

LSPA REFLEKTANTU ĀTRUMA TESTA REZULTĀTU ANALĪZE

LASE APPLICANTS' SPEED TEST RESULT ANALYSIS

Ilze Avotiņa, Krišjānis Kuplis

Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija
Brīvības gatve 333, Rīga, LV-1006, Latvija
e-pasts: Ilze.Avotina@lspa.lv, Krisjanis.Kuplis@lspa.lv

Abstract

The level of speed development is essential precondition to successfully pass the entrance tests for studying at the Latvian Academy of Sport Education (LASE), and later, while studying, to acquire skills and abilities of practical study courses better.

Already since 1995 the graduates of secondary schools in Latvia take an entrance test in physical condition at LASE. At the beginning they had to do eight exercises (20 m wind sprint, standing jump, flexibility test, 10 x 6 m shuttle run, pull-ups hanging on the bar (male) or push-ups (female), sit-ups, arching and cross country race in area with some obstacles. For recent seven years applicants do only seven exercises, except arching.

*The **hypothesis** was forwarded that with the changes in the requirements of the education standard in sport, as well as in different social factors applicants' results in speed test could decrease. Having analysed the results of the entrance tests in 2000, 2005, 2010 and 2011, it is **concluded** that our hypothesis is only partially true as the female applicants' results (in per cent) of 20 m wind sprint in all analysed years assessed as 69-100 points (above the medium and high level) decrease, but the results below 30 points (below the medium and low level) increase. Male applicants' results assessed as medium (from 31-68 points) gradually decrease, but the results below 30 points (below the medium and low level) increase.*

Atslēgas vārdi: *Iestājpārbaudījumi, 20m skrējiens gaitā.*

Key words: *Entrance tests, 20m wind sprint.*

Ievads

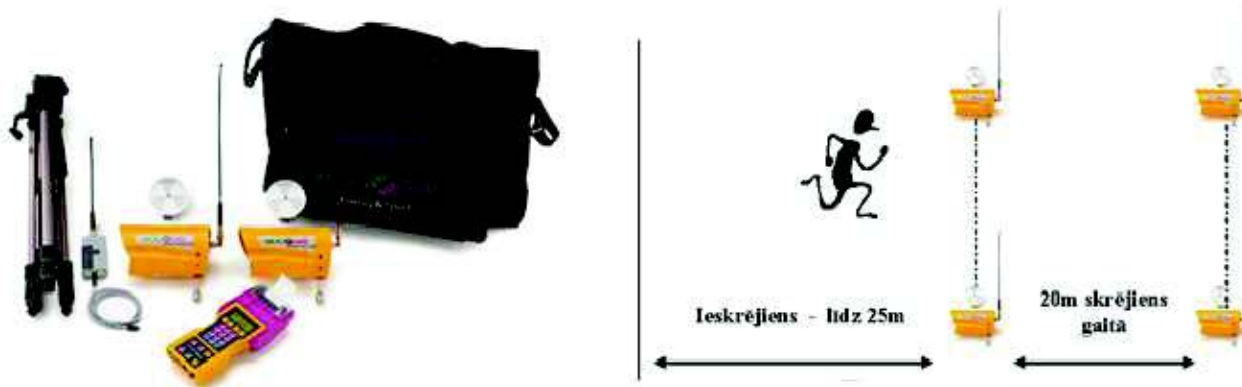
Jau no 1995. gada Latvijas vidusskolu absolventi pirms studijām LSPA kārtā iestājpārbaudījumu fiziskajā sagatavotībā, sākotnēji tie bija 8 vingrinājumi (20m skrējiens gaitā, tāllēkšana no vietas, lokanības pārbaude, 10x6 m atspoles skrējiens, pievilkšanās kārienā pie stieņa (vīriešiem) vai roku saliekšana iztaisnošana balstā guļus (sievietēm), ķermeņa augšdaļas pacelšana un nolaišana, ķermeņa augšdaļas atliekšana un skrējiens mazšķēršlotā apvidū (kross). Pēdējos 7 gadus ir tikai 7 vingrinājumi, reflektantiem nav jāpilda vingrinājums ķermeņa augšdaļas atliekšana.

Šajā pētījumā analizējām tikai ātruma īpašību testa (20m skrējiena gaitā) rezultātus. Izvēlējamies 2000., 2005., 2010. un 2011. gada iestājpārbaudījumu rezultātus.

Izvirzījām **hipotēzi**, ka mainoties izglītības standarta prasībām sportā un dažādiem sociālajiem faktoriem, varētu pasliktināties reflektantu uzrādītie rezultāti ātruma testā.

Pētījuma bāze un metodes

Visos gados tests 20m skrējiens gaitā notika LSPA manēžā, ieskrējiena garums un distance nemainīga, rezultāti tika fiksēti elektroniski izmantojot firmas Microgate skrējiena laika mērīšanas iekārtu Racetime2 (1.att.). Pēc individuālas iesildīšanās katram reflektantam divi mēģinājumi ar atpūtas pauzi starp skrējieniem (5-8min) - vērtēts labākais sniegums.

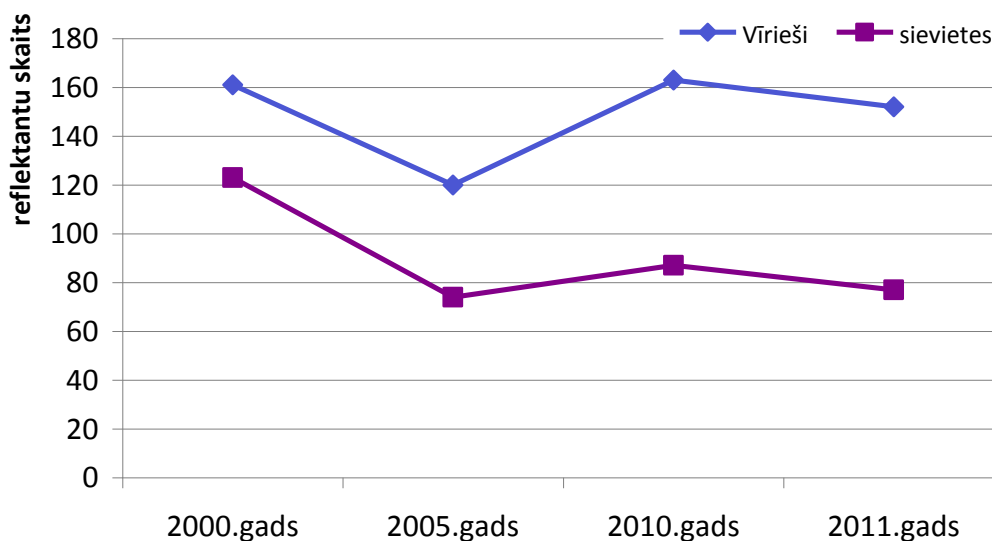


1.att.Laika mērīšanas sistēma „Racetime2” (Microgate) un testa izpildes shēma

1. tabula

Reflektantu skaits ātruma testā

Gads dzimums	2000.gads	2005.gads	2010.gads	2011.gads
Vīrieši	161	120	163	152
Sievietes	123	74	87	77



2.att. Reflektantu skaits ātruma testā

2011.gadā pirmo reizi pārbaudījumu nekārtoja fizioterapijas izvēles kvalifikācijas reflektanti, un pirmajā mirklī šķita, ka varētu uzlaboties ātruma testa rezultāti, jo iestājpārbaudījumus kārtoja tikai tie reflektanti, kas izvēlējās ar sportu tieši saistītas kvalifikācijas - sporta veida vecākais treneris, sporta skolotājs vai rekreācijas speciālists.

No 1995.gada reflektanti tiek vērtēti pēc LSPA profesora J.Dravnieka izstrādātās vērtēšanas tabulas, kur katrā testā par uzrādīto rezultātu reflektants var saņemt no 1 līdz 100 punktiem.

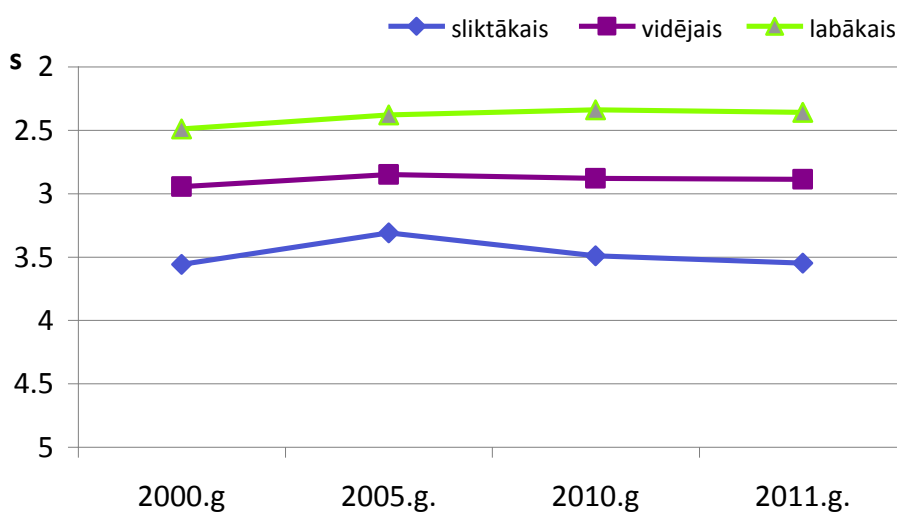
Rezultāti un diskusija

Izvērtējot reflektantu rezultātus ātruma testā atsevišķi izcēlām gan labāko, gan sliktāko rezultātu, kā arī atsevišķi pētījām sieviešu un vīriešu rezultātus.

2. tabula

20m skrējiena gaitā rezultāti sievietēm (s)

Gads	Sliktākais	Vidējais	Labākais
2000.g.	3,56	2,94	2,49
2005.g.	3,31	2,85	2,38
2010.g.	3,49	2,88	2,34
2011.g.	3,55	2,89	2,36

**3.att.** 20m skrējiena gaitā rezultāti sievietēm

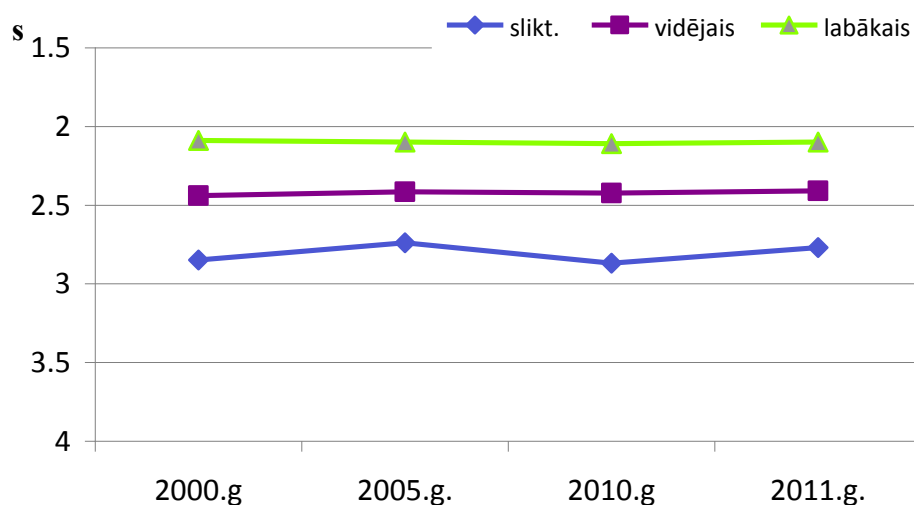
Ātrākās reflektantes katru gadu uzrāda rezultātus, kas tiek vērtēti virs 100 punktiem jeb ātrāk kā 2,45s (izņemot 2000.gadu - 99 punkti), vidējais rezultāts svārstās no 25-40 punktiem un katru gadu, izņemot mūsu analīzei izvēlētos 2010.un 2011.gadu, kad 1 punktu reflektants saņem, ja veic distanci, sliktāko rezultātu īpašnieces uzrādījušas rezultātus, kas novērtēti ar 0 punktiem un izstājušas no sacensībām par studējošā statusu.

3. tabula

20m skrējiena gaitā rezultāti vīriešiem (s)

Gads	Sliktākais	Vidējais	Labākais
2000.	2,85	2,44	2,09
2005.	2,74	2,42	2,1
2010.	2,87	2,42	2,11
2011.	2,77	2,41	2,1

Starp reflektantiem visos gados ir bijuši jaunieši, kuri uzrādījuši rezultātus, kas vērtēti ar 100 punktiem, jeb ātrāk kā 2,13s. Vidējie rezultāti svārstās 14-18 punktu robežās, sliktākie rezultāti ir zemāki par 2,68s, kas ir zemākais rezultāts tabulā.



4.att. 20m skrējiena gaitā rezultāti vīriešiem

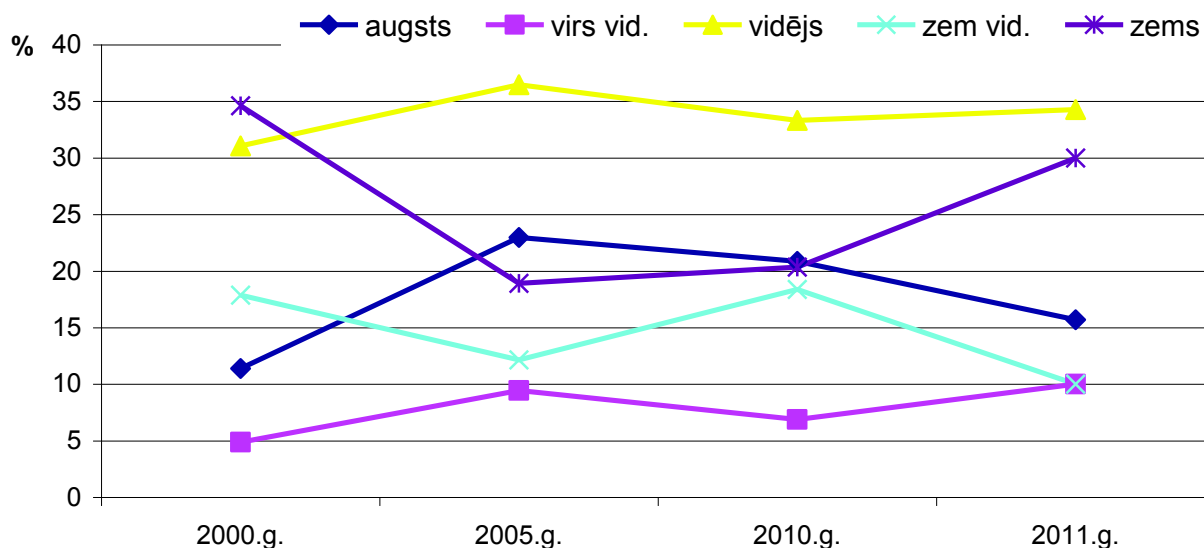
Tomēr šādi vērtējumi „labākais”, „sliktākais” un „vidējais” nešķiet pietiekami objektīvi, lai novērtētu uzrādītos rezultātus, tāpēc tālākajai analīzei izvēlējamies, kopš 1995.gada LSPA izmantoto J.Dravnieka izstrādāto punktu tabulu un procentiņu skalu, kas ļauj objektīvāk vērtēt katra testa rezultātus.(Dravnieks, 2002)

4. tabula

LSPA reflektantu un studentu fiziskās sagatavotības vērtējums

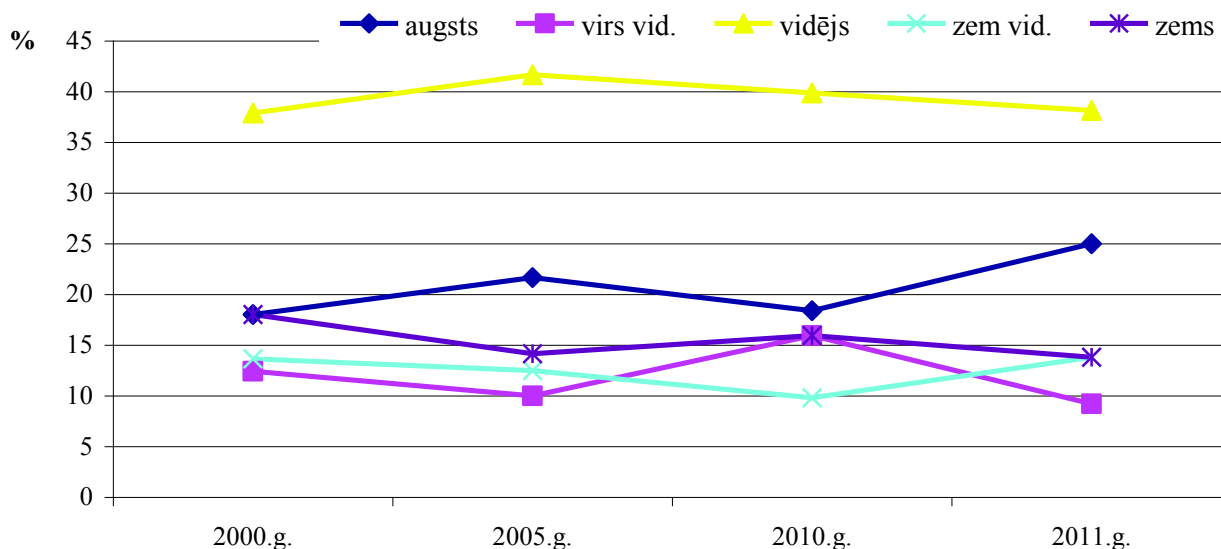
LSPA reflektantu un studentu fiziskās sagatavotības vērtējums	Atsevišķa testa rezultāta vērtējums punktos
Augsts	> 83
Virš vidēja	69 - 83
Vidējs	31 - 68
Zem vidēja	15 - 30
Zems	< 15

Matemātiski apstrādājot visus mūsu analizēto iestājpārbaudījumu gadu rezultātus (uzrādīto rezultātu vērtējumi procentos), noskaidrojām, ka augsti rezultāti sievietēm ir no 2,70s un tādas 2000.gadā uzrādīja 11,38%, 2005.gadā 22,97%, 2010.gadā 20,86% un 2011.gadā 15,71% no reflektantēm. Virš vidējā ir rezultāti no 2,69 - 2,76s (2000g. - 4,87%, 2005.g. - 9,45% ,2010.g. - 6,89% un 2011.g. - 10%). Vidēji 2,77 - 2,92s (2000.g - 31,07%. 2005.g. - 36,48%, 2010.g. - 33,33% un 2011.g.-34,28%), zem vidējā 2,91 - 3,0s (2000.g. - 17,88%, 2005.g. - 12,16%, 2010.g.-18,39% un 2011.g. - 10%) un zema līmeņa rezultāti, kas ir lēnāki par 3 sekundēm (2000.g.-34,63%, 2005.g.- 18,91%, 2010.g.-20,36% un 2011.g.-30%).



5.att. 20 m skrējiena rezultātu vērtējums sievietēm %

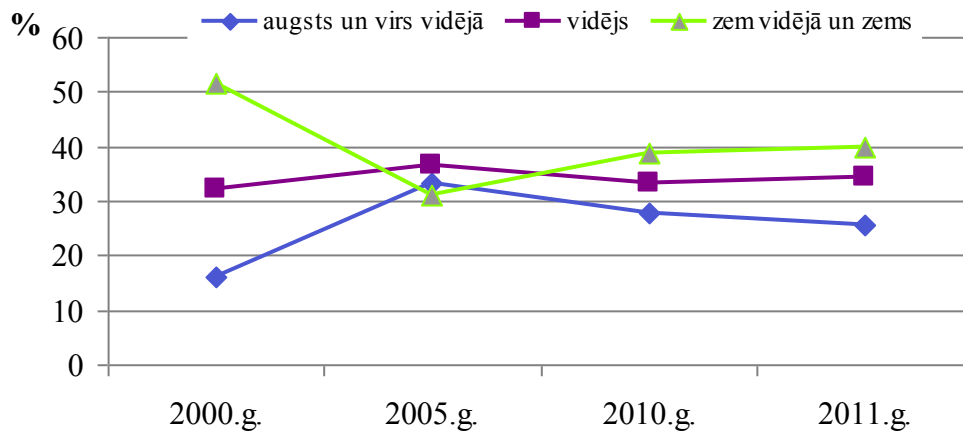
Augsti rezultāti vīriešiem ir no 2,31 s un tādus 2000.gadā uzrādīja 18,01%, 2005.gadā 21,66%, 2010.gadā 18,4% un 2011.gadā 25% no reflektantiem. Virs vidējā ir rezultāti no 2,32 - 2,36s (2000.g. - 12,42%, 2005.g. - 10%, 2010.g. - 15,95% un 2011.g. - 9,21%). Vidēji 2,37 - 2,48s (2000.g. - 37,88%, 2005.g. - 41,66%, 2010.g. - 39,87% un 2011.g. - 38,15%), zem vidējā 2,49 - 2,54s (2000.g. - 13,66%, 2005.g. - 12,5%, 2010.g. - 9,81% un 2011.g. - 13,81%) un zema līmeņa rezultāti ir lēnāki par 2,55s (2000.g. - 18,01%, 2005.g. - 14,16%, 2010.g. - 15,95% un 2011.g. - 13,81%).



6.att. 20 m skrējiena rezultātu vērtējums vīriešiem %

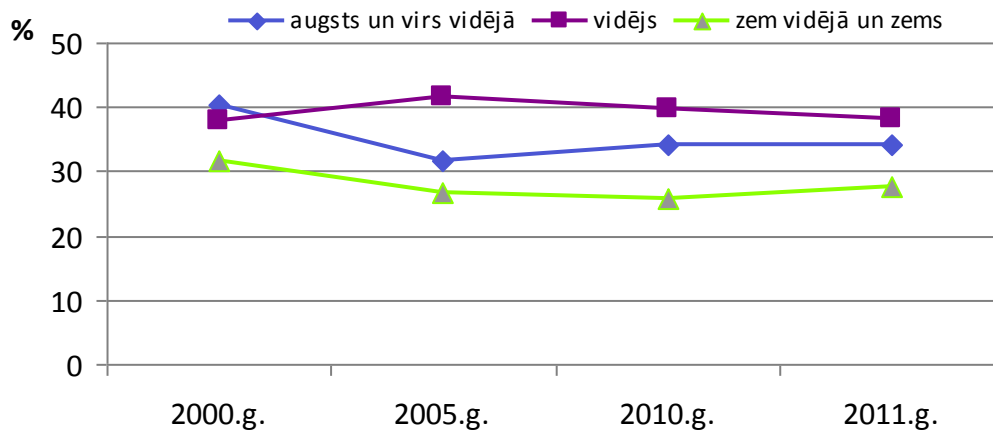
Izvērtējot reflektantu sasniegtos rezultātus varam redzēt, ka vizuāli nekas daudz gadu no gada nemainās, tāpēc nolēmām apvienot rezultātus virs vidējā līmeņa, vidējus rezultātus un rezultātus zem vidējā līmeņa. Virs vidējā līmeņa un augsti rezultāti sievietēm ir no 2,76 s un tādus 2000.gadā uzrādīja 16,25%, 2005.gadā 33,42%, 2010.gadā 27,72% un 2011.gadā 25,71% no reflektantēm. Vidēji 2,77 - 2,92s (2000.g. - 31,07%, 2005.g. - 36,48%, 2010.g. - 33,33% un 2011.g. -

34,28%), zem vidējā un zemi 2,91 - 3,0s (2000.g.-51,51%, 2005.g. - 31,07%, 2010.g. - 38,75% un 2011.g. - 40%).



7.att. 20m skrējiena gaitā rezultātu vērtējums sievietēm (%)

Virš vidējā līmeņa un augsti rezultāti vīriešiem ir no 2,31s un tādus 2000.gadā uzrādīja 40,43%, 2005.gadā 31,66%, 2010.gadā 34,31% un 2011.gadā 32,21% no reflektantēm. Vidēji 2,32 - 2,47s (2000.g - 37,88%.2005.g. 41,66%, 2010.g. 39,87% un 2011.g. - 38,15%), zem vidējā un zemi 2,48-un zemāki (2000.g. - 31,67%, 2005.g. - 26,66%, 2010.g. - 25,76% un 2011.g. - 27,61%).



8.att. 20m skrējiena rezultātu vērtējums vīriešiem (%)

Secinājumi

Analizējot ātruma īpašību testa (20m skrējiena gaitā) 2000., 2005., 2010. un 2011. gada iestājpārbaudījumu rezultātus **secinām**, ka mūsu hipotēze ir apstiprinājusies daļēji, jo reflektantēm 20m skrējienā gaitā visos analizētajos pārbaudījumu gados procentuāli samazinās rezultāti, kas tiek vērtēti ar 69 - 100 punktiem (virš vidējā un augsta līmeņa) un palielinās rezultātu %, kas ir zem 30 punktiem (zem vidējā un zema līmeņa). Vīriešiem pakāpeniski samazinās rezultātu %, kas tiek vērtēti vidēji (no 31-68 punktiem) un palielinās rezultāti (%) ar vērtējumu zem 30 punktiem (zem vidējā un zema līmeņa). Pētījuma rezultāti liecina par nelielu LSPA reflektantu ātruma īpašību rādītāju pasliktināšanos gan sievietēm, gan vīriešiem, bet lai izdarītu objektīvākus secinājumus par cēloņiem, kas izraisījuši šīs izmaiņas, jāveic detalizētāka un plašāka reflektantu fizisko aktivitāšu un sociālo faktoru ietekmes izpēte.

Literatūra

1. Dravnieks J., Labalaiks Z. (2002.) Vidusskolu abiturientu fiziskā sagatavotība. [tiešsaistē 20.06.2012.] <http://runcis.lspa.lv/gataviba.pdf>,
2. Uzņemšanas prasības bakalaura un profesionālajās studijās Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijā 2000., 2005., 2010., 2011.gadā. Rīga, LSPA.

Akceptēts: 2012. gada 7. novembrī