

Вікова динаміка розвитку спритності у дітей шкільного віку

Луцький державний технічний університет (м. Луцьк)

Постановка проблеми. Процес розвитку фізичних якостей є невід'ємною частиною фізичного виховання. Він сприяє вирішенню соціально обумовлених завдань: всебічному і гармонійному розвитку особистості, досягненню високої стійкості організму до соціально-економічних умов, підвищенню адаптивних властивостей організму [1]. Спритність є базовою основою для розвитку інших фізичних якостей [3]. За своїм змістом спритність – це складна якість, яка в різних видах діяльності проявляється по-різному [2; 4; 5; 6].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблемі розвитку спритності присвячені наукові роботи провідних науковців, зокрема Л. В. Волкова, М. М. Линця, Б. М. Шияна, В. М. Заціорського та інших авторів, які характеризують спритність за такими показниками:

- а) координаційна складність рухів;
- б) точність виконання рухів, тобто точність просторових, часових і силових характеристик рухів;
- в) час, затрачений на освоєння або доцільне перетворення рухів в умовах, що змінюються.

Метою дослідження було вивчення закономірностей розвитку та формування координації рухів у дітей різного шкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Узагальнити та проаналізувати літературні джерела з цієї проблеми.
2. Визначити показники спритності в учнів 1-х, 6-х, 11-х класів.

Для вирішення поставлених завдань у дослідженнях ми застосовували такі методи: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічний експеримент, метод тестування, метод математичної статистики.

Виклад основного матеріалу дослідження. Дослідження проводилося протягом 2006–2007 навчального року, на базі Луцької спеціалізованої школи № 5, у молодших, середніх та старших класах (1-й, 6-й, 11-й). У кожному класі було по 30 учнів. З кожного класу було сформовано дві експериментальні групи (хлопці і дівчата) по 15 осіб у кожній. Результати наших досліджень дали змогу виявити основні тенденції в показниках координації рухів у дітей різного шкільного віку.

Для визначення рівня спритності у дітей шкільного віку використовувалися такі тести: тест № 1 “Проходження по прямій лінії з відкритими очима”, тест № 2 “Проходження по прямій лінії з закритими очима”, тест № 3 “Стрибаючий м'яч”, тест № 4 “Ведення м'яча по прямій лінії (через перешкоду, під перешкоду, крізь перешкоду)”, тест № 5 “Ігровий слалом з м'ячем”, тест № 6 “Передавання м'яча сусідові по шерензі (колоні)”, тест № 7 “Влучання в ціль”, тест № 8 “Стрибок з розбігу через перешкоду”.

Показники координації рухів у дітей при проходженні по прямій лінії з відкритими очима свідчать про те, що дитина будь-якого шкільного віку може пройти без відхилень. А при проходженні тієї самої відстані (9 м) із закритими очима спостерігається найбільше відхилення в дітей молодшого шкільного віку. Це відхилення становить у дівчат – 30 см, а в хлопців – 20 см від прямої лінії. У дітей середнього шкільного віку відхилення становить у дівчат – 20 см, а в хлопців – 15 см від прямої лінії. У старшокласників відхилення найменше порівняно з іншими дітьми шкільного віку. В дівчат відхилення становить 15 см, а в хлопців – 10 см від прямої лінії. Чим дитина старша, тим точніше в неї цілеспрямовані рухові дії, тим краще – розвинутий вестибулярний апарат.

Тенденції розвитку координації рухів при проведенні тесту “Стрибаючий м'яч” показує, що діти молодшого класу затрачають багато часу на виконання цього тесту порівняно з іншими дітьми шкільного віку. Хлопці виконали його за 3 хв 07 с, а дівчата за 3 хв 19 с. Хлопці середнього шкільного віку цей тест виконали за 2 хв 05 с, а дівчата швидше, за 1 хв 58 с. Хлопці старших класів виконують за 1 хв 30 с, а їхні однолітки-дівчата за 1 хв 45 с (рис. 1).



Рис. 1. Показники координації рухів у дітей молодшого, середнього і старшого шкільного віку (тест № 3 "Стрибаючий м'яч")

Динаміка спритності при проведенні тесту "Ведення м'яча по прямій лінії (через перешкоду, під перешкоду, крізь перешкоду)" свідчать, що хлопці молодших класів виконують цей тест за 3 хв 04 с, а дівчата цього віку за 3 хв 12 с. Хлопці середнього шкільного віку – за 1 хв 41 с, а дівчата за 1 хв 47 с. Юнаки старших класів – за 1 хв 08 с, а дівчата – за 1 хв 20 с.

Тенденції розвитку координації рухів при проведенні тесту "Ігровий слалом з м'ячем" показує, що хлопці молодших класів виконали завдання за 3 хв 13 с, дівчата – за 3 хв 18 с. Хлопці середнього шкільного віку – за 1 хв 45 с, а дівчата за 1 хв 56 с. Хлопці старших класів – за 1 хв 06 с, а дівчата – за 1 хв 15 с.

Хлопці молодших класів при проведенні тесту "Передавання м'яча сусідові по шерензі (колоні)" виконали завдання за 3 хв рівно, а дівчата – за 1 хв 30 с. У цьому випадку дівчата в 2 рази швидше закінчили виконання вправи, ніж хлопці. Діти середнього шкільного віку виконали завдання однаково, тобто і хлопці, і дівчата вклалися за 50 с. Хлопці старших класів виконали тест за 28 с, а їхні однолітки дівчата – за 41 с.

Тест "Влучання в ціль" показав, що хлопці молодших класів метають м'ячики з відхиленням 1,5 м, а дівчата – 1,8 м. Хлопці середнього шкільного віку дещо точніше – 30 см відхилення, а дівчата – 45 см. Хлопці старших класів майже попадають у ціль (відхилення 5 см, а дівчата – 15 см). Відстань була до мішені – 6 м (рис. 2).

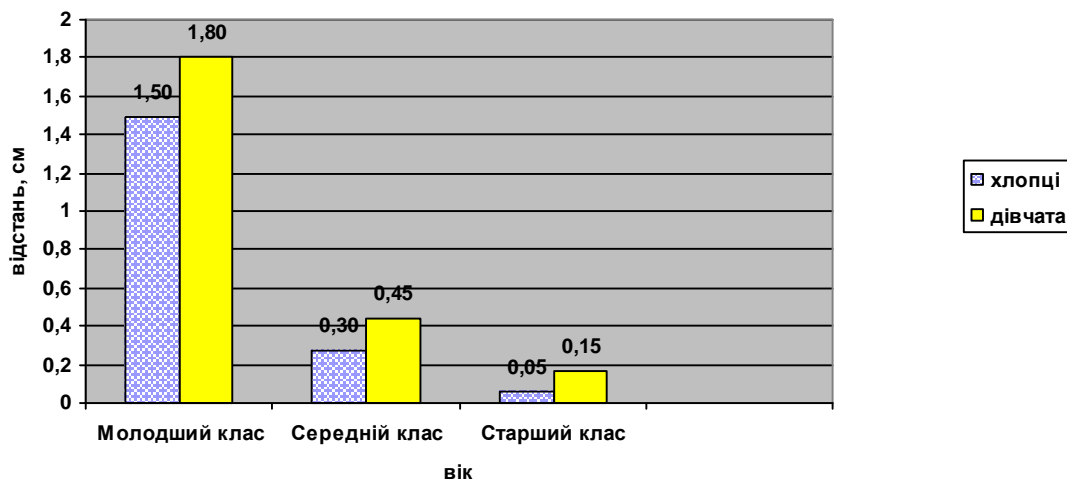


Рис. 2. Показники координації рухів у дітей молодшого, середнього і старшого шкільного віку
(тест № 7 “Влучання в ціль”)

У тесті “Стрибок з розбігу через перешкоду” хлопці молодших класів показали результат 1 хв 14 с, а дівчата – 1 хв 20 с. Хлопці середнього шкільного віку вклалися за 1 хв, а дівчата – 1 хв 2 с. Юнаки старших класів показали результат – 44 с, а дівчата – 51 с.

Усі ці тести свідчать, що багато часу на виконання вправ витрачають діти молодшого шкільного віку, особливо дівчата. Менше часу на виконання тестів витрачають діти середнього шкільного віку. Серед дівчат і хлопців цього віку більше часу витрачають дівчата. Це явище не випадкове, а закономірне, трапляється майже у всіх тестах у будь-якому шкільному віці. Щодо дітей старших класів чітко видно, що вони показують кращі результати порівняно з іншими дітьми шкільного віку.

Висновки. Координація рухів є основною для розвитку інших фізичних якостей у дітей різного шкільного віку. Вона залежить від вікових, індивідуальних та статевих ознак дитини. Координація рухів не має вікових обмежень та її слід розвивати за принципом: “Чим раніше, тим краще”.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні такого прояву спритності, як орієнтація в просторі, перебудова рухів та виконання завдань у заданому ритмі.

Література

1. Лях В. И. Координационные способности школьника.– Минск: Полымя, 1989.– 128 с.
2. Лях В. И. Тесты в физическом воспитании школьников: Пособие для учителя.– М.: АСТ, 1998.– 272 с.
3. Романенко В. А. Двигательные способности человека.– Донецк: УКЦентр, 1999.– 336 с.
4. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей.– Донецк.: ДОННУ.– 2005.– С. 79–111.
5. Теория и методика физического воспитания / За ред. Т. Ю. Круцевич.– К.: Олимп. лит., 2003.– Т. 1.– С. 283–298.
6. Теория и методика физической культуры / Под ред. Ю. Ф. Курамшина.– М.: Сов. спорт, 2007.– С. 146–165.

Анотації

Розглядається вікова динаміка розвитку спритності у дітей шкільного віку. Визначено, що спритність залежить від вікових, індивідуальних та статевих ознак дитини.

Ключові слова: спритність, координація рухів, тести, діти, шкільний вік.

Рассматривается возрастная динамика развития ловкости у детей школьного возраста. Установлено, что ловкость зависит от возрастных, индивидуальных и половых признаков ребенка.

Ключевые слова: ловкость, координация движений, тесты, дети, школьный возраст.

In the article the age dynamics of development of adroitness at the children of school age is considered. It is set, that adroitness relies on the age, individual and sexual signs of child.

Key words: adroitness, coordination of motion, tests, children, school age.