

ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

В.А. Хлопцев, К.Р. Безрученко
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

Проблема совершенствования физических (двигательных) способностей – одна из наиболее значимых в педагогике, психологии и физиологии физического воспитания и спорта, и в то же время предмет непрекращающихся дискуссий. В изученных нами литературных источниках, среди объемных и многочисленных исследований всех двигательных способностей больше всего внимания уделяется исследованиям координационных способностей. Лях В.И. и ряд исследователей (В.С.Фарфель с сотр., 1959-1975; П.Хиртц с сотр., 1974-1992; М.Прасилова, 1981; И. Юринова 1982; Д.Мартин, 1982; Л.Е. Любомирский. 1983; Р.Винтер, 1984; И.Рачек, В. Мынарски, 1992, и др.) [1,2,5] установили, что в разные возрастные периоды естественное, обусловленное созреванием организма, развитие координационных способностей протекает гетерохронно и разнонаправленно. Однако, наиболее интенсивно показатели разных координационных способностей прирастают с 7 до 9 и с 9 до 11-12 лет. По мнению авторов, в названные возрастные периоды существуют особенно благоприятные социальные, психически-интеллектуальные, анатомо-физиологические и моторные предпосылки для быстрого совершенствования координационных способностей [1, 2, 3].

Цель исследования – изучить уровень развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста.

Материал и методы. Исследование проводилось на базе средних общеобразовательных школ г. Витебска. В педагогическом измерении приняло участие 125 человек, из них: 70 школьников юношей (38 испытуемых – 2 класс; 32 испытуемых – 3 класс). В качестве методов исследования применялись: анализ научно – методической литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики с использованием прикладной компьютерной программы Statistica.

Результаты и их обсуждение. Для определения уровня развития координационных способностей мы использовали двигательные тесты, предложенные профессором Ляхом В.И. в своей работе «Координационные способности: диагностика и развитие», использовались двигательные тесты по определению абсолютных и относительных показателей координационных способностей, относящихся к разным группам двигательных действий: челночный бег 3x10, три кувырка вперед, метание теннисного мяча на дальность (сед ноги врозь), метание теннисного мяча на точность, ведение мяча в беге с изменением направления движения (рисунки 1–5)

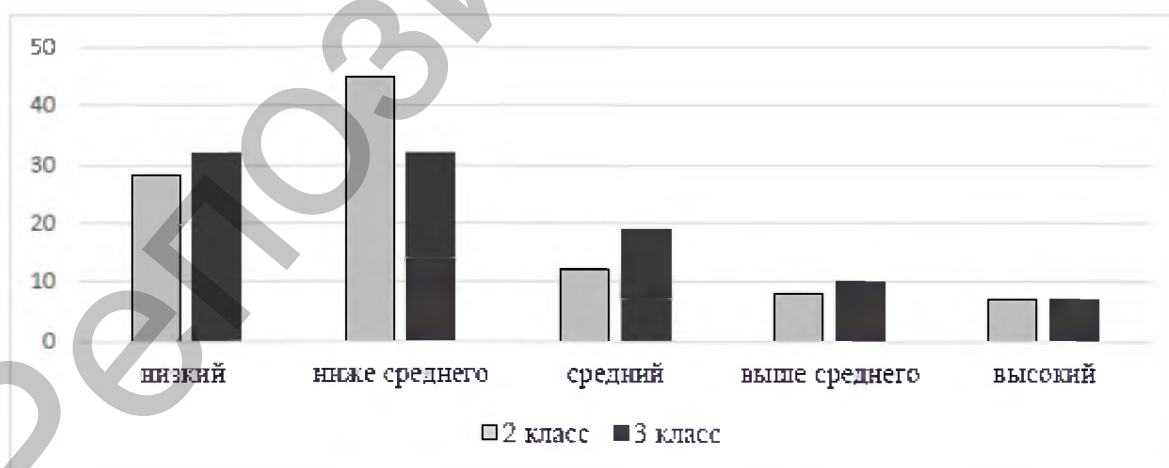


Рисунок 1 – Результаты теста «челночный бег 3x10 м» у юношей 2 и 3 классов, %

Проведя анализ результатов теста «Челночный бег 3x10 м», мы видим, что большинство учащихся по данному тесту попадают на уровень «низкий» - 28% (2 класс) и 32% (3 класс) и «ниже среднего» - 45% (2 класс) и 32% (3 класс). На уровень «средний», «выше среднего» и «высокий» попадает малое количество учащихся:

- 2 класс: «средний» - 12%, «выше среднего» - 8% и «высокий» - 7%;
- 3 класс: «средний» - 19%, «выше среднего» - 10% и «высокий» - 7% (рисунок 1).

В тесте «три кувырка вперед» юноши 2 и 3 классов также показали невысокие результаты на уровне «ниже среднего»: 2 класс – 63%, 3 класс – 56%. Стоит отметить, что во втором классе никто не выполнил данный тест на высоком уровне (рисунок 2).

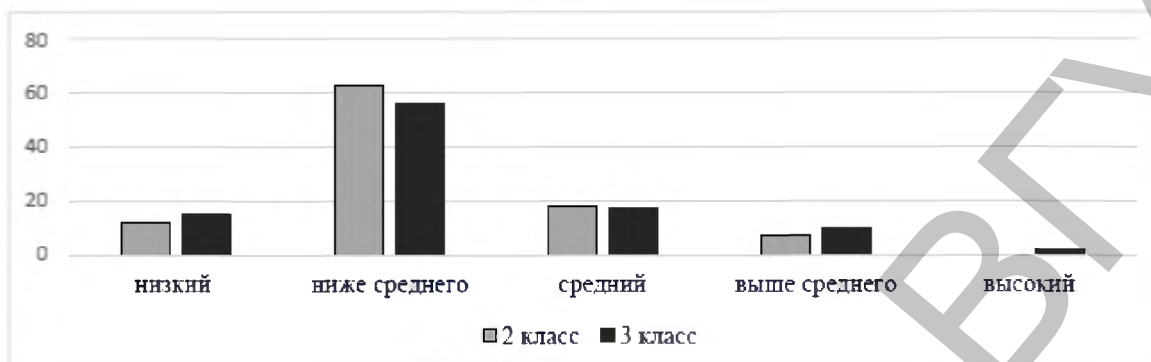


Рисунок 2 – результаты теста «три кувырка вперед» у юношей 2 и 3 классов, %

На рисунке 3 изображены результаты теста «метание теннисного мяча на дальность».



Рисунок 3 – результаты теста «метание теннисного мяча на дальность» у юношей 2 и 3 классов, %

В данном тесте так же, как и в двух предыдущих тестах, большинство учащихся выполнили его на уровне «ниже среднего»: 2 класс – 60% и 3 класс – 50%. На остальные уровни распределение учащихся представлено следующим образом:

- 2 класс: «низкий» - 10%, «средний» - 21%, «выше среднего» - 7% и «высокий» - 2%;
- 3 класс: «низкий» - 8%, «средний» - 21%, «выше среднего» - 14% и «высокий» - 7%.

На рисунке 4 представлены результаты теста «метание теннисного мяча на точность» у юношей 2 и 3 классов в процентах.

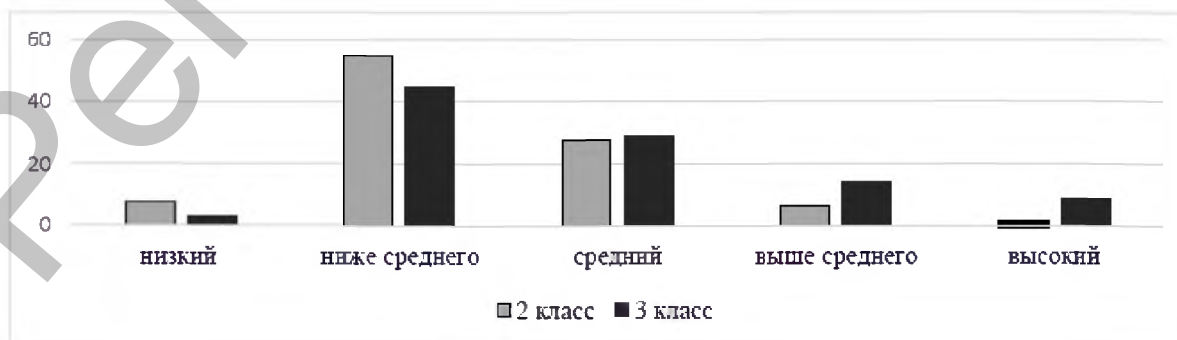


Рисунок 4 – результаты теста «метание теннисного мяча на точность» у юношей 2 и 3 классов, %

В тесте «метание теннисного мяча на точность» результаты учащихся по уровням распределены следующим образом:

- 2 класс: «низкий» - 8%, «ниже среднего» - 55%, «средний» - 28%, «выше среднего» - 7% и «высокий» - 2%;

- 3 класс: «низкий» - 3%, «ниже среднего» - 45%, «средний» - 29%, «выше среднего» - 14% и «высокий» - 9% (рисунок 4).

На рисунке 5 представлены результаты теста «ведение мяча в беге с изменением направления» у юношей 2 и 3 классов в процентах.

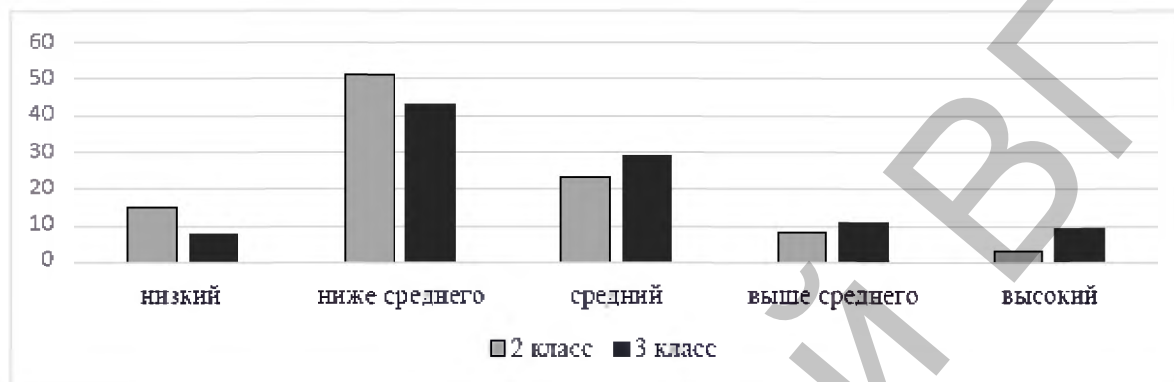


Рисунок 5 – результаты теста «ведение мяча в беге с изменением направления» у юношей 2 и 3 классов, %

В тесте «ведение мяча в беге с изменением направления» также стоит обратить внимание на то, что большой процент учащихся выполнил тест на уровень «ниже среднего»: 51% - 2 класс и 43% - 3 класс и «средний»: 23% - 2 класс и 29%.

Заключение. Проведя углубленный анализ уровня развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста по пяти тестам, стоит отметить низкий уровень развития искомого вида способностей. Учащиеся выполнили все тесты на уровни «низкий» - 10%, «ниже среднего» - 65% и «средний» - 32%. Необходимость целенаправленного углубленного развития и диагностики способностей оптимально управлять движениями и регулировать их не вызывает сомнений у специалистов. Следовательно, необходимо провести корректировку и внести изменения в учебные занятия по физической культуре. Вместе с тем, вопросы формирования и диагностики комплекса координационных способностей еще недостаточно разработаны и представляют существенные трудности для учителей физической культуры, что является предпосылкой для дальнейшего проведения исследований

1. Бернштейн, Н.А. О ловкости и ее развитии / Н.А. Бернштейн. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 287 с.

2. Лях, В.И. Координационные способности школьников. – Минск: Польмя, 1989. – 159 с.

3. Хлопцев, В.А. Эффективность применения тренировочной лестницы для развития координационных способностей у детей младшего школьного возраста / В.А. Хлопцев // Наука – образованию, производству, экономике: материалы XXIII(70) Региональной научно-практической конференции преподавателей, научных сотрудников и аспирантов. Витебск, 15 февраля 2018 г.: в 2 т. / Витеб. гос. ун-т; ред-кол.: И.М. Прищепа (гл. ред.) [и др.]. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2018. – Т. 2. С. 175 - 178

ОСОБЕННОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ

И.Г. Шатуха

Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова

В связи с активным всевозрастающим участием женщин в спорте высших достижений во многих странах мира, учёные уделяют большое внимание для разработки научных основ спортивной подготовки женщин (Шахлина Л.Я.-Г., 2001; Сологуб В.В., 1987; Коц Я.М., 1986; Радзиевский А.Р., 2004; Соболева Т.С., 2001, 2005). С каждым годом растет число видов спорта, в которых женщины выступают в соревнованиях самого различного ранга и устанавливают выс-