

4. Педагогічний експеримент.
5. Антропометрія.
6. Спірометрія.
7. Динамометрія.
8. Методи математичної статистики.

Дослідження тривало з вересня 1995 року до травня 1996 року, у ньому брало участь 400 учнів молодших класів загально-освітніх шкіл м. Івано-Франківська.

У вересні 1995 року було проведено тестування учасників експерименту та визначення показників фізичного розвитку (всього 16 показників).

На наступному етапі досліджень були розроблені комплекси українських народних рухливих ігор і запроваджені для використання на уроках фізичного виховання (2-3 на урок), які використовувались тільки в експериментальній групі. Контрольна група проводила уроки за звичайною програмою.

У травні 1996 року проводилось повторне тестування для виявлення впливу використання комплексів українських народних рухливих ігор на уроках фізичного виховання на рівень фізичної підготовленості молодших школярів.

У результаті математичної обробки даних експерименту вдалось виявити:

1. Використання комплексів українських народних рухливих ігор в цілому сприятливо впливає на розвиток організму школярів молодшого шкільного віку, про що свідчать показники фізичного розвитку дітей експериментальної групи.

2. Використання комплексів українських народних рухливих ігор на уроках фізичного виховання показало, що в учнів експериментальної групи відбувся більший приріст показників швидкості, швидкісно-силових якостей, спритності, відносної стрибучості, у порівнянні з контрольною групою.

3. На виховання таких якостей як сила, гнучкість використання комплексів українських народних рухливих ігор практичного впливу не має.

РІВЕНЬ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ, ЯК ОСНОВА ЗАСВОЄННЯ ПРОГРАМНОГО МАТЕРІАЛУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У СТАРШОКЛАСНИКІВ

РИБАК ЛЮДМИЛА

Вінницький державний педагогічний інститут

На уроках фізичної культури, особливо спортивних ігор та гімнастики, де потрібен високий рівень розвитку координаційних здібностей.

стей, в середніх та старших класах загальноосвітньої школи вчитель фізичної культури стикається з проблемою невміння учня швидко, адекватно та точно, тобто, більш досконало вирішувати рухові завдання, особливо складні та виникаючі несподівано. Це призводить до не економічного використання часу уроку та небажання учня продовжувати навчання після кількох невдалих спроб. Але корінь цієї проблеми далеко не тут. Все починається з того, вчителі фізичної культури у молодших класах мало уваги приділяють розвитку координаційних здібностей. Хоч відомо, що лише період дошкільного та молодшого шкільного віку є самим відповідальним у формуванні рухових координацій дітей (В.І.Лях).

В молодшому шкільному віці майже всі показники фізичних якостей деонструють дуже високі темпи приросту, проходячи бурхливий розвиток біодинаміки рухів дитини, перш за все їх координаційного компоненту (В.К.Бальсевич).

На шостому році життя дітям стає доступним аналіз властивостей а якостей рухів, різноманітних м'язевих відчуттів, оволодіння дуже тонкими та складними координаціями. Оцінка рухів набуває конкретності та об'єктивності, з'являється самооцінка. Зрілість рухового аналізатора, зростаюча роль другої сигнальної системи, активний розвиток функцій рівноваги - все це забезпечує більш високий рівень сприйняття та відтворення рухів (П.П.Будинська, В.І.Васюкова, Г.П.Лєскова. 1990).

Високий рівень розвитку координаційних здібностей є необхідною передумовою для успішного навчання фізичним вправам. Він впливає на темп, вид та спосіб засвоєння спортивної техніки, а також її подальшу стабілізацію.

Для визначення та порівняння впливу координаційних здібностей на засвоєння програмного матеріалу з фізичної культури у старших класах нами було проведено експериментальне дослідження. Експеримент проводився на базі ЗОШ N 1 м. Вінниці, спортивна база якої надавала всі можливості реалізувати завдання експерименту. У 1993 році ми почали експериментальне дослідження, яке триває вже чотири роки. У дослідженні приймали участь 140 дітей другого класу. У двох других класах, які були експериментальними протягом двох років (2-3 кл.), уроки фізичної культури були спрямовані на розвиток координаційних здібностей, тоді як у двох інших класах уроки проводились за програмою. На третьому році експерименту у всіх класах контрольні та експериментальні уроки проводились за програмою.

На початку експериментального дослідження рівень розвитку координаційних здібностей в середньому в обох категоріях класів був середній, нижче середнього та низький. В кінці другого року дослідження в експериментальних класах рівень розвитку КЗ був середній, вище середнього та високий, а в контрольних класах результат майже не

змінився і рівень розвитку КЗ залишився такий, який був на початку експерименту.

При вивченні нового програмного матеріалу, а саме елементу баскетболу: передачі м'яча в русі, 47% дітей експериментального класу засвоїли на першому уроці, тоді як в контрольних класах лише 24% дітей оволоділи цим елементом.

За три уроки в експериментальних класах 97% дітей засвоїли цей елемент, а в контрольних класах такий відсоток дітей засвоїли передачу м'яча у русі за п'ять уроків. Достатній рівень розвитку КЗ є умовою успішного засвоєння програмного матеріалу в старших класах.

ПРОБЛЕМА НОРМАТИВНОЇ ОЦІНКИ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКІЛ ЗАКАРПАТТЯ

МОЛНАР МИХАЙЛО

Львівський державний інститут фізичної культури

З метою реалізації Закону України "Про фізичну культуру і спорт" ст. 12 та реформи системи народної освіти, постає питання про шляхи вдосконалення фізичного виховання дітей, учнівської та студентської молоді з урахуванням регіональних особливостей. Концепція неперервної валеологічної освіти та державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості населення України спрямовані на покращення фізичних кондицій різних контингентів населення.

Проблема підвищення ефективності і якості фізичного виховання школярів набула більшої актуальності з реалізацією "Основних напрямків реформи загальноосвітньої і професійної школи". Проте, надзвичайно важливим і актуальним залишається питання вивчення показників фізичного розвитку та фізичної підготовленості школярів, оскільки правильна організація процесу фізичного виховання є неможливою без чіткої уяви про динаміку розвитку цих показників. Лише на основі таких даних можна розробляти науково-обґрунтовану регіональну програму з фізичної культури для учнів загальноосвітніх шкіл.

Дослідження останніх років показали, що вирішення цієї проблеми пов'язане з вивченням регіональних, етнічних та популяційних особливостей фізичного виховання різних контингентів населення, як в Україні, так і за кордоном.

Закарпаття - це унікальний регіон України за своїми географічними, кліматичними та культурологічними особливостями. Регіональні особливості Закарпаття обумовлені рельєфом, який є переваж-