

2007. – 432 с.

7. Тышлер Г. Д. Теория и методика формирования техники и тактики передвижений спортсменов в соревновательном пространстве и технология совершенствования приемов в многолетней тренировке (на примере фехтования) : автореф. докт. дис. / Г. Д. Тышлер. – М., 2010. – 46 с.

8. Тышлер Д. А. Фехтование. От новичка до чемпиона / Д.А. Тышлер, Г.Д. Тышлер. – М.: Академический проект, 2007. – 232 с.+32 с. вкл. – (Технологии спорта).

9. Улан А. Особливості змагальної діяльності у фехтуванні на різних видах зброї / Аліна Улан // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. / за заг. ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця: ТОВ «Планер», 2015. – Випуск 19, т. 2. – С.404-408.

10. Улан А. Фактори, що визначають стиль ведення поєдинків у фехтуванні / Аліна Улан // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. - Л., 2015. - Вип. 19, т. 1. - С. 252 - 255.

Хорошуха М. Ф.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

УСПІШНІСТЬ НАВЧАННЯ ПІДЛІТКІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ РІЗНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ

Розглянуто особливості специфічного впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на успішність навчання юних спортсменів. Під нашим спостереженням перебувало 130 підлітків, які займалися різними видами спорту (група А – швидкісно-силові види спорту, група Б – види спорту на витривалість). у віці 13–16 років. Виявлено, що заняття різними видами спорту неоднаково впливають на успішність навчання підлітків.

Ключові слова: успішність навчання, дослідження, спортсмени, підлітковий вік.

Хорошуха М. Ф. Успешность учебы подростков, занимающихся разными видами спорта. Рассмотрены особенности специфического воздействия тренировочных нагрузок различной направленности на успешность учебы юных спортсменов. Под нашим наблюдением пребывало 130 подростков, занимающихся разными видами спорта (группа А – скоростно-силовые виды спорта, группа Б – виды спорта на выносливость) в возрасте 13–16 лет. Выявлено, что занятия разными видами спорта неодинаково влияют на успешность учебы подростков.

Ключевые слова: успешность учебы, исследования, спортсмены, подростковый возраст.

Khoroshukha M. F. Education success of adults, who doing different kinds of sport. Features of specific influence on training loads of different directions on success of training to young athletes. Under our supervision there were 130 teenagers who are doing various kinds of sports (Group A - highly speed strength sports, group B - endurance sports). In the age term of thirteen – sixteen years. Described method is about the evaluating of success in teaching of teenagers. Comparative analysis of success of teaching of two groups of examined is attached. It has been found that process of doing different kinds of sport differently affect the success of training of teenagers. It has been also established that classes of different kinds of endurance sports, unlike highly speed strength sports, contribute to the improvement of success of teaching of students-athletes from exact sciences, while significant differences in the educational success of teenagers training of both groups in humanities and natural sciences are not checked. Best among others in studying are swimmers.

Key words: education success, researches, athletes, adolescence (teenage years).

Постановка проблеми. Реформування системи профільного навчання (до цієї системи відносяться спеціалізовані інтернатні заклади спортивного профілю: школи-інтернати спортивного профілю, училища олімпійського резерву, вищі училища фізичної культури тощо) передбачає насамперед досягнення гармонійного розвитку молоді як єдності духовних і фізичних якостей, що в давньогрецькій філософії визначається терміном «калокагатія». Успішність навчання (*працьовитість* як «...любов до праці, бажання займатися доцільною чи суспільно корисною діяльністю, що потребує розумової та фізичної напруги» [1, с. 276]) є складовою духовного здоров'я людини. Відзначимо, що на сьогодні ми не знайшли робіт, в яких були б висвітлені питання впливу занять різними видами спорту (зокрема, спрямованості тренувального процесу) на успішність навчання юних спортсменів підліткового віку. Дослідження вище зазначеного, на нашу думку, викликає зацікавленість не лише в теоретичному (установлення зв'язку між успішністю навчання та специфікою спортивної діяльності), але й практичному аспектах (досягнення гармонійності розвитку юних спортсменів як особистостей).

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Із літературних джерел знаходимо, що для забезпечення успішності навчання людей різної професійної зайнятості (спортсменів також) важливу роль відіграє стан властивостей основних нервових процесів та психічних функцій (пам'яті, уваги, мислення) [2, 3, 6]. З інших наукових праць дізнаємось, що на успішність навчання можуть впливати емоційні та соціальні фактори [9, 10, 13], особистісні якості людини [7, 11, 12], а також мотивації [8].

Робота виконана за планом НДР Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Мета дослідження – виявити можливість специфічного впливу тренувальних навантажень різної спрямованості на успішність навчання юних спортсменів 13–16 років.

Завдання роботи – провести порівняльний аналіз успішності навчання підлітків, які спеціалізуються у різних видах спорту.

Методи та організація дослідження:

- аналіз наукової та науково-методичної літератури з проблем дослідження психічних функцій та розумової працездатності людини;

- педагогічне дослідження;
- методи статистики.

Дослідження проводилися на базі Броварського вищого училища фізичної культури (БВУФК). Під нашим спостереженням перебували юні спортсмени 13–16 років ($n=130$), які за спрямованістю тренувального процесу [згідно класифікації видів спорту за О. Г. Дембо (1980)] були розподілені на дві групи: група А – види спорту швидкісно-силового характеру: легка атлетика (біг 100 і 200 м, стрибки, штовхання ядра і метання диска), бокс, вільна боротьба; група Б – види спорту, що переважно розвивають якість витривалості: лижний спорт, велоспорт, плавання (200, 400 і 800 м). Аналіз успішності навчання учнів-спортсменів БВУФК проводився за даними річних оцінок точних (алгебра, геометрія, фізика) та гуманітарних і природничих (українська мова і література, біологія) навчальних дисциплін. При виборі дисциплін із арсеналу гуманітарних і природничих навчальних предметів ми керувалися аранжуванням останніх за рівнем їх складності для учнів середнього шкільного віку (5–9-ті класи) україномовних загальноосвітніх навчальних закладів (ЗНЗ) з традиційною організацією навчання [5]. Так, до групи гуманітарних і природничих навчальних дисциплін зі стабільно середньою складністю увійшли вищевказані предмети: українська мова і література та біологія.

Результати досліджень та їх обговорення.

У табл. 1 і 2 наведено дані успішності навчання (середній бал за 12-бальною шкалою) підлітків-спортсменів, що переважно розвивають швидкісно-силові якості (група А) та якість витривалості (група Б). Знаходимо, що середній бал з точних (а) та гуманітарних і природничих (б) навчальних дисциплін у більшості спортсменів (окрім плавців) незалежно від спрямованості тренувального процесу є невисоким і знаходиться в межах 4,1–5,8 балів, а за середніми значеннями оцінок навчальних предметів вищезазначених двох груп виявляємо, що різниці між ними є недостовірними у більшості спортсменів: боксерів і борців (група А) та лижників, велосипедистів і плавців (група Б). Лише у легкоатлетів (швидкісно-силові види) реєструються достовірно кращі оцінки з гуманітарних і природничих предметів, ніж з точних ($t=2,63$; $P < 0,05$).

Краще за всіх навчаються плавці. Їх середній бал з різних дисциплін знаходиться в межах 7,2–7,6 бала, а саме: 7,2 ± 0,30 бала – з точних та 7,6 ± 0,25 бала – гуманітарних та природничих навчальних дисциплін і є достовірно вищим ($P < 0,001$) порівняно з іншими спортсменами (табл. 1).

Таблиця 1

Успішність навчання підлітків, які переважно розвивають швидкісно-силові якості за оцінюванням точних (а) та гуманітарних і природничих (б) навчальних дисциплін, $\bar{X} \pm m$

№	Учні БВУФК	(n)	Групи навчальних дисциплін		Навчальні дисципліни	
			А (бали)	Б (бали)	Алгебра (бали)	Біологія (бали)
1	Боксери	(31) t; P	5,2 ± 0,31	5,8 ± 0,24	5,1 ± 0,30	6,5 ± 0,24
			1,53; > 0,05		3,64; < 0,01	
2	Борці	(21) t; P	4,6 ± 0,27	4,9 ± 0,26	4,5 ± 0,34	5,6 ± 0,28
			0,80; > 0,05		2,50; < 0,05	
3	Легкоатлети	(24) t; P	4,1 ± 0,21	4,9 ± 0,22	4,0 ± 0,25	5,5 ± 0,26
			2,63; < 0,05		4,16; < 0,001	

За даними проведеного аналізу можна заключити, що не існує вірогідних відмінностей в успішності навчання, яке обумовлено спрямованістю тренувального процесу. Як стало відомо пізніше, причиною цього був неврахований раніше нами такий факт, як мова навчання в попередніх (до вступу до БВУФК) загальноосвітніх навчальних закладах. Так, на відділенні вільної боротьби навчається близько 30 % спортсменів кавказької національності, які не володіють українською мовою. Є також спортсмени і на інших відділеннях училища, які раніше не навчалися в україномовних ЗНЗ. А тому, на нашу думку, більш об'єктивним оцінюванням успішності навчання учнів-спортсменів може бути середній бал оцінки з двох наступних предметів: алгебри як точної дисципліни (група а) та біології, відповідно, – природничої (група б). Із представлених вище таблиць видно, що середні значення оцінок з біології є вірогідно вищими ($P < 0,05–0,001$) порівняно з такими з алгебри. А тому можна вважати, що заняття різними видами спорту, окрім плавання, краще сприяють засвоєнню гуманітарних та природничих навчальних дисциплін, ніж точних.

Таблиця 2

Успішність навчання підлітків, які переважно розвивають якість витривалості за оцінюванням точних (а) та гуманітарних і природничих (б) навчальних дисциплін, $\bar{X} \pm m$

№	Учні БВУФК	(n)	Групи навчальних дисциплін		Навчальні дисципліни	
			А (бали)	Б (бали)	Алгебра (бали)	Біологія (бали)
1	Лижники	(12) t; P	3,6 ± 0,19	3,9 ± 0,33	3,5 ± 0,19	4,4 ± 0,31
			0,79; > 0,05		2,48; < 0,05	
2	Велосипедисти	(20) t; P	3,8 ± 0,23	4,1 ± 0,19	3,7 ± 0,26	4,6 ± 0,27
			1,01; > 0,05		2,40; < 0,05	

3	Плавці	(22) t; P	7,2 ± 0,30	7,6 ± 0,25	7,4 ± 0,36	8,0 ± 0,22
			1,02; > 0,05		1,42; > 0,05	

Найвищий рівень успішності навчання з точних (алгебра) та природничих (біологія) навчальних дисциплін мають учні, що займаються плаванням. Як свідчать результати порівняльного аналізу успішності навчання підлітків видів спорту на витривалість, плавці (на високому рівні статистичної значимості, при $P < 0,001$) мають кращі результати у навчанні порівняно з їх ровесниками – лижниками та велосипедистами (табл. 3).

Таблиця 3

Порівняльний аналіз успішності навчання підлітків видів спорту на витривалість з точних (алгебра) та природничих (біологія) навчальних дисциплін, $\bar{X} \pm m$

Групи обстежуваних. Навчальні дисципліни	Плавці (n = 22) [1]	Велосипедисти (n = 20) [2]	Лижники (n = 12) [3]
Алгебра (бали)	7,4 ± 0,36	3,7 ± 0,26	3,5 ± 0,19
t: P [1–2]; t: P [1–3]	–	8,33; < 0,001	9,58; < 0,001
Біологія (бали)	8,0 ± 0,22	4,6 ± 0,27	4,4 ± 0,31
t: P [1–2]; t: P [1–3]	–	9,76; < 0,001	9,47; < 0,001

Водночас, найбільш високі та стабільні оцінки з двох груп предметів у юних плавців (7,4 ± 0,36 балів – з алгебри та 8,0 ± 0,22 балів – з біології; $t = 1,42$, $P > 0,05$), на нашу думку, дають можливість зробити висновок, що використання плавальних навантажень в їх тренувальному процесі різнобічно впливає як на розвиток рухових якостей і фізичної працездатності [4], так і на засвоєння навчального матеріалу. Однак, проведений порівняльний аналіз успішності навчання юних спортсменів, що переважно розвивають швидкісно-силові якості (група А) та якість витривалості (група Б), за оцінюванням точних (алгебра) та природничих (біологія) навчальних дисциплін (рис.) виявив наступне: достовірних відмінностей між спортсменами обох груп в успішності навчання за даними середньостатистичних оцінок з біології не знайдено ($P > 0,05$); виявлено статистично вірогідну різницю в середніх значеннях бальної оцінки з алгебри, а саме – спортсмени видів спорту на витривалість, порівняно з їх ровесниками – видів спорту швидкісно-силового характеру мають кращу успішність (5,2 ± 0,31 бала у спортсменів групи Б проти 4,4 ± 0,17 бала – групи А; $t = 2,26$, $P < 0,05$). Отже, можна вважати, що заняття видами спорту на витривалість (особливо заняття плаванням) в більшій мірі, ніж видами швидкісно-силового характеру, сприяють підвищенню успішності навчання з точних дисциплін.

Доказом цього є результати досліджень М. В. Макаренка, В. С. Лизогуба [3] та інших, які дійшли висновку, що між успішністю навчання та більшістю властивостей психофізіологічних функцій існує тісний зв'язок. Зокрема, ними було встановлено, що учні та студенти, які мали найвищі значення показників короточасної зорової пам'яті та уваги, мали й найвищу успішність навчання.

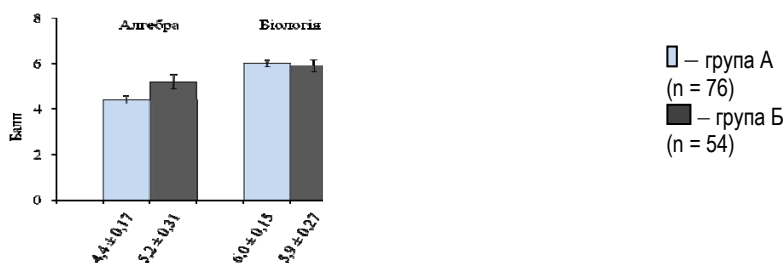


Рис. Порівняльний аналіз успішності навчання підлітків за оцінюванням точних (алгебра) та природничих (біологія) навчальних дисциплін

У проведених раніше дослідженнях з вивчення психічних функцій (зорова пам'ять, увага) та розумової працездатності підлітків, які займаються спортом, було також виявлено, що заняття видами спорту на витривалість (особливо заняття плаванням) в більшій мірі, ніж заняття швидкісно-силового характеру сприяють покращенню функції зорової пам'яті та (за більшістю показників) функції уваги, а також позитивно впливають на якісні та кількісні показники розумової працездатності, а тому можна вважати, що успішність навчання підлітків-спортсменів групи Б з точних дисциплін є кращою за успішність їх однолітків-спортсменів групи А.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукової та науково-методичної літератури свідчить про те, що дослідження успішності навчання підлітків, які займаються різними видами спорту залишається актуальною та майже не вивченою проблемою. Вивчення її, на нашу думку, дозволить наблизитись до розуміння проблеми впливу тренувань різної спрямованості на функції організму юних спортсменів як особистостей.

2. Заняття різними видами спорту неоднаково впливають на успішність навчання підлітків. Так, встановлено, що заняття видами спорту на витривалість, на відміну від занять швидкісно-силового характеру, сприяють підвищенню успішності навчання учнів-спортсменів з точних дисциплін, тоді як суттєвих відмінностей в успішності навчання підлітків обох груп з гуманітарних та природничих дисциплін не відмічено. Краще за всіх навчаються плавці.

ПОДАЛЬШІ ДОСЛІДЖЕННЯ передбачається провести у напрямку вивчення впливу занять різними видами єдиноборств

на успішність навчання юних спортсменів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Гриценко В. І. Інформаційні технології в біології та медицині : Курс лекцій : [навч. посіб.] / В. І. Гриценко, А. Б. Котова, М. І. Вовк, С. І. Кіфоренко, В. М. Белов. – К. : Наукова думка, 2007. – 25 арк.
2. Давидова О. М. Стан властивостей основних нервових процесів, функцій пам'яті та уваги в учнів старшого шкільного віку : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. біол. наук : спец. 03.00.13 "Фізіологія людини і тварин" / Олена Матвіївна Давидова. – К., 1997. – 22 с.
3. Макаренко М. В. Онтогенез психофізіологічних функцій людини / М. В. Макаренко, В. С. Лизогуб. – Черкаси : Вертикаль, видавець ПП Кандич С. Г., 2011. – 256 с.
4. Попад'їн В. В. Плавання як важливий фактор розвитку фізичних здібностей / В. В. Попад'їн, І. М. Головійчук, С. В. Номеровський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / науковий журнал. – Харків, ХОВНОКУ-ХДАДМ, 2012. – № 8. – С. 70–73.
5. Харченко Д. М. Успішність навчання та спортивна кваліфікація у студентів з різними властивостями основних нервових процесів / Д. М. Харченко // Вісник Черкаського університету. Актуальні проблеми фізіології. – Черкаси, 1998. – Вип. II. – С. 117–120.
6. Чайченко Г. М. Зависимость успеваемости студентов от индивидуально-типологических свойств их нервной системы / Г. М. Чайченко // Физиол. журн. – 1990 – Т. 36, № 4. – С. 89–93.
7. The role of metalearning in study processes / J. B. Biggs // Brit. J. Educat. Psychol. – 1985. – V. 3. – P. 185–212.
8. Carr M. Motivational components of underachievement / M. Carr, J. G. Borkowski, S. E. Maxwell // Dev. Psychol. – 1991. – V. 27, № 1. – P. 108.
9. McLean P. D. Cerebral evolution of Emotion / P. D. McLean // Handbook of Emotion. – 1993. – P. 67.
10. Vernon P. A. The heritability of measures of speed of information-processing / P. A. Vernon // Person. individ. Diff. – 1989. – № 5. – P. 573–581.
11. Ward R. J. Cardiovascular effects of posture / R. J. Ward, F. Danziger, J. J. Bonica et. al. // Aerospace Med. – 1966. – V. 37, № 2. – P. 257–259.
12. Yumamoto Y. On the fractal nature of heart rate variability in humans: effect of vagal blockade / Y. Yumamoto, Y. Nakamura, H. Sato et al. // Amer. J. Physiol. – 1995. – V. 26, № 4. – P. 830–837.

Чеховська А.Ю.

Національний технічний університет України "КПІ"

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ІНТЕГРАЦІЇ РУХІВ І МУЗИКИ

У статті проведений аналіз сучасного стану фізичного розвитку дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики в практиці дошкільних навчальних закладів. Були відібрані методи, за допомогою яких вивчається стан фізичного розвитку дітей. Проводилась оцінка результатів функціональної проби за параметрами: ступенем зміни пульсу та за часом повернення показників пульсу та дихання до вихідних величин; виявлялась ефективність фізкультурних занять в дошкільних навчальних закладах за наявністю максимальної моторної щільності.

Ключові слова: рухові якості, інтеграція рухів і музики, антропометричні показники, кількісні показники.

Чеховская А.Ю. Физическое развитие детей старшего дошкольного возраста средствами интеграции движений и музыки. В статье приведен анализ современного состояния физического развития детей старшего дошкольного возраста средствами интеграции движений и музыки. Были отобраны методы, с помощью которых изучалось состояние физического развития детей. Проводилась оценка результатов функциональной пробы по параметрам: степени измененной пульса и по времени возвращения показателей пульса и дыхания к выходным величинам; раскрывалась эффективность физкультурных занятий в дошкольных учебных заведениях по наличию максимальной плотности занятий.

Ключевые слова: двигательные качества, интеграция движений и музыки, антропометрические показатели, количественные показатели.

Chehovska A. Physical development of children of the senior preschool age by integration tools of locomotions and music. In the article gives the materials dealing with analysis of modern level of physical development of senior preschool-aged children by means of integration of movements and music in practice of preschool educational establishments. In the work the methods of investigating of children's physical development were chosen. The estimate of the results of functional test was carried according to such quotients as: levels of pulse changing and time of returning of pulse and breath indices to their basic values. Moreover effectiveness of physical exercises in preschool educational establishments was brought out by presence of maximal motor density.

Key words: motor qualities, integration of movements and music, anthropometric indices, quantitative indices.

Вступ.

Одним із складових організованого педагогічного процесу в система фізичного та музичного виховання дітей. Вченими доведено, що завдяки фізичним рухам і музиці вони ефективно впливають на формування особистості дошкільника, його особисту фізичну культуру фізичний та естетичний розвиток, створюють підґрунтя для розвитку життєвої працездатності дітей (фізичної, психічної, емоційної) [2, 4, 6]. Аналіз наукових ідей свідчить, що удосконалення цих процесів може бути забезпечений в процесі інтеграції основних засобів фізичного та музичного виховання - рухів і музики [5, 7]. Вищезазначене дає нам змогу