

модернізація в навчальних закладах системи фізичного виховання, яке має бути органічно поєднано з іншими компонентами ЗСЖ.

Аналізуючи вище окреслені шляхи підвищення ролі фізичної підготовленості студентської молоді, та головні фактори покращення рівня фізичної підготовленості є: систематичні заняття фізичними вправами, загартування, правильне харчування, активний відпочинок та боротьба з шкідливими звичками.

Як показує практика, у процесі фізичної освіти студентів переважно не приділяється увага засобам професійно-прикладної фізичної підготовки, вибір яких здійснюється з урахуванням принципів максимальної реалізації і забезпечення комплексності вирішення завдань профільованого фізичного виховання. Отже, фізичне виховання студентської молоді необхідно спрямовати на розвиток професійно важливих якостей, що задовільняють вимоги до майбутніх фахівців різних напрямів.

Література

1. Бажуков С. М. Здоров'я дітей – загальна турбота. – М., 1978. – 127 с.
2. Богданов Г. П. Уроки фізичної культури. – М., 1979. – 192 с.
3. Боднар І. Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. канд. наук з фізичн. вих. і спорту. – Луцьк, 2000. – 19 с.
4. Давиденко Д. Физична культура и культура здоровья // Теория і методика фізичного виховання і спорту – 2010. – №2. – С. 65-70.
5. Железняк Ю. Д., Петров П. К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. – М.: Академ., 2001. – 261 с. Социология семьи : Учебник. // Под ред. А. П. Антонова. - М. : Инфра, 2005. – 256 с.
6. Статистичний щорічник України за 2007 рік. Державний комітет статистики України. – К. :Консультант, 2008. – 654с.
7. Столяров В. И., Ипатов Д. И. Проблема гуманизации современного спорта и пути ее решения // Ценности спорта и пути его гуманизации / Сост. и редактор Столяров В. И. – М.: РАО, Гуманитарный Центр «СПАРТ», РГАФК, 1996. – С. 61.
8. Яковенко Ю. П. Мотивація студентів ВНЗ до самостійних занять фізичним вихованням в умовах кредитно-модульної системи навчання / Ю. П. Яковенко // Вісник Чернігівського університету. – 2007. – Вип. 44. – С. 23–26.
9. Zavydska N. Ways of optimization of sports activities of students in higher schools / A.N. Zavydska, I. Opolonets // Physical Education, Sport and Culture health in modern society: Coll. Science. papers / ed. A.V.Tsos. – Lutsk, 2010. – №2. – S. 50-54.
10. Stasiuk RM challenges and ways to improve physical education students / Stasiuk R.M., Vostotskaya J.F., Osypova I.L. // Pedagogy, psychology and biomedical problems of physical education and sport: Coll. Science. papers / ed. S. Ermakova. – H., 2009. – №3. – S. 146-149.
11. Kanishevsky S.M. Methodological and organizational basis for the physical improvement of student / S.M. Kanishevsky. – Kind. Second stereotype. – K. [b. in.], 1999. – 270 p.

Марущак М.О.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, м. Київ

ОСОБЛИВОСТІ ВІКОВОЇ ДИНАМІКИ ЗАГАЛЬНОЇ ТА СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ФУТБОЛУ

У статті обґрунтовано методи та організацію дослідження методики контролю та оцінювання навчальних досягнень учнів 5-9 класів на уроках футболу в загальноосвітній основній школі, названо й описано всі структурні групи факторів, характеристики яких впливають на якість засвоєння учнями програмового матеріалу з футболу, оволодіння спеціальною руховою підготовленістю учнів, основними технічними прийомами гри у футбол, проаналізовано результати кореляційного аналізу в кожній віковій і статевій групі досліджуваних, встановлено зв'язок між досліджуваними ознаками, вираховано очікувані значення рівня розвитку певної рухової здібності під впливом внесених в аналіз показників, що є важливим для створення нормативного підґрунтя для контролю й корекції навчально-виховного процесу під час навчання футболу учнів середніх класів.

Ключові слова: фізична культура, футбол, педагогічний контроль, оцінювання, навчальні досягнення, вікова динаміка, кореляційний аналіз, фізична рухова підготовленість, спеціальна рухова підготовленість.

Марущак М.О. Особенности возрастной динамики общей и специальной физической подготовленности учащихся основной школы в процессе изучения футбола. В статье обоснованы методы и организация исследования методики контроля и оценивания учебных достижений учащихся 5-9 классов на уроках футбола в общеобразовательной основной школе, названо и охарактеризовано все структурные группы факторов, характеристики которых влияют на качество усвоения учениками программного материала по футболу, овладение специальной двигательной подготовленностью учеников, основными техническими приёмами игры в футбол, проанализировано результаты корреляционного анализа в каждой возрастной и половой группе исследуемых, установлено связь между исследуемыми признаками, вычислены ожидаемые значения уровня развития определённой двигательной способности под влиянием внесённых в анализ показателей.

Ключевые слова: физическая культура, футбол, педагогический контроль, оценивание, учебные достижения, возрастная динамика, корреляционный анализ физическая двигательная подготовка, специальная двигательная подготовка.

Marushchak M.O. The peculiarities of age dynamics of general and special physical preparedness of pupils of secondary schools in the process of learning to play football. Generally adopted and approbated modern methods of organizing scientific investigations, the usage of which during many years in pedagogy, psychology, and physical education proved their adequateness and showed their informational content, are selected and substantiated in the article according to the given tasks. Besides, modern computerized

methods testing anthropological, psychophysical, physical and special efferent qualities and indices of organism's development are described.

Methods and organization of investigating ways of realizing control and evaluating educational achievements of pupils of the 5th-9th forms at the lessons of football in secondary schools are substantiated; all structural groups of factors, the characteristics of which influence successfulness in learning program material by pupils in football, mastering special efferent preparedness, the main technical skills of playing football are named and described. The results of correlational analysis in every age and sex group of the researched are analyzed in the article. Besides, the connection between experimental features is determined, the awaited importance of the level of development of a certain efferent ability under the influence of the listed in the analysis indices are counted up. This all is important for creating some normative base for controlling and correcting the educational process among pupils of middle classes in P.E., developing methods of evaluating pupils' success in studying at secondary schools, taking into consideration (in every age) parameters depending on health, motivation, age and sex peculiarities of morph functional and psychical development of the organisms of pupils in middle classes during the lessons of football. Connections between physical, anthropometrical, psychophysiological characteristics and pupils' special efferent indices in every age and group are cleared up, what is necessary for successful learning to play football.

Key words: physical culture, football, control, evaluation, educational achievements, age dynamics, correlational analysis, physical efferent preparedness, special efferent preparedness.

Вступ. На успішність засвоєння учнями основної школи програмового матеріалу з футболу впливають показники фізичної та спеціальної рухової підготовленості учнів, їх психофізіологічні й антропометричні характеристики, показники соматичного здоров'я. Їх динаміка серед дітей шкільного віку має певні особливості, що неодноразово доводилося науковцями [2,5,13,14]. На їх думку, визначення динаміки показників дає можливість дослідити особливості їх прояву у відповідній категорії досліджуваних, вносити певні корективи, а також розробляти методики щодо їх формування, корекції, розвитку тощо. При цьому важливо враховувати вікові закономірності анатомо-фізіологічних та психічних якостей та особливостей розвитку учня на кожному віковому етапі, будувати педагогічний процес на основі всіх морфофункціональних закономірностей розвитку учнів, їх антропометричних даних, варіантів біологічного розвитку, індивідуальної рухової підготовленості та психологічних особливостей, враховувати те, що найбільші стрибкоподібні зміни як у структурі, так і у функціях окремих органів і систем (пубертатний стрибок) спостерігаються в учнів 5–9 класів шкіл [1,9,17,18]). Вікова динаміка навчальних досягнень учнів цих класів на уроках футболу має певні особливості, характеризується гетерохронністю й певною відмінністю в розвитку спеціальної рухової підготовленості учнів, в оволодінні ними технічними прийомами гри у футбол, тісним взаємозв'язком між антропометричними даними, фізичними, психофізіологічними показниками, соматичним здоров'ям та руховими тестами, які є необхідними для успішного навчання гри у футбол [10,7,11,15]. Це підтверджують загальновідомі методики, комп'ютерні програми, педагогічні тести, проби, індекси, хронометрування, вимірювання, вибірковий метод і кореляційний аналіз, які застосовуються в наукових дослідженнях [3,4 8, 12,18].

Мета роботи – дослідити особливості вікової динаміки загальної та спеціальної фізичної підготовленості учнів основної школи в процесі вивчення футболу.

Результати дослідження. Морфологічні характеристики організму дітей 10–14 років у різні вікові періоди розвиваються нерівномірно. Періоди вповільненого зростання змінюються періодом посиленого росту, пов'язаном з настанням статевого дозрівання. Тому вікова динаміка показників *спеціальної та фізичної рухової підготовленості* учнів 5–9 класів характеризується певною відмінністю у розвитку навчальних досягнень [2,6,9,14,20].

Для оцінювання спеціальної рухової підготовленості школярів основної школи було використано педагогічне тестування учнів. Оцінка стану складалася з окремих оцінок рівня основних якостей технічної підготовленості учня. Вимірювалися такі показники спеціальної рухової підготовленості: ведення м'яча, *сек.*; зупинка м'яча, *бали*, удари по м'ячу на дальність, *м*; удари по м'ячу на точність, *бали*; жонгливання м'ячем, *рази*.

Встановлено, що показники з ведення м'яча у хлопців досліджуваного періоду збільшуються з 5 по 9 клас, але найбільш значущі відмінності спостерігаються між результатами учнів 5 і 6 класу. Показники хлопців 6, 7, 8, 9 класів суттєво не відрізняються. Найкращий результат ведення м'яча показали семикласники. Як і у хлопців, динаміка показників рухової підготовленості в дівчат теж має свої відмінності. Найкращі достовірно прогресуючі результати з ведення м'яча продемонстрували дівчата 6 класу. Більше як на 1 *сек.* довше виконували вправу учениці 7 і 8 класу, на 2 *сек.* довше – дівчата 9 класу. Найбільш значущі достовірні відмінності спостерігаються між показниками учениць 5 і 6 класів. Показники зупинки м'яча прогресують у хлопців 7 і 9 класів. У решти досліджуваних ці відмінності статистично не суттєві. Майже однакові вони в учнів 5 і 6 та 7 і 8 класів. Найкращий результат зупинки м'яча показали хлопці 9 класу. Тестування зупинки м'яча в дівчат підтвердило, що суттєві покращення відбуваються у восьмикласниць, тоді як у дівчат інших класів зрушень у показниках немає. Результати ударів по м'ячу на дальність зростають у хлопців з 5 по 9 класи: з 18,60 м до 44,30 м (при $p < 0,05$). Найбільша достовірна різниця в показниках зафіксована між учнями 5 і 6 класу. Вона становить 11,07 м. Найменша різниця в показниках спостерігається між учнями 8 і 9 клас. Ріст результатів ударів м'яча на дальність спостерігається в дівчат 5 і 8 класів (при $p < 0,05$). Найгірші показники в учениць 6 класу. Результати тестування ударів м'яча на точність хлопців 5–9 класів співпадають. Показники учнів 5, 8 і 9 класу однакові. Ріст результатів досліджуваних не простежується. Найбільшою точністю ударів по м'ячу відзначаються дівчата 7 і 8 класу, в учениць 9 класу результати цього тесту погіршуються і є найнижчими серед показників досліджуваних (при $p < 0,05$). У жонгливанні м'ячем недостовірні відмінності в результатах спостерігаються між хлопцями 5 і 6 класів, а також між учнями 8 і 9 класів. Однакові результати продемонстрували шестикласники і семикласники. Велика різниця між показниками учнів 8 і 9 класів (при $p < 0,05$). Тест на жонгливання м'ячем теж був складним для дев'ятикласниць. Трохи краще його виконали учениці 6 і 7 класів. Однак показані досліджуваними результати виявилися не високими.

Вікова динаміка загальної фізичної підготовленості учнів 5–9 класів характеризується періодами прискореного розвитку, нерівномірності та стабілізації показників. Під час тестування рівня швидкості у хлопців встановлено достовірний суттєвий ріст показників між учнями 5 і 6 класу (при $p < 0,05$). Починаючи з 8 класу, результати хлопців погіршуються. Так, як і у хлопців, найкращі

показники під час тестування рівня швидкості виявлено в дівчат 5 і 6 класу. У 8 класі в дівчат теж спостерігається зниження показників швидкості, у 9 класі вони знову зростають. Прискорений розвиток показників рівня спритності у хлопців зафіксовано теж між учнями 5 і 6 класів (при $p < 0,05$). У 7 і 8 класах ці показники поступово зростають, у 9 класі вони стабілізуються. Подібно до хлопців, між 5 і 6 класом спостерігається достовірний прискорений розвиток показників спритності й у дівчаток (при $p < 0,05$). Ще один якісний стрибок зафіксовано між показниками учениць 7 і 8 класу, у 9 класі результати трохи зростають і стабілізуються. Після 5 класу в хлопців спостерігається достовірне різке покращення рівня силової витривалості (при $p < 0,05$). Після його різкого покращення у хлопців 6 класу в наступних класах ці показники уже суттєво не зростають. У дівчаток 5 класу, як і у хлопчиків, теж виявлено низький рівень силової витривалості, яка зростає в наступних класах. За результатами тестів майже в 3 рази достовірно покращуються показники силової витривалості в учениць 6 класу, але до 9 класу суттєво не змінюються (при $p < 0,05$).

З метою вивчення взаємодії усіх цих показників був використаний кореляційний аналіз у кожній віковій та статевій групі учнів для розрахунку належних норм спеціальної рухової підготовленості, встановлено зв'язок між досліджуваними ознаками, що дозволило вирахувати очікувані значення рівня розвитку певної рухової здібності під впливом внесених в аналіз показників. Підтверджена думка вітчизняних й зарубіжних науковців, що вікова динаміка показників спеціальної рухової підготовленості учнів 5–9 класів має певні особливості, характеризується нерівномірністю і певною відмінністю в розвитку навчальних досягнень [2,5,6,14,19].

У п'ятому класі на ведення м'яча у хлопчиків впливають антропометричні показники довжини ноги (-0,67 при $p < 0,05$), достовірний високий коефіцієнт кореляції мають такі психофізіологічні показники, як об'єм уваги (0,66 при $p < 0,05$) та рухова пам'ять (-0,59 при $p < 0,05$), показники соматичного здоров'я – ЖЄЛ (0,78 при $p < 0,05$) та гнучкість (0,65 при $p < 0,05$). У дівчаток було виявлено, що на результативність з ведення м'яча достовірний високий вплив має рухова пам'ять (0,51 при $p < 0,05$), просторова орієнтація (-0,50 при $p < 0,05$) і швидкість (-0,53 при $p < 0,05$). На зупинку м'яча у хлопчиків цього класу впливають довжина гомілки (0,51 при $p < 0,05$), точність оцінювання силових параметрів у напівсили і у чверть сили (0,77 при $p < 0,05$; 0,55 при $p < 0,05$), просторово-динамічна орієнтація (0,60 при $p < 0,05$), переключення уваги (0,54 при $p < 0,05$), силова витривалість (-0,50 при $p < 0,05$). У дівчаток на зупинку м'яча впливає час реакції на рухомий об'єкт (0,50 при $p < 0,05$), просторово-динамічна орієнтація (0,58 при $p < 0,05$), обсяг пам'яті (-0,66 при $p < 0,05$), частота рухів (-0,57 при $p < 0,05$). Удари м'яча на дальність у хлопчиків мають високий обернений коефіцієнт кореляції зі зростом, довжиною ноги, довжиною гомілки (-0,51 при $p < 0,05$; -0,60 при $p < 0,05$; -0,54 при $p < 0,05$), достовірно корелюють із частотою рухів (0,72 при $p < 0,05$), просторовою орієнтацією (-0,51 при $p < 0,05$). У дівчаток на удари м'яча на дальність впливають довжина стопи (-0,74 при $p < 0,05$) і довжина гомілки (0,52 при $p < 0,05$). Вони достовірно корелюють також із обсягом пам'яті (0,54 при $p < 0,05$), обсягом зорової пам'яті (0,50 при $p < 0,05$), часом реакції на руховий об'єкт (-0,55 при $p < 0,05$), високий коефіцієнт кореляції виявлено між ударами м'яча на дальність і ЖЄЛ, силовим індексом та рівновагою (0,60 при $p < 0,05$; 0,60 при $p < 0,05$; -0,54 при $p < 0,05$). Удари м'яча на точність у хлопчиків цього віку не мають високих кореляційних зв'язків. У дівчаток вони мають високий прямий коефіцієнт кореляції із руховою пам'яттю (0,86 при $p < 0,05$), часом реакції на рухомий об'єкт (0,67 при $p < 0,05$), точністю часової чутливості (0,52 при $p < 0,05$), висока від'ємна кореляція між ударами по м'ячу на точність і переключенням уваги (-0,87 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (-0,57 при $p < 0,05$), швидкістю (-0,71 при $p < 0,05$), спритністю (-0,69 при $p < 0,05$), силовою витривалістю (-0,60 при $p < 0,05$). Жонгливання м'яча у хлопчиків 5 класу теж не має високого коефіцієнта кореляції. На жонгливання м'яча у дівчаток впливає довжина стопи (0,52 при $p < 0,05$), від'ємний характер мають кореляційні зв'язки між жонгливанням і швидкістю (-0,57 при $p < 0,05$) та спритністю (-0,57 при $p < 0,05$).

На результати ведення м'яча у хлопців шостого класу достовірний високий вплив має один психофізіологічний показник – обсяг зорової пам'яті (0,57 при $p < 0,05$) та два показники соматичного здоров'я – гнучкість і силовий індекс (0,63 при $p < 0,05$; 0,55 при $p < 0,05$). У дівчат встановлено обернені коефіцієнти кореляції між веденням м'яча й масою тіла (-0,52 при $p < 0,05$), довжиною ноги (-0,62 при $p < 0,05$), довжиною гомілки (-0,65 при $p < 0,05$), частотою рухів (-0,69 при $p < 0,05$), реакцією на рухомий об'єкт (-0,60 при $p < 0,05$) та прямий взаємозв'язок з обсягом зорової пам'яті (0,50 при $p < 0,05$), силовою витривалістю (0,79 при $p < 0,05$), рівновагою (0,71 при $p < 0,05$). Зупинка м'яча у хлопців взаємозв'язана з масою тіла (0,53 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (0,67 при $p < 0,05$), довжиною стопи (0,54 при $p < 0,05$). У дівчат зупинка м'яча достовірно корелює і має обернений коефіцієнт кореляції із об'ємом уваги (-0,65 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у чверть сили (-0,61 при $p < 0,05$), переключенням уваги (-0,61 при $p < 0,05$), гнучкістю (-0,60 при $p < 0,05$), прямий коефіцієнт кореляції із силовою витривалістю (0,78 при $p < 0,05$), ЧСС (0,56 при $p < 0,05$). Удари м'яча на дальність у хлопців достовірно корелюють з обсягом пам'яті (-0,86 при $p < 0,05$). У дівчат високий ступінь кореляції встановлено між ударом м'яча на дальність і масою тіла (-0,65 при $p < 0,05$), руховою пам'яттю (0,89 при $p < 0,05$) та просторово-динамічною орієнтацією (0,61 при $p < 0,05$). Удари м'яча на точність у хлопців достовірно корелюють із часом реакції на рухомий об'єкт (-0,81 при $p < 0,05$), обсягом зорової пам'яті (0,51 при $p < 0,05$), ЖЄЛ (0,68 при $p < 0,05$), показниками зросту (0,68 при $p < 0,05$). У дівчат точність ударів по м'ячу має достовірні зв'язки із частотою рухів (-0,54 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у півсили (0,48 при $p < 0,05$), ЖЄЛ (0,68 при $p < 0,05$) і ЧСС (0,60 при $p < 0,05$). Жонгливання м'яча у хлопців корелює з ЖЄЛ (0,76 при $p < 0,05$), довжиною гомілки (-0,55 при $p < 0,05$) і СІ (-0,54 при $p < 0,05$). У дівчат достовірний сильний вплив на жонгливання м'яча мають показники часу реакції на рухомий об'єкт (0,79 при $p < 0,05$), точність оцінювання силових параметрів у чверть сили (0,62 при $p < 0,05$), об'єм уваги (0,55 при $p < 0,05$), просторова орієнтація (-0,90 при $p < 0,05$), частота рухів (-0,58 при $p < 0,05$).

Ведення м'яча у хлопців сьомого класу достовірно корелює із обсягом зорової пам'яті (0,52 при $p < 0,05$). Виявлено два взаємозв'язки з високим коефіцієнтом кореляції з силовою витривалістю (-0,78 при $p < 0,05$), спритністю (0,51 при $p < 0,05$). У дівчат встановлено дуже сильний прямий коефіцієнт кореляції з довжиною стопи (0,90 при $p < 0,05$), а також з масою тіла, зростом, довжиною ноги (0,64 при $p < 0,05$; 0,56 при $p < 0,05$; 0,52 при $p < 0,05$), достовірну кореляцію з руховою пам'яттю (0,57 при $p < 0,05$) й індексом Робінсона та ЧСС (0,82 при $p < 0,05$; 0,74 при $p < 0,05$). Зупинка м'яча у хлопців достовірно пов'язана із реакцією на рухомий об'єкт (-0,78 при $p < 0,05$), додатну кореляцію встановлено з обсягом зорової пам'яті та просторовою орієнтацією (0,51 при $p < 0,05$; 0,49 при $p < 0,05$) і гнучкістю (0,62 при $p < 0,05$). У дівчат виявлено 6 сильних прямих кореляційних взаємозв'язків з психофізіологічними показниками: з просторовою орієнтацією (0,83 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у півсили

(0,72 при $p < 0,05$), переключенням уваги (0,66 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (0,59 при $p < 0,05$), точністю часової чутливості (0,59 при $p < 0,05$), руховою пам'яттю (0,55 при $p < 0,05$), а також з індексом Робінсона та ЧСС (0,67 при $p < 0,05$; 0,56 при $p < 0,05$). Удари м'яча на дальність у хлопців не мають високих кореляційних зв'язків. У дівчат виявлено достовірний обернений кореляційний зв'язок із просторово-динамічною орієнтацією (-0,72 при $p < 0,05$), спритністю (-0,84 при $p < 0,05$) та прямий коефіцієнт кореляції з часом реакції на рухомий об'єкт (0,50 при $p < 0,05$), СІ (0,56 при $p < 0,05$). Удари м'яча на точність у хлопців мають високий показник зв'язку з довжиною гомілки (-0,71 при $p < 0,05$), з обсягом пам'яті (0,52 при $p < 0,05$). У дівчат високі показники зв'язку проявилися з ЖЄЛ та СІ (0,83 при $p < 0,05$; 0,61 при $p < 0,05$), довжиною гомілки (-0,68 при $p < 0,05$), реакцією на рухомий об'єкт (0,50 при $p < 0,05$). На якість жонгливання м'яча у хлопців достовірний вплив мають обсяг зорової пам'яті (0,68 при $p < 0,05$), просторово-динамічна орієнтація (0,61 при $p < 0,05$), рівновага (-0,61 при $p < 0,05$). У дівчат на жонгливання сильно впливають реакція на рухомий об'єкт (0,82 при $p < 0,05$), обсяг пам'яті (0,72 при $p < 0,05$), точність оцінки силових параметрів у чверть сили (0,65 при $p < 0,05$), обсяг зорової пам'яті (0,66 при $p < 0,05$), просторова орієнтація 0,57 при $p < 0,05$), довжина стопи (0,53 при $p < 0,05$), силова витривалість (0,51 при $p < 0,05$), рівновага (-0,60 при $p < 0,05$).

Ведення м'яча у хлопців восьмого класу має високий прямий кореляційний зв'язок із силовою витривалістю (0,72 при $p < 0,05$), частотою рухів (0,67 при $p < 0,05$) та переключенням уваги (0,59 при $p < 0,05$), обернений кореляційний зв'язок з обсягом зорової пам'яті (-0,74 при $p < 0,05$), показниками оцінювання силових параметрів у півсили (-0,59 при $p < 0,05$), просторовою орієнтацією (-0,60 при $p < 0,05$). Ведення м'яча у дівчат має дуже сильну від'ємну кореляцію із зростом (-0,92 при $p < 0,05$), масою тіла (-0,73 при $p < 0,05$), просторовою орієнтацією (-0,77 при $p < 0,05$), об'ємом уваги (-0,53 при $p < 0,05$), додатну кореляцію з точністю часової чутливості (0,77 при $p < 0,05$). Зупинка м'яча у хлопців цього класу достовірно корелює із частотою рухів (0,82 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (0,59 при $p < 0,05$), точністю часової чутливості (0,51 при $p < 0,05$), просторовою орієнтацією (-0,77 при $p < 0,05$), часом реакції на рухомий об'єкт (-0,66 при $p < 0,05$), рівновагою (-0,78 при $p < 0,05$). Зупинка м'яча у дівчат сильно корелює з точністю часової чутливості (0,77 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (0,78 при $p < 0,05$), спритністю (0,54 при $p < 0,05$), обернений кореляційний зв'язок існує з просторовою орієнтацією (-0,61 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у півсили (-0,51 при $p < 0,05$), довжиною гомілки (-0,78 при $p < 0,05$). Удар м'яча на дальність у хлопців корелює з довжиною ноги (-0,74 при $p < 0,05$), руховою пам'яттю (0,50 при $p < 0,05$). У дівчат високий прямий коефіцієнт кореляції виявлено між ударом на дальність і масою тіла, зростом, довжиною гомілки, довжиною стопи, СІ (0,68 при $p < 0,05$; 0,72 при $p < 0,05$; 0,63 при $p < 0,05$; 0,76 при $p < 0,05$; 0,62 при $p < 0,05$), достовірна обернена кореляція з точністю часової чутливості (-0,59 при $p < 0,05$). Точність ударів по м'ячу у хлопців цього класу має високу додатну й від'ємну кореляцію з частотою рухів (0,75 при $p < 0,05$), переключенням уваги (-0,83 при $p < 0,05$), просторовою орієнтацією (-0,81 при $p < 0,05$), обсягом зорової пам'яті (-0,64 при $p < 0,05$) та рівновагою (-0,62 при $p < 0,05$). На удар м'яча на точність у дівчат впливає довжина гомілки, довжина індексом Робінсона (0,53 при $p < 0,05$), зорової пам'яті (0,51 при $p < 0,05$), спритність (0,70 при $p < 0,05$), рівновага (0,59 при $p < 0,05$), точність оцінювання силових параметрів у півсили (-0,79 при $p < 0,05$), показник ЧСС (-0,54 при $p < 0,05$). Жонгливання м'яча у хлопців має високі прямі кореляційні зв'язки з масою тіла (0,52 при $p < 0,05$), показниками ЖЄЛ (0,64 при $p < 0,05$), обернений коефіцієнт кореляції з силовою витривалістю (-0,59 при $p < 0,05$). У дівчат встановлено кореляційний зв'язок між жонгливанням м'яча й гнучкістю (-0,57 при $p < 0,05$).

Ведення м'яча у хлопців дев'ятого класу має вагому пряму кореляцію із рівновагою (0,79 при $p < 0,05$), спритністю (0,63 при $p < 0,05$), індексом Робінсона (0,53 при $p < 0,05$), просторово-динамічною орієнтацією (0,50 при $p < 0,05$), обернену із силовою витривалістю (-0,74 при $p < 0,05$), точністю часової чутливості (-0,55 при $p < 0,05$). Ведення м'яча у дівчат має сильний прямий кореляційний зв'язок із обсягом пам'яті (0,74 при $p < 0,05$), обсягом зорової пам'яті (0,73 при $p < 0,05$), переключенням уваги (0,68 при $p < 0,05$), реакцією на рухомий об'єкт (0,51 при $p < 0,05$); обернений кореляційний зв'язок між веденням м'яча і просторово-динамічною орієнтацією (-0,68 при $p < 0,05$), об'ємом уваги (-0,65 при $p < 0,05$), зростом, довжиною ноги, довжиною стопи, масою тіла (-0,89 при $p < 0,05$; -0,88 при $p < 0,05$; -0,71 при $p < 0,05$; -0,54 при $p < 0,05$), силовою витривалістю (-0,82 при $p < 0,05$), СІ (-0,73 при $p < 0,05$). Зупинка м'яча у хлопців цього віку не має високих кореляційних зв'язків. У дівчат зупинка м'яча має сильний додатний коефіцієнт кореляції з обсягом зорової пам'яті (0,65 при $p < 0,05$), обсягом пам'яті (0,50 при $p < 0,05$), від'ємний коефіцієнт кореляції з просторово-динамічною орієнтацією (-0,63 при $p < 0,05$), об'ємом уваги (-0,60 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у чверть сили (-0,54 при $p < 0,05$), довжиною стопи і зростом (-0,65 при $p < 0,05$; -0,55 при $p < 0,05$), швидкістю (-0,57 при $p < 0,05$), індексом Робінсона, ЧСС, СІ (-0,68 при $p < 0,05$; -0,55 при $p < 0,05$; -0,52 при $p < 0,05$). Удари м'яча на дальність у хлопців мають кореляційний зв'язок із СІ (0,51 при $p < 0,05$). Удари м'яча на дальність у дівчат мають високі прямі кореляційні зв'язки із реакцією на рухомий об'єкт (0,70 при $p < 0,05$), точністю часової чутливості (0,64 при $p < 0,05$), спритністю (0,81 при $p < 0,05$), ЧСС (0,79 при $p < 0,05$), точністю оцінювання силових параметрів у чверть сили (0,50 при $p < 0,05$), обернений із руховою пам'яттю (-0,76 при $p < 0,05$), довжиною ноги (-0,80 при $p < 0,05$). Високий коефіцієнт кореляції виявлено у хлопців між ударами м'яча на точність й оцінюванням силових параметрів у півсили (0,76 при $p < 0,05$) та у чверть сили (0,66 при $p < 0,05$), силовою витривалістю (0,59 при $p < 0,05$), спритністю (-0,52 при $p < 0,05$), ЖЄЛ (0,58 при $p < 0,05$), СІ (0,56 при $p < 0,05$). На удари м'яча на точність у дівчат впливають довжина ноги, зріст, довжина стопи (-0,73 при $p < 0,05$; -0,65 при $p < 0,05$; -0,58 при $p < 0,05$), сильні прямі кореляційні зв'язки спостерігаються між ударами м'яча на точність і обсягом пам'яті (0,89 при $p < 0,05$), переключенням уваги (0,70 при $p < 0,05$), часом реакції на рухомий об'єкт (0,64 при $p < 0,05$), спритністю (0,81 при $p < 0,05$; 0,63 при $p < 0,05$). На жонгливання м'ячем у хлопців впливає силова витривалість (-0,58 при $p < 0,05$). У дівчат виявлені високі від'ємні кореляційні зв'язки з довжиною ноги (-0,63 при $p < 0,05$), руховою пам'яттю (-0,82 при $p < 0,05$).

Висновки.

1. Проведені антропометричні, фізичні, психофізіологічні вимірювання, характеристики соматичного здоров'я засвідчують тенденцію зростання досліджуваних показників з віком. Водночас виявлено нерівномірність зростання цих показників у кожному віковому періоді. Аналіз проведеного дослідження також дав можливість стверджувати, що вікова динаміка, статеві відмінності та біологічна перебудова дитячого організму в цей період вимагає особливої уваги до контролю та оцінювання учнів з

різним рівнем фізичного здоров'я та фізичної підготовленості, що є важливим для розв'язання низки практичних завдань під час уроків футболу з позицій вікової фізіології.

2. Отримані інформативні показники дають змогу прогнозувати й контролювати динаміку змін і вчасно використовувати методи й засоби корекції та реабілітації учнів під час занять футболом. Аналіз кореляційних зв'язків показав, що ці взаємозв'язки мають виражені відмінності в залежності від віку та статі досліджуваних дітей. При цьому встановлено, що на результативність рухових показників у футболі в дітей середнього шкільного віку найбільший вплив мають психофізіологічні процеси, які активізуються в цей період життя дітей.

Напрямок подальших досліджень буде спрямований на опрацювання інтегральних показників успішності учнів та встановлення індивідуальних контрольних норм кожного технічного прийому в процесі занять футболом з урахуванням віку, статі, стану здоров'я, мотивації, морфофункціонального та психічного розвитку дитячого організму. На цій основі буде сконструйовано педагогічну модель оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках футболу з використанням інформаційно-комп'ютерних технологій. Отримані результати ляжуть в основу обґрунтування й розробки диференційованої методики оцінювання ігрових дій учнів 5–9 класів у процесі занять футболом.

Література

1. Арефьев В.Г. Сучасні стандарти фізичного розвитку школярів / В.Г. Ареф'єв. – К.: Вежа, 1999. – 256 с.
2. Васильчук А.Г. Динаміка показників фізичної і техніко–тактичної підготовленості школярів під впливом уроків з футболу на основі комп'ютерних технологій // Педагогіка, психологія та медико–біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. / За ред. С.С.Єрмакова. – Х, 2003. – №10. – С. 9–18.
3. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. / Т.Ю. Круцевич, М.І.Воробійов, Г.В.Безверхня. – К.: Олімп. л–ра, 2011. – 224 с.
4. Левчук В. Організація тестування рівня техніко–тактичної підготовленості футболістів 11–17 років. Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип.10: У 4-х т. – Львів: НВФ «Українські технології», 2006. – Т. 2. – С. 229–233.
5. Мішаровський Р.М. Визначення найбільш інформативних показників під час навчання спеціальних умінь учнів молодшого шкільного віку на уроках з футболу в школі. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Київ., 2010.- Випуск № 6. Серія №15 – С. 184-188.
6. Романюк В.П. Комплексна оцінка впливу занять футболом в умовах різних рухових режимів на морфофункціональний розвиток школярів 11– 17 років: Автореф. дис. ...канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.02. // Харківс. держ. ак–мія фізичної культури. – Харків, 2007.– 19 с.
7. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів. – К.: Олімпійська література, 2001. – 439 с.
8. Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной деятельности. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 224с.
9. Шаленко В. В. Формування рухових якостей та технічної підготовленості школярів протягом безперервної футбольної підготовки : дис... канд. наук з фіз. виховання: 24.00.01 / Харківська держ. академія фізичної культури. - Х., 2005.
10. Apolzan D. Futbol 2010 //FPDF - Bucuresti, Romania, 2000 – 434 p.
11. Benk G. Football training program. – New York, 1991. – 226 p.
12. Brooks G.A., Faney T.D. Exercise Physiology/ Human bioenergetics and its applications. — Ontario.: Rexdale, 1984. — P. 63.
13. Craggs C., Corder K, van Sluijs, E.M. and Griffin S., (2011). Determinants of change in physical activity in children and adolescents: a systematic review. American journal of Preventive Medicine, 40(6), pp. 645-658.
14. Wilmore J.H., Costill D.L. Physiology of sport and exercise. – Champaign: Human Kinetics, 1994. – 549 p.
15. Latsh M. L. Control of human movement. – Champaign ; Illinois : Human Kinetics, 1993. – P. 38 – 40.
16. Mallo J. Physical load imposed on soccer players during small-sided training games/ J. Mallo, E. Navarro // J Sports Med Phys Fitness, 2008.– Vol. 26, № 2.– P. 81 – 89.
17. Krause R. Grundsichule der futball Technik. Ein Buch fur Schule und Sportgemeinschaft: Volk und Wissen. Volkseigener Verlag. - Berlin, 1958. - 226 s.
18. Silva J.M., Shultz B.B., Haslam R.M., Murrey D. Psychophysiological assessment and sport. - Reston, Virginia. - V.52. - Oct. 1981. - P. 348-358.
19. Torreles A.S., Frattarde C. Alkay Entrena-miento en el futbol base. – Barcelona, 1993. – 414 p.

Масенко Л.В.

Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова

ЗНАЧЕННЯ ВПРОВАДЖЕННЯ КОМБІНОВАНОЇ СЕКЦІЇ «ОЗДОРОВЧА АЕРОБІКА - ОСНОВИ САМОЗАХИСТУ» В КОНТЕКСТІ РЕФОРМУВАННЯ СИСТЕМИ ОСВІТИ В УКРАЇНІ

Запропоновано створення нової секції на основі поєднання оздоровчої аеробіки та основ самозахисту для студенток ВУЗів. Таке поєднання дасть змогу підвищити рівень здоров'я, покращити роботу усіх органів і систем організму, підвищити рівень психологічної готовності та практичних умінь і навичок самозахисту. Введення нових сучасних форм занять популярних серед молоді повинно підняти на новий якісний рівень систему фізичного виховання, підвищити рівень мотивації студентів до занять.

Ключові слова: оздоровча аеробіка, основи самозахисту, фізична культура, система фізичного виховання, студентки.

Масенко Лариса *Значение внедрения комбинированной секции «Оздоровительная аэробика - основы*