

Критерії оцінки ефективності організації процесу фізичної підготовки дітей 6–7-річного віку*Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди
(м. Переяслав-Хмельницький)*

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Найефективнішим методом контролю фізичної підготовленості дітей і підлітків, як відзначають Л. В. Волков [1], Т. Ю. Круцевич [2], А. С. Куц [3], Л. П. Сергієнко [5], є тестування фізичних якостей, вміст якого в різних країнах світу має свою спрямованість. Проте в усіх випадках розробка системи контролю припускає насамперед: визначення інформаційної значущості тесту, його валідності; проведення тестування якостей, що вивчаються, по однорідній групі, по підлозі, зросту, підготовленості; розробку оцінних таблиць, що дають змогу диференціювати результати як мінімум на три рівні – низький, середній, високий.

На підставі аналізу практики і фундаментальних досліджень в області контролю і оцінки фізичної підготовки школярів рекомендується оцінювати такі фізичні якості: швидкість, швидкість рухової реакції і швидкість частоти рухів, гнучкість (нахил вперед стоячи, сидячи), витривалість (здібності аеробів і анаеробних), силу, швидкісно-силові якості, спритність і координацію.

Таким чином, педагогічний контроль дає змогу вчителю отримати інформацію про рівень розвитку фізичних якостей, реакції організму на педагогічну дію, що є підставою для корекції учбового процесу, направленою на підвищення рівня фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку.

Мета дослідження – розробка критеріїв оцінки фізичного розвитку, яка дасть змогу підвищити ефективність організації процесу фізичної підготовки дітей 6–7-річного віку.

Для реалізації мети були сформульовані такі **завдання дослідження**:

- 1) з'ясувати стан дослідження проблеми в педагогічній теорії та практиці фізичного виховання;
- 2) розробити диференційовані таблиці індивідуальної оцінки фізичних можливостей дітей 6–7-річного віку.

Методи та організація дослідження. З метою розроблення диференційованих таблиць фізичної підготовленості дітей 6–7-річного віку були проведені педагогічні експерименти, у яких взяли участь діти, що навчаються в 1–2 класах загальноосвітніх шкіл м. Переяслав-Хмельницького, в кількості 125 дітей, з яких 60 хлопчиків і 65 дівчаток.

У зміст комплексної програми дослідження ввійшли такі **методи**:

- теоретичний аналіз та узагальнення досвіду педагогічної практики;
- педагогічний експеримент;
- тестування;
- антропометрія;
- функціональна діагностика;
- педагогічні спостереження;
- метод математичної статистики.

Під час педагогічних експериментів використовувались такі **методики**: спостереження, динамометрія, гоніометрія, пульсометрія, хронометрія, тепінгметрія.

Виклад основного матеріалу дослідження. Водночас відомо [1; 2; 4], що під час розробки програми тестування необхідно, щоб тест мав високий ступінь інформативності, був доступним для дітей молодшого шкільного віку і давав можливість швидко оцінити стан розвитку фізичних якостей.

Відзначено, що розроблені тести оцінки фізичної підготовки повинні відповідати регіону, в якому проживають діти.

Враховуючи той факт, що рівень фізичної підготовки дітей, які проживають на території України, значною мірою визначається екологічною обстановкою, економічними умовами [3] та іншими факторами, нами були проведені обстеження, спрямовані насамперед на:

- визначення інформаційної значимості дев'яти тестів, які характеризували рівень розвитку фізичних можливостей дітей;
- розробку таблиць диференційованої оцінки фізичного розвитку і фізичної підготовки дітей 6–7 років, які проживають в центральній частині України.

Під час визначення інформаційної значимості дев'яти параметрів, які характеризують рівень розвитку фізичних якостей, був застосований метод кореляційного аналізу, який дав змогу виявити ступінь взаємозалежності всіх показників фізичної підготовленості у дівчаток та хлопчиків 6–7-річного віку. Інформативність визначалася на основі сумарних показників кореляції одного тесту з іншими (табл. 1, рис. 1).

Необхідно відзначити, що інформативність тестів змінюється залежно від віку учнів, в окремих випадках інформаційне значення тесту однакове як у хлопчиків, так і в дівчаток.

У дівчаток і хлопчиків шестирічного віку висока значимість спостерігається в тестах, які характеризують швидкість руху (біг 30 м з високого старту), спритність (біг 2×15 м). Що стосується оцінки швидкісно-силових якостей, то у дівчаток висока інформативність тесту “стрибка вгору”, а у хлопчиків – “стрибка в довжину”. Найменшу інформацію у цьому віці мають показники динамометрії і частоти рухів.

Таблиця 1

Інформаційна значимість тестів фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку на основі сумарних показників кореляції

| № з/п | Показник | Стать, вік (роки) | | | |
|-------|---|-------------------|----|----------|----|
| | | дівчатка | | хлопчики | |
| | | 6 | 7 | 6 | 7 |
| 1 | Динамометрія, кг | 17* | 19 | 16 | 16 |
| 2 | Біг 30 м, с | 37 | 33 | 33 | 24 |
| 3 | Біг 300 м, с | 18 | 28 | 19 | 29 |
| 4 | Біг 2×15 м, с | 32 | 27 | 26 | 12 |
| 5 | Вистрибування, см | 27 | 26 | 22 | 18 |
| 6 | Нахил, см | 15 | 21 | 16 | 23 |
| 7 | Стрибок у довжину з місця, см | 16 | 29 | 31 | 24 |
| 8 | Ходьба із заплученими очима по прямій, см | 17 | 12 | 23 | 13 |
| 9 | Сума теплінг-тесту, кількість разів | 12 | 29 | 11 | 11 |

* Нуль та кома опущені.

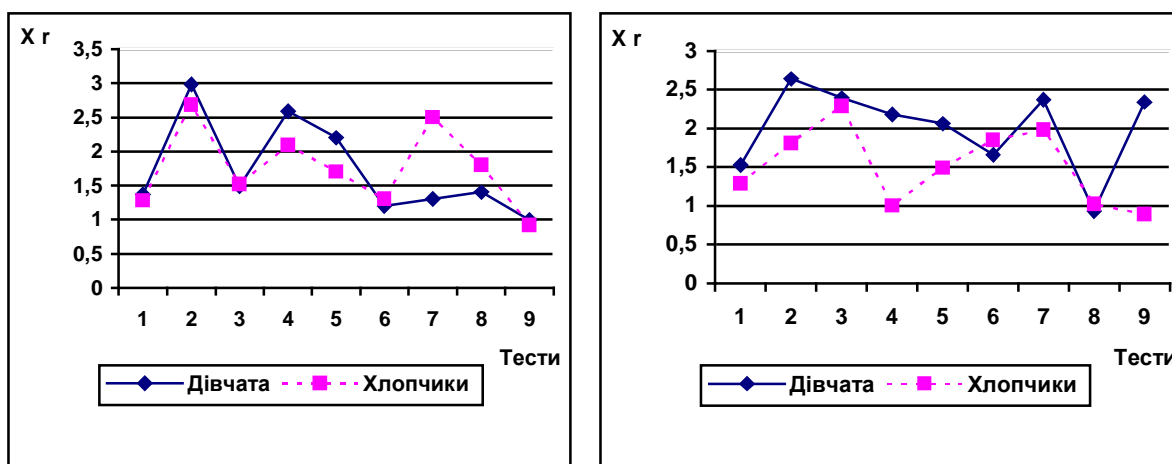


Рис. 1. Показники кореляції (r) компонентів фізичної підготовленості дітей 6–7 років: 1 – динамометрія; 2 – біг 30 м; 3 – біг 300 м; 4 – біг 2×15 м; 5 – стрибок вгору; 6 – нахил; 7 – стрибок у довжину; 8 – просторова орієнтація; 9 – частота рухів

У сім років інформаційна значимість у дівчаток і хлопчиків також достатньо висока у тестах, які характеризують швидкість, витривалість, гнучкість, а також швидкісно-силові можливості за результатами стрибків у довжину.

У семирічному віці, незалежно від статі, високий ступінь взаємозв'язку, притаманний тесту, який характеризує витривалість (біг 300 м), швидкість (біг 30 м), а також швидкісно-силову здатність (стрибок у довжину з місця).

Одержані дані інформаційної значимості дев'яти показників фізичної підготовленості дітей 6–7-річного віку дають змогу включити в зміст контролю п'ять найбільш значимих тестів, які характеризують швидкість (біг 30 м), швидкісно-силову здатність (стрибок у довжину з місця), витривалість (біг 300 м), спритність (човниковий біг 2×15 м) і гнучкість (нахил вперед).

Відповідно до вимог спортивної метрології нами розроблено для дітей 6–7 років оцінювальні таблиці, за якими рівень розвитку фізичних якостей, фізичного розвитку оцінювався в п'яти основних вимірах $X \pm 2\delta$ (табл. 2, 3).

Таблиця 2

Диференційована оцінка фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей 6-річного віку

| № з/п | Показник | Рівень розвитку і підготовленості, бали | | | | |
|-----------------|----------------------------------|---|------------------|-----------|-----------------|-----------|
| | | низький | нижче середнього | середній | вище середнього | високий |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| <i>Дівчатка</i> | | | | | | |
| 1 | Маса тіла, кг | 14,4–18,2 | 18,2–20,1 | 20,1–23,9 | 23,9–25,8 | 25,8–29,6 |
| 2 | Довжина тіла, см | 110–115 | 115–117 | 117–122 | 122–125 | 125–130 |
| 3 | Кистьова динамометрія, кг | 0,5–3,1 | 3,1–4,5 | 4,5–7,2 | 7,2–8,5 | 8,5–11,2 |
| 4 | Біг 30 м, с | 9,2–9,9 | 8,7–9,2 | 8,0–8,7 | 7,6–8,3 | 6,8–7,6 |
| 5 | Біг 300 м, хв | 2,3–2,5 | 2,2–2,3 | 1,9–2,2 | 1,8–1,9 | 1,6–1,8 |
| 6 | Біг 2×15 м, с | 9,6–10,1 | 9,4–9,6 | 8,9–9,4 | 8,6–8,9 | 8,1–8,6 |
| 7 | Стрибок вгору з місця, см | 8,0–12,0 | 12,0–14,0 | 14,0–19,0 | 19,0–25,0 | 21,0–25,0 |
| 8 | Нахил вперед, см | –3,3–0,9 | 0,9–2,9 | 2,9–7,0 | 7,0–9,1 | 9,1–12,2 |
| 9 | Стрибок в довжину з місця, см | 70–80 | 80–90 | 90–100 | 100–110 | 110–120 |
| 10 | Ходьба із закритими очима, см | 100–150 | 60–100 | 50–60 | 10–50 | 40–10 |
| 11 | Теппинг-тест, к-ть разів за 30 с | 72–90 | 90–99 | 99–117 | 117–126 | 126–144 |
| <i>Хлопчики</i> | | | | | | |
| 1 | Маса тіла, кг | 15,4–19,5 | 19,5–21,5 | 21,5–25,6 | 25,6–27,6 | 27,6–31,7 |
| 2 | Довжина тіла, см | 112–118 | 118–120 | 120–122 | 122–124 | 124–128 |
| 3 | Кистьова динамометрія, кг | 1,7–4,3 | 4,3–5,7 | 5,7–8,3 | 8,3–9,7 | 9,7–12,3 |
| 4 | Біг 30 м, с | 8,7–9,6 | 8,3–8,7 | 7,4–8,3 | 7,0–7,4 | 6,1–7,0 |
| 5 | Біг 300 м, хв | 2,2–2,5 | 2,1–2,2 | 1,8–2,1 | 1,6–1,8 | 1,3–1,6 |
| 6 | Біг 2×15 м, с | 9,5–10,0 | 9,3–9,5 | 8,8–9,3 | 8,6–8,8 | 8,2–8,6 |
| 7 | Стрибок вгору з місця, см | 4,0–10,0 | 10,0–13,0 | 13,0–19,0 | 19,0–22,0 | 22,0–28,0 |
| 8 | Нахил вперед, см | –5,3–(-1,5) | –1,5–0,30 | 0,30–4,00 | 4,00–5,9 | 5,9–9,6 |
| 9 | Стрибок в довжину з місця, см | 70–90 | 90–95 | 95–110 | 110–120 | 120–130 |
| 10 | Ходьба із закритими очима, см | 105–150 | 80–105 | 40–80 | 30–40 | 10–30 |
| 11 | Теппинг-тест, к-ть разів за 30 с | 70–86 | 86–94 | 94–111 | 111–120 | 120–136 |

Таблиця 3

Диференційована оцінка фізичного розвитку і фізичної підготовленості дітей 7-річного віку

| № з/п | Показник | Рівень розвитку і підготовленості, бали | | | | |
|-----------------|----------------------------------|---|------------------|-----------|-----------------|-----------|
| | | низький | нижче середнього | середній | вище середнього | високий |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| <i>Дівчатка</i> | | | | | | |
| 1 | Маса тіла, кг | 19,3–22,3 | 22,3–23,8 | 23,8–26,8 | 26,8–28,3 | 28,331,3 |
| 2 | Довжина тіла, см | 115–120 | 120–122 | 122–127 | 127–130 | 130–135 |
| 3 | Кистьова динамометрія, кг | 0,7–3,8 | 3,8–5,4 | 5,4–8,5 | 8,5–10,1 | 10,1–13,2 |
| 4 | Біг 30 м, с | 7,9–8,4 | 7,6–7,9 | 7,1–7,6 | 6,9–7,1 | 6,4–6,9 |
| 5 | Біг 300 м, хв | 1,6–1,8 | 1,4–1,6 | 1,4–1,6 | 1,2–1,4 | 1,1–1,2 |
| 6 | Біг 2×15 м, с | 9,8–9,3 | 9,1–9,8 | 9,1–9,6 | 8,8–9,1 | 8,3–8,8 |
| 7 | Стрибок вгору з місця, см | 11,5–16,0 | 16,0–18,0 | 18,0–23,0 | 23,0–25,0 | 25,0–30,0 |
| 8 | Нахил вперед, см | -4,1–(-0,6) | -0,6–1,1 | 1,1–4,6 | 4,6–6,3 | 6,3–9,8 |
| 9 | Стрибок в довжину з місця, см | 80–96 | 96–110 | 110–120 | 120–123 | 123–135 |
| 10 | Ходьба із закритими очима, см | 230–310 | 160–230 | 80–160 | 30–80 | 10–30 |
| 11 | Теппинг-тест, к-ть разів за 30 с | 61–86 | 86–99 | 99–123 | 123–135 | 135–160 |
| <i>Хлопчики</i> | | | | | | |
| 1 | Маса тіла, кг | 17,7–21,2 | 21,2–22,8 | 22,8–26,3 | 26,3–28,0 | 28,0–31,4 |
| 2 | Довжина тіла, см | 108–114 | 114–117 | 117–123 | 123–126 | 126–132 |
| 3 | Кистьова динамометрія, кг | 6,3–10,7 | 10,7–12,9 | 12,9–17,3 | 17,3–19,5 | 19,5–23,9 |
| 4 | Біг 30 м, с | 7,3–7,7 | 7,1–7,3 | 6,7–7,1 | 6,5–6,7 | 6,1–6,5 |
| 5 | Біг 300 м, хв | 1,3–1,4 | 1,3–1,2 | 1,2–1,1 | 1,1–1,0 | 1,0–0,55 |
| 6 | Біг 2×15 м, с | 9,5–10,2 | 9,2–9,5 | 8,4–9,2 | 8,1–8,4 | 7,4–8,1 |
| 7 | Стрибок вгору з місця, см | 14,0–19,0 | 19,0–21,0 | 21,0–25,0 | 25,0–27,0 | 27,0–32,0 |
| 8 | Нахил вперед, см | -4,5–(-0,5) | -0,5–1,5 | 1,5–5,5 | 5,3–7,5 | 7,5–11,5 |
| 9 | Стрибок в довжину з місця, см | 100–110 | 110–115 | 115–125 | 125–130 | 130–140 |
| 10 | Ходьба із закритими очима, см | 300–420 | 240–300 | 120–240 | 60–120 | 20–60 |
| 11 | Теппинг-тест, к-ть разів за 30 с | 89–103 | 103–110 | 110–123 | 123–130 | 130–144 |

Висновки

1. Виявлено, що оцінювати витривалість дівчаток і хлопчиків 6-річного віку доцільно за результатами бігу на 300 м, а кистьова динамометрія не є інформативною для оцінки рівня фізичної підготовки дітей цього віку.

2. Одержані нами дані збігаються з нормами оцінки державних тестів за показниками стрибка в довжину і нахилу вперед, але не відповідають результатам бігу на 30 м.

3. Вивчивши результати порівняльного аналізу дітей 7-річного віку контрольних класів і зіставивши їх з даними державних тестів, потрібно відзначити, що тільки в дівчаток збігаються показники за швидкісно-силовими здібностями (стрибок у довжину з місця).

4. Дещо нижчі норми державних тестів у дівчаток і хлопчиків 7-річного віку в показниках з бігу на 30 м і нахилу вперед.

Подальші дослідження можуть бути пов'язані з розробкою тестів оцінки фізичної підготовленості дітей 8–9-річного віку.

Література

1. Волков Л. В. Физическое воспитание учащихся.– К.: Рад. шк., 1988.– 184 с.
2. Круцевич Т. Ю. Влияние экологических факторов на состояние молодежи, проживающих в условиях радиационного загрязнения // III Міжнар. наук.-практ. конф. “Фіз. культура, спорт та здоров’я нації”.– Вінниця, 1998.– С. 171–174.
3. Куц А. С. Модельные показатели физического развития и физической подготовки населения Центральной Украины.– К.: Искра, 1993.– 256 с.
4. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів.– К.: Олімп. л-ра, 2001.– 439 с.
5. Сембрат С. В. Ігрове спрямування фізичної підготовки дітей молодшого шкільного віку: Автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту.– К., 2003.– 21 с.

Анотації

Розроблено педагогічні умови організації фізичної підготовки дітей 6–7 років, які враховують вікові закономірності розвитку організму, вимагають контролю і оцінки його ефективності педагогічної діяльності.

Ключові слова: *фізична підготовка, фізичний розвиток, якості.*

Разработаны педагогические условия организации физической подготовки детей 6–7 лет, которые учитывают вековую закономерность развития организма, требуют контроля и оценки его эффективности педагогической деятельности.

Ключевые слова: *физическая подготовка, физическое развитие, качества.*

The developed pedagogical terms of organization of physical preparation of children 6–7 years, which take into account age-old conformities to the law of development of organism, the control and estimation of his efficiency of pedagogical activity is required.

Key words: *physical preparation, physical development, qualities.*