

## ОСОБЛИВОСТІ ОЦІНКИ РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ ХЛОПЦІВ 10—11 КЛАСІВ

Старченко В.М.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1131

**Анотація. Мета дослідження** — визначити основні показники розвитку рухових здібностей у хлопців 10—11 класів. **Матеріал і методи.** Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики. В дослідженні приймали участь 28 хлопців старших класів (14 хлопців 10 класу та 14 хлопців 11 класу).

**Висновки.** Загальний рівень рухової підготовленості хлопців 10—11 класів оцінюється як середній. Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидкісно-силових здібностей ( $p < 0,05$ ), що вказує на певну тенденцію до покращення загального рівня рухової підготовленості, а також на вплив вікових особливостей на розвиток рухових здібностей хлопців старших класів. За рівнем функціональної підготовленості хлопці 10—11 класів відносяться до групи здорових нетренованих. Інформативні показники розвитку рухових здібностей та функціональної підготовленості для хлопців 10 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9», «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи», «Проба Штанге»; для хлопців 11 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %», «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)», «Вис на зігнутих руках», «Проба Штанге».

**Ключові слова:** педагогічний контроль; хлопці 10—11 класів; рухова підготовленість; функціональна підготовленість; рухові здібності.

**Постановка проблеми.** За останній час розвиток фізичного виховання школярів набув більш важливого значення, тому що фізичний стан та здоров'я учнів значно погіршилися. Однією з основних причин цього став зменшений інтерес дітей до уроків фізичного виховання, поганий рівень відвідання занять, відсутність фізіологічно обґрунтованого фізичного навантаження, недосконалість навчальних програм, які мають більше масовий характер, ніж особистісно-орієнтований, завантаженість дітей іншими предметами, які на думку учнів та їх батьків важливіші (Денисенко Н., Педик Л., Фукс Л., Чижик В., 2007; Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В., 2000). Отже головним питанням сучасності, яке досліджують науковці останні роки, це розвиток фізичного стану та підготовленості дітей шкільного віку (Худолій О.М., 2008; Сергієнко Л.П., 2007; Холодов Ж. К., Кузнецов В. С., 2008).

Для отримання об'єктивної інформації про поточний стан процесу фізичного виховання служить система педагогічного контролю. Від інформаційних показників рухових здібностей залежить ефективність управління та спрямування процесу фізичного виховання. Тому основою для підвищення рівня рухової підготовленості учнів загальноосвітньої школи є організація педагогічного контролю рухових здібностей на уроках фізичної культури та

позаурочний час (Худолій О.М., Забора А.В., 2001; Іващенко О.В. Цеслицка М., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Іващенко О.В., Мушкаета Р., Худолій О.М., Єрмаков С.С., 2014; Cieśllicka M., Napierała M., 2009). Головною метою, що стоїть перед дослідниками, є визначення найбільш інформативних показників фізичної підготовленості учнів, що дозволять отримати максимум даних, використавши при цьому мінімум часу.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Впродовж останніх років, дослідженнями особливостей розвитку рухових здібностей школярів займалися дуже багато провідних фахівців в галузі фізичного виховання. Моделювання процесу розвитку рухових здібностей, розглядають у своїх дослідженнях Худолій О.М., Єрмаков С.С. (2011), Худолій О.М., Іващенко О.В. (2014). На основі моделей рухової підготовленості дітей і підлітків може здійснюватися підбір основних, підвідних і підготовчих вправ, а також етапний контроль за рівнем рухової підготовленості, визначати терміни оперативного і поточного контролю підготовленості учнів.

На думку авторів Худолія О.М. (2010, 2011, 2014), Круцевич Т.Ю., Безверхньої Г.В. (2010), покращити фізичний стан підлітків можливо за умови використання новітніх підходів, та методів до занять фізичною культурою, які повинні враховувати індивідуальні особливості дітей, їхні інтереси та здібності. Навчальна програма занять повинна

ґрунтуватися на вікових та статевих особливостях розвитку рухових здібностей школярів, використовувати методично нові методи педагогічного контролю, раціонально підбирати навантаження та відпочинок. Правильно організований процес фізичного виховання надасть можливість сформувати гармонійно розвинених підлітків, покращити їх здоров'я і працездатність.

Визначенню особливостей рухової підготовленості присвячені роботи Ляха В.І. (2000), Соляник І. Є. (2013), Веремеєнко В. Ю. (2013), Іващенко О.В., Дуднік З.М. (2011), Іващенко О.В., Макарової О.А. (2013), Козіної Ж.Л., Попової Н. (2013). В даних роботах виявлені вікові особливості розвитку функціональної і рухової підготовленості школярів, які підтверджують дані про те, що у дітей і підлітків рівень рухової підготовленості є одним із інформативних показників здоров'я та готовності до навчання руховим діям.

На даний час фахівцями приділяється чимало уваги удосконаленню педагогічного контролю показників фізичної підготовленості дітей шкільного віку у процесі фізичного виховання (Круцевич Т.Ю., 2012; Нападій А.П., 2012; Худолій О.М., Іващенко О.В., 2014; Пальчук М.Б., 2014; Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Yermakova T.S., Pilewska W., Muszkieta R., Stankiewicz B., 2015), однак залишається актуальною проблема деталізації методики педагогічного контролю розвитку рухових здібностей хлопців старших класів у зв'язку з необхідністю проходження в майбутньому військової служби.

Таким чином тема: «Педагогічний контроль розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів» є актуальною.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідної роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання, оздоровчої та лікувальної фізичної культури Харківського національного педагогічного університету ім. Г.С.Сковороди з проблеми «Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (2012—2016 рр.) (номер держ. реєстрації 0112U002008).

#### **Матеріали і методи.**

**Мета дослідження** — визначити основні показники розвитку рухових здібностей у хлопців 10—11 класів.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань були застосовані такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики обробки результатів дослідження.

Для вирішення поставлених завдань було проведено тестування прояву рухових здібностей,

результати якого допоможуть отримати інформацію щодо рухової підготовленості хлопців 10—11 класів.

У програму тестування ввійшли загальновідомі тести (Лях В. І., 2000; Сергієнко Л. П., 2001): стрибки з «надбавками» (кількість стрибків у заданому коридорі); оцінка часових параметрів руху (помилка у відтворенні тривалості 5-ти, 10-ти, 20-ти секундного бігу на місці (с)); стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, 1/2, 2/3 максимального (помилка у відтворенні зусиль 1/3, 1/2, 2/3 від максимального у відсотках); човниковий біг 4×9 м (с); згинання і розгинання рук в упорі лежачи (рази); згинання і розгинання рук у висі (рази); вис на зігнутих руках (с); стрибок у довжину з місця (см).

Для оцінки функціонального стану були проведені проби Штанге, Генчі і Серкіна (Шиян Б. М., Папуша В. Г., 2005; Дубровский В. И., 2005).

У дослідженні приймали участь 28 хлопців старших класів (14 хлопців з 10-А та 14 хлопців 11-А класів) гімназії №144 м. Харкова.

**Результати дослідження.** Аналіз результатів тестування рухової підготовленості учнів показав, що за переважною більшістю тестів хлопці 11 класу показують статистично достовірні кращі результати ( $p < 0,05$ ) ніж хлопці 10 класу. За результатами тестування функціональної підготовленості хлопці 10 і 11 класів відносяться до групи здорових нетренованих.

Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидко-силових здібностей ( $p < 0,05$ ). Хлопці 11 класу мають статистично достовірно кращі результати ніж хлопці 10 класу в тестах: «Оцінка часових параметрів руху, помилка від 20с, с», «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %», «Човниковий біг 4×9 м, с», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи, рази», «Згинання розгинання рук у висі, рази», «Стрибок у довжину з місця, см», ( $p < 0,05; 0,01$ ). За результатами інших рухових тестів хлопці 11 класу показують також кращий результат, але різниця між ними не значна і статистично не достовірна. Згідно результатів тестів функціональної підготовленості хлопці 11 класу мають вищі показники функцій дихання та кровообігу ніж хлопці 10 класу, але дані розбіжності не достовірні. Результати аналізу рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, представлені у таблиці 1.

Визначимо взаємозв'язок між показниками рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, за допомогою кореляційного аналізу, та виявимо найінформативніші з них. Результати кореляційного аналізу наведені у таблиці 2—3.

## Результати аналізу рухової і функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів

№	Тест	10 клас (n=14)		11 клас (n=14)		t	p
		X	s	X	s		
1	Стрибки з «надбавками», рази	2,43	0,94	3,00	1,04	1,53	>0,05
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с	1,01	0,59	0,81	0,41	1,07	>0,05
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с	1,28	0,52	1,09	0,43	1,03	>0,05
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с	2,41	0,61	1,73	0,72	2,72	<0,05
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %	23,50	8,21	16,07	6,44	2,66	<0,05
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %	13,79	6,33	11,21	4,17	1,27	>0,05
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %	9,00	4,61	8,64	3,18	0,24	>0,05
8	Човниковий біг 4×9 м, с	10,11	0,61	9,62	0,52	2,27	<0,05
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази	29,07	2,87	36,29	8,77	2,92	<0,05
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази	7,57	2,41	10,64	3,48	2,72	<0,05
11	Вис на зігнутих руках, с	38,14	9,19	39,29	10,44	0,31	>0,05
12	Стрибок у довжину з місця, см	201,79	14,31	211,86	11,16	2,08	<0,05
13	Проба Штанге, с	47,43	7,69	51,93	8,80	1,44	>0,05
14	Проба Генчі, с	27,71	6,32	33,14	8,29	1,95	>0,05
15	Проба Серкіна 1, с	46,93	7,33	52,21	8,06	1,82	>0,05
16	Проба Серкіна 2, с	21,57	6,26	25,93	6,35	1,83	>0,05
17	Проба Серкіна 3, с	42,07	7,09	47,93	8,70	1,95	>0,05
t <sub>крит</sub> = 2,06							

Згідно результатів кореляційного аналізу рухової підготовленості хлопців 10 класу (таблиця 2), найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців є тести з найбільшим числом сильних кореляційних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця» (дев'ять взаємозв'язків), «Човниковий біг 4×9» (вісім взаємозв'язків), «Згинання і розгинання рук в упорі лежачи» (сім взаємозв'язків), а найінформативнішим показником функціональної підготовленості є тест «Проба Штанге» (десять взаємозв'язків).

За результатами кореляційного аналізу показників підготовленості хлопців 11 класу (таблиця 3), тести з найбільшим числом сильних взаємозв'язків: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3» (тринадцять взаємозв'язків), «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)» (дванадцять взаємозв'язків), «Вис на зігнутих руках» (одинадцять взаємозв'язків), є найінформативнішими показниками рухової підготовленості хлопців. Найбільш інформативним показником функціональної підготовленості хлопців 11 класів є тест

«Проба Штанге» (тринадцять сильних статистичних зв'язків).

На основі інформативних показників рухових здібностей та функціональної підготовленості, була побудована семибальна сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 10 та 11 класів (див. табл. 4 — 5).

**Обговорення результатів дослідження.** Отримані результати доповнюють відомості про особливості розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків (Марченко С.І., 2008, 2009; Худолій О.М., Титаренко А.А., 2010; Титаренко А.А., Худолій О.М., 2011; Худолій О.М., Іващенко О.В., Піменов О.О., 2012; Соляник І. Є., 2013), про можливість отримання нової інформації на основі системних методів математичної статистики (Іващенко О.В., 2011, 2012, 2013, 2014; Єрмаков, С. С., 2001, 2010; Худолій О.М., 2011; Худолій О.М., Іващенко О.В., 2013, 2014; Ivashchenko O.V., Khudolii O.M., Yermakova T.S., Pilewska W., Muszkieta R., Stankiewicz B., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S., Cieslicka M., Zukowska H., 2015; Ivashchenko O.V., Yermakova T.S.,

Таблиця 2

Кореляційний аналіз показників рухової і функціональної підготовленості хлопців 10 класу

№	Тест	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Стрибки з «надбавками», рази	1	-0,11	0,19	0,56	-0,47	-0,61	-0,57	-0,70	0,85	0,63	0,68	0,72	0,84	0,42	0,86	0,75	0,70
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с		1	0,47	0,35	0,04	-0,08	-0,33	0,37	-0,21	-0,32	-0,01	-0,20	-0,14	0,18	-0,12	-0,11	-0,18
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с			1	0,36	0,03	-0,28	-0,58	0,01	-0,06	0,02	0,05	0,09	0,16	0,40	0,14	0,16	0,17
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с				1	-0,33	-0,26	-0,49	-0,45	0,36	0,21	0,28	0,49	0,56	0,47	0,57	0,45	0,55
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %					1	0,62	0,32	0,33	-0,64	-0,32	-0,37	-0,58	-0,44	-0,15	-0,49	-0,39	-0,42
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %						1	0,52	0,48	-0,70	-0,44	-0,58	-0,56	-0,43	-0,15	-0,43	-0,22	-0,28
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %							1	0,23	-0,38	-0,26	-0,51	-0,35	-0,44	-0,19	-0,47	-0,29	-0,34
8	Човниковий біг 4×9 м, с								1	-0,72	-0,84	-0,70	-0,81	-0,76	-0,43	-0,74	-0,61	-0,74
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази									1	0,70	0,67	0,80	0,71	0,23	0,74	0,63	0,62
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази										1	0,86	0,86	0,80	0,54	0,80	0,64	0,80
11	Вис на зігнутих руках, с											1	0,78	0,78	0,51	0,79	0,52	0,69
12	Стрибок у довжину з місця, см												1	0,90	0,66	0,91	0,71	0,90
13	Проба Штанге, с													1	0,76	0,99	0,86	0,96
14	Проба Генчі, с														1	0,74	0,69	0,81
15	Проба Серкіна 1, с															1	0,86	0,95
16	Проба Серкіна 2, с																1	0,85
17	Проба Серкіна 3, с																	1

Таблиця 3

Кореляційний аналіз показників рухової і функціональної підготовленості хлопців 11 класу

№	Тест	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	Стрибки з «надбавками», рази	1	-0,77	0,40	-0,02	-0,63	-0,44	-0,65	-0,71	0,90	0,83	0,89	0,66	0,93	0,91	0,90	0,83	0,87
2	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 5 с), с		1	-0,74	0,29	0,58	0,68	0,75	0,73	-0,88	-0,81	-0,86	-0,57	-0,80	-0,83	-0,79	-0,80	-0,77
3	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 10 с), с			1	-0,08	-0,37	-0,53	-0,62	-0,50	0,56	0,54	0,52	0,49	0,54	0,45	0,53	0,57	0,50
4	Оцінка часових параметрів руху, помилка (біг 20 с), с				1	0,27	0,69	0,33	0,36	-0,09	-0,04	-0,05	-0,15	0,00	-0,19	-0,09	-0,11	-0,06
5	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/3, помилка %					1	0,64	0,84	0,62	-0,75	-0,77	-0,72	-0,70	-0,78	-0,72	-0,82	-0,82	-0,81
6	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 1/2, помилка %						1	0,72	0,70	-0,55	-0,48	-0,48	-0,60	-0,56	-0,60	-0,61	-0,66	-0,60
7	Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %							1	0,73	-0,77	-0,79	-0,79	-0,70	-0,80	-0,76	-0,84	-0,87	-0,84
8	Човниковий біг 4×9 м, с								1	-0,68	-0,54	-0,63	-0,50	-0,73	-0,72	-0,73	-0,71	-0,72
9	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, рази									1	0,96	0,98	0,66	0,94	0,95	0,93	0,90	0,91
10	Згинання і розгинання рук у висі, рази										1	0,97	0,64	0,91	0,90	0,92	0,90	0,90
11	Вис на зігнутих руках, с											1	0,61	0,93	0,93	0,91	0,89	0,89
12	Стрибок у довжину з місця, см												1	0,77	0,69	0,78	0,77	0,76
13	Проба Штанге, с													1	0,94	0,98	0,97	0,97
14	Проба Генчі, с														1	0,95	0,93	0,95
15	Проба Серкіна 1, с															1	0,97	0,99
16	Проба Серкіна 2, с																1	0,98
17	Проба Серкіна 3, с																	1

Таблиця 4

Сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 10 класу

Тести	Човниковий біг 4×9 м, с		Згинання розгинання рук в упорі лежачи, рази		Стрибок у довжину з місця, см		Проба Штанге, с	
	від	до	від	до	від	до	від	до
Дуже високий рівень	8,89	8,28	36	38	230,5	244,7	63	71
Високий рівень	9,49	8,90	33	35	216,2	230,4	55	62
Вище середнього рівень	9,80	9,50	31	32	209,0	216,1	51	54
Середній рівень	10,41	9,81	28	30	194,7	208,9	44	50
Нижче середнього рівень	10,71	10,42	26	27	187,6	194,6	40	43
Низький рівень	11,32	10,72	23	25	173,3	187,5	32	39
Дуже низький	11,94	11,33	20	22	158,9	173,2	24	31

Таблиця 5

Сигмальна шкала оцінки рухової підготовленості хлопців 11 класу

Тести	Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с), помилка с		Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %		Вис на зігнутих руках, с		Проба Штанге, с	
	від	до	від	до	від	до	від	до
Дуже високий рівень	0,07	0,0	2	0	61	71	70	78
Високий рівень	0,1	0,3	4	2	51	60	61	69
Вище середнього рівень	0,5	0,4	6	5	46	50	57	60
Середній рівень	0,9	0,6	9	7	35	45	48	56
Нижче середнього рівень	1,1	1,0	11	10	30	34	44	47
Низький рівень	1,5	1,2	14	12	19	29	35	43
Дуже низький	2,0	1,6	18	15	8	18	26	34

Cieslicka M., Muszkieta R., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Ananchenko K.V., 2015; Khudolii O.M., Iermakov S.S., Prusik K., 2015).

### Висновки

Загальний рівень рухової підготовленості хлопців 10—11 класів оцінюється як середній. Статистично достовірні розбіжності між хлопцями 10 і 11 класів спостерігаються переважно в тестах, що націлені на виявлення координаційних здібностей, відносної сили та швидко-силових здібностей ( $p < 0,05$ ), що вказує на певну тенденцію до покращення загального рівня рухової підготовленості, а також на вплив вікових особливостей на розвиток рухових здібностей хлопців старших класів. За рівнем функціональної підготовленості, хлоп-

ці 10—11 класів відносяться до групи здорових нетренованих.

Інформативними показниками розвитку рухових здібностей та функціональної підготовленості для хлопців 10 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця», «Човниковий біг 4×9», «Згинання розгинання рук в упорі лежачи», «Проба Штанге»; для хлопців 11 класу є тести: «Стрибок у довжину з місця без зорового контролю з зусиллям 2/3, помилка %», «Оцінка часових параметрів руху (біг 5 с)», «Вис на зігнутих руках», «Проба Штанге».

На основі інформативних показників рухової та функціональної підготовленості хлопців 10—11 класів, розроблена семибальна сигмальна шкала, яка дасть можливість оцінити рівень рухової та функціональної підготовленості хлопців, та дозволить правильно скорегувати програму занять з фізичного виховання.

## Література

## References

1. Веремеєнко В. Ю. Інформативні показники рухової та функціональної підготовленості дівчат 6—7 класів / Веремеєнко В. Ю. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 32—39. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1034>.
2. Денисенко Н., Особливості рівня здоров'я, фізичної підготовки, самопочуття та ведення здорового способу життя в учнів загальноосвітніх шкіл і гімназій / Денисенко Н., Педик Л., Фукс Л., Чижик В. // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. — 2007. — № 3. — С. 44—46.
3. Дубровский В. И. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям. — 3-е изд. — М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005 — 528 с.
4. Іващенко О. В. Моделювання силової підготовленості дівчаток 6—7 класів / О. В. Іващенко, М. Цеслицка, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 10-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
5. Іващенко О. В. Порівняльна характеристика рухової підготовленості школярів 8—9 класів / О. В. Іващенко, О. А. Макарова // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 1. — С. 40-46. DOI: <http://dx.doi.org/doi:10.17309/tmfv.2013.1.1009>.
6. Іващенко О. В. Характеристика силової підготовленості хлопців 6—7 класів / О. В. Іващенко, Р. Мушкетта, О. М. Худолій, С. С. Єрмаков // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 3. — С. 17-24. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>.
7. Іващенко О.В. Вікові особливості розвитку рухових здібностей дівчат старших класів / Іващенко О.В., Дуднік З.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 8. — С. 3—5. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>.
8. Іващенко О.В. Особливості розвитку рухових здібностей у дівчат середніх класів / Іващенко О.В., Пелепенко О.В. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 10. — С. 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>.
9. Іващенко О. В. Особливості функціональної, координаційної й силової підготовленості юнаків 9—11 класів / О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 1. — С. 24-33. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
10. Козіна Ж.Л., Попова Н. Факторна структура загальної фізичної підготовленості дівчаток 11—15 років / Козіна Ж.Л., Попова Н. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 48—52. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1036>.
11. Круцевич Т. Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі / Т. Ю. Круцевич // Фізичне виховання в сучасній школі. — 2012, № 2 (78). — С. 8—9.
12. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. — К.: Олімп, л-ра, 2010. — 248 с.
1. Veremeyenko V. Yu. (2013). Informatyvni pokaznyky rukhovoyi ta funktsional'noyi pidhotovlenot-si divchat 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 32—39. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1034>.
2. Denysenko N., Pedyk L., Fuks L. & Chyzhyk V. (2007). Osoblyvosti rivnya zdorov'ya, fizychnoyi pidhotovky, samopochuttya ta vedennya zdorovoho sposobu zhyttya v uchniv zahal'noosvitnikh shkil i himnaziiv. *Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu*. (3), 44—46.
3. Dubrovskij V. I. (2005). Sportivnaja medicina: Uchebnik dlja studentov vuzov, obuchajushhhsja po pedagogicheskim special'nostjam. 3-e izd. M.: Gumanitar. izd. centr VLADOS, 528.
4. Ivashchenko O. V., Ciešlicka M., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Modelyuvannya sylovoyi pidhotovlenosti divchatok 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 10-16. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1103>
5. Ivashchenko O. V. & Makarova O. A. (2013). Porivnyal'na kharakterystyka rukhovoyi pidhotovlenosti shkolyariv 8—9 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 40-46. DOI: <http://dx.doi.org/doi:10.17309/tmfv.2013.1.1009>.
6. Ivashchenko O. V., Muszkieta R., Khudolii O. M., Yermakov S. S. (2014). Kharakterystyka sylovoyi pidhotovlenosti khloptsiv 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 17-24. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.3.1104>.
7. Ivashchenko O. V., & Dudnik Z. M. (2011). Vikovi osoblyvosti rozvytku rukhovyx zdbnostey divchat starshykh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 3-5. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.8.727>.
8. Ivashchenko O. V. & Pelepenko O. V. (2011). Osoblyvosti rozvytku rukhovyx zdbnostey u divchat srednikh klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (10), 3—9. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.10.743>.
9. Ivashchenko O. V. (2014). Osoblyvosti funktsional'noyi, koordynatsiyanoi y sylovoyi pidhotovlenosti yunakiv 9—11 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 24-33. — DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.1.1042>
10. Kozina Zh.L., Popova N. (2013). Faktorna struktura zagalnoyi fizicnoyi pidgotovlenosti divchatok 11—15 rokiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 48—52. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1036>.
11. Krutsevych T. Yu. (2012). Kontseptsiya udoskonalennya prohram z fizychnoyi kul'tury u zahal'noosvitniy shkoli. *Fizychno vykhovannya v suchasniy shkoli*. 2 (78), 8—9.
12. Krutsevich T. Yu. & Bezverhnyia G. V. (2010). Rekreatsiya u fizicniy kul'turi riznih grup naseleennyia: Navch. posibnik. K.: Olimp. l-ra, 248.

13. Круцевич Т., Формирование мотивации к занятиям физической культуры и спортом в школьном возрасте / Круцевич Т., Безверхняя Г. // Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, реакції, спортивної медицини та реабілітації. IV Міжнародний науковий конгрес. — К.: 2000. — С. 385.
14. Лях В. Й. Двигательные способности школьников: Основы теории и методики развития. — М.: Терра — Спорт, 2000. — 192 с.
15. Нападій А. П. Аналіз показників фізичного стану школярів 13-14 років на початку навчального року / А. П. Нападій // Спортивний вісник Придністров'я. — 2013. — № 2-3. — С. 245-251.
16. Пальчук М. Б. Контроль фізичного розвитку учнів при переході з середньої до старшої школи в умовах навчального процесу з фізичного виховання : дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02/ М.Б.Пальчук ; НУФВСУ. — Київ, 2014. — 20 с.
17. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. — К.: Олімпійська література, 2001 — 439 с.
18. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2007. — 271 с.
19. Соляник І. Є. Особливості розвитку рухових здібностей у хлопців 6—7 класів / І. Є. Соляник // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 3. — С. 22-31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.3.1022>.
20. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. — 6-изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2008. — С. 103—121.
21. Худолій О. М., Закономірності процесу навчання юних гімнастів / Худолій О. М., Єрмаков С. С. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2011. — № 5. — С. 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
22. Худолій О. М., Закономірності розвитку силових здібностей у фізичному вихованні і спорті. Повідомлення I / Худолій О. М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Х.: «ОВС» 2011, — № 1. — С. 19—34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.1.683>
23. Худолій О.М. Методика планування навчальної роботи з гімнастики в школі / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОВС, 2008. — № 9. — С. 19—35. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/47>.
24. Худолій О. М., Особливості силової підготовленості школярів старших класів / Худолій О. М., Іващенко О. В., Піменов О. О. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — №9. — С. 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
25. Худолій О.М. Моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків: Монографія / Худолій О.М., Іващенко О.В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.
26. Худолій О.М. Основи науково-дослідної роботи у фізичному вихованні і спорті: Навчальний посібник / Худолій О.М., Іващенко О.В. — Харків: ОВС, 2014. — 320 с.
13. Krucevich T., Bezverhnjaja G. (2000). Formirovanie motivacii k zanjatijam fizicheskoj kul'tury i sportom v shkol'nom vozraste. Olimpijs'kyy sport i sport dlya vsikh: problemy zdorov'ya, reaktsiyi, sportyvnoyi medytsyny ta reabilitatsiyi. IV Mizhnarodnyy naukovyy konhres. K., 385.
14. Ljah V. J. (2000). Dvigatel'nye sposobnosti shkol'nikov: Osnovy teorii i metodiki razvitija. M.: Terra — Sport, 192.
15. Napadiy A. P. (2013). Analiz pokaznykiv fizychnoho stanu shkolyariv 13-14 rokov na pochatku navchal'noho roku. Sportyvnyy visnyk Prydnistrov'ya. (2-3), 245-251.
16. Pal'chuk M. B. (2014). Kontrol' fizychnoho rozvytku uchniv pry perekhodi z serednoyi do starshoyi shkoly v umovakh navchal'noho protsesu z fizychnoho vykhovannya : dys. kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 ; NUFVSVU. Kyiv, 20.
17. Serhiyenko L. P. (2001). Testuvannya rukhovyykh zdbnostey shkolyariv. K.: Olimpiys'ka literatura, 439.
18. Serhiyenko L.P. (2007). Praktikum z teoriiy i metodyky fizychnoho vykhovannya: Navchal'nyy posibnyk dlya studentiv vyshchykh navchal'nykh zakladiv fizychnoho vykhovannya i sportu. Kharkiv: «OVS», 271.
19. Solyanyk I. Ye.(2013). Osoblyvosti rozvytku rukhovyykh zdbnostey u khloptsiv 6—7 klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 22-31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.3.1022>.
20. Holodov Zh. K. & Kuznecov V. S. (2008). Teorija i metodika fizicheskogo vospitaniya i sporta: ucheb. Posobie dlja stud. vyssh. ucheb. zavedenij. 6-izd., ster. M.: Izdatel'skij centr «Akademija», 103—121.
21. Khudolii O.M., & Iermakov S.S. (2011). Zakonomirnosti protsesu navchannya yunih gimnastiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (5), 3—18, 35—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.5.707>
22. Khudolii O. M. (2011). Zakonomirnosti rozvytku sylovykh zdbnostey u fizychnomu vykhovanni i sporti. Povidomlennya I. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 19— 34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2011.1.683>
23. Khudolii O.M. Metodyka planuvannya navchal'noyi roboty z gimnastyky v shkoli. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (9), 19—35. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/issue/view/47>.
24. Khudolii O. M., Ivashchenko O. V., & Pimenov O. O. (2012). Osoblivosti silovoyi pidgotovlenosti shkolyariv starshih klasiv. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (9), 37—41. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2012.9.822>
25. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2014). Modelyuvannya protsesu navchannya ta rozvytku ruhoviyh zdbnostey u ditey i pidlitkiv: Monografiya. Kharkiv: OVS, 320.
26. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). Osnovy naukovo-doslidnoyi roboty u fizychnomu vykhovanni i sporti: Navchal'nyy posibnyk. Kharkiv: “OVS”, 320.
27. Khudolii, O. M., & Ivashchenko, O. V. (2014). Teoriya i metodyka vykladannya himnastyky: Navchal'nyy posibnyk. Kharkiv: “OVS”, 384.



27. Худолій, О. М., Іващенко, О. В. Теорія і методика викладання гімнастики: Навчальний посібник. — Т. 1. — Харків: «ОБС», 2014. — 384 с.
28. Худолій О.М. Теоретичні основи планування навчальної роботи з фізичної культури в школі / Худолій О.М., Забора А.В.// Теорія і практика фізичного виховання. — Харків: ОБС, 2001. — № 1.— С. 3—12. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.1>
29. Худолій О.М., Біологічні, психолого-педагогічні закономірності рухової діяльності людини. Доповідь І. / Худолій О. М. // Теорія та методика фізичного виховання. — Харків: ОБС» 2010. — № 4. — С. 19—34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.4.617>.
30. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту: Навчальний посібник. — Харків: «ОБС», 2005. — 208 с.
31. Cieślicka M., Napierała M. The somatic build of lightweight rowers. Medical and Biological Sciences. 2009, no. 23/3, pp. 33 — 38.
32. Cieslicka Mirosława, Słowiński Mariusz. Training loads of female canoeing youth national team in sprint competitions. Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports. 2012. Vol: 12, pp. 149-157.
33. Ivashchenko, O.V., Khudolii, O.M., Yermakova, T.S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 15 (1), 142-147. DOI: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
34. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
35. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
36. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
37. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 245-253. doi:10.7752/jpes.2015.0203
28. Khudolii O. M., & Zabora A.V. (2001). Teoretichni osnovi planuvannya navchalnoi roboti z fizichnoi kulturi v shkoli. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 3—12. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2001.1.1>
29. Khudolii O.M. (2010), *Biologichni, psykholohopedahohichni zakonoprnosti rukhovoyi diyal'nosti lyudyny. Dopovid' I. Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 19— 34. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2010.4.617>.
30. Shiyan B. M. & Papusha V. G. (2005). Metodika vikladannya sportivno-pedagogichnih distsiplin u vischih navchalnih zakladah fizicnogo vihovannya i sportu: Navchalniy posibnik. Harkiv: «OVS», 208.
31. Cieślicka M., Napierała M. The somatic build of lightweight rowers. Medical and Biological Sciences. 2009, no. 23/3, pp. 33 — 38.
32. Cieslicka Mirosława, Słowiński Mariusz. Training loads of female canoeing youth national team in sprint competitions. Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports. 2012. Vol: 12, pp. 149-157.
33. Ivashchenko, O.V., Khudolii, O.M., Yermakova, T.S., Pilewska, W., Muszkieta, R., Stankiewicz, B. (2015). Simulation as method of classification of 7-9th form boy pupils' motor fitness. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 15 (1), 142-147. DOI: <http://dx.doi.org/10.7752/jpes.2015.01023>
34. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., & Zukowska, H. (2015). Discriminant analysis in classification of motor fitness of 9-11 forms' juniors. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 238-244. doi:10.7752/jpes.2015.02037
35. Ivashchenko, O.V., Yermakova, T.S., Cieslicka, M., & Muszkieta, R. (2015). Discriminant analysis as method of pedagogic control of 9-11 forms girls' functional and motor fitness. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 576-581. doi:10.7752/jpes.2015.03086
36. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S., & Ananchenko, K.V. (2015). Factorial model of motor fitness of junior forms' boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(3), 585-591. doi:10.7752/jpes.2015.03088
37. Khudolii, O.M., Iermakov, S.S. & Prusik, K. (2015). Classification of motor fitness of 7-9 years old boys. Journal of Physical Education and Sport, 15(2), 245-253. doi:10.7752/jpes.2015.0203

## ОСОБЕННОСТИ ОЦЕНКИ РАЗВИТИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ЮНОШЕЙ 10—11 КЛАССОВ

Старченко В.Н.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 10 с., 5 табл., 37 источников.

**Цель исследования** — определить основные показатели развития двигательных способностей у юношей 10—11 классов. **Материал и**

**методы.** Для решения поставленных задач были применены следующие методы исследования: анализ научно-методической литературы, педаго-

гическое тестирование и методы математической статистики. В исследовании принимали участие 28 юношей старших классов (14 юношей с 10 класса и 14 юношей 11 класса).

**Выводы.** Статистически достоверные различия между юношами 10 и 11 классов наблюдаются преимущественно в тестах нацеленных на выявление координационных способностей, относительной силы и скоростно-силовых способностей ( $p < 0,05$ ), что указывает на определенную тенденцию к улучшению общего уровня двигательной подготовленности, а также на влияние возрастных особенностей на развитие двигательных способностей юношей старших классов. По уровню функциональной подготовленности, юноши 10—11 классов относятся к группе здоровых нетренированных. Различия по функциональным тестам статистически не

значимы. По результатам корреляционного анализа были определены информативные показатели развития двигательных и функциональных способностей. Для юношей 10 класса информативными являются тесты: «Прыжок в длину с места», «Челночный бег 4×9 м», «Сгибание и разгибание рук, в упоре лежа», «Проба Штанге»; для юношей 11 класса информативными являются тесты: «Прыжок в длину с места без зрительного контроля с усилием 2/3, ошибка %», «Оценка временных параметров движения (бег 5 с)», «Вис на согнутых руках», «Проба Штанге».

**Ключевые слова:** педагогический контроль; юноши 10—11 классов; двигательная подготовленность; функциональная подготовленность; двигательные способности.

## FEATURES OF THE ASSESSMENT OF MOTOR ABILITIES OF BOYS 10-11 CLASS

Starchenko V.M.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 10 p., 5 tables., 37 sources

Research aim — to identify key indicators of motor abilities in boys 10—11 classes.

Material and methods. To achieve the objectives adopted the following methods: analysis of scientific and methodical literature, pedagogical methods of testing and mathematical statistics. The study was attended by 28 boys senior class (14 boys from grade 10 and 14 boys in grade 11).

Conclusions. The general level of motor readiness boys 10—11 classes considered average. Statistically significant differences between boys 10 and 11 mainly in tests that aim to detect coordination abilities, relative strength and speed-strength abilities ( $p < 0,05$ ), which indicates a tendency to improve the general level of motor readiness, as well as the impact the development of age-motor abilities of boys high school. The level of operational preparedness, boys 10—11 classes are a

group of healthy untrained. Differences by functional tests were not statistically significant. The results of correlation analysis identified informative indicators of motor and functional abilities, for boys in Grade 10 most informative are the tests, «Long jump with space», «Shuttle run 4\*9m», «Bending straightening hands in emphasis lying», «test Stange»; for boys in grade 11 tests are «Long jump from place without visual control efforts 2/3, error %», «Estimation of time for movement (5s)», « Vis bent on hands», « test Stange.»

Assess the level of motion and functional training boys 10—11 classes and will correctly adjust the program of physical education classes, will enable syhmalns developed a seven-point scale.

Keywords. Pedagogical control; boys 10—11 class; motor preparedness; functional preparedness; motor abilities.

### Інформація про авторів:

**Старченко Віталій Миколайович:** vitaliystar@yandex.ru; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Особливості оцінки розвитку рухових здібностей хлопців 10—11 класів / Старченко В.М. //

Теорія та методика фізичного виховання. — 2016. — № 1. — С. 24—33. DOI: 10.17309/tmfv.2016.1.1131

Стаття надійшла до редакції: 25.02.2016 р. Прийнята: 25.03.2016 р. Надрукована: 30.03.2016 р.