

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ

ДАДЖАНІ ДЖУМАНА

УДК: 796-053.2

**КОНТРОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ДІТЕЙ 7–10 РОКІВ В
УМОВАХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ
РЕСПУБЛІКИ КІПР**

24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата наук
з фізичного виховання та спорту



Київ – 2011

Дисертацією є рукопис

Робота виконана в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України

Науковий керівник доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Круцевич Тетяна Юрївна**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, завідувачка кафедри теорії й методики фізичного виховання

Офіційні опоненти:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор **Москаленко Наталія Василівна**, Дніпропетровський державний інститут фізичної культури та спорту, проректор з наукової роботи;

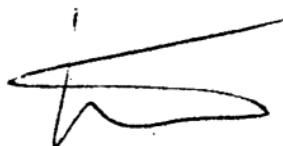
кандидат педагогічних наук, професор **Ареф'єв Валерій Георгійович**, Національний педагогічний університет імені Михайла Драгоманова, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Захист відбудеться 30 травня 2011 р. о 14 год. 00 хв. на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.02 у Національному університеті фізичного виховання і спорту України (03680, м.Київ (150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, м. Київ (150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розісланий «29» квітня 2011 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



Г. В. Коробейніков

ВСТУП

Актуальність. Сучасний стан соціального, економічного й політичного розвитку Республіки Кіпр характеризується інтенсифікацією наукових досліджень проблем підростаючого покоління, їхнього способу життя й виховання. Зокрема в центрі уваги державної політики перебуває вдосконалювання системи освіти, її програмно-нормативного підґрунтя, з огляду на зміст, методологію та організацію. Одними з першорядних завдань сучасної освіти є формування фізичних і духовних ціннісних орієнтацій молоді, розвиток творчих здібностей і зміцнення фізичного здоров'я (В.К. Бальсевич, 2002; Т.Ю. Круцевич, 2008; В.Н. Кряж, 2009, Н.В. Москаленко, 2009).

Перетворення й оздоровлення суспільства починається із загальноосвітньої школи, тому що саме в її надрах закладається інтелектуальний потенціал народу, його культура, знання, здоров'я й активна життєва позиція (Т.М. Антонова, 1995; Д. Діарра, 1997; Л.І. Лубишева, 2004; М.М. Булатова, А.Т. Литвин, 2006, А.М. Максименко, 2009 та ін.).

Кіпр є країною, що входить в Європейський Союз. Не дивлячись на багато змін, які відбулися в країні (розвиток економіки й промисловості, зміни в програмах шкільного навчання), актуальною залишається проблема викладання фізичного виховання в школах, що має відмінності із системами викладання в інших країнах Європи (П. Ніколу, 2003). У системі фізичного виховання Кіпру відсутня програма контролю й нормативної оцінки фізичної підготовленості в початковій школі. Дана проблема характерна не тільки для Республіки Кіпр, але й для України (Є.В. Давиденко, 2001; В.Г. Ареф'єв, 2010).

У Республіці Кіпр для визначення фізичної підготовленості молодших школярів офіційно використовується система тестів Єврофіт, однак на сьогоднішній день не розроблені вікові нормативи для дітей шкільного віку, які можна застосовувати для педагогічного контролю, як у процесі навчальних занять з фізичного виховання, так позашкільної масової роботи у межах руху «Спорт для всіх», що й визначає актуальність нашої роботи.

Зв'язок роботи з планами й темами НДР. Дисертаційна робота відповідає темі Зведеного плану НДР Міністерства України сім'ї, молоді та спорту на 2006–2010 рр. 3.1.2. «Науково-методичні основи вдосконалення викладання дисципліни «Теорія й методика фізичного виховання» (Номер держреєстрації 0106U10782). Роль автора полягала в розробці системи контролю фізичної підготовленості молодших школярів залежно від клімато-географічних особливостей проживання.

Мета роботи – розробити й обґрунтувати систему педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей 7–10 років для вдосконалення програмно-нормативних засад процесу фізичного виховання в початковій школі Республіки Кіпр.

Завдання роботи:

1. Вивчити стан питання щодо програмно-нормативних засад контролю й нормативної оцінки фізичної підготовленості молодших школярів у різних

країнах.

2. Вивчити рівень і виявити особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості школярів 7–10 років Республіки Кіпр.

3. Розробити нормативи фізичної підготовленості як основу системи педагогічного контролю в процесі фізичного виховання школярів 7–10 років Республіки Кіпр.

4. Перевірити ефективність та інформативність розроблених нормативів в системі контролю фізичної підготовленості школярів 7–10 років в умовах урочних та позаурочних форм роботи з фізичного виховання Республіки Кіпр.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання в початковій школі Республіки Кіпр.

Предмет дослідження – педагогічний контроль і нормативи фізичної підготовленості школярів 7–10 років.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, антропометричні методи досліджень, фізіологічні методи досліджень, рухові тести, педагогічний експеримент, методи математичної статистики й математичний аналіз.

Наукова новизна:

- уперше розроблений спосіб інтегральної оцінки фізичного розвитку молодших школярів, що орієнтований на функціональний показник фізичної роботоздатності і має п'ять рівнів градації (високий, вище за середній, середній, нижче за середній, низький);

- уперше розроблені нормативи фізичної підготовленості дітей 7–10 років, які проживають у Республіці Кіпр, що відповідають їхньому фізичному розвитку;

- обґрунтована й розроблена система педагогічного контролю в процесі фізичного виховання школярів 7–10 років протягом навчального року, з модельно-цільовими характеристиками рівнів фізичного розвитку і фізичної підготовленості;

- визначені особливості темпів фізичного розвитку хлопчиків 7–10 років, які проживають на Кіпрі, із критичним періодом в 9–10 років, що характеризується зниженням адаптаційних можливостей дітей до фізичних навантажень, що вимагає диференційованого підходу в процесі фізичного виховання;

- доповнено сучасні дані про можливість проектування систем фізичного виховання з урахуванням геополітичних умов держави;

- одержало подальший розвиток теоретико-методичне положення про розробку належних норм фізичної підготовленості дітей шкільного віку.

Практична значимість роботи полягає в розробці системи контролю фізичної підготовленості дітей 7–10 років у навчальному процесі фізичного виховання, а також удосконаленні програмно-нормативних засад викладання предмета «Фізична культура» у початковій школі Кіпру.

Розроблений інтегральний спосіб оцінки фізичного розвитку молодших школярів може застосовуватися в практиці фізичного виховання українських

школярів, і сприяти вдосконаленню наукових засад контролю в процесі фізичного виховання дітей і викладання навчальної дисципліни «Теорія й методика фізичного виховання». Система контролю фізичної підготовленості молодших школярів впроваджена в школах Кіпру, а теоретичні положення в навчальний процес студентів НУФВСУ і ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет ім. Григорія Сковороди».

Особистий внесок здобувача в розробку наукової проблеми полягає у виборі методів, організації та проведенні досліджень, математичній обробці, аналізі, систематизації, описі й обговоренні отриманих результатів; оформленні й написанні дисертаційної роботи. Була розроблена й обґрунтована система контролю фізичної підготовленості школярів 7–10 років в умовах класної й позакласної роботи з фізичного виховання Республіки Кіпр.

Апробація результатів дисертації. Результати досліджень доповідалися здобувачем на Всеукраїнському науково-практичному семінарі «Від культури світу до культури здоров'я» (Київ, 2007), Всеукраїнському конкурсі-захисті сучасної моделі навчального закладу – Школи здоров'я (Київ, 2007), Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми здорового способу життя в сучасному суспільстві» (Мінськ, 2008), Міжнародній науково-практичній конференції «Молода спортивна наука України» (Львів, 2008, 2010), XII, XIV Міжнародних наукових конгресах «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2008, 2010), а також на науково-практичних конференціях кафедри ТМФВ (2007–2008 рр.).

Публікації. Основні положення дисертації знайшли відображення в 6 роботах; з них – 4 наукові статті у спеціалізованих виданнях ВАК України.

Структура й обсяг дисертаційної роботи. Дисертаційна робота викладена на 200 сторінках, складається зі вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку літератури з 188 джерел, з яких 46 іноземних. Робота ілюстрована 59 таблицями й 32 рисунками.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У вступі обґрунтована актуальність теми, визначений зв'язок з науковими планами, темами, сформовані мета, завдання, об'єкт, предмет, методи дослідження, розкриті наукова новизна й практична значимість отриманих результатів, визначений особистий внесок дисертанта, дана інформація про апробацію результатів дослідження й публікації автора.

У першому розділі «**Контроль фізичної підготовленості як програмно-нормативне підґрунтя системи фізичного виховання в початковій школі**» проведений теоретичний аналіз літературних джерел, зокрема описані програмно-нормативні засади фізичного виховання в початковій школі Республіки Кіпр.

Республіка Кіпр, як складова Греції, є повноправним членом Європейського союзу. Маючи древні традиції в сфері фізичного виховання, у наш час при детальному розгляді виявляється, що фізичне виховання в межах системи освіти має низку проблем, які вимагають нових рішень (С. Стиліанц,

2007). Серед інших – проблема програмно-нормативного забезпечення, оскільки в системі фізичного виховання Кіпру відсутня програма контролю й нормативної оцінки фізичної підготовленості в початковій школі. Рекомендаційний характер має система тестів Єврофіт, однак на сьогоднішній день не розроблені вікові нормативи для дітей шкільного віку, які можна використовувати для контролю фізичної підготовленості як у процесі навчальних занять з фізичного виховання, так і в позашкільній фізкультурно-масовій роботі.

У діяльності фахівців з фізичного виховання, як і в будь-якій іншій діяльності, умовно виділяють три частини: планування, реалізація запланованого й контроль (Ю.Ф. Курамшин, 2003; Л.П. Матвеев, 2008). Відповідно до думки авторів, сутністю педагогічного контролю є виявлення, осмислення й оцінка реальних умов, конкретних фактів динаміки й результатів навчально-виховного процесу. Контроль є найважливішим елементом керування педагогічним процесом.

Вивчення методів контролю фізичного стану молодших школярів свідчить про їхнє різноманіття, складність у використанні в практиці роботи вчителя фізичної культури і у відсутності доступних комплексних методів оцінки фізичного розвитку й фізичної підготовленості школярів. Даний стан питання спонукає до розробки порівняльних нормативів фізичної підготовленості дітей молодшого шкільного віку Республіки Кіпр і інтегрального способу оцінки їхнього фізичного розвитку.

У другому розділі «**Методи й організація дослідження**» розкритий зміст використаних методів дослідження й наведені етапи дослідження.

Вивчення основних соматометричних і соматоскопічних показників здійснювалося антропометричними методами з метою визначення темпів фізичного розвитку хлопчиків і дівчаток 7–10 років і розробки порівняльних вікових нормативів. Вимірялися показники довжини й маси тіла, обхвату грудної клітини, обхвату плеча, талії, стегна, товщини шкірно-жирових складок біцепса, трицепса, під лопаткою, живота й стегна. Вимірювання шкірно-жирових складок відбувалося з використанням механічного каліпера системи «Harpenday».

Для вивчення функціонального стану серцево-судинної системи використовувалися фізіологічні методи вимірювання ЧСС за допомогою пульсометра, систолічного й діастолічного артеріального тиску за допомогою електронного тонометра, функціональна проба з Гарвардським степ-тестом.

Педагогічні методи дослідження включали педагогічне спостереження, педагогічний експеримент. У процесі експерименту використовувалися рухові тести: біг 20 м з високого старту, згинання й розгинання рук в упорі лежачи за 30 сек., стрибок у довжину з місця. Гнучкість визначали тестом «Sit and reach» (сядь і дотягнись). Розраховувалися швидкісний і швидкісно-силовий індекси за Т. Ю. Круцевич (2005).

Методи математичної статистики включали розрахунок стандартних,

статистичних величин. Для встановлення взаємозв'язків між показниками, що досліджувалися, їхнього розподілу, групування використовувалися кореляційний, регресійний і факторний аналізи.

У дослідженні взяли участь 213 школярів 7–10 років хлопчиків і дівчаток у межах констатуючого експерименту і 60 дітей (30 хлопчиків і 30 дівчаток), які займаються плаванням у процесі порівняльного експерименту.

Дослідження проводилися в чотири етапи:

– 1 етап (листопад 2006 – травень 2007) – вивчався стан питання за літературними джерелами. Конкретизувалися тема, мета, завдання й методи дослідження, була розроблена програма дослідження, здійснені підбір і апробація методів дослідження.

– 2 етап (жовтень 2007- травень 2008) – проводилися експериментальні констатуючі дослідження у початкових школах Республіки Кіпр. Вивчався фізичний розвиток, фізична підготовленість, функціональний стан серцево-судинної системи школярів, проводилися кореляційний і факторний аналізи показників. Були обрані найбільш інформативні показники фізичного розвитку й розроблена інтегральна оцінка фізичного розвитку дітей 7–10 років.

– 3 етап (вересень 2008 – травень 2009) – проводилися порівняльний експеримент, теоретичний і математичний аналізи отриманих результатів, розробка системи педагогічного контролю як програмно-нормативної бази фізичного виховання в початковій школі Республіки Кіпр. Відбувалася перевірка розроблених моделей і рекомендацій у реальних умовах навчального процесу.

– 4 етап (травень 2009 – листопад 2010) – проводилося оформлення дисертаційної роботи та її апробація, публікувалися основні результати дослідження.

У третьому розділі **«Фізичний стан школярів 1–4 класів Республіки Кіпр»** наводяться дані констатуючого експерименту.

Фізичний розвиток як процес формування організму людини є критерієм здоров'я й значною мірою відбиває вплив факторів довкілля.

Дослідження соматометричних, соматоскопічних і фізіометричних показників фізичного розвитку хлопчиків і дівчаток 1–4 класів Республіки Кіпр виявило відповідність динаміки показників загальновіковим закономірностям і в той же час позначило деякі особливості, що пов'язані, ймовірно, з регіоном проживання. Так, темпи приросту довжини тіла хлопчиків уповільнюються з третього до четвертого класу вдвічі (з 7,5 см на рік до 3,6 см), те ж стосується й приросту маси тіла, обхватних розмірів і товщини шкірно-жирових складок, що свідчить про зниження темпів фізичного розвитку хлопчиків 9–10 років, які проживають на Кіпрі.

У дівчаток 7–10 років темпи фізичного розвитку відрізняються від темпів розвитку хлопчиків. Найбільш інтенсивний приріст соматометричних показників спостерігається з 7 до 8 років і в 9–10 років. У третьому класі при вповільненні темпів росту соматометричних (показників продовжує

збільшуватися відсоток накопичення жиру (9,5 %). У четвертому класі відбувається інтенсивне зростання соматометричних показників, а приріст жирової тканини зменшується до 6,4 %.

Аналіз динаміки відновлення ЧСС протягом трьох хвилин після закінчення виконання тестового завдання й ІГСТ свідчить, що зі зростанням вікових показників спостерігається зменшення внутрішньогрупових розходжень за цими показниками. У четвертому класі відмічається достовірне підвищення ЧСС у хлопчиків протягом усього періоду відновлення, що свідчить про зниження швидкості відновлення й відповідно про зниження адаптаційного потенціалу серцево-судинної системи.

У дівчаток 1–4 класів достовірних розходжень реакції на запропоноване навантаження за характером і швидкістю відновлення не виявлено. За результатами розрахунку ІГСТ більшість хлопчиків має низький рівень фізичної роботоздатності (59,22 ум.од. – 56,30 ум.од.), а дівчатка в основній масі мають оцінку нижче за середній (61 ум.од.).

Проведений аналіз результатів тестування фізичної підготовленості учнів 1–4 класів Республіки Кіпр виявив період зниження темпів фізичного розвитку й розвитку швидкісних, швидкісно-силових здібностей і фізичної роботоздатності у хлопчиків четвертих класів, що може бути пов'язане з настанням критичного періоду передпубертатної перебудови організму. У дівчаток різких перепадів і стрибків у темпах фізичного розвитку з першого до четвертого класу не виявлено.

У цілому за розвитком швидкісно-силових фізичних якостей учні Республіки Кіпр випереджають своїх однолітків з України, а за функціональним станом резервних можливостей (індекс Робінсона) все-таки потрапляють у зону середнього рівня, що оцінюється як зона ризику. Однак, при відносно невеликому розкиді показників індексу подвійного добутку (ІПД) ($s = 5-7$ у.о., $v = 6-9$ %) можна сказати, що й за цим показником школярі Кіпру оцінюються вище, ніж українські.

У четвертому розділі **«Критерії оцінки фізичного розвитку й фізичної підготовленості школярів 1–4 класів Республіки Кіпр як основа педагогічного контролю в процесі фізичного виховання»** наводяться дані, що обґрунтовують порівняльні нормативи фізичного розвитку молодших школярів.

Для розробки критеріїв оцінки фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей Кіпру була визначена факторна структура компонентів фізичного розвитку, виявлені інформативні показники, що використовувалися для побудови регресійних моделей.

Факторний аналіз проводився за кожним віком і статтю, а також загалом за всіма віково-статевими групами.

Аналізуючи співвідношення врахованих і неврахованих показників у структурі фізичного стану школярів 1–4 класів, можна дійти висновку, що вимірювані показники мають тісний взаємозв'язок один з одним, укладаються в невелику кількість факторів і пояснюють 90 % дисперсії. Це може свідчити про

їхній функціональний взаємозв'язок в організмі дітей, які перебувають у періоді другого дитинства. Всі 27 вимірюваних показників взяли участь у формуванні факторів, це підтверджує правильність їхнього вибору для характеристики фізичного стану дітей. Практично у всіх вікових групах хлопчиків соматометричні й соматоскопічні показники виділилися в окремий перший генеральний фактор. У дівчаток у перший фактор разом із соматичними показниками включалися показники, що характеризують функціональний стан серцево-судинної системи в спокої, що, ймовірно, свідчить про більший взаємозв'язок морфологічних змін у їхньому організмі з функціональним станом серцево-судинної системи.

Показники Гарвардський степ-тесту у всіх віково-статевих групах або виділялися в окремий фактор, або залучали показники рухових тестів, але не корелювали з результатами вимірів ЧСС, АТ у спокої. Це, ймовірно, свідчить про те, що ще не існує значимого взаємозв'язку між фізичною роботоздатністю й економічністю роботи серцево-судинної системи у спокої в цьому віковому періоді. У зв'язку із цим для визначення функціональних резервів необхідно використовувати доступні навантажувальні тести.

У результаті факторного аналізу підтвердилися групи показників, що визначають фізичний розвиток (соматометричні й соматоскопічні показники), функціональний стан серцево-судинної системи в спокої, фізичну роботоздатність, фізичну підготовленість, які деякою мірою можуть характеризувати фізичний стан дітей молодшого шкільного віку. Найбільш інформативними показниками є індекс маси тіла, сума товщини шкірно-жирових складок, індекс подвійного добутку й індекс Гарвардського степ-тесту.

Виявлений взаємозв'язок між довжиною тіла, бігом на 20 м і стрибком у довжину з місця дає можливість використовувати для, оцінки швидкісних і швидко-силових здібностей індекси Т.Ю. Круцевич (2005), перевіривши їхній розподіл на даному контингенті.

Аналізуючи фактори, що виділяються у фізичному стані учнів 1–4 класів (табл. 1), можна відзначити пріоритет показників фізичного розвитку у хлопчиків, їхнє стабільне формування з 1 до 4 класу. У третьому класі знижується значимість фактора «фізичний розвиток» (25 %), але додається значимість функціональних показників у спокої (на 9 %) і при виконанні фізичного навантаження (ГСТ) на 6 %. Саме в цей період із третього до четвертого класу у хлопчиків спостерігається уповільнення зростання морфологічних показників, зупинка прогресу ІПД і ІГСТ, знижується гнучкість і швидкість пробігання 20 м.

Таким чином, спостерігаються саме функціональні перебудови в організмі хлопчиків із третього до четвертого класу. У четвертому класі значимість фактора «фізичний розвиток» знову підвищується до 31 % і підвищується значимість функціонального стану серцево-судинної системи до 26 %, що, ймовірно, свідчить про нове зростання морфологічних показників до

п'ятого класу й гетерохронності розвитку.

У дівчаток, починаючи з другого класу, найбільший внесок мають морфо-функціональні показники (понад 40 %). Соматометричні показники групуються разом з функціональними показниками серцево-судинної системи й розвиваються в тісному взаємозв'язку. Імовірно, тому в дівчаток спостерігається більш плавний розвиток без помітних спадів і стрибків.

Таблиця 1

**Факторна структура фізичного стану хлопчиків і дівчаток
1–4 класів Республіки Кіпр**

Фактори	Вплив фактору, %							
	хлопчики				дівчатка			
	1 клас	2 клас	3 клас	4 клас	1 клас	2 клас	3 клас	4 клас
Фізичний розвиток	36	35	25	31	32	10	–	8
Фізична роботоздатність	16	20	26	18	16	15	21	–
Швидкісно-силовий	10	–	7	7	19	–	10	14
Функціональний стан ССС у спокої	14	10	19	26	17	–	10	14
Гнучкість	10	10	14	10	10	8	9	19
Сила	5	–	–	–	–	–	–	–
Швидкісний	–	–	–	–	8	7	–	–
Морфо- функціональний	–	14	–	–	–	46	42	42

З показників фізичної підготовленості в окремі фактори згрупувалися швидкісно-силові показники, швидкісні й гнучкість, які можна використовувати для контролю фізичної підготовленості, для чого були складені оцінювальні таблиці.

У початкових дослідженнях ми включили в процедуру множинної регресії 9 показників, відібраних на підставі кореляційного й факторного аналізів, при цьому системоутворюючим показником став ІГСТ, як інтегральний показник фізичної роботоздатності, змінними – сума товщини шкірно-жирових складок, пульс у стані спокою, результати рухових тестів «згинання-розгинання рук в упорі лежачи за 30 сек.», «нахил», «біг 20 м» і «стрибок у довжину з місця», а також швидкісний індекс, швидкісно-силовий індекс і індекс подвійного добутку.

Практична перевірка точності розроблених моделей регресійних рівнянь показала, що відхилення прогнозованого результату ІГСТ від середнього фактичного у хлопчиків 1 класу становить у першому рівнянні – 0,95, у другому – 0,82 і у третьому – 0,70. У дівчаток прогнозовані показники відрізнялися від фактичних у першому рівнянні на 0,92, у другому – на 0,56, у третьому – на 0,41. Після практичної й графічної перевірки точності прогнозу й за стандартною похибкою отриманих результатів описових рівнянь для оцінки спрямованості тренувальних впливів було рекомендовано

використовувати для молодших школярів Республіки Кіпр регресійне рівняння, що включає лише три параметри: суму шкірно-жирових складок, швидкісний індекс, швидкісно-силовий індекс, що в комплексі відбивають соматометричні, соматоскопічні й фізіометричні показники.

На другому етапі, оскільки в результаті онтогенезу ступінь взаємозв'язків між окремими показниками змінюється, ми розробляли множинні рівняння регресії для хлопчиків і дівчаток кожної вікової групи кіпрських школярів окремо.

Таким чином, можна припустити, що на підставі проведеної роботи нами були розроблені регресійні рівняння, які дозволяють прогнозувати зміни ІГСТ як інтегрального показника, що відбиває рівень фізичного розвитку молодших школярів Республіки Кіпр.

Приклад регресійного трикомпонентного рівняння оцінки фізичного розвитку хлопчиків 10-ти років:

$$\text{ІФР} = 90,820 - 0,52 \times X_1 - 1,43 \times X_2 - 1,61 \times X_3,$$

де ІФР – індекс фізичного розвитку; X_1 – сума шкірно-жирових складок; X_2 – швидкісно-силовий індекс; X_3 – швидкісний індекс.

Стосовно використаних математичних методів обробки отриманих даних виявлено, що запропоновані рухові тести є надійними й інформативними для визначення відповідних фізичних якостей. Вище викладене дозволило розробити систему оцінки прояву сили, швидкості, гнучкості, швидкісно-силових якостей, використовуючи стандартне сигмальне відхилення від середньої величини.

Так, нами були розроблені середньогрупові рівні оцінки сили за тестом «згинання-розгинання рук в упорі лежачи за 30 сек.», гнучкості – за тестом «нахил уперед з положення сидячи», швидкості – за тестом «біг 20 м», швидкісно-силових якостей – за стрибком у довжину з місця.

У зв'язку з тим, що показники гнучкості у хлопчиків і дівчаток 1–4 класів не мають статистичних розходжень, була розроблена єдина таблиця оцінки цієї якості за тестом «нахил з положення сидячи»

Відповідно до розроблених оцінних таблиць було розраховано відсоткове співвідношення школярів, які мають той або інший рівень у фізичних якостях, що тестуються. Були взяті групи школярів (хлопчики й дівчатка) 1–4 класів по 30 осіб у кожній і застосований розроблений метод стандартних оцінок. У 9 з 16 порівнюваних показників різних вікових груп спостерігається гістограма нормального розподілу, тобто стандартна пропорційна Т-Шкала (Л.В. Денисова та ін., 2008).

Під час наших досліджень було з'ясовано, що у хлопчиків і дівчаток 1–4 класів Республіки Кіпр добре розвинені силові й швидкісно-силові здатності й на низькому рівні перебувають швидкісні, фізична роботоздатність і гнучкість. Школярам, які взяли участь у дослідженнях, були запропоновані на вибір види спорту для занять у позаурочний час – два рази на тиждень по 40 хв. (гімнастика, футбол, легка атлетика, плавання). Серед хлопчиків 43 % обрали

плавання, серед дівчаток – 44 %. Що стосується інших видів спорту, то кількість дітей була меншою: серед хлопчиків обрали футбол 25 %, легку атлетику – 18 %, гімнастику – 10 %, 4 % – обрали інші види спорту; серед дівчаток 8 % – футбол, 20 % – легку атлетику, 20 % – гімнастику, 8 % не обрали нічого із запропонованого переліку. Таким чином, найбільший відсоток школярів 1–4 класів обрали плавання, тому порівняння серед тих, хто не займається й займається в позаурочний час, було проведене саме із цими учнями. Наш експеримент проводився як порівняльний, ми не виділяли контрольні й експериментальні групи, тому що це було б не коректно для організації даного виду експерименту. Наше завдання полягало у з'ясуванні впливу занять оздоровчим плаванням на фізичний розвиток і фізичну підготовленість дітей молодшого шкільного віку й «чутливість» розроблених нами оцінних шкал. Ми порівнювали абсолютні показники школярів других і третіх класів на початку й наприкінці навчального року, а також якісні рівні фізичної підготовленості, розраховані за нашими оцінними нормативами. Були використані методи первинного контролю (початок навчального року) і підсумкового контролю (кінець навчального року), які дозволили простежити динаміку показників фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей, які займаються в межах руху «Спорт для всіх» і не займаються, а також їхній нормативний рівень, що відповідає оцінним таблицям.

Порівняння соматометричних і соматоскопічних показників хлопчиків і дівчаток, які займаються плаванням і не займаються спортом, свідчить про розходження в показниках їхнього фізичного розвитку протягом навчального року.

Як правило, початкові показники як хлопчиків, так і дівчаток на початку року в порівнюваних групах не відрізняються.

Найбільші відмінності в дітей спостерігаються наприкінці навчального року за масо-зростовими показником. Індекс маси тіла у тих, хто займається плаванням, залишається незмінним, а в дітей, які не займаються, збільшується: у хлопчиків у другому класі на 50 г/см, у третьому класі – на 40 г/см; у дівчаток у другому класі – на 30 г/см, у третьому класі – на 50 г/см ($p < 0,05$).

Більшою мірою заняття плаванням впливають на обхватні розміри й на товщину шкірно-жирових складок тіла.

Зміни у фізичному розвитку хлопчиків і дівчаток других і третіх класів, які займаються протягом навчального року оздоровчим плаванням, сприяє корекції фізичного розвитку дітей.

Функціональні показники серцево-судинної системи в спокої й фізичної підготовленості також мають позитивну динаміку протягом року, особливо у школярів, які займаються оздоровчим плаванням. У той час, як у дітей, які не займаються спортом, наприкінці навчального року спостерігається навіть зниження деяких функціональних показників.

Така ж тенденція простежується й щодо показників фізичної підготовленості наприкінці року (табл. 2).

Ми приводимо порівняння результатів у відсотковому співвідношенні,

тому що стояло завдання визначити об'єктивність наших нормативів і їх «чутливість» до спрямованого впливу фізичних вправ за умови занять школярами спеціально організованою руховою активністю в позаурочний час.

Таблиця 2

Структура фізичної підготовленості хлопчиків і дівчаток 2-х і 3-х класів, не займаються і займаються масовим спортом наприкінці навчального року, %

Клас	Рівень підготовленості	Рухові тести									
		біг 20 м		стрибок у довжину з місця		згинання і розгинання рук в упорі лежачи		нахил вперед		ІФР	
		н/з	з	н/з	з	н/з	з	н/з	з	н/з	з
хлопчики											
2	низький	5	0	16	0	5	0	15	0	0	0
	нижче середнього	21	0	11	0	26	0	16	16,7	93	0
	середній	48	33,3	42	0	26	50	37	66,6	7	66
	Вище за середній	21	0	26	83,3	38	10	21	16,7	0	34
	високий	5	66,7	5	16,7	5	40	11	0	0	0
3	низький	7	0	14	0	0	0	14	0	7	0
	нижче середнього	43	10	7	10	22	20	28	20	64	20
	середній	7	20	43	30	57	30	22	30	29	50
	Вище за середній	29	60	36	60	7	40	36	30	0	30
	високий	14	10	0	0	14	10	0	20	0	0
дівчатка											
2	низький	7	0	0	0	13	0	7	0	0	0
	нижче середнього	20	15	40	12,5	13	0	26	12,5	93	37,5
	середній	40	45	20	25	40	57	40	37,5	7	62,5
	Вище за середній	20	25	33	37,5	34	43	20	37,5	0	0
	високий	13	15	7	25	0	0	7	12,5	0	0
3	низький	7	0	0	0	7	0	14	0	7	0
	нижче середнього	29	12,5	35	0	29	0	14	20	64	24,5
	середній	36	37,5	29	60	21	50	29	40	29	75,5
	Вище за середній	21	37,5	29	20	36	25	43	40	0	0
	високий	7	12,5	7	20	7	25	0	0	0	0

Порівняльний аналіз структури фізичної підготовленості й індексу фізичного розвитку тих, хто не займається спортом свідчить, що при рівних початкових показниках наприкінці навчального року в хлопчиків 2-х класів 26 % мали низькі й нижче за середній показники в бігу на 20 м, 27 % – у стрибку в довжину з місця, 31 % – у згинанні й розгинанні рук в упорі лежачи, 31 % – у тесті «нахил з положення сидячи». Індекс фізичного розвитку нижче за середній мали 93 % хлопчиків.

Учні, які займалися досить систематично оздоровчим плаванням,

наприкінці навчального року поліпшили свою фізичну підготовленість, особливо в прояві швидкісних (біг 20 м), швидкісно-силових якостей (стрибок у довжину з місця). У них відсутні результати на рівні «низькі» і «нижче за середні»; на 50–70 % збільшилася кількість хлопчиків, які мають «високий» і «вище за середній» рівні фізичної підготовленості. Така ж тенденція простежується й у 3-му класі. У дівчаток, які займалися плаванням приріст швидкісних і швидкісно-силових здібностей також відрізняється порівняно з тими, які не займалися, однак тільки в межах 10-13 %. Істотні зміни стосуються лише відсутності результатів низького рівня.

Вплив занять оздоровчим плаванням не настільки істотний для поліпшення інтегрального показника фізичного розвитку. У жодній групі школярів не відзначаються показники, що відповідають високому рівню, хоча тенденції поліпшення є за рахунок зменшення кількості учнів з рівнем «нижче за середній». Імовірно, це пов'язане з тим, що при оздоровчих заняттях (2 рази на тиждень) легше піддаються розвитку фізичні якості й складніше здійснюється коректування соматичних і соматоскопічних показників фізичного розвитку, які є підґрунтям його інтегральної оцінки.

Таким чином, первинний і підсумковий контроль показників фізичного стану дозволив виявити зниження функціональних показників наприкінці навчального року у школярів других і третіх класів, які не займаються в позаурочний час фізичними вправами, що, ймовірно, свідчить про нагромадження стомлення за 10 місяців навчання. Однак, при збільшенні рухового режиму за рахунок позаурочних занять оздоровчим плаванням, такі негативні прояви стомлення знижуються, й діти поліпшують свій функціональний стан, що призводить і до зростання фізичної підготовленості.

Проведене дослідження дозволяє вважати, що розроблені нами оцінювальні нормативи рівня розвитку фізичних якостей: сили, швидкості, гнучкості, швидкісної сили, фізичної роботоздатності, які застосовуються в практиці фізичного виховання школярів, чутливі до зміни фізичного розвитку й фізичної підготовленості молодших школярів і є інструментом системи педагогічного контролю протягом навчального року. Запропоновані оцінювальні таблиці фізичної підготовленості виявляють свою інформативність у первинному контролі, тому що дають можливість визначати однорідні групи школярів і здійснювати диференційований підхід у процесі фізичного виховання. Розроблені оцінювальні таблиці є необхідним інструментом поточного педагогічного контролю, тому що дають можливість визначати наявність прогресу досягнень і відповідність спрямованості навчального процесу запланованим результатам, а у випадку відхилення застосовувати заходи щодо корекції навчальних програм. Підсумковий контроль наприкінці навчального року з використанням оцінних таблиць допоможе викладачеві визначити якісні зміни, що відбулися у фізичній підготовленості школярів протягом року.

Оцінювальні таблиці фізичного розвитку й фізичної підготовленості надають інформацію про темпи вікового розвитку учнів і фізичні здібності, які

може використовувати тренер при доборі для занять спортом.

У п'ятому розділі **«Аналіз і узагальнення отриманих даних»** проводиться порівняння результатів дослідження з тими, що отримані іншими авторами в Греції й Україні. Обґрунтовується новизна досліджень.

Основні відмінності у кіпрських хлопчиків з їхніми, однолітками в Україні спостерігаються за показниками маси тіла й обхвата грудної клітини. Навіть при однаковій довжині тіла порівняно з українськими школярами в 8 років, маса тіла кіпріотів-однолітків уже трохи вища (на 3 кг), а в дев'ять років це розходження доходить до 5 кг. У дівчаток при однаковій довжині тіла (137 см) в 10 років кіпріотки на 5 кг важче українок. Розходження спостерігаються й в ОГК – у вісім років у хлопчиків майже на 6 см, у дев'ять років – на 5 см, у десять років – на 4 см. При такій динаміці показників можна припустити, що кіпрські хлопчики випереджають на 1–2 роки українських, що, ймовірно, і є результатом впливу кліматичних і географічних факторів.

Підтвердження цьому ми знаходимо при аналізі соматоскопічних показників, які вивчали за товщиною шкірно-жирових складок на біцепсі, трицепсі, під лопаткою й на животі. Застосовувалася стандартна методика виміру з використанням каліпера. У цілому товщина шкірно-жирових складок у кіпрських школярів, і хлопчиків і дівчаток, більше на 2–3 мм, ніж у їхніх українських однолітків. Найбільші відмінності спостерігаються в нагромадженні підшкірного жиру до 10 років в області біцепса, під лопаткою й на животі. Таким чином, спостерігаються явно виражені особливості фізичного розвитку хлопчиків і дівчаток одного віку 8–10 років, які проживають на Кіпрі й в Україні, що не дає можливість використовувати нормативи фізичного розвитку, розроблені для українських школярів, у роботі зі школярами Кіпру.

У результаті дисертаційного дослідження були отримані три групи показників.

Підтверджені данні авторів (Л.П. Сергієнко, 2004; Т.Ю. Круцевич, 2005 та ін.) про інформативність тестів «біг 20 м», «нахил з положення сидячи», стрибок у довжину з місця, а також швидкісного й швидкісно-силового індексів для визначення фізичних здібностей дітей молодшого шкільного віку.

Одержали подальший розвиток знання про темпи фізичного розвитку дітей 7–10 років, які проживають у різних клімато-географічних регіонах (Г.Л. Апанасенко, 2010; Бар-Ор, 2009; Б.Х. Ланда, 2005).

Уперше розроблені оцінювальні нормативи рівня розвитку швидкості, сили, гнучкості, швидкісно-силових якостей для школярів 7–10 років, які проживають на Кіпрі, що застосовуються в практиці фізичного виховання і чутливі до зміни фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей;

– обґрунтована і розроблена система педагогічного контролю в процесі фізичного виховання дітей 7–10 років, який включає первинний, поточний і підсумковий контроль протягом навчального року, з модельно-цільовими характеристиками рівнів фізичного розвитку і фізичної підготовленості, що може стати програмно-нормативними засадами фізичного виховання у

початковій школі республіки Кіпр;

- розроблена комплексна оцінка фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку;

- визначені особливості темпів фізичного розвитку хлопчиків 9–10 років, які відрізняються від описаних у літературі уповільненням приросту соматометричних показників і фізичної роботоздатності;

- виявлена перевага в розвитку швидкісно-силових здібностей і відставання у швидкісних здібностях і гнучкості школярів 7–10 років Кіпру порівняно з їхніми однолітками, які проживають в Україні, що може бути пов'язане із кліматичними умовами й конституційними особливостями організму дітей.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз літературних джерел показав, що в деяких європейських країнах і на Кіпрі, незважаючи на численні дослідження й рекомендації, не розроблені єдині, централізовані програмно-нормативні засади управління процесом фізичного виховання в початковій школі. Це дозволяє стверджувати, що програмно-нормативне забезпечення діяльності в межах фізичного виховання, ідучи в ногу з європейськими тенденціями, в той же час не забезпечує належного інструментарію для керування процесом фізичного виховання школярів. Актуальним напрямком наукових досліджень залишається питання розробки й удосконалення системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей 7–10 років, що може стати дієвим програмно-нормативним підґрунтям фізичного виховання в початковій школі Республіки Кіпр.

2. Фізичний розвиток як процес формування організму людини є критерієм здоров'я й значною мірою відбиває вплив факторів довкілля.

Дослідження соматичних, соматоскопічних і фізіометричних показників фізичного розвитку хлопчиків і дівчаток 1–4 класів Республіки Кіпр виявило відповідність динаміки показників загальновіковим закономірностям і в той же час позначило деякі особливості, пов'язані, ймовірно, з регіоном проживання. Так, темпи приросту довжини тіла хлопчиків уповільнюються з третього до четвертого класу вдвічі (з 7,5 см на рік до 3,6 см), те ж стосується й приросту маси тіла, обхватних розмірів і шкірно-жирових складок, що свідчить про зниження темпів фізичного розвитку хлопчиків 9–10 років, які проживають на Кіпрі.

У дівчаток 7–10 років темпи фізичного розвитку відрізняються від темпів розвитку хлопчиків. Найбільш інтенсивний приріст соматометричних показників спостерігається з 7 до 8 років і в 10 років. У третьому класі при уповільненні темпів росту соматометричних показників продовжує збільшуватися відсоток накопичення жиру (9,5 %). У четвертому класі відбувається інтенсивне зростання соматометричних показників, а приріст жирової тканини знижується до 6,4 %.

3. Аналіз динаміки відновлення ЧСС протягом трьох хвилин після закінчення виконання тестового завдання в ІГСТ свідчить, що зі збільшенням

віку спостерігається зменшення внутрішньогрупових розходжень з середніми показниками. У четвертому класі спостерігається достовірне зростання ЧСС у хлопчиків протягом усього періоду відновлення, що свідчить про зниження швидкості відновних процесів і відповідно про зниження адаптаційного потенціалу серцево-судинної системи.

У дівчаток 1–4 класів достовірних розходжень у реакції на запропоноване навантаження, характер і швидкість відновлення не виявлено. За результатами розрахунку ІГСТ, більшість хлопчиків має низький рівень фізичної роботоздатності (59,22 ум.од. – 56,3 ум.од.), а дівчатка в основній масі мають оцінку нижче за середній (61 ум.од.).

4. Проведений аналіз результатів тестування фізичної підготовленості учнів 1–4 класів Республіки Кіпр виявив період зниження темпів фізичного розвитку й розвитку швидкісних, швидкісно-силових здібностей і фізичної роботоздатності у хлопчиків четвертих класів, що може бути пов'язане з настанням критичного періоду передпубертатної перебудови організму. У дівчаток різких перепадів і стрибків у фізичному розвитку з першого до четвертого класу не виявлено.

У цілому за розвитком швидкісних і швидкісно-силових фізичних якостей учні Республіки Кіпр випереджають своїх однолітків з України, а за функціональним станом резервних можливостей (індекс Робінсона) все-таки потрапляють у зону середнього рівня, що оцінюється як зона ризику. Однак, при відносно невеликому розкиді показників ІПД ($s = 5-7$ у.о., $v = 6-9$ %) можна сказати, що й за цим показником школярі Кіпру оцінюються вище, ніж українські.

5. Аналізуючи суми модулів коефіцієнтів кореляції хлопчиків і дівчаток 1–4 класів, спостерігається більш високий взаємозв'язок між 27 показниками фізичного розвитку, що досліджуються, у хлопчиків ($\Sigma_r = 52,773$) ніж у дівчаток ($\Sigma_r = 47,673$). Інформативність показників за сумою коефіцієнтів кореляції за 4 роки у хлопчиків і дівчаток різна. Так, у хлопчиків молодшого шкільного віку найбільш тісні взаємозв'язки відмічаються в показниках суми товщини шкірно-жирових складок ($\Sigma_r = 2,543$), на другому місці – маса тіла ($\Sigma_r = 2,542$) і індекс маси тіла ($\Sigma_r = 2,535$).

У дівчаток провідними показниками за щільністю взаємозв'язків є індекс маси тіла ($\Sigma_r = 2,334$). Із соматоскопічних показників виділяються шкірно-жирові складки на животі – 2-е місце ($\Sigma_r = 2,241$) і під лопаткою ($\Sigma_r = 2,240$), обхват талії – 3-є місце ($\Sigma_r = 2,234$).

6. Аналіз факторів, що виділяються у фізичному стані учнів 1–4 класів (шляхом веримаксимального обертання), дозволяє відзначити пріоритет показників фізичного розвитку в хлопчиків, їхнє стабільне формування з 1 до 4 класу. У третьому класі зменшується значимість фактора «фізичний розвиток» (до 25 %), але додається значимість функціональних показників у спокої (на 9 %) і при виконанні фізичного навантаження (ГСТ) на 6 %. Саме в цей період із третього по четвертий клас у хлопчиків спостерігається уповільнення зростання антропометричних показників, зупинка прогресу в ІПД і ІГСТ,

знижується гнучкість і швидкість пробігання 20 м.

Таким чином, спостерігаються саме функціональні перебудови в організмі хлопчиків із третього до четвертого класу. У четвертому класі значимість фактора «фізичний розвиток» знову підвищується до 31 % і підвищується значимість функціонального стану серцево-судинної системи до 26 %, що, ймовірно, свідчить про нове зростання морфологічних показників до п'ятого класу й гетерохронності розвитку.

У дівчаток, починаючи із другого класу, найбільший внесок мають морфо-функціональні показники (понад 40 %). Соматометричні показники групуються разом з функціональними показниками серцево-судинної системи й розвиваються в тісному взаємозв'язку. Імовірно, тому в дівчаток спостерігається більш плавний розвиток без помітних спадів і стрибків.

З показників фізичної підготовленості в окремі фактори згрупувалися швидко-силові показники, швидкісні й гнучкість, які можна використовувати для контролю фізичної підготовленості.

7. Використовуючи найбільш інформативні показники фізичного розвитку, фізичної роботоздатності й фізичної підготовленості, їхній кореляційний взаємозв'язок, ми розробили рівняння регресії, що прирівнюються до індексу Гарвардський степ-тесту школярів молодшого віку. Складовими змінними цих моделей є показники довжини тіла, швидкості бігу на 20 м, стрибка в довжину з місця й суми шкірно-жирових складок, що може розцінюватися як інтегральний показник фізичного розвитку дітей, тому що представлені соматометричні, соматоскопічні й фізіометричні характеристики організму.

8. Використання оцінних нормативів дозволило виявити структуру фізичної підготовленості школярів. Учні, які займаються досить систематично оздоровчим плаванням, наприкінці навчального року поліпшили свою фізичну підготовленість, особливо в прояві швидкісних (біг 20 м), швидко-силових якостей (стрибок у довжину з місця). У них відсутні результати на рівні «низьких» і «нижче за середні»; на 50–70 % збільшилася кількість хлопчиків, які мають «високий» і «вище за середній» рівні фізичної підготовленості. Така ж тенденція простежується й в 3-м класі. У дівчаток, які займаються плаванням, приріст швидкісних і швидко-силових здібностей також відрізняється порівняно з тими, хто не займається, однак тільки в межах 10–13 %. Істотні зміни стосуються лише відсутності результатів низького рівня.

Вплив занять оздоровчим плаванням не настільки істотний для поліпшення інтегрального показника фізичного розвитку. У жодній групі школярів не відзначено показники, що відповідають високому рівню, хоча тенденції поліпшення є за рахунок зменшення кількості учнів з рівнем «нижче за середній». Імовірно, це пов'язане з тим, що при оздоровчих заняттях (2 рази на тиждень) легше піддаються розвитку фізичні якості й складніше здійснюється корегування соматометричних і соматоскопічних показників фізичного розвитку, які є підґрунтям інтегральної оцінки.

9. Таким чином, розроблені нами оцінювальні нормативи рівня розвитку

фізичних якостей: сили, швидкості, гнучкості, швидкісної сили, фізичної роботоздатності, що застосовуються у практиці фізичного виховання, чутливі до зміни фізичного розвитку й фізичної підготовленості молодших школярів. Запропоновані оцінювальні таблиці фізичної підготовленості можуть бути основою системи педагогічного контролю навчального процесу і виявляють свою інформативність у первинному контролі, тому що дають можливість визначати однорідні групи школярів і здійснювати диференційований підхід у процесі фізичного виховання. Дані оцінювальні таблиці є необхідним інструментом поточного педагогічного контролю, тому що дають можливість визначати наявність прогресу досягнень і відповідність спрямованості навчального процесу запланованим результатам, а у випадку відхилення застосовувати заходи щодо корекції навчальних програм. Підсумковий контроль наприкінці навчального року з використанням оцінних таблиць допоможе викладачеві визначити якісні зміни, що відбулися у фізичній підготовленості школярів протягом року.

Оцінювальні таблиці фізичного розвитку й фізичної підготовленості надають інформацію про темпи вікового розвитку учнів і фізичні здібності, які може використовувати тренер при доборі для занять спортом.

Перспективою подальших досліджень буде розробка оцінки фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку Республіки Кіпр.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

1. Даджани Д. Влияние занятий оздоровительным плаванием на физическое развитие младших школьников республики Кипр / Д. Даджани // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 2. – С. 43–47.

2. Даджани Д. Особенности физической подготовленности школьников 7–10 лет Республики Кипр / Д. Даджани // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2010. – № 1. – С. 36–40.

3. Даджани Д. Особенности физического развития школьников 7–10 лет Республики Кипр / Д. Даджани // Молода спортивна наука України. – 2010. – Вып. 14, т. 2. – С. 66–71.

4. Даджани Д. Методы интегральной оценки физического развития школьников 7–10 лет республики Кипр / Д. Даджани // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 12. – С. 42–44.

5. Даджани Д. Контроль физической подготовленности школьников первых – четвертых классов республики Кипр / Д. Даджани // Міжнародний науковий конгрес «Олімпійський спорт і спорт для всіх». – К. : НУФВСУ, Олімпійська література, 2010. – С. 448.

6. Круцевич Т. Ю. Научные подходы к определению нормативов физической подготовленности школьников и студентов / Т. Ю. Круцевич, Д. Даджани, Т. И. Лошицкая // XII Междунар. науч. конгресс «Современный олимпийский и паралимпийский спорт и спорт для всех» : материалы конгресса – М. : Физическая культура и спорт, 2008. – Т. 3. – С. 129–130. *Внесок здобувача*

полягає у визначенні підходів для розробки експрес-контролю фізичної підготовленості школярів в залежності від клімато-географічних умов проживання.

АНОТАЦІЇ

Даджані Джумана. Контроль фізичної підготовленості дітей 7–10 років в умовах фізичного виховання у початковій школі республіки Кіпр. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2011.

Дисертація присвячена розробці і обґрунтуванню системи педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей 7–10 років для вдосконалення програмно-нормативних засад процесу фізичного виховання у початковій школі республіки Кіпр.

Вперше розроблено спосіб інтегральної оцінки фізичного розвитку молодших школярів, зорієнтований на функціональний показник фізичної роботоздатності, що має п'ять рівнів градації (високий, вище за середній, середній, нище за середній, низький). Вперше розроблені нормативи фізичної підготовленості дітей 7–10 років, які проживають в республіці Кіпр, що відповідають їх фізичному розвитку.

Обґрунтована і розроблена система педагогічного контролю фізичної підготовленості дітей 7–10 років, яка може стати програмно-нормативною основою фізичного виховання у початковій школі республіки Кіпр.

Визначені особливості темпів фізичного розвитку хлопчиків 7–10 років, що мешкають на Кіпрі, з критичним періодом в 9–10 років, що характеризується зниженням адаптаційних можливостей дітей до фізичних навантажень.

Ключові слова: контроль, фізична підготовленість, діти 7–10 років, республіка Кіпр.

Даджани Джумана. Контроль физической подготовленности детей 7–10 лет в условиях физического воспитания в начальной школе республики Кипр. – Рукопись.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2011.

Диссертация посвящена разработке и обоснованию системы педагогического контроля физической подготовленности детей 7–10 лет для усовершенствования программно-нормативных основ процесса физического воспитания в начальной школе Республики Кипр. В процессе исследования

решались такие задачи как:

Изучение состояния вопроса относительно программно-нормативных основ контроля и нормативной оценки физической подготовленности младших школьников в различных странах; изучение уровня и выявление особенностей физического развития и физической подготовленности школьников 7–10 лет Республики Кипр; разработки нормативов физической подготовленности как основы системы педагогического контроля в процессе физического воспитания школьников 7–10 лет Республики Кипр; проверку эффективности и информативности разработанных оценочных таблиц физической подготовленности школьников 7–10 лет в условиях урочных и внеурочных форм работы по физическому воспитанию Республики Кипр.

Методами исследования являлись: теоретический анализ и обобщение литературных источников, антропометрические методы исследований, физиологические методы исследований, двигательные тесты, педагогический эксперимент, методы математической статистики и математический анализ.

В результате исследований впервые разработан способ интегральной оценки физического развития младших школьников, ориентированный на функциональный показатель физической работоспособности и имеющий пять уровней градации (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий). Разработаны нормативы физической подготовленности детей 7–10 лет, проживающих в Республике Кипр, соответствующие их физическому развитию. Обоснована и разработана система педагогического контроля процесса физического воспитания школьников 7–10 лет в течении учебного года, с модельно-целевыми характеристиками уровней физического развития и физической подготовленности. Определены особенности темпов физического развития мальчиков 7–10 лет, проживающих на Кипре, с критическим периодом в 9–10 лет, характеризующийся снижением адаптационных возможностей детей к физическим нагрузкам, что требует дифференцированного подхода в процессе физического воспитания. Дополнены современные данные о возможности проектирования систем физического воспитания с учетом геополитических условий государства. Получило дальнейшее развитие теоретико-методическое положение о разработке должных норм физической подготовленности детей школьного возраста.

Разработанные нами оценочные нормативы уровня развития физических качеств силы, быстроты, гибкости, скоростной силы, физического развития апробированы в практике физического воспитания школьников, чувствительны к изменению физического развития и физической подготовленности младших школьников. Предложенные оценочные таблицы физической подготовленности ложатся в основу системы педагогического контроля и проявляют свою информативность в первичном контроле, т. к. дают возможность определять однородные группы школьников и осуществлять дифференцированный подход в процессе физического воспитания. Данные оценочные таблицы являются необходимым инструментом текущего педагогического контроля, т. к. дают

возможность определять наличие прогресса достижений и соответствие направленности учебного процесса запланированным результатам и в случае отклонения принимать меры по коррекции учебных программ. Итоговый контроль в конце учебного года с использованием оценочных таблиц поможет преподавателю определить качественные изменения произошедшие в физической подготовленности школьников течение года.

Оценочные таблицы физического развития и физической подготовленности дают информацию о темпах возрастного развития учащихся, и физических способностях, которые может использовать тренер при отборе для занятий спортом.

Ключевые слова: контроль, физическая подготовленность, дети 7–10 лет, Республика Кипр.

Dajani Joumana. The check physical preparedness of children 7–10 years in requirements of physical education in an elementary school of republic of Cyprus. – Manuscript.

Dissertation for competition of graduate degree Phd of science in physical education and sport in speciality 24.00.02 – Physical culture, physical education of different groups of the population. – National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2011.

For the first time the method of integral evaluation of young pupils physical development, oriented on the functional index of physical workability is worked out. It has five gradation levels – high, higher than intermediate, intermediate, lower than intermediate and low. The standards of physical preparedness of 7–10 year old children, who live in the Republic of Cyprus, are also worked out for the first time.

The system of physical preparedness pedagogical control of 7–10 year old children is grounded and worked out. It can become the program-normative basis of physical education at the primary school in the Republic of Cyprus.

The peculiarities of physical development tempo of 7–10 year old boys, who live in the Republic of Cyprus, are picked up with the decisive period of 9–10 years of age which are characterized by the reduction of the adaptative, abilities of children to physical loads.

Key words: control, physical preparedness, 7–10 year old children, the Republic of Cyprus.