

796.37.091.214

24.00.02 – ,

A handwritten signature in black ink, appearing to be the name 'Tina' or similar, written in a cursive style.

• • ,

:

,
.

:

,
,

,
;

,
,

«16» 2017 14
08.881.01
(49094, . , . , 10).

, 10). (49094, . , .

«_» 2017 .



I. . . , 2011; . . . , 2011).
 « . . . », . . . ,
 « . . . », « . . . », « . . . ».
 . . . ,
 2014; . . . , 2014).
 (2009), . . .
 (2009) ,
 (. . . , 2014),
 (. . . , 2010)
 (. . . , . . . , 2014).
 . . . (2012), . . . (2013)
 . . . (2014, 2015)
 . . . (2015)
 6-9- . . .
 (G. Graham, 2008; . . . , 2010).
 , . . . ,
 , . . .
 , . . . ,
 (. . . , 2013; . . . , 2014).
 (5-9) , « . . . »
 , . . . ,
 (. . . , 2009).

(. . . , 2010),
 (. . . , 2007),
 2008; A. Stuła, 2011).
 (. . . , 2005;
 M. Lowes, P. Tranter, 2005; N. Bova, Y. Usakovsky, 2013).
 (. . . , 2014)
 (. . . , 2008),
 (. . . , 2007; . . . , 2010; S. Yildiz, 2011),
 (. . . , 2013),
 (. . . , 2007),
 (H. Wein, 2007; . . . , 2014).

(. . . , 2009).

«
 ».
 «
 2011-2015 .»
 3.5. «
 », (

0111U001169).

- 1. :
- 2. . ,
- 3. .
- 4. , . -

, . -
 . -

: , , , ,
 , - , ,
 . , , , ,

- : 13-14
 - (4) ,
 10 , ;

- , 13-14 ,
 ; 7-

- , , ;
 - , , -) 14 (,

6, 23 . ,

-

.

» « » , « :
» « » ,

.

• , , ,

.

• - « , 2013);
: » (, 2013);

V

» (, 2014); -

, - « » (, 2014);
: (, 2015);

V
III

» (, 2015); - »

(2013–2016).

• 5 9 , 3 -
, 2 , 1 -

• , ,
, , 215 , 172 -
33 10 226 ,
206 20 .

; , , ,
; ;
;

« »

.

, , ,

),
(,
,)
)

(. . , 2008; . . , 2012;
. . , 2013, 2014, 2015).

(. . , 2004; . . , 2007; . . , 2007; . . -
, 2009; . . , 2009; . . , 2010; . . , . . , 2011;
. . , 2013; . . , 2014), -

(. . , 2002; . . , 2003; . . , 2012; . . ' , 2014)

(. . , 2001; . . , 2005; . . , 2007;
. . , 2010; . . , 2013).

,

,

.

,

,

,

-

,

,

.

«

»

,
13-14

,

.

-

,

.

.

,

,

,

,

.

.

13-14

-

,

,

,

.

13-14

10-16

(. , 2012).

);

13-14

13-14

« » (,),

().

13-14

(.).

MS Excel Statisti a 6,0.

, 30 – 58 155 14 13-14 (28 –

(2013-2014 .) –

(2013 – 2014) –

(13-14

).

(2014 – 2015) –

;

(2015 – 2015) –

, ,

« »

13 14

13-14

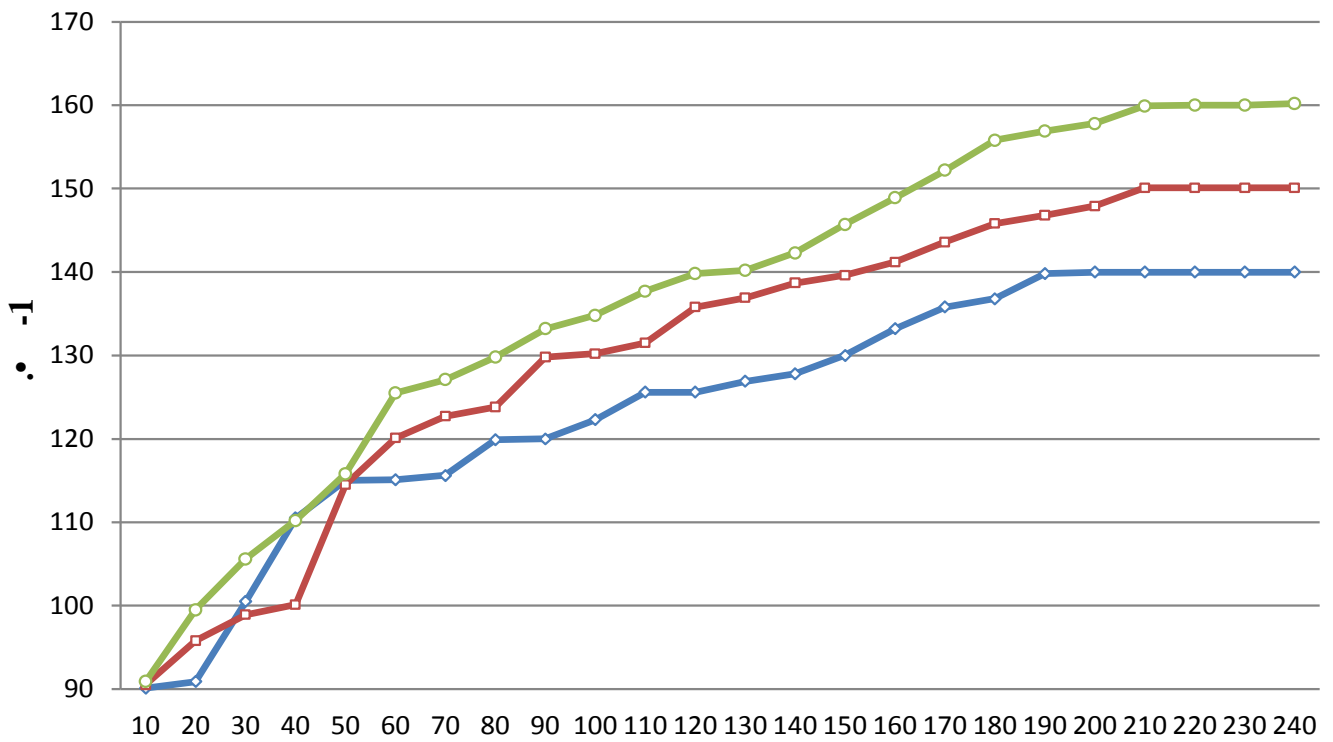
(94 . . .),

(68,5 . . .)

(53 . . .)

13-14

13-14



. 1.

13-14

« (n=55) » « (n=48) » « » (n=52)

90,1 . . .⁻¹.

140 . . .⁻¹.

124,2 . . .⁻¹,

90,1 .: -1, 116,8 .: -1, 120,1 .: -1
 127,8 .: -1, - 129,8 .: -1 140 .: -1, -
 140 .: -1.

- 90,5 .: -1.
 130,6 .: -1, 150,1 .: -1.

90,5 .: -1 120,1 .: -1, - 122,7 .: -1 135,8 .: -1,
 - 136,9 .: -1 145,8 .: -1, - 146,8 .: -1
 150,1 .: -1.

90,9 .: -1. 137,0 .: -1,

127,1 .: -1 139,8 .: -1, 160,2 .: -1.
 - 156,9 .: -1 90,9 .: -1 125,5 .: -1, -
 - 160,2 .: -1 140,2 .: -1 155,8 .: -1,

13-14

(52,5 %) , 13 ,
 (30,5 %) , 14
 (44 %) , (41,3 %) ,

: 13 14
 - 23,25±2,57 25,50±3,61 ,
 - 21,7±3,12 23,53±3,55 ;
 - 5,71±1,94 8,05±2,74 (<0,001) .
 13-14

6- 7-

13 14

13- 58% 14- 25% 13- 15% 14- , - 56%
 10% 13- 15% 14-

, 3,75% 13- 5,3% 14-
 , - 25% 13 14,7% - 14- ,
 - 55% 13- 58,7% 14-

13-14

10,54%.

60

(8,29%

8,42%

)

(8,09%

)

(7,94%

)

(7,73%

)

(7,11%

)

(6,85%

(6,60%

)

43

(

13-14

«

»

« ’

», «

», « ».

,

.

’ , 14

,

,

,

,

,

,

,

,

.

-

’ -

,

,

.

’ ,

,

,

.

.

(’).

,

’ 6-10 ,

’ - 10-15 ,

’ - 15-20 ,

.

’ 3 5-10 ,

’ - 4 10-15 ,

’ 4-5 15-20 .

,

-

’ 2-3 3-4 ,
’ - 3-4 5-6 ,
’ - 3-5 6-8 .

:

120-130 150-160 .⁻¹ 140-150 170-190 .⁻¹.

:

’ :

22%, - 20%, 17-18%, - 14-15%,
12-13%, 12-13%;
’ : 19-20%, 17-18%,
16-17%, 13-14%, - 12-13%, - 10-11%,
- 8-9%; ’ :

- 14-15%, 8-9%. 20-21%, - 18-19%, 12-13%, - 14-15%, 10-11%,

58 7-6 (14 23,)

(n=30) 14

(n=28)

2009

5-9 (« ».

45

22

(13,4%)

13

(43,3%),

13

(43,3%),

4

«

»:

(. 1).

(<0,05).

14

	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S	\bar{x}	S
	(n=28)				(n=30)			
, ,	159,3	1,25	159,4	1,23	159,5	1,15	159,8	1,10
, ,	51,9	1,80	51,7	1,78	52,1	1,89	51,9	1,76
- , . -1	325	15,95	324	15,33	326	13,84	324	14,18
, ,	70,29	4,11	70,3	4,95	70,15	4,15	70,2	3,78
, ,	63,6	1,17	63,3	1,16	63,4	1,18	63,1	1,13
, ,	18,1	3,14	21,4*	3,87	18,4	3,04	25,4*	2,97
, ,	2155	315,08	2175	324,12	2148	302,11	2461*	265,17
, . -1	86,2	2,86	86,7	2,88	86,1	2,7	83,3*	2,61
, . .	57	3,5	60	3,3	58	2,5	77*	2,1
, . . .	114,2	1,87	114,3	1,86	114,1	1,82	114,3	1,76
, . . .	75,5	1,46	75,4	1,52	75,7	1,5	75,82	1,46
, ,	149,9	21,21	150,3	20,18	150,0	20,58	160,5*	18,65
60 ,	10,7	2,07	10,6	2,01	10,6	1,97	10,2	1,55
, . .	3,76	1,01	3,76	1,00	3,76	0,99	3,75	0,54
- , . .	0,94	0,18	0,94	0,16	0,94	0,10	1,03*	0,04
, ,	2	1,55	3*	1,40	2	1,16	9*	1,05

13

:* –

<0,05.

14

(. 2).

43,3% 50,0% – , – 13,4%

43,3% 42,8

7,2%

2

14
, (n=58), %

	(n=28)		(n=30)	
		50,0	39,3	43,3
	42,8	50,0	43,3	26,7
	7,2	10,7	13,4	36,7
	–	–	–	6,6
	–	–	–	–

50,0% 30,0% 39,3% , – 26,7%

– 36,7% 10,7% – . ,

6,6%

« »

, 2010; (, 2007; , 2014)

; (, 2004; , 2005; , 2007; , 2011; , 2014).

(2009), (2009) (2005), (2008), (2012), (2013),

1.

2.

13-14

13 14
(<0,01)

(<0,001).

13-14

(<0,001).

13

(3,28 . . .),

14

3,51 . . .,

0,90 . . .

0,91 . . .).

(17,1 %) ,

13
(14,3 %)

(12,3 %).

14

(20,6 %),

(17,5 %),

(13,1 %).

3.

15% -

- 56%,

, 58%

10%

15% -

13
25%,

14-

:

13

3,75%

, 25%

55%

, 14,7%

14

5,3%

58,7%

13-14

4.

13

(n=55)

124,2 .⁻¹,

140 .⁻¹,

130,6

.⁻¹,

(n=48)

150,1 .⁻¹,

(n=52)

160,2 .⁻¹,

137,0 .⁻¹,

5.

13-14

3) (10,54%), 2) 60 (8,29%), 4) (8,42%),
 - (8,09%), 5)
 7) (7,94%), 6) (7,73%),
 - (7,11%), 8)
 (6,85%), 9)
 (6,60%).

14

22%, - 20%, 17-18%, - 14-15%,
 12-13%, 12-13%;
 - 19-20%, 17-18%,
 16-17%, 13-14%, - 12-13%, - 10-11%,
 - 8-9%;
 - 20-21%, - 18-19%, - 14-15%,
 14-15%, 12-13%, 10-11%,
 8-9%.

6.

14
 - 14,57%, - 3,25%, - 32,75%, 19,81%,
 - 7,0%, - 9,57%,
 - 46,2% <0,05.
 (20,0 %).
 16,6 %
 (6,6 %),
 (3,3 %).

7.

14

1. . . . / . . .
 // - . . . : - : ,
 2014. – 11. – . 61–65.
 : *Index Copernicus, DOAJ*,
 2. . . . // . . . 15 : - ; : . . . ;
 - . : - . . . , 2016. – . 5. –
 . 116–120.
 3. . . . / . . . // . . . 2015. – 2. – . 215–219.
 : *Index Copernicus*, , *Google Scholar*.
 4. . . . / . . . // : - .
 . – 2013. – 4. – . 210–212.
 5. . . . // . . . - 2014. – . 118. – . -
 . 276–278.

6. . . . , / . . . // , 2014. – 2. – : *Index*

. 167–170. *Copernicus*, , *Google Scholar*.

7. . . . / . . . // . – . : « +», 2014. – 4. – . 69–71.

8. . . . / . . . // : V , 23–24 2015 . : 2 . – , 2015. – . 1. – . 128–132.

9. . . . [] / . . . , . . . // : III , 6–8 2015 . – : hdafk.kharkov.ua/docs/konferences/2/brizhata.doc (

), .

. – 24.00.02 – , , 2017.

13 (4)

10 . 13–14 ,

7-

14 (, , -)

, : , ,
 , . , ,
 . . . -
 .
 , 24.00.02 - ,
 , . , ,
 , 2017. , ,

13

- (4)
 10 .

,
 13-14 ,

7- , ,
 , ,
 . (, ,
 -) 14 , ,
 ,

. ,
 ,
 . ,
 : , , -
 , , . , -
 , , , -
 , . , ,
 , , , ,
 , , , ,
 , - .

Tkachenko S. M. Differentiated approach on physical training lessons in football with the girls of middle school age. – Manuscript.

Thesis for a Candidate's degree in physical education and sports on specialty 24.00.02 – physical education, physical training of different population groups. – Dnipropetrovsk State Institute of Physical Education and Sports, Ministry of Education and Science of Ukraine, Dnipro, 2016.

The thesis is the first attempt to define the dynamics of internal reaction of 13-year-old girls to physical activity while doing the Harvard step-test (4 min) in terms of heart rate, fixing it every 10 seconds. It allows identifying three groups of school-girls with low, medium and high levels of adaptive reaction. The relationship between the types of heart rate reaction to standard physical activity and the level of physical health of 13–14-year-old girls is determined here that is the basis for their differentiation into relatively homogeneous groups during physical training lessons. The curriculum for football lessons for girls of the seventh form with different levels of physical health has been worked out. It features the correlation of means aimed at the development of physical qualities, volume and intensity of physical activity. The oriented standards in four movement tests (flexibility, speed, coordination, speed and force qualities) for fourteen-year-old girls with safe level of physical health has been determined. They can be the starting material for the development of appropriate standards of physical training of the schoolgirls in this age group.

Key words: girls of middle school age, physical education, football, differentiated approach.

10.02.2017.
60 90/16. .
. .1,48. .- . .1,52. . . .1,5.
100 . . ____.
,
, 2, . ,40007.
,
3062 17.12.2007.