

ОЮУТНУУДЫН СПОРТ ТОГЛООМЫН ТӨРЛҮҮДИЙН ТЕХНИКИЙН ГҮЙЦЭТГЭЛД ХИЙСЭН ДҮН ШИНЖИЛГЭЭ

(МУБИС-ийн 1-р курсын оюутны жишээн дээр)

Сувд Туул¹, Соодой Бөхбат², Лхагва Уртнасан³
Монгол Улсын Боловсролын Их Сургууль, Биеийн тамирын сургууль

Өгүүллийн мэдээлэл

Түүх:

Хүлээн авсан: 2024.04.01

Засаж сайжруулсан: 2024.04.29

Хэвлэхийг зөвшөөрсөн: 2024.05.15

Түлхүүр үг:

Оюутан, спорт тоглоом, залалт ба
дамжуулалт, шидэлт, давуулах
чадвар

Холбоо барих зохиогч:

С.Бөхбат

Email: bukhbat@msue.edu.mn

Хураангуй

Спорт тоглоом нь хүний бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийг бүх талаар дээшлүүлэх төдийгүй суралцагчдыг нарийн төвөгтэй нөхцөл байдлыг мэдэрч, богино хугацаанд зөв шийдвэр гарган өөрийгөө удирдах чадвар эзэмшихэд чухал нөлөөтэй багийн спортын төрөл болно. Тиймээс ч сургуулийн биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрийн агуулгад спорт тоглоомын төрлүүд зонхилох байр суурийг эзэлдэг. Өнөө үед 17-18 насны оюутан, залуучуудын спорт тоглоомын төрлөөр эзэмшсэн чадварыг илрүүлэх зорилготой энэхүү судалгааны ажлаар сагсан бөмбөгийн дамжуулах, залах, шидэх чадвар болон волейболын бөмбөгийг оновчтой дамжуулах ба давуулах, хөл бөмбөгийн чиглэлийг өөрчлөн залах, оновчтой дамжуулах зэрэг чадварын түвшнийг тодорхойлсон.

Улс орнуудын ард түмний спортын сонирхлын ялгаа нь тухайн улсын өв соёл, уламжлал, газарзүйн онцлог зэрэг янз бүрийн хүчин зүйлээс шалтгаалдаг (Yong-Wook Kim., Jinyoung Han., et al, 2022, p. 10). Харин монголын ёс заншил, нүүдэлчин ард түмний соёлоос үлдсэн нэг томоохон зүйл бол эрэгтэй хүүхэд бүр бөх барилдах, хүчтэй байх асуудал одоо ч залуучуудын дунд яригддаг, хэрэгждэг соёл юм.

Суурь болон бүрэн дунд боловсролын түвшинд биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрөөр эзэмшсэн байх наад захын чадварт үндэслэсэн цогц дасгалыг боловсруулж судалгаанд ашиглав. Энэ судалгаанд спортын төрөл тус бүрээр 204-216 оюутан хамрагдсан.

Оюутнуудын спорт тоглоомын дасгал гүйцэтгэх чадварын судалгааны үр дүнгээс харвал: сагсан бөмбөгийг дамжуулах чадвар дунджаас дээгүүр, залалтаас шидэх чадварыг эрэгтэй төгсөгчид дунджаас доогуур, эмэгтэй төгсөгчид доод түвшинд эзэмшсэн ба сагсан бөмбөгийн цогц дасгалыг гүйцэтгэх хугацаанд хүйсийн болон гүйцэтгэлийн статистик ач холбогдолтой ялгаа ажиглагдсан. Волейболын бөмбөгийг оновчтой дамжуулах ба тор давуулах чадвар дунджаас дээгүүр түвшинд байна. Хөл бөмбөгийн чиглэлийг өөрчлөн залах чадвар дунджаас доогуур буюу доод, оновчтой дамжуулах чадвар дунджаас дээш түвшинд байсан бол хөл бөмбөгийн цогц дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх чадвараар эрэгтэй төгсөгчдийн 29% нь, эмэгтэй төгсөгчдийн 45% нь доод ба хангалтгүй түвшний үзүүлэлттэй байна.

Суурь боловсролын түвшинд эзэмших спорт тоглоомын чадварыг ахлах ангидаа гүнзгийрүүлэн хөгжүүлж,

тоглолтод үр дүнтэй ашигладаг болохоор дэвшүүлсэн биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрийн хүлээгдэж буй үр дүн волейболоос бусад төрөлд бүрэн хэрэгжихгүй байгааг энэ судалгаагаар нотолсон.

ANALYSIS OF TECHNICAL PERFORMANCE IN STUDENT SPORTS GAMES

Authors:

Tuul, S¹., Bukhbat, S²., Urtnasan, L³

Mongolian National University of Education

Article history:

Received: Apr 1, 2024

Revised: Apr 29, 2024

Accepted: May 15, 2024

Keywords:

student, sports game, dribbling and passing, shooting, serving ability

Abstract

Sports improve a person's physical development, affect their ability to respond to complex situations, and allow for the development of management skills to make correct decisions quickly. Therefore, some types of sports should dominate in the high school physical education curriculum.

This research aims to study today's 17 to 18-year-old college students' abilities in sports in the area of (1) passing, dribbling & shooting a basketball, (2) the ability to pass and serve a volleyball, and (3) the ability to change direction and passing techniques in football.

A complex set of exercises based on the minimum skills to be mastered by the physical education curriculum at the basic & secondary education levels was developed and used in the study of 204-216 students.

The results find students' abilities in performing certain sports skills as follows: the ability to pass a basketball - above-average, the ability to shoot from dribbling - below-average, and female students performing at a lower level than their male counterparts. Statistically significant differences between gender and performance were observed during complex basketball drills.

In football, the ability to change the direction of the ball was well below-average, the ability to pass the ball to be above-average; with 29% of male students and 45% of female students had low or insufficient ability to perform complex football exercises at higher speeds.

In volleyball, passing and serving skills were all above-average.

This study proves that the expected results of the proposed physical education program are not fully implemented in sports other than volleyball.(?)

Удиртгал

Манай улсад боловсролын чанарын асуудлыг сүүлийн 20-иод жил олон талаас нь судалж, сайжруулах ажлуудыг хийсээр байна. Академич Н.Бэгз боловсролын чанарыг тодорхойлох нэгдүгээр түвшин нь “суралцагчаас стандартад заагдсан хөтөлбөр эзэмшилтийн түвшнийг илэрхийлэх үзүүлэлт” байна гэж үзсэн (Бэгз, Н. 2001). Эрчимтэйгээр өөрчлөгдөж буй өнөөгийн нийгэмд биеийн тамирын боловсрол нь хүний чанартай амьдрах, өрсөлдөх чадварыг дээшлүүлэх, хүн болж төлөвшихөд чухал үүрэгтэй.

хөгжил төлөвшилд олон талаар эерэг нөлөө үзүүлдэг болохыг мэргэжлийн судлаачид тэмдэглэсэн байдаг.

Спорт тоглоом нь зөвхөн бие бялдрыг хөгжүүлж, эрүүл мэндийг бэхжүүлэх төдийгүй тухайн хүний нийгэм хамт олны дундах нэр хүндийг дээшлүүлж, янз бүрийн хүндрэлтэй нөхцөл байдлыг хурдан баримжаалан, зөв шийдвэр гаргаж өөрийгөө удирдах чадварыг хөгжүүлнэ (Петрушевский, Д.А. 2015). Өнөө үед амьдрал ажил олгогчид спорт тоглоом сайн тоглодог мэргэжилтнийг ажилтан шалгаруулах нэг үзүүлэлт болгож байгаа нь ч практикаас ажиглагдах болсон.

Өсвөр насандаа спортоор хичээллэх, спортод дур сонирхолтой байх эсэхээс шалтгаалж, насанд хүрэгчдийн насан туршийн биеийн тамирын боловсролд нөлөөлдөг байна (TuijaTammelin, Simo Näyhä., et al, 2003, p.119).

Иймээс бид энэхүү судалгаанд 1-р курсын оюутнуудын спорт тоглоомын төрлөөр эзэмшсэн чадварыг илрүүлэх зорилго дэвшүүлсэн бөгөөд тэдний сагсан бөмбөг, волейбол, хөл бөмбөгийн цогц дасгалуудыг гүйцэтгэх чадварыг тодорхойлж, тухайн спортын төрөл тус бүрийн биеийн тамирын хичээлийн хөтөлбөрийн агуулгатай холбон авч үзсэн. 1-р курсын оюутны чадварыг тодорхойлохдоо суурь болон бүрэн дунд боловсролын түвшинд биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрөөр эзэмшсэн байх наад захын чадварт үндэслэсэн цогц дасгал (хөдөлгөөний тест)-ыг боловсруулж судалгаандаа ашиглалаа. Хөдөлгөөний тестийн тохироцыг оюутны биеийн тамирын хичээлийн хүрэх үр дүнд харгалзуулан нягталсан тул тестийн найдвартай байдлыг заавал шалгах шаардлагагүй гэж үзсэн.

Судлагдсан байдал

Их дээд сургуулийн оюутнуудын бие бялдар, эрүүл мэндийн асуудлаар судлаач Г.Сүхбат, Ц.Цэцэгмаа нар оюуны хөдөлмөр эрхэлдэг хүмүүсийн дунд “Биеийн тамираар хөдөлгөөний дутагдлын сөрөг үр дагавараас сэргийлэх боломж”, судлаач Д.Жаргалсайхан “Багш болох оюутнуудын биеийн тамир, спортоор хичээллэх хүсэл сонирхлыг төлөвшүүлэх асуудал” (1999), Д.Уранмандах “МУБИС-ийн 1-р курсын оюутнуудын бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилт” (2010), Л.Гүндэгмаа “Оюутан залуусын бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийг судлах нь” (2012), С.Хаянхярваа “Цэрэг цагдаагийн сургуулиудын бие хамгаалах сургалт, түүнийг боловсронгуй болгох асуудал” (2009) сэдвийн хүрээнд тус тус судалсан байна.

Оюутны бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн асуудлыг судлаач Р.Гантулга “Оюутныг хөдөлгөөний дутагдлаас сэргийлэхэд биеийн тамирын дасгалын үр нөлөөг судалсан нь” (2014) сэдвийн хүрээнд МУИС-ийн Орхон сургуулийн оюутнуудад хичээлийн бус хэлбэрээр зохион байгуулж, хүндрүүлэгчтэй дасгал ба аэробик, сагсан бөмбөгийн секц ба оюуны алжаал тайлах дасгалуудыг ашиглан хөтөлбөр боловсруулж, бие даан биеийн тамир, спортоор хичээллэж, хөдөлгөөний дутагдлаас сэргийлэх, бие бялдраа хөгжүүлэх боломжийн талаар судалсан бол судлаач Г.Уртнасан “Оюутны суралцах хандлагад нөлөөлөх зарим хүчин зүйлсийн судалгаа” (2018) сэдвээр оюутны суралцах үйлд сурах үйлийн чанар, үйлээ ухамсарласан чадвар, ухаалгаар хийж гүйцэтгэх чадварууд нь тэдний суралцах үр дүнд нөлөөлдөг болохыг ШУТИС-ийн оюутнуудын жишээнд дээр судалжээ.

Оюутны хөгжил, төлөвшилд бие бялдрын хүмүүжил, биеийн тамир, спортын гүйцэтгэх үр нөлөө, оюутны спортын асуудлыг Л.Алтанцэцэг (2017), Д.Жаргалсайхан (1999), Б.Баярцэцэг (2015), Б.Оюун (2014) нарын зэрэг эрдэмтэн, судлаачдын бүтээл, судалгаанд тусган оруулсан байдаг. Энэхүү асуудлаар Монголын оюутны спортын холбоо, ИДС-ийн биеийн тамирын багш нарын холбоо зэрэг спортын төрийн бус байгууллагууд санал асуулга, хэлэлцүүлэг, семинарыг удаа дараа явуулан дүгнэлтээ гаргасан байна.

Судалгааны үр дүн

Нэг. Сагсан бөмбөгийн дасгалыг гүйцэтгэх чадвар

Сагсан бөмбөгийн төрөлд биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрөөр эзэмших чадварууд: X ангид - залалт ба дамжуулалтаас шулуун, хөөргөж, шаланд ойлгон оновчтой дамжуулж, зогсолт хийн үсэрч шидэх, хоёр алхамтаас шидэлтийг гүйцэтгэх, XI ангид - хамгаалалтын үед бөмбөг залах, дамжуулах, шидэх довтолгооны хувилбарыг ашиглах, XII ангид - сагсан бөмбөг тоглохдоо довтолох тактик боловсруулж хэрэгжүүлэх зэрэг болно.

Оюутнуудын сагсан бөмбөгийг залах, дамжуулах, шидэх чадварыг нэгтгэсэн цогц дасгалын гүйцэтгэлийг хөдөлгөөний үйлдэл бүрээр авч үзье. Энэхүү судалгаанд эрэгтэй 42, эмэгтэй 162, нийт 204 1-р курсын оюутан хамрагдсан байна.

Сагсан бөмбөгийг дамжуулах чадвар. Эрэгтэй 3 м, эмэгтэй 2.5 м зайнаас сагсан бөмбөгийг хана руу 3 удаа оновчтой дамжуулах дасгалыг эрэгтэй төгсөгчид 2.78 удаа, эмэгтэй төгсөгчид 2.62 удаагийн дундаж үзүүлэлттэй гүйцэтгэсэн. Энд хүйсийн ялгаа ажиглагдаагүй.

Хүснэгт 1. Сагсан бөмбөгийг оновчтой дамжуулах чадварын үзүүлэлт

Пийрсоны хи-квадрат

Гүйцэтгэлийн дасгал	Хүйс		
	Хи квадрат	Чөлөөний зэрэг	Sig.
Залалтаас шидэлт баруун	30.67	2	.000*
Залалтаас шидэлт зүүн	18.66	2	.000*
Бай онох	5.73	3	.126

*. χ^2 ач холбогдлын түвшинг .05 утгаар авч үзсэн.

Сагсан бөмбөгийн гүйцэтгэлийн дасгалуудын хувьд (хи-квадрат) шалгуураар шалгахад охид, хөвгүүдийн хувьд “Залалтаас шидэлт баруун, зүүн” аль алиных нь χ^2 утгууд нь хи-квадратын критик утгаас /чөлөөний зэрэг 2 үед, $\chi_{кр} = 5.991/$ их байгааг хүснэгтэд харуулав. Энэ нь охид, хөвгүүдийн гүйцэтгэлийн дасгалын үзүүлэлтүүд статистикийн хувьд мэдэгдэхүйц ялгаатай байгааг харуулж байна. Харин “Бай онох” гүйцэтгэлийн дасгалын χ^2 утга нь хи-квадратын критик /чөлөөний зэрэг 3 үед, $\chi_{кр} = 7.815/$ утгаас бага байгаа нь охид, хөвгүүдийн “Бай онох” гүйцэтгэлийн дасгалын хувь ялгаагүй байгааг харуулж байна.

Зураг 1. Сагсан бөмбөгийн ур чадварын үзүүлэлт



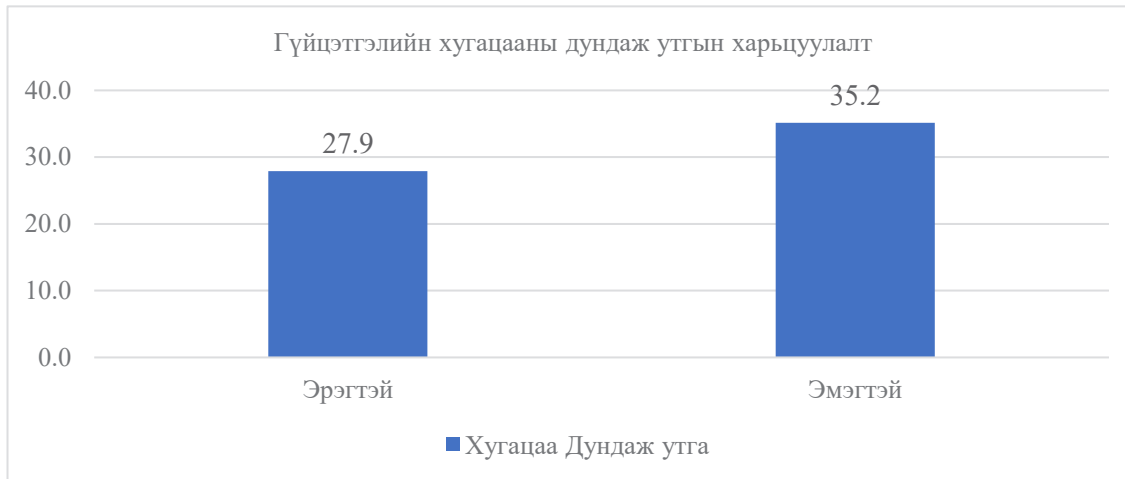
Хүснэгт 2. t-тест (Сагсан бөмбөг хугацаа)

	Левений тест		t	df	Sig. (2-чиглэлд)	Дунджын ялгаа	Ялгааны стандарт алдаа	Ялгааны итгэх завсар (95%)	
	F	Sig.						Доод хил	Дээд хил
Хугацаа	7.8	0.0	-5.8	202.0	0.0	-7.3	1.2	-9.7	-4.8

Сагсан бөмбөгийн гүйцэтгэлийн хугацааны хувьд t-тест шалгуураар шалгахад охид, хөвгүүдийн хүйсийн хувьд t-тестийн p-утга нь 0.000 байсан бөгөөд p-утгын ач холбогдлын босго 0.05-аас хамаагүй бага байна. Энэ нь охид, хөвгүүдийн гүйцэтгэлийн хугацааны дундаж оноонд статистикийн хувьд мэдэгдэхүйц ялгаатай байгааг харуулж байна.

Сагсан бөмбөгийн цогц дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх чадвар. Суралцагч сагсан бөмбөг тоглохдоо дамжуулалт, залалт, шидэлтийг хурдтай гүйцэтгэсэн тохиолдолд илүү үр дүнд хүрнэ. Тиймээс бид дээрх цогц дасгалыг гүйцэтгэсэн хугацаанд дүн шинжилгээ хийсэн. Сагсан бөмбөгийн цогц дасгалыг гүйцэтгэх хугацааны хувьд оюутнуудад энэ чадварын ялгаа их байна.

Зураг 2. Хурдтай гүйцэтгэлийн үзүүлэлт



Сагсан бөмбөгийн дээрх цогц дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх дундаж хугацаа эрэгтэйчүүдэд 27.89 с, эмэгтэйчүүдэд 35.2 с байгааг тогтоолоо. Дасгалыг хамгийн хурдтай ба удаан гүйцэтгэсэн эрэгтэй оюутны хугацааны ялгаа 19.56 с байсан бол эмэгтэй оюутнуудад энэ зөрүү 53.46 с байна. Эдгээр ялгаа нь статистик ач холбогдолтой ($p=0.000$) бөгөөд эмэгтэй оюутнуудын сагсан бөмбөгийн дасгал гүйцэтгэх чадварын ялгаатай байдалд их анхаарах шаардлагатай гэж үзсэн.

Бид оюутнуудын сагсан бөмбөгийн цогц дасгалыг гүйцэтгэх хугацааны статистик үзүүлэлтэд тулгуурлан дараах түвшний шалгуурыг боловсруулав.

Хүснэгт 3. Сагсан бөмбөгийн цогц дасгалыг гүйцэтгэх хугацааны шалгуур үзүүлэлт (с)

Хүйс	1-р түвшин	2-р түвшин	3-р түвшин	4-р түвшин	5-р түвшин
Эрэгтэй	23 - бага	24 - 28	29 - 33	34 - 38	39 - их
Эмэгтэй	25 - бага	26 - 30	31 - 35	36 - 40	40 - их

Хурдтай гүйцэтгэлийн түвшний энэхүү шалгуурыг цаашид туршин, нотлох шаардлагатай байна.

Хоёр. Волейболын дасгалыг гүйцэтгэх чадвар

ЕБС-ийн биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрт: X ангид - волейболын бөмбөгийг дээрээс, доороос оновчтой дамжуулж, хөвгүүд давуулалтын шугамын араас, охид 6 м зайнаас дээрээс давуулалт гүйцэтгэх, XI ангид - хурдтай шилжиж, янз бүрийн чиглэлээс ирсэн бөмбөгийг зөв хүлээн авч оновчтой дамжуулалтыг гүйцэтгэх, XII ангид - давуулалтын ба довтолж цохисон бөмбөгийг хүлээн авч, өөрийн багт ашигтайгаар дамжуулах, холбон тоглогчийн үүргийг биелүүлэх зэрэг чадварыг волейболын төрлийн агуулгад тусгасан байна. Волейболын дасгал гүйцэтгэх чадварын судалгаанд нийт 216 оюутан хамрагдсаны 82% нь эмэгтэй байна. Судалгаанд тор давуулан шидэж өгсөн бөмбөгийг буцааж тор давуулан заасан 3 бүс рүү (баруун, зүүн, урд) тус бүр нэг удаа оновчтой дамжуулах даалгавар бүхий хөдөлгөөний тестийг ашигласан.

Волейболын бөмбөгийг оновчтой дамжуулах чадвар. Тор давж ирсэн бөмбөгийг буцааж тор давуулан оновчтой дамжуулах чадвар эрэгтэй төгсөгчдөд 50.5%, эмэгтэй

төгсөгчдөд 58%-ын дундаж үзүүлэлттэй байна. Талбайн баруун ба зүүн бүс рүү бөмбөгийг доороос дамжуулах чадварын хувьд статистик ач холбогдолтой ялгаа ажиглагдаагүй. Талбайн урд буюу довтолгооны бүс рүү дамжуулах чадвараар эмэгтэй төгсөгчид эрэгтэйгээс 10% илүү үзүүлэлттэй байгаа нь эрэгтэйчүүд бөмбөг дамжуулах хүчээ тохируулах чадвар дутмаг байх талтай.

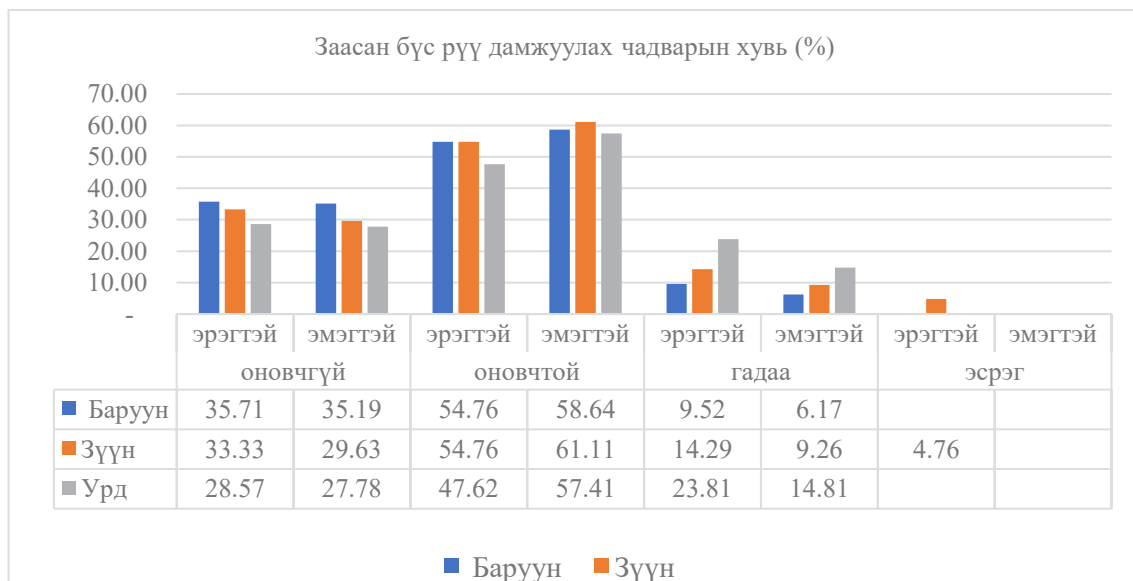
Хүснэгт 4. Заасан бүс рүү бөмбөгийг дамжуулах чадварыг харуулсан үзүүлэлт

Пийрсоны хи-квадрат			
Гүйцэтгэх чадвар	Хүйс		
	Хи квадрат	Чөлөөний зэрэг	Sig.
Бүс рүү дамжуулалт /баруун/	0.635	2	0.728
Бүс рүү дамжуулалт /зүүн/	9.724	3	0.021*
Бүс рүү дамжуулалт /урд/	2.203	2	0.332
Давуулалт	2.698	3	0.441

*. χ^2 ач холбогдлын түвшинг .05 утгаар авч үзсэн

Волейболын гүйцэтгэлийн дасгалуудын χ^2 (хи-квадрат) шалгуураар шалгахад охид, хөвгүүдийн хувьд “Баруун бүс рүү дамжуулалт”, “Урд бүс рүү дамжуулалт” дасгалуудын χ^2 утгууд нь хи-квадратын критик утгаас /чөлөөний зэрэг 2 үед, $\chi_{кр}=5.991$ / бага, “Давуулалт” аль алиных нь χ^2 утгууд нь хи-квадратын критик утгаас /чөлөөний зэрэг 3 үед, $\chi_{кр}=7.815$ / мөн бага байгааг хүснэгтэд харуулав. Энэ нь охид, хөвгүүдийн дээрх гүйцэтгэлийн дасгалын үзүүлэлтүүд статистикийн хувьд мэдэгдэхүйц ялгаагүй байгааг харуулж байна. Энэ нь охид, хөвгүүдийн “Бүс рүү дамжуулалт зүүн” гүйцэтгэлийн дасгалын χ^2 утга нь хи-квадратын критик утгаас их байгаа нь охид, хөвгүүдийн хувьд ялгаатайг илтгэнэ.

Зураг 3. Волейболын талбайн бүсэд бөмбөгийг дамжуулах чадварын ерөнхий үзүүлэлт



Эрэгтэй, эмэгтэй оюутнуудын заасан бүс рүү дамжуулалт хийх ур чадварын харьцуулсан графикаас үзэхэд баруун болон урд бүсэд оновчгүй дамжуулалтын

хувь их ялгаагүй, харин зүүн бүс рүү дамжуулах чадварын хувьд эрэгтэй (33%), эмэгтэй (30%) байгаа нь хөвгүүд илүү оновчгүй дамжуулалт хийсэн байна. Дээрх 3 бүсэд оновчтой дамжуулах чадвар нь эмэгтэй оюутнууд илүү байна. Харин заасан бүс рүү дамжуулахдаа эрэгтэй оюутнууд дамжуулалтыг илүү гадаа, эсрэг бүс рүү дамжуулсан байна.

Бөмбөгийг заасан бүс рүү оновчтой дамжуулж чадаагүй 14%-иас 5.4% нь бөмбөгийг өөр бүс рүү дамжуулсан байна. Судалгааны энэ үзүүлэлт нь эдгээр төгсөгч бөмбөгийг тор давуулан дамжуулах чадвартай боловч оновчтой дамжуулах чадвар дутмаг байгааг илтгэнэ. Харин судалгаанд хамрагдсан нийт (216) төгсөгчдийн 8.6% нь тор давж ирсэн бөмбөгийг буцаан тор давуулан дамжуулж огт чадаагүй байна.

Волейболын бөмбөгийг давуулах чадвар. Бөмбөгийг дурын аргаар тор давуулах тестийг эрэгтэй төгсөгчдийн ихэнх (92.3%) нь дээрээс, эмэгтэй төгсөгчдийн ихэнх нь (97.7%) доороос давуулах техникээр гүйцэтгэсэн.

Зураг 4. Давуулалт тус бүрийн үзүүлэлт



Дараалсан 3 давуулалтыг гүйцэтгэхэд үр дүнгийн үзүүлэлт ахих байдал ажиглагдсан. Эхний давуулалтаас хоёр дахь давуулалт нь 7.4%-иар илүү үр дүнтэй байсан. Гурав дахь давуулалтыг хоёр дахь давуулалтаас 2.32%, эхний давуулалтаас 9.72%-иар илүү үр дүнтэй гүйцэтгэсэн нь зураг 4-өөс харагдаж байна.

Хүснэгт 5. Давуулалтын чадварыг хүйсээр харуулсан үзүүлэлт

Дамжуулах бүс	эрэгтэй				эмэгтэй			
	Бөмбөгийг тор давуулсан		Бөмбөгийг тор давуулаагүй		Бөмбөгийг тор давуулсан		Бөмбөгийг тор давуулаагүй	
	тоо	хувь	тоо	хувь	тоо	хувь	тоо	хувь
Эхний давуулалт	22	56.4	17	43.6	107	60.5	70	39.5
Хоёр дахь давуулалт	25	64.1	14	35.9	114	64.4	63	35.6
Гурав дахь давуулалт	26	66.7	13	33.3	120	67.8	57	32.2
Нийт	73	62.4	44	37.6	341	64.2	190	35.8

Волейболын давуулалтын техникийг гүйцэтгэх чадварт статистик ач холбогдолтой хүйсийн ялгаа ажиглагдаагүй болно. Энэ чадвараар судалгаанд хамрагдсан нийт оюутнууд

дундаж ба дунджаас дээгүүр үзүүлэлттэй байна. Нийт 3 давуулалтыг бүгдийг нь амжилттай давуулсан 69 оюутан байгаа нь судалгаанд хамрагдсан оюутнуудын 32%-ийг эзэлнэ.

Гурав. Хөл бөмбөгийн дасгалыг гүйцэтгэх чадвар

ЕБС-ийн ахлах ангийн сурагчид хөл бөмбөгийн спортын дараах чадварыг эзэмшихээр биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрт тусгасан байна. Үүнд: X ангид - бөмбөгийг өшиглөх, тогтоох, залах, бөмбөг эзэмших чадвараа ашиглан хамгаалагчийг хуурах техникийг гүйцэтгэх; XI ангид - бөмбөгийг янз бүрээр тогтоох, хүчтэй өшиглөх, залалтаас оновчтой дамжуулах, хуурч залах, булангийн цохилт хийх, бөмбөгийг мөргөх, хаалгач бөмбөгийг унаж хаах техникийг гүйцэтгэх; XII ангид - бөмбөгийг өшиглөх, тогтоох, залах, бөмбөг эзэмших чадвараа ашиглан хамгаалагчийг хуурах, 11 м-ээс чөлөөт цохилтын техникийг гүйцэтгэх зэрэг чадвар багтана.

Оюутнууд тэмдэгтийг сүлжин бөмбөгийг хөлөөр залж гүйх, бөмбөгийг тогтоож оновчтой дамжуулах чадварыг судалж тодорхойлоход дараах байдал ажиглагдаж байна. Энэхүү судалгаанд эр 42, эм 173, нийт 215 оюутан хамрагдсан болно.

Хөл бөмбөг залах чадвар. Бөмбөгийг хөлөөр залж, хооронд нь 1 м зайтай байрлуулсан 3 тэмдэгтийг сүлжин гүйх дасгалыг гүйцэтгэхдээ нийт төгсөгчдийн 67% нь бөмбөгөөр шонг шүргэсэн байна. Бөмбөгөө удирдаж залахдаа шонг шүргэсэн байдлыг тоон үзүүлэлтээр харуулбал, шонг огт шүргэлгүй бөмбөгөө залсан 33%, 1 удаа шонг шүргүүлсэн 37.7%, 2 удаа шонг шүргүүлсэн 24.2%, 3 удаа шонг шүргүүлсэн 5.1% байна. Энэ чадварыг хүйсээр нь ялган авч үзсэн байдлыг зураг 4-д үзүүлэв.

Хүснэгт 6. Хөл бөмбөгийн ур чадварын судалгаа

Чадвар	Пийрсоны хи-квадрат		
	Хүйс		
	Хи квадрат	Чөлөөний зэрэг	Sig.
Залалт шон	1.643	3	0.650
Залалт хол	0.113	3	0.990
Оновчтой дамжуулалт Баруун	8.335	3	0.040*
Оновчтой дамжуулалт Зүүн	7.282	3	0.063

*. χ^2 ач холбогдлын түвшинг .05 утгаар авч үзсэн

Хөл бөмбөгийн чадварын хувьд χ^2 (хи-квадрат) шалгуураар шалгахад охид, хөвгүүдийн хувьд “Залалт шон”, “Залалт хол”, “Оновчтой дамжуулалт Зүүн” зэрэг чадварууд аль алиных нь χ^2 утгууд нь хи-квадратын критик утгаас /чөлөөний зэрэг 3 үед, $\chi_{кр}=7.815$ / бага байгааг хүснэгтэд харуулав. Энэ нь охид, хөвгүүдийн дээрх гүйцэтгэлийн дасгалын үзүүлэлтүүд статистикийн хувьд мэдэгдэхүйц ялгаагүйг харуулж байна. Харин “Баруун Оновчтой дамжуулалт” гүйцэтгэлийн дасгалын хувьд χ^2 утга нь хи-квадратын критик утгаас их байгаа нь охид, хөвгүүдийн хувьд ялгаатайг илтгэнэ.

Хүснэгт 7. t-тест (Хөл бөмбөг хугацаа)

	Левений тест		t	df	Sig. (2-чиглэлд)	Дунджын ялгаа	Ялгааны стандарт алдаа	Ялгааны итгэх завсар (95%)	
	F	Sig.						Доод хил	Дээд хил
Хугацаа	2.9	0.1	-5.3	202.0	0.0	-12.0	2.2	-16.4	-7.5

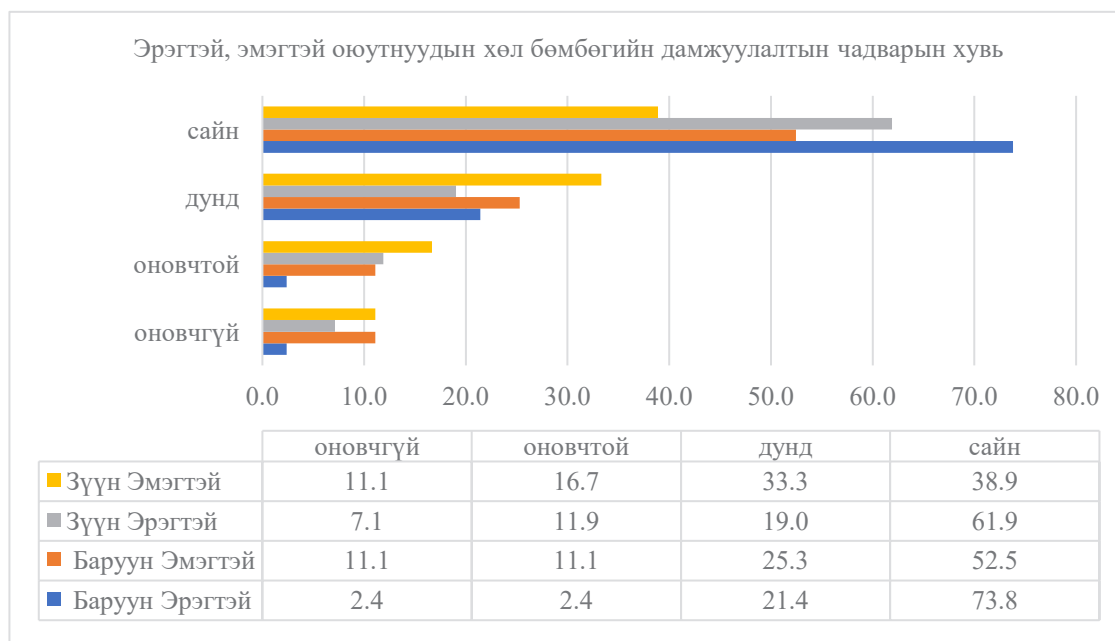
Хөл бөмбөгийн гүйцэтгэлийн хугацааны хувьд t-тест шалгуураар шалгахад охид, хөвгүүдийн хүйсийн хувьд t-тестийн p-утга нь 0.000 байсан бөгөөд p-утгын ач холбогдлын босго 0.05-аас хамаагүй бага байна. Энэ нь охид, хөвгүүдийн гүйцэтгэлийн хугацааны дундаж оноонд статистикийн хувьд мэдэгдэхүйц ялгаатай байгааг харуулж байна.

Зургаас харвал хөлөөр бөмбөг залах чадвараар эмэгтэй оюутнууд эрэгтэйчүүдээс илүү үзүүлэлттэй байгаа боловч энэ нь тэд уг дасгалыг хурд муутай гүйцэтгэсэнтэй холбоотой. Мөн бөмбөгийг баруун, зүүн хөлөөр залж шонг сүлжихдээ шонгоос 50 см-ээс илүү зайд бөмбөгийг өнхрүүлэн чиглэлээ өөрчлөх байдал эрэгтэй төгсөгчдийн 60%-д, эмэгтэйчүүдийн 18%-д ажиглагдсан. Бөмбөгийг хөлөөр залж шонгуудыг сүлжихдээ шонд аль болох ойрхон зайд бөмбөгний чиглэлийг өөрчлөх нь хөл бөмбөгийг залах чадварын нэг үзүүлэлт болно.

Хөл бөмбөг оновчтой дамжуулах чадвар. Залалтаас бөмбөгийг тогтоон, хананаас 3 м зайнаас баруун, зүүн хөлөөр ээлжлэн, тус бүр 3 удаа ханан дахь бай руу оновчтой өшиглөх дасгалаар ЕБС төгсөгчдийн хөл бөмбөг дамжуулах чадварыг тодорхойлсон.

Судалгааны үр дүнгээс эрэгтэй, эмэгтэй оюутнууд баруун хөлөөрөө оновчтой дамжуулах үзүүлэлт нь зүүн хөлийнхөөс илүү байгаа нь харагдсан (зураг 5). Эрэгтэйчүүдийн баруун хөлөөр оновчтой дамжуулах дундаж үзүүлэлт нь зүүн хөлийнхөөс 3%-иар илүү бол эмэгтэйчүүдэд энэ үзүүлэлт 7%-ийн зөрүүтэй байна. Гэхдээ энэ ялгаанд статистик ач холбогдол илрээгүй.

Зураг 5. Хөл бөмбөгийг оновчтой дамжуулах үзүүлэлт (%)



Түүнчлэн хөл бөмбөг дамжуулахдаа бөмбөгийг тогтоох болон хүчээ тохируулан өшиглөх чадварт зарим алдаа ажиглагдсан. Хана руу дамжуулсан бөмбөг буцаж ирэхэд хөлөөр тогтоох чадвар дутагдсанаас бөмбөгийг өөр чиглэл рүү өнхрүүлэх байдал эмэгтэй оюутнуудад илүү илэрч байсан. Бөмбөгийг тогтоож чадахгүй байгааг дараагийн дамжуулалт дээр засахын тулд хана руу бөмбөгийг дамжуулахдаа сул өшиглөх алдааг их гаргасан. Тодруулбал, бөмбөгийг хана руу дамжуулахдаа эмэгтэй оюутнуудын 41.9% нь дамжуулалтын шугамыг давж алхан бөмбөгийг шугам дээр хөлөөр татаж авчран, дахин дамжуулалтыг гүйцэтгэсэн байна. Эрэгтэй төгсөгчид бөмбөгийг өшиглөж дамжуулах хүчээ тохируулах чадвараар эмэгтэйгээс арай илүү байсныг тэдний 26.8% нь бөмбөгийг хөлөөр шугам дээр татаж авчран дахин дамжуулалт гүйцэтгэснээс харж болно.

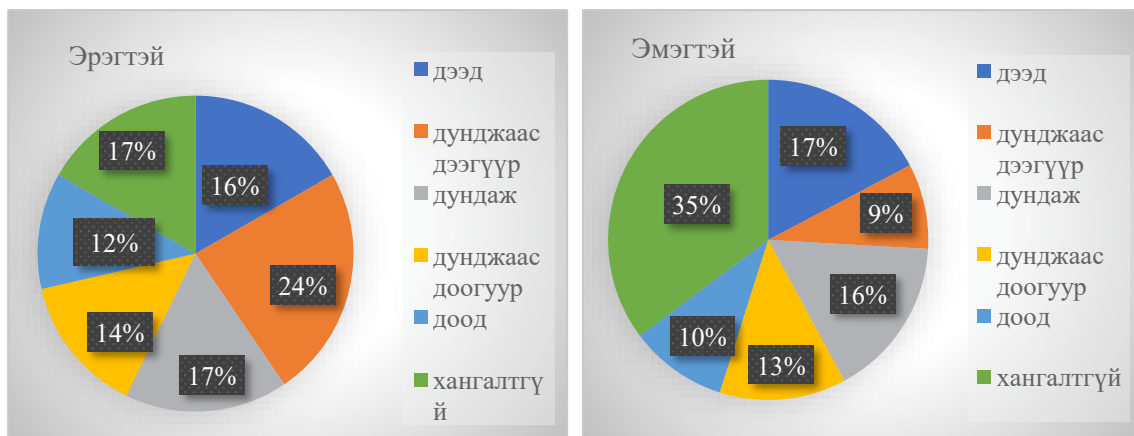
“Дамжуулалт зүүн” хийх ур чадварын харьцуулсан графикаас үзэхэд зүүн дамжуулах чадварын хувьд (эрэгтэй 62%), (эмэгтэй 39%) байгаа нь эмэгтэй оюутнууд илүү оновчгүй дамжуулалт хийсэн байна. Дээрх 3 бүсэд оновчтой дамжуулах чадвар нь эмэгтэй оюутнууд илүү байна. Харин заасан бүс рүү дамжуулахдаа эрэгтэй оюутнууд дамжуулалтыг илүү гадаа, эсрэг бүс рүү дамжуулсан байна.

Хурдтай гүйцэтгэх чадвар. Хөл бөмбөгийг залах болон оновчтой дамжуулахдаа үйлдлийг аль болох хурдтай гүйцэтгэх нь суралцагчийн эзэмшсэн чадварын түвшнийг тодорхойлох нэг чухал үзүүлэлт юм. Тиймээс бид бөмбөг залалт ба оновчтой дамжуулалт бүхий цогц дасгалыг гүйцэтгэсэн хугацаагаар оюутнуудын хөл бөмбөгийн дасгал гүйцэтгэх чадварыг тодорхойлсон.

Хөл бөмбөгийн цогц дасгалыг гүйцэтгэх эрэгтэй оюутнуудын хугацааны дундаж үзүүлэлт 24.83 с байсан ба хамгийн богино хугацаанд уг дасгалыг гүйцэтгэсэн оюутан эрэгтэй 13.68 с зарцуулсан байхад хамгийн удаан хугацаанд гүйцэтгэсэн эрэгтэйн үзүүлэлт 60.22 с байна. Эмэгтэй оюутнуудын энэ дасгалыг гүйцэтгэх хугацааны дундаж үзүүлэлт 34.2 с, хамгийн дээд үзүүлэлт 19.13 с, хамгийн доод үзүүлэлт 1 мин 38 с байна. Бид судалгааны баримтад статистик боловсруулалт хийхдээ хэт доогуур болон хэт дээгүүр үзүүлэлтийг хасаж тооцсон боловч зарим оюутны хөл бөмбөгийн дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх чадвар хэт доогуур байгааг онцлон тэмдэглэж байна.

Судалгаанд хамрагдсан оюутнууд хөл бөмбөгийн цогц дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх чадварыг 6 түвшинд хувааж, судалгааны үзүүлэлтийг зураг 10-аар харууллаа.

Зураг 6. Хөл бөмбөгийн цогц дасгалыг хурдтай гүйцэтгэх чадварын түвшин (%)



Дээрх зургаас хөл бөмбөгийг залж чиглэлээ өөрчлөн гүйх, бөмбөгийг тогтоож болон ойж ирсэн бөмбөгийг буцааж оновчтой дамжуулах үйлдлийг хурдтай гүйцэтгэх чадвар эмэгтэй оюутнуудын хувьд доод түвшин 10%, хангалтгүй түвшин 35%-ийг эзэлж байсан бол эрэгтэй оюутнуудын 16% нь доод; 17% нь хангалтгүй түвшинтэй байна.

Дүгнэлт

1. Судалгаанд хамрагдсан нийт оюутнуудын 92.16% нь бөмбөгийг дамжуулахдаа байг 2-3 удаа оносон үзүүлэлт нь оновчтой дамжуулалтын чадвар дунджаас дээгүүр түвшинд байгааг нотолж харуулсан. Сагсан бөмбөг дамжуулах чадвар дунджаас дээш, залалтаас бөмбөг шидэх чадвар дунджаас доогуур түвшинд байна. Сагсан бөмбөгийг ойрхон зайнаас оновчтой шидэх чадварт хүйсийн ялгаа ажиглагдсан. Эмэгтэйчүүд нь эрэгтэйчүүдээс 29-39% доогуур үзүүлэлттэй оновчтой шидэлтийг гүйцэтгэж байна.
2. Волейболын бөмбөгийг оновчтой дамжуулах чадварыг дундаж, давуулалтын чадварыг дундаж ба дунджаас дээш түвшинд эзэмшсэн байгаа нь харагдлаа.
3. Хөл бөмбөгийг залах чадвар доогуур, оновчтой дамжуулах чадвар дундаж ба дунджаас дээш түвшинд байгаа боловч эдгээр үйлдлийг хурдтай гүйцэтгэх чадвар эмэгтэй төгсөгчдөд хангалтгүй байгааг тогтоолоо.
4. Оюутнуудын биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрөөр спорт тоглоомын төрлүүдээр хүрэх үр дүнг дундаж түвшинд хангаж байна гэж үзлээ.

Санал, зөвлөмж

Их сургуулийн биеийн тамирын спорт тоглоомын хичээлийг сонгон судалж буй оюутнуудын хувьд тухайн спортын төрлийн үндсэн техник гүйцэтгэх ур чадвар зохих шаардлагыг хангаж чадахгүй, дундаж түвшинд байгаа нь биеийн тамирын сургалтын агуулга, арга зүйг зайлшгүй сайжруулах шаардлагатай болохыг харуулж байна.

Ялангуяа сагсан бөмбөг, волейболын хичээлийн техникийн ур чадварыг сургалтын тоглолт болон тэмцээний хэлбэрээр зохион байгуулах үедээ хамтатган сайжруулах, бататгах, давтах аргуудыг хэрэглэх нь зүйтэй.

Судалгаанд хэрэглэсэн дасгалын техникийн сорилуудыг биеийн тамирын хичээлийн үр дүнг сайжруулахад тогтмол ашиглаж, гарааны өмнөх болон баримжаа тест болгон ашиглах нь биеийн тамирын сургалтын үр дүнг дээшлүүлэхэд зохих хувь нэмэртэй болно гэж үзлээ.

1. БСШУЯ. (2019). *Суурь боловсролын биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөр*. Улаанбаатар
2. БСШУЯ. (2019). *Бүрэн дунд боловсролын биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөр*. Улаанбаатар
3. Бэгз, Н. (2017). Монголын боловсрол судлалын шинэ парадигм. Улаанбаатар:, Соёмбо принтинг ХХК
4. Верхошанский, Ю.В. (1998). Горизонты научной теории и методологии спортивной тренировки. Теория и практика физической культуры. Научно-методический журнал №7.
5. Петрушевский, Д.А. (2015). *Влияние спортивных игр на формирование личностных особенностей занимающихся*. Молодой ученый. №21., с 718-720
6. Doroshenko, Eduard, Oleksandr Solovei, and Mykhaylo Melnyk. (2022). *Technology of Teaching Game Techniques in Volleyball at the Stage of Initial Training*. Journal of Learning Theory and Methodology 3:34–40. doi: 10.17309/jltm.2022.1.05.
7. Tuija Tammelin, M., Simo Näyhä., Jaana Laitinen., Hannu Rintamäk., Marjo-Riitta Järvelin. (2003). Physical activity and social status in adolescence as predictors of physical inactivity in adulthood. Preventive Medicine, 37(4), 375-381, doi: [https://doi.org/10.1016/S0091-7435\(03\)00162-2](https://doi.org/10.1016/S0091-7435(03)00162-2)
8. Yong-Wook, K., Jinyoung, H., Kyungtae, J., Minsam, K., Jaewoo, P., Seungyup, L., Jin-Young, L. (2022). The connection to the public's preferred sports analysis and physical education curriculum .*PloS ONE*,17(3),1/23-23/23, doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264032>