

РОЗВИТОК КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ СЕРЕДНЬОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ТУРИЗМУ

Бутенко Галина, Сєдов Богдан

Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка

Анотації:

У статті розглядається проблема підвищення рівня координаційних здібностей дітей середнього шкільного віку засобами туризму. З цією метою розроблена програма, що ґрунтується переважно на комплексних вправах на основі засобів пішогодного туризму. У дослідженнях брали участь 30 дітей 13-14 років, що були розподілені на експериментальну та контрольну групи. Кожна група налічувала 15 дітей. Діти експериментальної і контрольної груп займалися пішогодним туризмом у рамках програми позакласних занять під керівництвом одного тренера. Зміст занять експериментальної групи на відміну від занять контрольної групи вмщував систему комплексних вправ, спрямованих на розвиток координаційних здібностей.

На основі методики тестового комплексного контролю розвитку координаційних здібностей Л.П. Сергієнко визначено, що у кінці педагогічного експерименту підвищення рівня координаційних здібностей відбулося у 93,33% дітей експериментальної групи та у 66,66% дітей контрольної групи. При цьому високий рівень координаційних здібностей був виявлений у 20% школярів експериментальної групи у кінці педагогічного експерименту. У дітей КГ у динаміці експерименту високий рівень координаційних здібностей виявлений не був. Низький рівень координаційних здібностей на початку експерименту було виявлено у 20% дітей експериментальної групи та у 13,33% дітей контрольної групи. У кінці експерименту дітей з низьким рівнем координаційних здібностей не було зафіксовано як у контрольній, так і в експериментальній групі.

Фактичні дані педагогічного експерименту свідчать про більш значуще підвищення рівня координаційних здібностей у дітей експериментальної групи у порівнянні з дітьми контрольної групи, що підтверджує ефективність запропонованої програми.

Ключові слова:

координаційні здібності, діти середнього шкільного віку, туризм

Development of coordination abilities of children of secondary school age through tourism.

The article considers the problem of improvement of coordination abilities of children of middle school age by means of tourism. For this purpose, a program on the basis of complex exercises based on hiking was developed. The studies involved 30 children aged 13 to 14 who were divided into experimental and control groups. Every group consisted of 15 children. Children from experimental and control groups were engaged in hiking as part of the program of extra-curricular activities under the guidance of a trainer. The content of the exercises of the experimental group, in contrast to the exercises of the control group, included a system of complex exercises aimed at developing coordination abilities.

Based on the method of test complex control of the development of coordination abilities developed by L. P. Sergienko it was determined that at the end of the pedagogical experiment an increase in the level of coordination abilities occurred in 93.33% of children in the experimental group and in 66.66% of the children in the control group. At the same time, a high level of coordination abilities was found in 20% of the schoolchildren of the experimental group at the end of the pedagogical experiment, the children of the control group did not have a high level of coordination abilities in the dynamics of the experiment. A low level of coordination abilities at the beginning of the experiment was detected in 20% of children in the experimental group and in 13.33% of the children in the control group. At the end of the experiment, children with a low level of coordination ability were not detected in both the control group and the experimental group.

The actual data of the pedagogical experiment indicates a more significant increase in the level of coordination abilities in the children of the experimental group compared with the children of the control group, which confirms the effectiveness of the proposed program.

coordination abilities, children of middle school age, tourism.

Развитие координационных способностей детей среднего школьного возраста средствами туризма.

В статье рассматривается проблема повышения уровня координационных способностей детей среднего школьного возраста средствами туризма. С этой целью разработана программа, основанная преимущественно на комплексных упражнениях на основе средств пешеходного туризма. В исследованиях принимали участие 30 детей 13-14 лет, которые были разделены на экспериментальную и контрольную группы. Каждая группа насчитывала 15 детей. Дети экспериментальной и контрольной групп занимались пешеходным туризмом в рамках программы внеклассных занятий под руководством одного тренера. Содержание занятий экспериментальной группы в отличие от занятий контрольной группы включало систему комплексных упражнений, направленных на развитие координационных способностей.

На основе методики тестового комплексного контроля развития координационных способностей Л.П. Сергиенко определено, что в конце педагогического эксперимента повышение уровня координационных способностей произошло у 93,33% детей экспериментальной группы и у 66,66% детей контрольной группы. При этом высокий уровень координационных способностей был обнаружен у 20% школьников экспериментальной группы в конце педагогического эксперимента, у детей контрольной группы в динамике эксперимента высокий уровень координационных способностей обнаружен не был. Низкий уровень координационных способностей в начале эксперимента был выявлен у 20% детей экспериментальной группы и у 13,33% детей контрольной группы. В конце эксперимента детей с низким уровнем координационных способностей не было зафиксировано как в контрольной, так и в экспериментальной группе.

Фактические данные педагогического эксперимента свидетельствуют о более значимом повышении уровня координационных способностей у детей экспериментальной группы по сравнению с детьми контрольной группы, что подтверждает эффективность предложенной программы.

координационные способности, дети среднего школьного возраста, туризм.

Постановка проблеми. Проблема розвитку фізичних якостей учнів загальноосвітніх шкіл є одним з головних завдань фізичного виховання школярів. На думку багатьох фахівців в області теорії та практики фізичного виховання, багато в чому визначають результативність різних видів, форм і напрямків життєдіяльності саме координаційні здібності людини [4, 8].

У сучасних динамічних умовах значно збільшився обсяг видів діяльності, що здійснюються в імовірнісних і несподівано виникаючих ситуаціях, що вимагають прояву винахідливості, швидкості реакції, здатності до переключення та концентрації уваги, просторової, часової та силової точності рухів і їх біомеханічної раціональності, що безпосередньо пов'язано з руховими координаційними здібностями індивіда [8]. Не оволодівши комплексом необхідних видів координаційних здібностей, не можна сформувати інтегральну особистісну характеристику індивіда – вміння свідомо керувати своїми рухами, як найважливішої складової людської сутності [5, 4]. Також слід зауважити, що координаційні здібності є однією з головних детермінант досягнення високих результатів практично у всіх видах фізкультурно-спортивної діяльності, що є найважливішим компонентом суспільного життя людини [5, 8].

Разом з тим, зрозумілі аспекти, що зумовлюють недостатню розробленість проблеми формування та розвитку координаційних здібностей школярів середнього шкільного віку, а саме: не завжди приділяється належна увага проблемам систематизації, класифікації та диференціації досить великої кількості проявів координаційних здібностей на основі різноманітних засобів фізичного виховання, а також їх впровадження у практику роботи з підростаючим поколінням.

Туризм займає певне місце в житті значної частини населення планети, є істотним засобом відновлення фізичних і духовних сил, сприяє пізнанню навколишнього середовища, культурному розвитку особистості і вирішує завдання фізичного виховання, фізичного розвитку і оздоровлення [3, 10]. Сьогодні туризм розглядається не тільки як вид активного відпочинку, що сприяє фізичному загартуванню і оздоровленню організму, а й як вид спорту [2, 3]. У фізичному вихованні школярів туризм посідає значуще місце і має велику науково-методичну основу використання його в урочних формах та у позакласний час. Туризм має величезний потенціал для розвитку координаційних здібностей школярів, але ці дані носять фрагментарний характер [1, 2, 9]. Таким чином використання засобів туризму з метою підвищення рівня координаційних здібностей школярів середнього шкільного віку є актуальною проблемою.

Дослідження виконано згідно зі «Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр.» за темою 3.13 «Теоретико-методичні основи здоров'я формуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення», номер державної реєстрації 0116U001615.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В основі теорії управління рухами лежать концептуальні положення, що розроблені М.О. Бернштейном (1947), де обґрунтовується багатофункціональність та ієрархічна побудова різноманітної психомоторної діяльності індивіда, що базується на п'яти рівнях організації рухів за участю різних відділів нервової системи. Поняття координаційних здібностей деталізовано в багатьох науково-методичних публікаціях (В.А. Романенко, 2005 [4]; М. Каль, 2005; Д.В. Шарий, 2009 [7]; І.В. Муратова, 2010; М.Д. Кудрявцев, О.О. Ніколаєва, 2013; А.О. Дубова, 2014; Л.В. Сергієнко, 2015 [6] та інші).

На думку вчених, базові завдання розвитку координаційних здібностей у найзагальнішому плані слід диференціювати на дві основні групи: за різнобічним їх формуванням і розвитком та за спеціалізованим (спеціально спрямованим) розвитком. Перша група завдань вирішується в основному на дошкільному і шкільному етапі онтогенезу людини з метою створення широких передумов для подальшого вдосконалення людини в обраних варіантах професійної спортивної та інших видах його життєдіяльності. Найважливіша роль у вирішенні цієї групи завдань відводиться організованому фізичному вихованню у загальноосвітніх установах (Д.В. Шарий, 2009 [7]; Г.Н. Германов, 2011; А.С. Філіппов, А.С. Сергін, 2013; Л.В. Жигайлов, Н.В. Береславський, А.В. Свириденко, 2014). Друга група завдань, як правило, в основному вирішується в ході спеціалізованої

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

спортивної діяльності людини, а також у процесі формування його професійно-прикладної фізичної підготовленості (А.В. Дружинін, 2003).

Багатьма вченими координаційні здібності розглядаються в контексті виявлення сенситивних періодів розвитку різних їх проявів з урахуванням статі та віку дітей, підлітків та молоді (В.А. Романенко, 2005 [4]; В.А. Сальников, 2008; В.І. Тхора, С.П. Аршинніков, 2010; Р.Х. Деушев, В.А. Баландін, 2013).

Розвиток координаційних здібностей відбувається на основі багатьох видів фізкультурної діяльності, у тому числі на основі засобів туризму (Д.В. Шарий, 2009 [7]; Т.И. Гриньова, Л.Н. Таран, 2012 [2]; Butenko, H., Goncharova, N., Saienko, V., Tolcheva, H., 2017 [9]).

Результат аналізу науково-методичної літератури виявив недостатню розробленість та деталізацію рекомендацій з оптимізації розвитку координаційних здібностей з урахуванням статі та віку учнів середніх класів загальноосвітніх шкіл на основі засобів туризму.

Мета дослідження: підвищення рівня координаційних здібностей засобами туризму дітей середнього шкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Визначення рівня координаційних здібностей дітей 13-14 років.
2. Визначення ефективності запропонованої програми розвитку координаційних здібностей дітей 13-14 років засобами туризму.

Організація та методи дослідження. Дослідження проводилися на базі Чайкинського навчально-виховного комплексу Новгород-Сіверської районної ради Чернігівської області. Кількість досліджуваних складала 30 дітей 13-14 років, які були розподілені на дві групи по 15 осіб у кожній. Обидві групи займалися пішохідним туризмом у рамках програми позакласних занять під керівництвом одного тренера. Зміст занять експериментальної групи (ЕГ) на відміну від занять контрольної групи (КГ), вміщував комплексні вправи на розвиток координаційних здібностей.

Методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, методика визначення рівня координаційних здібностей Л.П. Сергієнка [6].

Результати дослідження та їх обговорення. З метою підвищення рівня координаційних здібностей дітей 13-14 років нами була розроблена методика, що включала комплексні вправи на основі засобів пішохідного туризму. Принциповою основою розробки методики слугували положення, що були запропоновані Д.В. Шарий [7].

Визначення рівня координаційних здібностей дітей відбувалося на основі нормативів оцінки розвитку координаційних здібностей, розрахованих за 5-бальною сигмовидною шкалою на основі комплексного тестування [6], яке проводилося на початку та наприкінці педагогічного експерименту.

На початку експерименту дітям було запропоновано пройти комплексне тестове випробування без виконання попередніх спроб (але дозволялася спроба виконання окремих елементів комплексного тесту). За результатами проходження комплексного тесту були визначені наступні положення (табл. 1):

Таблиця 1

Розподіл досліджуваних дітей (n=30) за рівнями координаційних здібностей на початку експерименту (%)

| Рівень координаційних здібностей | Статеві-вікові групи | | | | | |
|----------------------------------|----------------------|-----|----------|-----|-------------|------|
| | 13 років | | 14 років | | 13-14 років | |
| | Х | Д | Х | Д | Х | Д |
| | n=8 | n=8 | n=6 | n=8 | n=14 | n=16 |
| Високий | - | - | - | - | - | - |

І. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

| <i>Продовження табл. 1</i> | | | | | | |
|----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Вище середнього | - | - | - | - | - | - |
| Середній | 12,50 | 25,00 | 33,33 | 25,00 | 21,43 | 25,00 |
| Нижче середнього | 62,50 | 62,50 | 50,00 | 62,50 | 57,14 | 62,50 |
| Низький | 25,00 | 12,50 | 16,67 | 12,50 | 21,43 | 12,50 |

Примітка: X – хлопці, Д – дівчата

- рівень координаційних здібностей вище середнього і високий не виявлено в жодній зі статево-вікових груп;

- середній рівень показали 23,33% (n=7) дітей, з них 21,43% (n=3) хлопців і 25% (n=4) дівчат. При цьому більша кількість дітей із середнім рівнем координаційних здібностей виявлена у віковій групі 14 років (28,57%, n=4), менша кількість виявлена у віковій групі 13 років (18,75%, n=3);

- найбільша кількість дітей 13-14 років, обстежених нами, має рівень координаційних здібностей нижче середнього (60%, n=18), з них 57,14% (n=8) хлопців і 62,50% (n=10) дівчат;

- низький рівень координаційних здібностей спостерігається у 16,67% (n=5) дітей, із них у 21,43% (n=3) хлопців і 12,50% (n=2) дівчат. Більша кількість школярів з низьким рівнем координаційних здібностей спостерігається у віковій групі 13 років (18,75%, n=3), менша кількість – у віковій групі 14 років (14,29%, n=2).

У результаті аналізу показників тестового комплексного контролю розвитку координаційних здібностей на початку і в кінці педагогічного експерименту діти КГ і ЕГ були розподілені за рівнями координаційних здібностей. Такий аналіз дозволив зробити наступні висновки (табл. 2):

Таблиця 2

Розподіл досліджуваних дітей (n=30) за рівнями координаційних здібностей в динаміці педагогічного експерименту (%)

| Рівень координаційних здібностей | Початок експерименту | | | | Кінець експерименту | | | |
|----------------------------------|----------------------|-------|-----------|-------|---------------------|-------|-----------|-------|
| | КГ (n=15) | | ЕГ (n=15) | | КГ (n=15) | | ЕГ (n=15) | |
| | X | Д | X | Д | X | Д | X | Д |
| | n=7 | n=8 | n=7 | n=8 | n=7 | n=8 | n=7 | n=8 |
| Високий | - | - | - | - | - | - | 14,59 | 25,00 |
| Вище середнього | - | - | - | - | 14,59 | 12,50 | 42,86 | 25,00 |
| Середній | 28,57 | 25,00 | 14,59 | 25,00 | 28,57 | 25,00 | 42,86 | 50,00 |
| Нижче середнього | 57,14 | 62,50 | 57,14 | 62,50 | 57,14 | 62,50 | - | - |
| Низький | 14,59 | 12,50 | 28,57 | 12,50 | - | - | - | - |

Примітка: X – хлопці, Д – дівчата

- високий рівень координаційних здібностей був виявлений у 20% (n=3) дітей ЕГ у кінці педагогічного експерименту, із них у 14,59% (n=1) хлопців і 25% (n=2) дівчат. У дітей КГ у динаміці експерименту високий рівень виявлений не був;

- рівень координаційних здібностей вище середнього виявлений у 13,33% (n=2) дітей КГ (у 14,59% (n=1) хлопців і 12,50% (n=1) дівчат) та у 33,33% (n=5) дітей ЕГ (у 42,86% (n=3) хлопців і 25% (n=2) дівчат) у кінці експерименту;

- середній рівень на початку експерименту показали 26,67% (n=4) дітей КГ (28,57% (n=2) хлопців і 25% (n=2) дівчат) та 20% (n=3) дітей ЕГ (14,59% (n=1) хлопців і 25% (n=2) дівчат). У кінці педагогічного експерименту не спостерігається збільшення кількості дітей із середнім рівнем координаційних здібностей у КГ, але спостерігається в ЕГ – 46,67% (n=7) дітей, як у хлопців – 42,86% (n=3), так і у дівчат – 50% (n=4);

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

- рівень нижче середнього на початку експерименту був зафіксований у 60% (n=9) дітей КГ (57,14% (n=4) хлопців і 62,50% (n=5) дівчат) і так само у дітей ЕГ. У кінці педагогічного експерименту не спостерігається зменшення кількості дітей з таким рівнем координаційних здібностей у дітей КГ, але спостерігається у дітей ЕГ, де в кінці експерименту не зафіксовано дітей з показниками комплексного тесту, відповідними до рівня нижче середнього;

- низький рівень координаційних здібностей на початку експерименту було виявлено у 13,33% (n=2) дітей КГ (14,59% (n=1) хлопців і 12,50% (n=1) дівчат) і у 20% (n=3) дітей ЕГ (28,57% (n=2) хлопців і 12,50% (n=1) дівчат). В кінці експерименту дітей з низьким рівнем координаційних здібностей як у КГ, так і в ЕГ не зафіксовано.

Таким чином, в ЕГ підвищили величину показника комплексного тесту в процесі педагогічного експерименту 93,33% (n=14) дітей, у 6,67% (n=1) учасників експерименту цей показник не змінився. В КГ зафіксовано поліпшення показника координаційних здібностей у 66,66% (n=10) дітей, у 33,33% (n=5) він не змінився. Погіршення рівня координаційних здібностей і величини показника комплексного тесту в динаміці педагогічного експерименту у досліджуваних дітей виявлено не було.

Висновки:

1. Результати виконаної аналітичної роботи з вивчення науково-методичних літературних джерел свідчать про значну увагу вчених, яка приділяється проблемі розвитку координаційних здібностей людини, в тому числі і в ході його загальноосвітньої підготовки у відповідних навчальних закладах. Недостатньо розглянута проблема підвищення рівня координаційних здібностей дітей середнього шкільного віку засобами туризму.

2. Розроблена програма, що має на меті підвищення рівня координаційних здібностей дітей 13-14 років засобами туризму ґрунтується переважно на комплексних вправах.

3. Діти експериментальної групи показали більш значущі покращення показників контрольного комплексного тесту у кінці педагогічного експерименту, що обумовило підвищення рівня координаційних здібностей у 93,33% дітей ЕГ, у той час як у дітей КГ підвищили рівень 66,66% дітей. Фактичні дані педагогічного експерименту свідчать про ефективність запропонованої програми.

Перспективи подальших досліджень – розробка програми підвищення рівня координаційних здібностей засобами туризму для дітей старшого шкільного віку.

Список літературних джерел:

1. Бутенко Г. Використання засобів оздоровчого туризму і орієнтування у фізичному вихованні дітей шкільного віку. Фізична культура, спорт і здоров'я нації: збірник наукових праць. Випуск 17. Вінниця. 2014, С. 41-47.

2. Гринева Т.И., Таран Л.Н. Оценка уровня подготовленности мальчиков 10-12 лет под влиянием занятий спортивным туризмом. Педагогика, психология та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. №1. Харків. 2012, С. 49-52.

3. Мулик К.В. Спортивно-оздоровчий туризм в системі фізичного виховання школярів і студентів: монографія. Харків : ФОП Бровін А.В. 2015, 418 с.

4. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей : учебное пособие. Донецк: Изд-во ДонНУ. 2005, 290 с.

5. Сергієнко Л.П. Технології наукових досліджень у фізичній культурі: Підручник для студентів вищих навчальних закладів : у 2 кн. Кн. 2 «Методи наукових досліджень у фізичній культурі». Тернопіль : Навчальна книга – Богдан. 2015, 919 с.

6. Сергієнко Л.П. Комплексний педагогічний

References:

1. Butenko H. Use of health-improving tourism and orientation in the physical education of school-age children. Physical culture, sports and health of the nation: a collection of scientific works. Ed. 17. Vinnytsia. 2014, pp. 41-47.

2. Grineva T.I., Taran L.N. Assessment of the level of preparedness of boys 10-12 years under the influence of sports tourism. Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports. №1 Kharkiv 2012, pp. 49-52.

3. Mulyk K.V. Sports and health tourism in the system of physical education of schoolchildren and students: a monograph. Kharkiv: LTD Brovin A. V. 2015, 418 p.

4. Romanenko V. A. Diagnostics of motor abilities: manual. Donetsk: Publishing house of DonNU. 2005, 290 pp.

5. Serhienko L. P. Technologies of scientific research in physical culture: A textbook for students of higher educational institutions: in 2 books. Book 2 «Methods of scientific research in physical culture». Ternopil: Educational book - Bogdan. 2015, 919 p.

6. Serhienko L. P. Complex pedagogical control of

контроль розвитку координаційних здібностей дітей у віці 13–14 років. Слобожанський науково-спортивний вісник. № 4(48). Харків : ХДАФК. 2015, с. 78-83. dx.doi.org/10.15391/snsv.2015-4.015

7. Шарий Д. В. Комплексний контроль та розвиток координаційних здібностей юних туристів. Теорія та методика фізичного виховання. № 12. Київ. 2009, с. 9-12.

8. Wojczenko S., Cieszozyk P., Kolbowicz M. The level of particular coordination motor abilities as the indicator of effectiveness of selection for preliminary stage of sports training. Sports games in physical education, recreation and sports: doc. IV International Scientific Practical. Conf. Smolensk. 2006, pp. 12-19.

9. Butenko, H., Gonchapova, N., Saienko, V., Tolcheva, H. Use of health tourism as a basis for improving physical condition of primary school age children. Journal of Physical Education and Sport, Vol. 17 Supplement issue 1, Art 6, pp. 34-39, 2017. doi:10.7752/jpes.2017.s1006.

10. Ruban V. Children's tourism as a means of improving motor activity of primary school pupils in rural schools. Physical education, sports and health culture in modern society. No. 1 (37). 2017, pp. 72-76.

the development of coordination abilities of children aged 13-14 years. Slobozhansk Scientific and Sport Newsletter. No. 4 (48). Kharkiv: KSAPC. 2015, p. 78-83. dx.doi.org/10.15391/snsv.2015-4.015

7. Sharyi D. V. Complex control and development of coordination abilities of young tourists. Theory and methods of physical education. No. 12. Kyiv. 2009, pp. 9-12.

8. Wojczenko S., Cieszozyk P., Kolbowicz M. The level of particular coordination motor abilities as the indicator of effectiveness of selection for preliminary stage of sports training. Sports games in physical education, recreation and sports: doc. IV International Scientific Practical. Conf. Smolensk. 2006, pp. 12-19.

9. Butenko, H., Gonchapova, N., Saienko, V., Tolcheva, H. Use of health tourism as a basis for improving physical condition of primary school age children. Journal of Physical Education and Sport, Vol. 17 Supplement issue 1, Art 6, pp. 34-39, 2017. doi:10.7752/jpes.2017.s1006.

10. Ruban V. Children's tourism as a means of improving motor activity of primary school pupils in rural schools. Physical education, sports and health culture in modern society. No. 1 (37). 2017, pp. 72-76.

DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.1293439>

Відомості про авторів:

Бутенко Г. О.; orcid.org/0000-0002-5479-3224; halsanna22@gmail.com; Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, Глухів, 41401, Україна.

Седов Б. В.; orcid.org/0000-0001-9824-4123; Глухівський національний педагогічний університет імені Олександра Довженка, Глухів, 41401, Україна.