану професійної підготовки майбутніх вчителів фізичного виховання на основі порівняння основних документів, що формують професійну компетентність інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Завдання роботи полягають в тому, щоб:

- розглянути і порівняти відповідність освітньо-кваліфікаційного стандарту спеціальності фізичне виховання вимогам посадових обов'язків інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах;

- розглянути і порівняти відповідність робочих програм з курсу плавання студентів факультету фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди освітньо-кваліфікаційному стандарту спеціальності фізичне виховання та вимогам посадових обов'язків інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Результати дослідження. В посадовій інструкції, щодо роботи інструктора з плавання в оздоровчих таборах відпочинку, відзначено, що на цю посаду повинен займати спеціаліст в області плавання який має педагогічну освіту.

Основні обов'язки інструктора з плавання вимагають від нього володіти такими вміннями:

- вміння планувати — інструктор планує масове купання дітей, навчальні заняття, секційні заняття, спортивно-масові заходи (змагання, свята на воді, розваги на воді);
- організаційні вміння — інструктор організовує місця для проведення масових купань та навчальних занять; масове купання, навчання дітей плаванню використовуючи різноманітні прийоми, методи та засоби навчання; роботу секцій зі спортивного плавання, прикладного плавання, аква-аеробіки та інші; організовує спортивно-масові заходи, що пов'язані з водою; приймає участь в організації ранкової гімнастики, загартовуючих процедур та походів;
- забезпечення безпеки — проводить інструктажі з техніки безпеки; під час навчальних занять, масових купань, походів, ранкової гімнастики, секційних занять та спортивно-масових заходів дотримується техніки безпеки на воді, правил охорони праці, санітарних та протипожежних правил; застосовує міри по наданню першої медичної допомоги потерпілим на воді;
- забезпечення зміцнення здоров'я дітей — використовуючи заходи, що сприяють їх психофізичному розвитку;
- забезпечення розвитку фізичних якостей дітей в процесі навчання плаванню;
- ведення документації — перспективні, календарні плани, плани конспекти навчальних занять, секційних занять, протоколи змагань, звітну документацію [11].

Визначимо якими виробничими функціями, типовими задачами діяльності та вміннями, повинен володіти випускник вищого навчального закладу для навчання дітей в дитячих оздоровчих таборах за освітньо-кваліфікаційною характеристикою (табл. 1). (Виборка відповідних функцій, задач діяльності та умінь з ОКХ, що приблизно відповідають посадовій інструкції інструктора з плавання) [1].

Зміст підготовки студентів до навчання плаванню дітей в дитячих оздоровчих таборах згідно освітньо-кваліфікаційній характеристикі.

Назва виробничої функції	Назва типової задачі діяльності	Зміст умінь
1	2	3
Навчальна (когнітивна)	Формування системи знань про фізичну культуру в процесі фізичного виховання	Формувати мотивацію до навчальної діяльності використовуючи різноманітні засоби і методи фізичного виховання, при проведенні різних форм занять з фізичного виховання; конкретизувати тематику і зміст різних форм занять фізичними вправами, відповідно до освітніх завдань і вікових особливостей учнів; забезпечити викладення теоретичного матеріалу, враховуючи його обсяг і складність, використовуючи різні методи слова; використовувати різні методи наочного сприйняття, в залежності від завдань заняття; ефективно застосовувати дидактичні принципи; забезпечити органічне поєднання теоретичного матеріалу з практичним в рамках окремого заняття; використовувати різноманітні методичні прийоми, що активізують пізнавальну діяльність учнів на занятті; реалізовувати міжпредметні зв'язки; використовувати сучасні методики і технології оцінювання знань під час проведення різних форм занять з фізичного виховання, а також підсумкового оцінювання, керуючись програмовими і нормативними документами, що стосуються організації та проведення навчально-виховного процесу, та процесу фізичного виховання.
	Навчання руховій дії в процесі заняття фізичними вправами	Забезпечувати необхідні передумови для ефективного навчання руховій дії; визначити порядок побудови процесу навчання конкретній руховій дії. розподілити процес навчання руховій дії на етапи і у відповідності до них визначити завдання навчання; добирати і застосовувати ефективні методи навчання руховій дії у відповідності до етапу навчання; з врахуванням етапу навчання добирати основні і допоміжні засоби навчання руховій дії; використовувати різні способи регулювання навантаження в процесі навчання руховій дії; попереджувати помилки в процесі навчання руховій дії, виявляти помилки в процесі виконання її, визначати причини появи помилок та виправляти їх; застосовувати технічні засоби в процесі навчання руховій дії; спостерігаючи за виконанням рухової дії, аналізувати основні кінематичні та динамічні характеристики; оцінювати ступінь володіння руховою дією.
Організаційна	Організація процесу фізичного виховання школярів	Будувати процес фізичного виховання у відповідності з вимогами законодавства в галузі освіти, фізичної культури і спорту, програмовими та нормативними основами освіти, фізичного виховання і спорту; ефективно використовувати загальні та методичні принципи побудови процесу фізичного виховання при його організації; досконало володіти різноманітними формами занять з фізичного виховання і використовувати їх в процесі фізичного виховання школярів; створити свою індивідуальну систему фізичного виховання.
	Організація фізичного виховання в режимі навчального дня школи	Обґрунтувати необхідність позаурочних занять, класифікувати їх і визначити зміст кожного з них; організувати проведення гімнастики до навчальних занять; розробити комплекс гімнастики до занять для учнів різних вікових груп; здійснювати організаційно-методичне забезпечення годин здоров'я під час подовженої перерви;

	Організація позакласних занять фізичними вправами школярів	Організовувати заняття секцій з різних видів спорту, груп загальної фізичної підготовки; організовувати змагання (класифікаційні, неklasифікаційні, за шкільною програмою “Веселі старты”); організовувати фізкультурно-оздоровчі та фізкультурно-спортивні заходи (дні здоров’я, турпоходи, фізкультурно-художні свята, спортивно-художні вечори, конкурси); організовувати фізичне виховання школярів в літніх таборах відпочинку.
	Організація власної діяльності і поведінки під час безпосередньої взаємодії з учнями на уроках і позаурочних заняттях	Ефективно використати час заняття, а також визначити час на розв’язання кожного із завдань заняття; використовуючи різні способи педагогічного впливу, в залежності від віку та індивідуальних особливостей учнів підтримувати дисципліну під час заняття; використовувати різні способи регулювання навантаження на занятті і визначити реакцію організму учнів на нього; вірно обирати своє місцезнаходження в спортивному залі, на майданчику, плавальному басейні під час проведення заняття; швидко приймати рішення в нестандартних ситуаціях, що виникають при проведенні заняття; контролювати власну діяльність і керувати своїми емоціями при взаємодії і спілкуванні з учнями різного віку.
	Матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання	Створювати матеріально-технічну базу для забезпечення процесу фізичного виховання з врахуванням можливості використання її в заняттях з різними віковими групами школярів; вміти використовувати стандартне і нестандартне обладнання, тренажерні пристрої, технічні засоби навчання, прилади термінової інформації при проведенні занять фізичними вправами.
	Забезпечення дотримання правил техніки безпеки під час занять фізичними вправами	Враховуючи вікові особливості контингенту, з яким проводяться заняття, закономірності формування знань, умінь і навичок, використовуючи різні методи слова, наочного сприйняття, практичного вправлення, формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки; визначити справність спортивного інвентаря та приладдя, що застосовуються в занятті; володіти навичками страхування і застосовувати їх під час виконання фізичних вправ особами, що займаються; забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць і умов проведення занять; надавати першу медичну допомогу при різних видах травм.
Розвивальна	Вдосконалення фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) в процесі фізичного виховання	Добрати найефективніші засоби і адекватні методи розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) під час занять плаванням; навчати руховій дії паралельно з набуттям, уточненням і закріпленням знань та вдосконаленням фізичних якостей.
	Збереження і зміцнення здоров’я дітей в процесі фізичного виховання	Ставити і реалізувати педагогічні завдання, що полягають у розв’язанні оздоровчих завдань, при проведенні різних форм занять фізичними вправами з різними віковими групами школярів; формувати навички дотримуватись здорового способу життя; зміцнювати здоров’я на основі використання сучасних методик вдосконалення фізичних якостей людини; організовувати спеціальні процедури загартовуючого і оздоровчо-відновного характеру; використовувати гігієнічні фактори при проведенні різних форм занять фізичними вправами.

З навчальної функції освітньо-кваліфікаційної характеристики нами були вибрані дві типові задачі діяльності, що відповідають вимогам посадової інструкції інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах. Задача формування системи знань про фізичну культуру в процесі фізичного

виховання передбачає формування мотивації до навчальної діяльності та конкретизацію тематики і змісту різних форм занять фізичними вправами, відповідно до освітніх завдань і вікових особливостей учнів. У навчанні руховій дії в процесі заняття фізичними вправами не розрізняються вміння для

Система блоків змістовних модулів

Шифр блоку змістовних модулів	Назва блоку змістовних модулів	Назви змістовних модулів, що входять до даного блоку	Мін. к-сть навчальних годин вивчення блоку
ПП.064	Вступ до предмету «Теорія і методика викладання плавання»	1. Введення в предмет. 2. Історія розвитку плавання.	6
ПП.065	Техніка спортивного плавання.	1. Основи техніки плавання. 2. Техніка спортивних способів плавання, виконання стартів і поворотів. 3. Вдосконалення техніки спортивних способів плавання.	42
ПП.066	Загальні поняття про фізичну підготовку плавців.	1. Загальнорозвиваючі та спеціальні вправи на суші. 2. Вдосконалення розвитку сили плавця. 3. Вдосконалення розвитку швидкості плавця. 4. Вдосконалення розвитку витривалості плавця. 5. Вдосконалення розвитку гнучкості плавця.	36
ПП.067	Методика навчання плаванню.	1. Принципи та правила навчання плаванню. 2. Методи і засоби навчання плаванню. 3. Організація та планування занять з плавання в загальноосвітніх школах. 4. Педагогічний контроль при проведенні занять з плавання. 5. Обладнання і інвентар місць для занять з плавання. 6. Ігри і розваги на воді.	54
ПП.068	Організація і проведення змагань з плавання.	1. Організація і проведення змагань з плавання.	6
ПП.069	Прикладне плавання.	1. Техніка прикладних способів плавання. 2. Техніка пірнання. 3. Рятування потопуючих.	14
ПП.070	Науково-дослідна робота студентів.	1. Науково-дослідна робота студентів.	4

загальноосвітніх закладів і дитячих оздоровчих таборів.

До організаційної функції (оскільки вона є основною в роботі інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах) ми обрали такі типові задачі: організація процесу фізичного виховання школярів; організація фізичного виховання в режимі навчального дня школи; організація позакласних занять фізичними вправами школярів; організація власної діяльності і поведінки під час безпосередньої взаємодії з учнями на уроках і позаурочних заняттях; матеріально-технічне забезпечення процесу фізичного виховання; забезпечення дотримання правил техніки безпеки під час занять фізичними вправами в яких передбачається тільки одне вміння, що відповідає роботі інструктора з плавання в

дитячих оздоровчих таборах — організувати фізичне виховання школярів в літніх таборах відпочинку. Також передбачається розвиток таких умінь як — формувати знання про техніку безпеки і навички безпечної поведінки; забезпечити виконання гігієнічних вимог до місць і умов проведення занять; надавати першу медичну допомогу при різних видах травм. Але не враховується щоденна інтенсивна та різноманітна робота з організації масового купання дітей, з організації проведення культурно-масових заходів з плавання в режимі дня дитячого оздоровчого закладу.

У розвивальну функцію ми відібрали дві типові задачі діяльності, що відповідають вимогам посадової інструкції інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах. Відповідно до вдосконалення

Таблиця 3

Семестр	Знання	Уміння
I	Техніка безпеки на заняттях з плавання. Основи техніки плавання. Техніка та методика навчання плавання кролем на грудях і кролем на спині.	Деталізувати і поглиблювати знання з основ техніки плавання. Володіти базовими навичками плавання. Володіти технікою плавання кролем на грудях і кролем на спині. Аналізувати техніку способів плавання кроль на грудях і кроль на спині
II табірний збір	Техніка безпеки на відкритих водоймах. Організація роботи з плавання в дитячих оздоровчих таборах. Плавання в ускладнених умовах. Прикладні способи плавання та способи відпочинку на воді.	Деталізувати і поглиблювати знання з організації роботи в дитячих оздоровчих таборах. Володіти технікою прикладних способів плавання та способами відпочинку на воді. Провести комплекси спеціальних підготовчих вправ на суші та вправ на засвоєння з водою.
III	Техніка і методика навчання спортивних способів плавання. Техніка та методика навчання стартів і поворотів. Засоби і методи навчання плаванню. Основи теорії і методики викладання плавання.	Деталізувати і поглиблювати знання з основ техніки та методики плавання. Володіти технікою спортивних способів плавання, стартів, поворотів. Аналізувати техніку спортивних способів плавання, стартів, поворотів. Вірно застосовувати методику навчання способам плавання, стартам, поворотам.
IV табірний збір	Загальні та методичні принципи побудови процесу навчання плаванню при його організації. Володіти різноманітними формами занять з плавання і використовувати їх в процесі навчання дітей.	Деталізувати і поглиблювати знання із загальних та методичних принципів побудови процесу навчання плаванню. Вміти скласти документи планування — робочу програму, поурочний план-графік, конспект уроку. Провести урок з плавання.
V	Різнманітними формами занять з плавання і їх використання в процесі навчання дітей. Дії рятувальника при наданні допомоги потерпілим на воді. Способи надання першої допомоги потерпілим на воді. Техніка і методика пірнання в довжину та глибину.	Деталізувати і поглиблювати знання про використання різних форм занять з плавання в процесі навчання. Володіти діями рятувальника для надання допомоги потерпілим на воді. Володіти способами надання першої допомоги потерпілим на воді. Володіти технікою пірнання в довжину та глибину.

фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості, спритності) в процесі фізичного виховання в дитячих оздоровчих таборах навчання руховим діям відбувається паралельно з набуттям знань та вдосконаленням фізичних якостей. Що стосується збереження і зміцнення здоров'я дітей в процесі фізичного виховання лише одне вміння повністю відповідає вимогам посадової інструкції — організувати спеціальні процедури загартовуючого і оздоровчо-відновного характеру.

Згідно освітньо-кваліфікаційної характеристики спеціальності «фізичне виховання», а також згідно обов'язків інструктора з плавання в оздоровчих таборах, студенти факультету фізичного виховання в якості результатів професійної підготовки до навчання плаванню в оздоровчих таборах повинні мати наступні професійно сформовані функції — навчальну (когнітивну), організаційну і розвивальну. У порівнянні з вимогами інструкції дитячих оздоровчих таборів, освітньо-кваліфікаційна характеристика робить акцент на організацію та навчання плаванню в загально-навчальних закла-

дах, а інструкція вимагає і навчання плаванню в дитячих оздоровчих таборах. Що демонструє повне протиріччя між освітньо-кваліфікаційною характеристикою, інструкцією дитячих оздоровчих таборів. Дитячі оздоровчі табори і загально-навчальні заклади мають особливості в навчанні плаванню дітей. Якщо загально-навчальний заклад це постійний первинний колектив дітей з одним віком, приблизно однаково сформованими у дітей вміннями плавати, то дитячий оздоровчий табір — це різні діти (за підготовкою, віком, тощо) з різним рівнем сформованості умінь плавати. Тому проблема навчання дітей в дитячих оздоровчих таборах є більш складною і обмеженою у часі (термін — зміна), а ніж уроки протягом року у загально-навчальних закладах. Усе це вимагає окремої професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до навчання плаванню дітей в дитячих оздоровчих таборах.

Таким чином освітньо-кваліфікаційна характеристика недостатньо спрямована на навчання плаванню дітей в дитячих оздоровчих таборах.

Розглянемо систему змістовних модулів, що рекомендує освітньо-кваліфікаційна характеристика, для навчання студентів предмету «Теорія і методика викладання плавання» [2].

Розглянемо галузевий стандарт вищої освіти ОКХ бакалавр за спеціальністю педагогіка і методика середньої освіти «Фізична культура». Змістовні модулі, що рекомендує освітньо-кваліфікаційна характеристика, для навчання студентів предмету «Теорія і методика викладання плавання», розглядають уміння та навички, які необхідні студентам для роботи в загальноосвітніх закладах і не мають жодного модуля для розгляду організації роботи з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Ми також порівняли знання і вміння якими повинні володіти студенти згідно робочим програмам ХНПУ імені Г.С. Сковороди з посадовою інструкцією інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах [5,6,7,8,9].

Для навчання плаванню дітей в загальноосвітніх закладах студенти факультету фізичного виховання оволодівають знаннями і уміннями (таблиця 3), згідно робочих програм навчальної дисципліни ПП 078 з теорії і методики викладання плавання студентів факультету фізичного виховання ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. Виборка відповідних знань та умінь з робочих програм показує, що вони приблизно відповідають посадовій інструкції інструктора з плавання.

У ХНПУ ім. Г.С. Сковороди студенти факультету фізичного виховання на відміну від студентів інших ВУЗів України проходять табірні збори на відкритій місцевості на I та II курсах. На цих зборах студенти мають можливість ознайомитися з роботою на відкритих водоймах і тому в робочу програму з предмету плавання було введено змістовний модуль з організації роботи з плавання в дитячих

оздоровчих таборах, не дивлячись на те, що у системі змістовних модулів ОКХ такого модулю немає.

Вміння «Деталізувати і поглиблювати знання з організації роботи в дитячих оздоровчих таборах», і знання з «Організації роботи з плавання в дитячих оздоровчих таборах» безпосередньо відносяться до навичок роботи в дитячих оздоровчих таборах, але цього недостатньо для забезпечення вимог посадової інструкції інструктора з плавання.

Висновки

Таким чином, розглянувши основні документи на базі яких формується професійна підготовка до роботи в дитячих оздоровчих таборах, ми з'ясували, що майбутні вчителі фізичної культури недостатньо підготовлені, враховуючи особливості навчання плаванню в дитячих оздоровчих таборах. Освітньо-кваліфікаційна характеристика, за якою розробляються навчальні програми недостатньо спрямована на навчання плаванню дітей в дитячих оздоровчих таборах. Робочі програми курсу плавання факультету фізичного виховання також не в повній мірі відповідають вимогам посадової інструкції інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Тому ми вважаємо, що для формування професійної компетентності інструктора з плавання в дитячих оздоровчих таборах необхідно зайнятися розробкою: вмінь, знань необхідних для навчання дітей плаванню в дитячих оздоровчих таборах, які вдосконалять освітньо-кваліфікаційну характеристику; та розробкою критеріїв оцінювання навчання плаванню в дитячих оздоровчих таборах, показників і рівнів їх сформованості.

Література

1. Державний освітньо-кваліфікаційний стандарт спеціальності фізичне виховання. Додаток А. Виробничі функції, типові задачі діяльності та вміння, якими повинен володіти випускник вищого навчального закладу.
2. Державний освітньо-кваліфікаційний стандарт спеціальності фізичне виховання. Додаток В. Система блоків змістовних модулів.
3. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики/ Під заг. ред. О.В.Овчарук. — К.: «К.І.С.», 2004. — 112 с.
4. Крутова Г.Ю. Педагогічні умови професійної підготовки вчителя фізичної культури // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Випуск 81. — 2013.

References

1. Derzhavnyy osvitho-kvalifikatsiynny standart spetsial'nosti fizychnye vykhovannya. Dodatok A. Vyrobnychi funktsiyi, typovi zadachi diyal'nosti ta vminnya, yakymy povynen volodity vypusnyk vyshchoho navchal'noho zakladu.
2. Derzhavnyy osvitho-kvalifikatsiynny standart spetsial'nosti fizychnye vykhovannya. Dodatok V. Systema bloktiv zmistovnykh moduliv.
3. Ovcharuk O.V. (2004). Kompetentnisnyy pidkhid u suchasniy osviti: svitovyy dosvid ta ukrayins'ki perspektyvy: Biblioteka z osvithoi polityky. K.: «K.I.S.», 112.
4. Krutova H.Yu. (2014). Pedahohichni umovy profesiyanoi pidgotovky vchytelya fizychnoyi kul'tury Chernihiv's'kyu natsional'nyy pedahohichnyy universytet imeni T. H.

5. Ляшенко А.М., Клімакова С.М. Програма з теорії і методики викладання плавання I курс, за вимогами кредитно-модульної системи. /Навчальні розробки для студентів I курсу факультету фізичної культури/ - Харків: ХНПУ, 2012. — 17 с.
6. Ляшенко А.М., Клімакова С.М. Програма з теорії і методики викладання плавання I курс (табірний збір), за вимогами кредитно-модульної системи. Навчальні розробки для студентів I курсу факультету фізичної культури. — Харків: ХНПУ, 2012. — 14 с.
7. Ляшенко А.М., Делова І.О. Програма з теорії і методики викладання плавання II курс, за вимогами кредитно-модульної системи. Навчальні розробки для студентів I курсу факультету фізичної культури. — Харків: ХНПУ, 2012. — 16 с.
8. Ляшенко А.М., Делова І.О. Програма з теорії і методики викладання плавання II курс (табірний збір), за вимогами кредитно-модульної системи. Навчальні розробки для студентів I курсу факультету фізичної культури. — Харків: ХНПУ, 2012. — 15 с.
9. Ляшенко А.М. Програма з теорії і методики викладання плавання III курс, за вимогами кредитно-модульної системи. Навчальні розробки для студентів I курсу факультету фізичної культури. — Харків: ХНПУ, 2012. — 18 с.
10. Осадчий В. В. Сучасні вимоги до професійної підготовки майбутніх учителів (Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького) <http://vuzlib.com/content/view/354/84> дата відвідування 4.12.2014.
11. Посадова інструкція інструктора з плавання в оздоровчих таборах. [електронний ресурс] http://studopedia.ru/3_49717_obyazannosti-personaladetskogo-ozdorovitel'nogo-lagerya-po-organizatsii-fizkulturno-ozdorovitel'noy-raboti-s-detmi.html (дата звернення: 15.10.2014)
12. Сущенко Л.П. Теоретико-методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис... на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук. спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти» / Л.П.Сущенко. — К., 2003. — 45 с.
13. Шкрібтій Ю.М. Про врегулювання системи фізичної культури і спорту в Україні // Реалізація здорового способу життя — сучасні підходи / За ред. М.Лук'яненка, Ю.Шкрібтія, Е.Боляха, А.Матвеева. — Дрогобич: КОЛО, 2005. — С. 13-26.
14. Камаєв О. І. Сучасні вимоги і шляхи удосконалення процесу підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту / О. І. Камаєв, Г. М. Андрієнко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2003. — № 1. — С. 2—3. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/81>
15. Галіздра А. А. Характеристика факторів, що впливають на здоров'я студентів вищих навчальних закладів / А. А. Галіздра // Теорія та методика фізичного виховання. — 2004. — № 3. — С. 41—43. — Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/138>
- Shevchenka visnyk chernihiv's'koho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Vypusk 81.
5. Lyashenko A.M. & Klimakova S.M. (2012). Prohrama z teoriyi i metodyky vykladannya Plavannya I kurs, za vymohamy kredytno-modul'noyi systemy. Navchal'ni rozrobky dlya studentiv I kursu fakul'tetu fizychnoy kul'tury. Kharkiv: KhNPU, 17.
6. Lyashenko A.M. & Klimakova S.M. (2012). Prohrama z teoriyi i metodyky vykladannya Plavannya I kurs (tabirnyy zbir), za vymohamy kredytno-modul'noyi systemy. Navchal'ni rozrobky dlya studentiv I kursu fakul'tetu fizychnoy kul'tury. Kharkiv: KhNPU, 14.
7. Lyashenko A.M. & Dyelova I.O. (2012). Prohrama z teoriyi i metodyky vykladannya Plavannya II kurs, za vymohamy kredytno-modul'noyi systemy. Navchal'ni rozrobky dlya studentiv I kursu fakul'tetu fizychnoy kul'tury. Kharkiv: KhNPU, 16.
8. Lyashenko A.M. & Dyelova I.O. (2012). Prohrama z teoriyi i metodyky vykladannya Plavannya II kurs (tabirnyy zbir), za vymohamy kredytno-modul'noyi systemy. Navchal'ni rozrobky dlya studentiv I kursu fakul'tetu fizychnoy kul'tury. Kharkiv: KhNPU, 15.
9. Lyashenko A.M. (2012). Prohrama z teoriyi i metodyky vykladannya Plavannya III kurs, za vymohamy kredytno-modul'noyi systemy. Navchal'ni rozrobky dlya studentiv I kursu fakul'tetu fizychnoy kul'tury. Kharkiv: KhNPU, 18.
10. Osadchyy V. V. (2014). Suchasni vymohy do profesiynoyi pidhotovky maybutnikh uchyteliv (Melitopol's'kyy derzhavnyy pedahohichnyy universytet imeni Bohdana Khmel'nyts'koho) <http://vuzlib.com/content/view/354/84> data vidviduvannya 4.12.2014.
11. Posadova instruktziya instruktora z plavannya v ozdorovchikh taborakh. [elektronnyy resurs] http://studopedia.ru/3_49717_obyazannosti-personaladetskogo-ozdorovitel'nogo-lagerya-po-organizatsii-fizkulturno-ozdorovitel'noy-raboti-s-detmi.html (data zvernennya: 15.10.2014)
12. Sushchenko L.P. (2003). Teoretyko-metodychni zasady profesiynoyi pidhotovky maybutnikh fakhivtsiv fizychnoho vykhovannya ta sportu u vyshchikh navchal'nykh zakladakh: avtoref. dys... na zdobuttya nauk. stupenya doktora ped. nauk. spets. 13.00.04 «Teoriya i metodyka profesiynoyi osvity». K., 2003, 45.
13. Shkrebtiy Yu.M. (2005). Pro vrehulyuvannya systemy fizychnoy kul'tury i sportu v Ukrayini. Realizatsiya zdorovoho sposobu zhyttya — suchasni pidkhody. Drohobych: KOLO, 13-26.
14. Kamayev O. I. & Andriyenko H. M. (2003). Suchasni vymohy i shlyakhy udoskonalennya protsesu pidhotovky fakhivtsiv iz fizychnoho vykhovannya ta sportu. *Teoriya ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 2-3. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/81>
15. Halizdra A. A. (2004). Kharakterystyka faktoriv, shcho vplyvayut' na zdorov'ya studentiv vyshchikh navchal'nykh zakladiv. *Teoriya ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 41-43. Rezhym dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/138>

СОСТОЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ПО ОБУЧЕНИЮ ПЛАВАНИЮ В ДЕТСКИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ ЛАГЕРЯХ

Климакова С.М.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 8 с., 3 табл., 15 источников.

В статье рассмотрено состояние профессиональной подготовки будущих учителей физического воспитания на основе сравнения основных документов, формирующих профессиональную компетентность инструктора по плаванию в детских оздоровительных лагерях. Автор проанализировано и сравнено соответствие образовательно-квалификационного стандарта специальности физическое воспитание требованиям должностных обязанностей инструктора по плаванию в детских оздоровительных лагерях, а также соответствие рабочих программ по курсу

плавание студентов факультета физического воспитания ХНПУ Сковороды образовательно-квалификационному стандарту специальности физическое воспитание и требованиям должностных обязанностей инструктора по плаванию в детских оздоровительных лагерях.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, должностная инструкция, образовательно-квалификационный стандарт, образовательно-квалификационная характеристика, рабочая программа, инструктор по плаванию, детские оздоровительные лагеря.

STATE OF TRAINING FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION TO TEACH SWIMMING TO CHILDREN'S CAMPS

Klimakova S.M.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 8 p., 3 tables., 15 sources

The article reviewed the status of professional preparation of future teachers of physical education on the basis of a comparison of key documents that form the professional competence of the instructor in swimming in the children's health camps. The author analyzed and compared compliance with educational qualification standard, specializing in physical education requirements duties swimming instructor in children's camps, as well as compliance with work programs at the rate of swimming

of students of the Faculty of Physical Education HNPU Skovoroda educational and qualification standards specializing in physical education and the requirements of the instructor duties at swimming in the children's health camps.

Keywords: vocational training, job description, educational qualification standard educational qualification characteristics, work program, swimming instructor, children's camps.

Інформація про авторів:

Климакова Світлана Миколаївна: klimakova_svetlana@mail.ru, Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Климакова С.М. Стан професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури з

навчання плаванню в дитячих оздоровчих таборах / Климакова С.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 40—48. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1133

Стаття надійшла до редакції: 25.02.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.

ЛІКУВАЛЬНА ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

РОЛЬ РАНЬОГО РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ВТРУЧАННЯ У ВІДНОВЛЕННІ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ ЖІНОК З ПОСТМАСТЕКТОМІЧНИМ СИНДРОМОМ

Бріскін Ю.А., Одинець Т.Є.

Львівський державний університет фізичної культури
Запорізький національний університет

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1134

Мета: визначити доцільність раннього реабілітаційного втручання у відновленні функціонального стану серцево-судинної системи жінок з постмастектомічним синдромом. **Матеріал і методи дослідження:** аналіз і узагальнення літературних джерел та емпіричних даних; комп'ютерна реографія; методи математичної статистики. В дослідженні брало участь 135 жінок з постмастектомічним синдромом, що перенесли радикальну мастектомію за Мадденом. **Результати:** встановлено, що раннє реабілітаційне втручання є ефективнішим виключно для поліпшення потужності лівого шлуночка у жінок з постмастектомічним синдромом за показниками річного контролю.

Ключові слова: серцево-судинна система, реографія, жінки, постмастектомічний синдром.

Постановка проблеми. Аналіз та узагальнення проблемно-орієнтованих наукових і науково-методичних літературних джерел засвідчили, що найчастішим наслідком лікування раку молочної залози є постмастектомічний синдром, який поєднує в собі розлади фізичного, функціонального, психологічного характеру, а також якості життя жінок [2, 8, 9]. Постмастектомічний синдром відзначається значною варіабельністю симптомів, які виникають в різні часові терміни лікування раку молочної залози: ранні його ознаки носять переважно посттравматичний характер та виникають після хірургічного втручання, пізні — обумовлені застосуванням комплексної чи комбінованої терапії та характеризуються контрактурою плечового суглоба, лімфостазом, плекситом, больовим синдромом, зниженням м'язової сили, порушенням чутливості, вегетативно-трофічними розладами верхньої кінцівки та цереброваскулярними порушеннями, що суттєво впливають на якість життя жінок означеної нозології [2, 3].

Важливість проведення своєчасних реабілітаційних заходів з метою попередження і корекції окремих проявів постмастектомічного синдрому підкреслено в багатьох працях вчених [1, 6, 7, 10], однак питання особливості поліпшення функціонального стану серцево-судинної системи майже не розглядалося.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Обраний напрям дослідження відповідає темі науково-дослідної роботи Запорізького національного університету «Розробка, експериментальна апробація та втілення в практику системи заходів фізичної реабілітації для поліпшення стану здоров'я різних категорій населення» (номер державної реєстрації 0114U002653) та темі 4.2. «Фізична реабілітація неповносправних з порушеннями діяльності опорно-рухового апарату» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2011—2015 рр. (номер державної реєстрації 0111U006467).

Матеріали і методи.

Мета дослідження: визначити доцільність раннього реабілітаційного втручання у відновленні функціонального стану серцево-судинної системи жінок з постмастектомічним синдромом.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення літературних джерел та емпіричних даних; комп'ютерна реографія; методи математичної статистики. Дослідження проводилося на базі Запорізького обласного онкологічного диспансеру. У дослідженні брало участь 135 жінок з постмастектомічним синдромом (50 пацієнток проходили і стаціонарний і диспансерний етапи реабілітації, 85 — тільки диспансерний), середній вік досліджуваних склав $60,27 \pm 0,79$ років. Жінки, що розпочали реабілітацію зі стаціонарного етапу були розподілені на дві групи (основна група, $n=25$ та група

Таблиця 1

Порівняння показників центральної гемодинаміки ($M \pm t$) у жінок з постмастектомічним синдромом через шість місяців занять

Показники, од. вимірювання		ОГ ₁ (n=45)	ОГ (n=25)	ОГ ₂ (n=40)	ГП (n=25)
УО, мл	факт.	53,07±1,27	52,55±2,06	48,74±1,72	53,73±1,51°
	% від належ.	84,44±2,24	82,92±2,78	77,95±2,95	81,32±3,29
УІ, мл/м ²		29,54±0,80	29,74±1,27	28,23±1,11	28,79±0,97
ХОК, л/хв		4,06±0,12	3,85±0,14	3,51±0,10	3,96±0,14°°
СІ, л/хв·м ²		2,26±0,07	2,18±0,07	2,03±0,07	2,12±0,09
ЗПО дин·с/см ⁵	факт.	1771,64±51,98	1777,04±63,70	2045,07±70,13	1777,04±60,65°°
	% від належ.	114,02±3,40	112,64±3,69	127,72±4,44	119,72±4,41
ППО, дин·с·м ² /см ⁵		3134,56±121,31	3098,72±104,49	3569,70±132,05	3337,76±124,44
РЛШ, кг·м	факт.	4,95±0,15	4,52±0,17	4,23±0,11	4,77±0,17°
	% від належ.	88,73±2,71	83,20±2,90	78,27±2,31	81,80±2,75
ПЛШ Вт	факт.	2,44±0,08	2,47±0,10	2,11±0,07	2,50±0,13°
	% від належ.	92,02±3,42	93,80±3,32	80,37±2,97	89,92±4,30

Примітки: ° — $p < 0,05$, °° — $p < 0,01$ при порівнянні ОГ₂ та ГП

Таблиця 2

Порівняння показників центральної гемодинаміки ($M \pm t$) у жінок з постмастектомічним синдромом через рік занять

Показники, од. вимірювання		ОГ ₁ (n=45)	ОГ (n=25)	ОГ ₂ (n=40)	ГП (n=25)
УО, мл	факт.	65,81±2,11	59,18±2,41*	57,10±1,75	59,97±2,15
	% від належ.	112,28±2,84	93,36±3,17***	97,90±3,47	93,48±4,51
УІ, мл/м ²		36,93±1,13	33,90±1,30	32,59±1,01	32,38±1,35
ХОК, л/хв		5,21±0,12	4,33±0,16***	4,50±0,15	4,48±0,19
СІ, л/хв·м ²		2,93±0,07	2,47±0,06***	2,57±0,09	2,42±0,12
ЗПО дин·с/см ⁵	факт.	1339,48±36,02	1600,00±67,13**	1580,47±39,16	1564,72±57,89
	% від належ.	84,84±2,56	101,04±3,79**	98,92±2,62	105,20±4,17
ППО, дин·с·м ² /см ⁵		2391,28±73,29	2774,36±101,15	2780,07±78,55	2925,72±120,75
РЛШ, кг·м	факт.	6,21±0,15	5,07±0,18***	5,46±0,21	5,34±0,23
	% від належ.	113,24±2,73	93,32±3,15***	100,45±4,27	96,68±5,10
ПЛШ Вт	факт.	2,95±0,10	2,74±0,09	2,36±0,10	2,83±0,14°°
	% від належ.	116,22±3,05	104,00±3,19**	94,62±4,63	103,36±5,56

Примітки: * — $p < 0,05$, ** — $p < 0,01$, *** — $p < 0,001$ при порівнянні ОГ₁ та ОГ; °° — $p < 0,01$ при порівнянні ОГ₂ та ГП

порівняння, $n=25$); з диспансерного — на першу основну групу, $n=45$ та другу основну групу, $n=40$ у відповідності щодо власних побажань та заохочень до занять за особистісно-орієнтованою програмою фізичної реабілітації. Попередньо з жінками було проведено бесіду, в ході якої давалися чіткі пояснення щодо особливостей занять з кожної з них.

Перша комплексна особистісно-орієнтована програма [4] включала в себе: аквафітнес (аквамоушн, аквабілдинг, аквастретчинг), кондиційне плавання, оздоровчу аеробіку (перша основна група та основна група); друга [5] — кондиційне плавання та пілатес (друга основна група та група порівняння). Жінки цих груп займалися відповідними

програмами протягом диспансерного етапу реабілітації (тривалість один рік), ефективність контролювалася через піврічний інтервал часу. Допуск до занять надавав лікар-онколог, пацієнтки цих груп належали до третьої клінічної групи. На початку диспансерного етапу групи були однорідними за всіма показниками функції зовнішнього дихання.

Результати дослідження та їх обговорення. На підставі підсумкових значень серцевого індексу та загального периферичного опору судин серед досліджуваних груп жінок через шість місяців занять було виявлено такі типи регуляції кровообігу: гіпокінетичний ($СІ < 2,2$ л/хв·м²; ЗПО > 1900 дин·с/см⁵) — 20 % жінок ОГ, 30% — ОГ₁, 40% — ОГ₂ та 54 %

— ГП; нормокінетичний (СІ знаходився в межах 2,2–3,7 л/хв·м²; ЗПО — 11001900 дин·с/см5) — у 62, 54, 45 та 30 % жінок відповідних груп.

Доцільність раннього початку застосування реабілітаційних заходів у жінок ОГ не знайшла свого підтвердження, що пояснюється відсутністю вірогідних відмінностей через півроку занять за першою особистісно-орієнтованою програмою (табл. 1) порівняно з жінками ОГ1 та наявністю вагомих переваг на боці останніх за більшістю показників центральної гемодинаміки через рік (табл. 2).

Водночас на відміну від основної групи, зміни в показниках центральної гемодинаміки у жінок групи порівняння порівняно з другою основною групою за перше півріччя були значно кращі (табл. 1). Зокрема значення ударного об'єму було на 4,99 мл ($p < 0,05$) більшим у пацієток ГП порівняно з ОГ2, хвилинного об'єму — на 0,45 л/хв ($p < 0,01$), роботи та потужності лівого шлуночка — на 0,54 кг·м ($p < 0,01$)

та 0,39 Вт ($p < 0,01$) відповідно. Через рік занять занять за другою особистісно-орієнтованою програмою (табл. 2) вірогідні відмінності спостерігалися лише за показником потужності лівого шлуночка, що була на 0,47 Вт ($p < 0,01$) більшою у жінок ГП.

Висновки. Результати проведеного дослідження свідчать про те, що раннє реабілітаційне втручання є ефективнішим виключно для поліпшення ударного об'єму, хвилинного об'єму, роботи та потужності лівого шлуночка, що вірогідно проявляється в показниках піврічного контролю і лише потужності лівого шлуночка — за показниками річного контролю за умови занять на диспансерному етапі за другою особистісно-орієнтованою програмою.

Перспективи подальших досліджень передбачають визначення доцільності раннього застосування засобів фізичної реабілітації щодо поліпшення больової та тактильної чутливості.

Література

1. Братик А. В. Гипоксия в комплексной реабилитации больных с постмастэктомическим синдромом : автореф. дис. ... д-ра мед. наук : [спец.] 14.03.11 „Восстановительная медицина, спортивная медицина, лечебная физкультура, курортология и физиотерапия” / Братик Александр Николаевич. – Москва, 2014. — 40 с.
2. Ковальчук А. П. Ранні та пізні післяопераційні ускладнення при лікуванні раку молочної залози (огляд літератури) / А. П. Ковальчук, І. Ф. Хурані // Вісник морфології. — Т. 15 (2). — 2009. — С. 484–486.
3. Кусевич М. Н. Диагностика и лечение пострadiационно-мастэктомического синдрома : автореф. дис. ... канд. мед. наук : [спец.]: 14.00.19 „Лучевая диагностика, лучевая терапия” / Кусевич Марина Николаевна. — Москва, 2007. — 23 с.
4. Одинець Т.Є. Методичні особливості кондиційного плавання в структурі особистісно-орієнтованої програми фізичної реабілітації жінок з постмастектомічним синдромом / Т.Є. Одинець // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. — 2015. — Т.1. — Вип. 129. — С. 195–199.
5. Одинець Т.Є. Технологія оздоровчої аеробіки в структурі особистісно-орієнтованої програми фізичної реабілітації жінок з постмастектомічним синдромом / Т.Є. Одинець // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] — Харків : ХДАФК, 2015. — № 5 (49). — С. 86–89.
6. Early rehabilitation reduces the onset of complications in the upper limb following breast cancer surgery / M. Scaffidi, M. C. Vulpiani, M. Vetrano [et al.] // Eur J Phys Rehabil Med. — 2012. — Vol. 48 (4). — P. 601–611.
7. Effects of a physical exercise rehabilitation group program on anxiety, depression, body image, and health-related quality of life among breast cancer patients / A. Mehnert, S. Veers, D. Howaldt [et al.] // Onkologie. — 2011. — Vol. 34 (5). — P. 248–253.
8. Gentle Strength Training in Rehabilitation of Breast Cancer Patients Compared to Conventional Therapy / S. Thorsten, W. Burkhard, T. Freerk [et al.] // Anticancer Research. — 2012. — Vol. 32 (8). — P. 3229–3233.
9. Lymphedema following breast cancer treatment and impact on quality of life: a review / Taghian N.R., Miller C.L., Jammallo L.S. [et al.] // Crit. Rev. Oncol. Hematol. — 2014. — 92 (3). — P. 227–234.
10. Predictors of functional shoulder recovery at 1 and 12 months after breast cancer surgery / E. W. Levy, L. A. Pfalzer, J. Danoff [et al.] // Breast Cancer Res Treat. — 2012. — Vol. 134 (1). — P. 315–324.

References

1. Bratik A. V. (2014). Gipoksiya v kompleksnoy reabilitatsii bolnykh s postmastektomicheskim sindromom : avtoref. dis. ... d-ra med. nauk : [spets.] 14.03.11 «Vosstanovitel'naya meditsina, sportivnaya meditsina, lechebnaya fizkultura, kurortologiya i fizioterapiya». Moskva, 40.
2. Koval'chuk A. P. & Khurani I. F. (2009). Ranni ta pizni pislyaoperatsiyni uskladnennya pry likuvanni raku molochnoyi zalozy (ohlyad literatury). Visnyk morfolohiyi . 15 (2), 484–486.
3. Kusevich M. N. (2007). Diagnostika i lechenie postradiatsionno-mastektomicheskogo sindroma : avtoref. dis. ... kand. med. nauk : [spets.]: 14.00.19 «Luchevaya diagnostika, luchevaya terapiya». Moskva, 23.
4. Odynets' T.Ye. (2015). Metodychni osoblyvosti kondytsiynoho plavannya v strukturі osobystisno-oriyentovanoi prohramy fizychnoyi reabilitatsiyi zhinok z postmastektomichnym syndromom. Visnyk Chernihiv's'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni T.H.Shevchenka. Seriya: Pedahohichni nauky. Fizychnе vykhovannya ta sport. 1 (129), 195–199.
5. Odynets' T.Ye. (2015). Tekhnolohiya ozdorovchoyi aerobiky v strukturі osobystisno-oriyentovanoi prohramy fizychnoyi reabilitatsiyi zhinok z postmastektomichnym syndromom. Slobozhans'kyi naukovо-sportyvnyi visnyk : [nauk.-teoret. zhurn.]. Kharkiv : KhDAFK, 5 (49), 86–89.
6. Scaffidi M., Vulpiani M. C., & Vetrano M. (2012). Early rehabilitation reduces the onset of complications in the upper limb following breast cancer surgery. Eur J Phys Rehabil Med. 48 (4), 601–611.
7. Mehnert A., Veers S. & Howaldt D. (2011). Effects of a physical exercise rehabilitation group program on anxiety, depression, body image, and health-related quality of life among breast cancer patients. Onkologie. 34 (5), 248–253.
8. Thorsten S., Burkhard W. & Freerk T. (2012). Gentle Strength Training in Rehabilitation of Breast Cancer Patients Compared to Conventional Therapy. Anticancer Research. 32 (8), 3229–3233.
9. Taghian N.R., Miller C.L. & Jammallo L.S. (2014). Lymphedema following breast cancer treatment and impact on quality of life: a review. Crit. Rev. Oncol. Hematol. 92 (3), 227–234.
10. Levy E. W., Pfalzer L. A. & Danoff J. (2012). Predictors of functional shoulder recovery at 1 and 12 months after breast cancer surgery. Breast Cancer Res Treat. 134 (1), 315–324.

РОЛЬ РАННЕГО РЕАБИЛИТАЦИОННОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА В ВОССТАНОВЛЕНИИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТОЙ СИСТЕМЫ ЖЕНЩИН С ПОСТМАСТЭКТОМИЧЕСКИМ СИНДРОМОМ

Брискин Юрий, Одинец Татьяна,
Львовский государственный университет физической культуры
Запорожский национальный университет

Реферат. Статья: 3 с., 2 табл., 10 источников

Цель: определить целесообразность раннего реабилитационного вмешательства в восстановлении функционального состояния сердечно-сосудистой системы женщин с постмастэктомическим синдромом. **Материал и методы исследования:** анализ и обобщение литературных источников и эмпирических данных; компьютерная реография; методы математической статистики. В исследовании участвовало 135 женщин с постмастэктомическим синдромом, пере-

несших радикальную мастэктомию по Маддену. **Результаты:** установлено, что раннее реабилитационное вмешательство является эффективным исключительно для увеличения мощности левого желудочка у женщин с постмастэктомическим синдромом по показателям годового контроля.

Ключевые слова: сердечно-сосудистая система, реография, женщины, постмастэктомический синдром.

THE IMPORTANCE OF EARLY REHABILITATION INTERVENTION IN RESTORING THE FUNCTIONAL STATE OF THE CARDIOVASCULAR SYSTEM OF WOMEN WITH POSTMASTECTOMY SYNDROME

Briskin Yuriy, Odynets Tatiana,
Lviv State University of Physical Culture
Zaporizhzhya National University,

Report. Article: 3 p., 2 tables., 10 sources

Objective: to determine the feasibility of early rehabilitation intervention in restoring the functional state of the cardiovascular system of women with postmastectomy syndrome. **Material and methods:** analysis and synthesis of the literature and empirical data; computer rheography; methods of mathematical statistics. The study involved 135 women with postmastectomy syndrome who underwent

radical mastectomy for Madden. **Results:** It found that earlier rehabilitation intervention is effective only to increase the power of the left ventricle in women with postmastectomy syndrome in terms of annual inspections.

Keywords: cardiovascular system, rheography, women postmastectomy syndrome.

Інформація про авторів:

Одинець Тетяна Євгенівна: <http://orcid.org/0000-0001-8613-8470>; puchlik@mail.ru; Запорізький національний університет; вул. Жуковського 66, м.Запоріжжя, 69000, Україна.

Бріскін Юрій Аркадійович: <http://orcid.org/0000-0001-6375-9872>; y.briskin@ukr.net; Львівський державний університет фізичної культури; вул. Костюшко 11, м. Львів, 79007, Україна.

Цитуйте статтю як: Бріскін Ю.А. Роль раннього реабілітаційного втручання у відновленні функціонального стану серцево-судинної системи жінок з постмастектомічним синдромом / Бріскін Ю.А., Одинець Т.Є. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 49—52. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1134

Стаття надійшла до редакції: 05.02.2016 р. Прийнята: 15.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.