

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ І ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ У СТРУКТУРІ РУХОВОЇ СИСТЕМИ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Красова І.О., Красов О.І.

ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет
імені Григорія Сковороди»

Молодший шкільний вік – дуже відповідальний період у розвитку дитини. Саме в цьому віці закладається фундамент її подальшого загального фізичного розвитку, активно розвиваються інтереси і звички, формуються характер, навички. На основі кореляційного аналізу результатів власних експериментальних досліджень у статті висвітлено взаємозв'язки і взаємозалежності показників фізичної підготовленості та морфофункціонального стану дітей 9 і 10 років, що дозволить активізувати спрямованість педагогічних дій у процесі фізичного виховання молодших школярів.

Ключові слова: взаємозв'язок, морфофункціональний стан, фізична підготовленість, діти молодшого шкільного віку.

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень і публікацій. Оптимізація системи фізичного виховання молодших школярів потребує знань про структуру і взаємозв'язки фізичної підготовленості та морфо функціонального стану дітей. Дослідження у цьому напрямі проводились рядом науковців (О.Д. Швай, 2000; Н.В. Москаленко, 2009; В.Ю. Рубан, 2016), однак дані які були отримані авторами мають певні відмінності, які на наш погляд зумовлені особливостями умов життя і навчання дітей, регіону проживання.

Погіршення стану здоров'я підростаючого покоління в Україні набуло за останні роки стійкого характеру. За даними статистики, показники, що відображають стан здоров'я, починають погіршуватися ще в молодшому віці та до закінчення школи приблизно в 70% дітей спостерігаються різного роду відхилення як у стані здоров'я, так і в фізичному розвитку [7]. Дослідженнями встановлено, що зазначена негативна тенденція обумовлена, перш за все, недостатньою руховою активністю школярів, яка прогресує з кожним роком, а також соціальними, економічними та технологічними негараздами, які притаманні сьогоденню нашої країни [4]. У цих умовах найбільш ефективним та доступним засобом оздоровлення дітей є фізичне виховання. Сучасні реалії вимагають пошуку нових нетрадиційних підходів до організації фізичного виховання в освітніх закладах. Розробка та впровадження інноваційних підходів потребує наукового обґрунтування, знань про закономірності функціонування дитячого організму. У цьому зв'язку визначають структурний комплекс рухової системи дитини, їх інформаційної значущості є необхідною умовою для розробки ефективних педагогічних дій. Роботу з фізичного виховання слід організовувати так, щоб прищепити кожному учневі інтерес і прагнення до занять фізкультурою. Це запорука здоров'я і гармонійного розвитку дітей [1].

Молодший шкільний вік виступає основним періодом набуття соціального досвіду, зокрема, формування орієнтації на здоровий спосіб життя, що є передумовою функціонування механізмів розвитку особистості та організації її життєдіяльності [5]. Зміцнення та збереження здоров'я учнів, підвищення рівня їх фізичної

підготовленості є найактуальнішими з головних завдань, які гостро стоять перед українським суспільством. Для вирішення цього складного і важливого завдання, перш за все, необхідно привести спосіб життя дітей у відповідність із закономірностями їх росту і розвитку, розробити ефективні засоби впливу на організм, запровадити раціональний режим праці і відпочинку [8].

Мета дослідження – визначити наявність та ступінь кореляції показників фізичної підготовленості та морфофункціонального стану дітей 9 і 10 років.

Методи дослідження: теоретичний аналіз даних літературних джерел, педагогічні методи (експерименти, тестування), медико-біологічні методи, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу. Підвищення рівня фізичного стану дітей, можливе лише за умови проведення цілеспрямованих занять фізичними вправами, які забезпечують індивідуальний тренувальний режим і спрямовані на розвиток організму дитини. У пошуках підходів до організації фізкультурно – оздоровчої роботи з учнями науковці (Е.С. Вільчковський, 1998; О.Д. Дубогай, 1991; Т.Ю. Круцевич, 2012) одно-стайно наголошують на необхідності створення програм фізкультурно-оздоровчої роботи, які повинні враховувати мотиви та інтереси школярів і сприяти: зниженню показників захворюваності, підвищенню рівня фізичної підготовленості. Фізичний стан дитини є важливим показником нормальності процесів росту і розвитку її організму. Фізичний розвиток визначають за антропометричними, фізіометричними, соматоскопічними показниками. Для оцінки взаємозв'язків, які визначають фізичний розвиток та морфо функціональний стан організму використовувалася кореляційний аналіз.

Кореляційний аналіз дає можливість визначити наявність та інформаційну значущість взаємозв'язків будь – якої структури, у даному випадку фізичної підготовленості та морфофункціонального стану дітей молодшого шкільного віку.

Взаємозв'язки всіх компонентів рухової системи дітей аналізувались на трьох кореляційних рівнях: високому – $r = 0,7-1,0$; середньому – $r = 0,34-0,69$; низькому – $r = 0-0,33$.

Аналіз кореляційних матриць морфофункціонального стану і фізичної підготовленості дівчаток і хлопчиків 9-ти річного віку свідчить про наявність взаємозв'язків високого і середнього кореляційного рівня, які характеризують фізичний розвиток, функціональні можливості і рівень фізичної підготовленості дітей.

Дослідивши взаємозв'язки показників фізичної підготовленості і морфофункціонального стану дівчаток 9-го року життя, було виявлено, що найвищий кореляційний зв'язок існує між масою тіла та індексом Кетле ($r = 0,99$), що є закономірним. Також виявлена взаємозалежність між функціями кардіореспіраторної системи та динамометрією ($r = 0,49-0,51$); показники розвитку сили (підтягування) корелюють з показниками життєвої ємності легень ($r = 0,54$) та швидкістю одиночного руху (біг 30 м) ($r = 0,53$), координаційні здібності (тест Фламінго) корелюють з показниками окружності грудної клітки ($r = -0,49$) та швидкісно-силовими здібностями (стрибок у довжину з місця) ($r = 0,55$). Швидкість одиночного руху (біг 30 м) має середні кореляційні зв'язки з частотою серцевих скорочень ($r = -0,36$), показниками динамометрії ($r = -0,42$), показниками швидкісно-силових та силових здібностей ($r = -0,62$ та $r = -0,53$ відповідно).

Хлопчики цього віку мають менше кореляційних взаємозв'язків, ніж дівчатка. Більш тісний взаємозв'язок у цій віковій групі був зафіксований між функціональним станом організму і фізичною підготовленістю. Так показники функціонального стану дихальної системи корелюють з координаційними (човниковий біг) ($r = 0,39$, $r = -0,39$) та силовими здібностями (підтягування) ($r = 0,35$). Силові здібності корелюють з показниками фізичного розвитку ($r = 0,43$) та гнучкості ($r = -0,44$). Швидкість реакції має кореляційні зв'язки з фізичним розвитком ($r = 0,34$) та життєвою ємністю легень ($r = 0,44$). Координаційні здібності мають середні взаємозв'язки кореляції з фізичним розвитком ($r = 0,50$), гнучкістю ($r = -0,55$) та витривалістю ($r = 0,61$). При наявності такої кількості кореляційних взаємозв'язків можна стверджувати про взаємопов'язаність та взаємодію показників фізичної підготовленості та морфофункціонального стану.

Аналіз кореляційних матриць морфофункціонального стану і фізичної підготовленості дівчаток і хлопчиків 10-річного віку свідчить про наявність взаємозв'язків високого і середнього кореляційного рівня, які характеризують фізичний розвиток, функціональні можливості і рівень фізичної підготовленості дітей.

Дослідивши взаємозв'язки показників фізичної підготовленості і морфофункціонального стану дівчаток і хлопчиків 10-го року життя, було виявлено, що кількість значущих кореляційних зв'язків у цьому віці дещо менша, ніж у дітей попередньої вікової групи, що може пояснюватись меншим ступенем біологічної надійності організму дітей 10-річного віку.

Як у дівчаток, так і у хлопчиків цього віку найбільша кількість зв'язків з високим ступенем кореляції ($r = 0,35-0,70$) була зафіксована між такими фізичними якостями як швидкісно-силові, координаційні, силові, гнучкість, витривалість з показниками фізичного розвитку. У дівчаток високий рівень взаємозв'язків існує між координаційними здібностями та швидкістю одиночного руху (біг 30 м) ($r = 0,77$). Також координаційні (човниковий біг) здібності мають середні взаємозв'язки з функціями дихальної системи ($r = 0,51$). Показники фізичного розвитку ($r = -0,38$), кардіореспіраторної системи ($r = 0,53$) та фізичної роботоздатності ($r = 0,51$) мають середні взаємозв'язки з гнучкістю, що свідчить про наявність взаємозв'язків та взаємодії фізичної підготовленості та морфофункціонального стану дітей. Витривалість має також середні взаємозв'язки з координаційними здібностями ($r = 0,49$) та швидкістю одиночного руху ($r = 0,67$).

У хлопчиків 10-ти річного віку виявлені високі взаємозв'язки між динамометрією та фізичною підготовленістю ($r = 0,49-0,71$). Силові здібності мають високі кореляційні взаємозв'язки з координаційними здібностями ($r = -0,77$) та швидкістю одиночного руху (біг 30 м) ($r = -0,73$). Витривалість корелює з індексом Кетле (гармонійність тілобудови) ($r = 0,49$) та швидкістю одиночного руху ($r = 0,80$), що свідчить про прискорення темпів розвитку.

Кількість значущих кореляційних зв'язків у дівчаток і хлопчиків 9-ти річного віку є вищими ніж у дітей 10-ти років (дівчатка 9 років – 13, хлопчики – 10, дівчатка 10 років – 12, хлопчики – 7), оскільки діти старшого віку підходять до періоду статевого дозрівання, що і є причиною зниження кількості взаємозв'язків.

Таким чином, існування достовірних кореляційних взаємозв'язків між фізичним розвитком, функціональним станом, фізичними здібностями, а також спільними тенденціями їх у структурі рухової системи учнів 9-10 років дозволяє визначитись із спрямованістю педагогічних впливів у процесі фізичного виховання.

Висновки. Узагальнюючи результати досліджень дітей 9 і 10-річного віку, можна стверджувати, що як в дівчаток, так і у хлопчиків, виявлено взаємозв'язки з показниками фізичної підготовленості та морфофункціональним станом. Можна констатувати, що між фізичною підготовленістю та морфофункціональним станом дівчаток і хлопчиків 10-ти років спостерігається менша кількість достовірних значущих взаємозв'язків між їх складовими, ніж у дівчаток і хлопчиків 9-річного віку. Це свідчить про те, що існують певні відмінності за статтю та віком між дітьми вказаних вікових категорій. Але ж тенденції характеру кореляції між певними показниками фізичної підготовленості та морфофункціонального стану зберігаються.

Список літератури:

1. Вільчковський Е.С. Система фізичного виховання молодших школярів: [навч. – метод. посібник для викладачів та студентів вищих навчальних закладів освіти І–ІІ рівнів акредитації] / Е.С. Вільчковський. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
2. Дубогай А.Д. Оценка ФР и ФП состояния младших школьников: История врачебно-педагогического контроля в массовой физической культуре для аспирантов. – К., 1991. – С. 88–91.

3. Круцевич Т.Ю. К вопросу об эффективности системы физического воспитания в общеобразовательных школах Украины / Т.Ю. Круцевич // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 1. – С. 239–243.
4. Кулик Н.А. Дослідження стану впровадження інноваційних технологій у навчально-виховний процес дошкільних закладів освіти Сумської області / Н.А. Кулик // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн]. – Харків: ХДАФК, 2010. – № 2. – С. 10–13.
5. Москаленко Н.В. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів : автореф. дис. ... доктор н. з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / Н.В. Москаленко. – К.: НУФВСУ, 2009. – 24 с.
6. Рубан В. Вікові особливості фізичного розвитку учнів початкових класів сільських загальноосвітніх шкіл / В. Рубан // Спортивний вісник Придніпров'я. – № 3. – 2016. – С. 184–188.
7. Чоломбитко О.Д. Оцінка рівня фізичного здоров'я учнів початкових класів / О.Д. Чоломбитко : збірник наукових праць. – Х.: ХДАФК, 2014. – С. 34–37.
8. Швай О.Д. Педагогічні аспекти управління руховою активністю молодших школярів : автореф. дис. ... канд. наук з ф. в і с : 24.00.02 / О.Д. Швай. – Луцьк, 2000. – 20 с.

Красова И.А., Красов А.И

ГВУЗ «Переяслав-Хмельницький государственный педагогический университет имени Григория Сковороды»

ВЗАИМОСВЯЗЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ В СТРУКТУРЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация

Младший школьный возраст – очень ответственный период в развитии ребенка. Именно в этом возрасте закладывается фундамент дальнейшего общего физического развития, активно развиваются интересы и привычки, формируется характер, навыки. На основе корреляционного анализа результатов собственных экспериментальных исследований в статье освещены взаимосвязи и взаимозависимости показателей физической подготовленности и морфофункционального состояния детей 9 и 10 лет, что позволит активизировать направленность педагогических действий в процессе физического воспитания младших школьников.

Ключевые слова: взаимосвязь, морфофункциональное состояние, физическая подготовленность, дети младшего школьного возраста.

Krasova I.O, Krasov O.I.

SHEI «Pereiaslav-Khmelnytskyi Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University»

CONNECTION BETWEEN PHYSICAL PREPAREDNESS AND PHYSICAL DEVELOPMENT IN THE STRUCTURE OF MOVING SUSTEM OF PRIMARY SCHOOL CHILDREN

Summary

Primary school age is very responsible period of child's development. Exactly at this age basis of further physical development is being built, interests and habits – evolved, character and skills – formed. On the basis of correlation analysis of the results of own experimental researches this article highlights interconnections and interdependences on the results of physical preparedness and morpho-functional state of children in the age of 9 and 10 years old. This will enable activation of pedagogical actions in the process of physical education of primary school children.

Keywords: inreconnection, morphofunctional state, physical preparedness, primary school children.