

ных, ввиду популяризации спорта и здорового образа жизни в России, внедрение ВФСК «ГТО» среди населения, что подразумевает собой необходимость подготовки квалифицированного кадрового состава.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кувшинов, О.Н. Анализ количественных данных подготовки кадров высшей квалификации педагогических специальностей / О.Н. Кувшинов, Л.С. Чempalova // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 5 (171). – С. 180–184.
2. Сурнин, Д.И. Анализ статистических данных кадровой обеспеченности системы образовательных и досуговых учреждений г. Тольятти в сфере физической культуры и спорта / Д.И. Сурнин, Н.А. Усачев // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2017. – № 10 (152). – С. 240–244.
3. Сурнин, Д.И. Мониторинг деятельности учреждений дополнительного профессионального образования городского округа Тольятти в сфере физической культуры и спорта / Д.И. Сурнин, Н.А. Усачев // Вестник спортивной науки. – 2018. – № 3. – С. 56–58.
4. Щенникова, М.Ю. Профессиональное образование и система профессиональных квалификаций в области физической культуры и спорта / М.Ю. Щенникова, В.Ф. Костюченко, Т.М. Овсюк // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 3 (157). – С. 329–339.

REFERENCES

1. Kuvshinov, O.N. and Chempalova, L.S. (2019), "Analysis of quantitative data on the training of highly qualified teaching staff", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 171, No. 5, pp. 180-184.
2. Surnin, D.I. and Usachev, N.A. (2017), "Analysis of statistical data on the staffing of the system of educational and leisure institutions of the city of Tolyatti in the field of physical culture and sports", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 152, No. 10, pp. 240-244.
3. Surnin, D.I. and Usachev, N.A. (2018), "Monitoring the activities of institutions of continuing professional education in the Togliatti city district in the field of physical education and sports", *Vestnik sportivnoy nauki*, No. 3, pp. 56–58.
4. ShChennikova, M.Yu., Kostyuchenko, V.F. and Ovsyuk, T.M. (2018), "Professional education and the system of professional qualifications in the field of physical education and sports", *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, Vol. 157, No. 3, pp. 329-339.

Контактная информация: nauka.tlt@gmail.com

Статья поступила в редакцию 15.03.2020

УДК 796.011

ИССЛЕДОВАНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ ИСПЫТАНИЙ I–IV СТУПЕНЕЙ КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» В АСПЕКТЕ ИЗМЕНЕНИЯ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ

Владимир Валентинович Черкасов, кандидат педагогических наук, доцент, **Егор Александрович Лапаев**, магистрант, Тюменский государственный университет

Аннотация

В статье представлен анализ динамики результатов испытаний I–IV ступеней ВФСК ГТО, проведенных в г. Тобольске в течение 2017–2019 годов. Цель исследования: определить влияние обновленных в 2018 году требований Комплекса ГТО на результаты выполнения детьми 6–15 лет норм 1–4 ступеней. В процессе исследования установлен положительный эффект перевода в метрическую систему оценки тестов на гибкость и выносливость, позволивших повысить объективность результатов испытаний. Внесение корректив оказало влияние на изменение в сторону уменьшения доли награжденных золотыми знаками отличия ГТО, способствовало снижению диспропорции по количественному составу награжденных между представителями различных возрастных групп.

Ключевые слова: физическая подготовленность, дети 6–15 лет, комплекс ГТО, нормы I–IV ступеней.

RESEARCH OF TEST RESULTS OF STAGES I-IV OF THE COMPLEX “READY FOR LABOR AND DEFENSE” IN THE ASPECT OF REGULATORY REQUIREMENTS CHANGE

*Vladimir Valentinovich Cherkasov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Egor Anatolyevich Lapaev, the master student, Tyumen state University*

Abstract

The article presents an analysis of the dynamics of the results of tests of I–IV stages of the VFSK GTO conducted in Tobolsk during 2017–2019. The purpose of the study is to determine the impact of the requirements of the GTO Complex updated in 2018 on the results of fulfilling the standards for I–IV levels by children of 6–15 years old. In the course of the study, a positive effect of the transfer to the metric system of evaluating tests for flexibility and endurance was established, which made it possible to increase the objectivity of test results. The introduction of adjustments had an impact on the downward trend in the share of gold insignia GTO, helped to reduce the imbalance in the quantitative composition of the awarded among representatives of different age groups.

Keywords: physical fitness, children of 6-15 years old, GTO complex, standards for I–IV stages.

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее – Комплекс ГТО) по степени распространения и охвату различных возрастных групп является одной из основных форм мониторинга физической подготовленности подрастающего поколения нашей страны. Требования подготовки к выполнению норм Комплекса ГТО включены в положения Федеральных государственных образовательных стандартов; для популяризации Комплекса регулярно проводятся Фестивали ГТО; старшеклассников мотивируют добавочными баллами при поступлении в вузы. Между тем в процессе реализации Комплекса ГТО исследователями выявлен ряд проблем. В частности, отмечается недостаточная активность детей в самостоятельной подготовке и участии в испытаниях комплекса [5], фиксируется низкий уровень развития отдельных физических способностей испытуемых [1-3].

Для популяризации испытаний и объективизации системы оценки в 2018 году принята новая редакция Комплекса ГТО, в которую в 2019 году были внесены незначительные коррективы [4]. В рамках изменения содержания Комплекса ГТО было увеличено количество тестов по выбору, а также переведены на метрическую систему оценки все тесты на выносливость и гибкость (I–IV ступень).

С целью определения влияния обновленных требований Комплекса ГТО на результаты выполнения детьми 6–15 лет норм 1–4 ступеней было проведено исследование.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе Центра тестирования ГТО МАУ «Центр по проведению спортивных мероприятий г. Тобольска». Для решения поставленной цели на основе сводных протоколов был проведён анализ количественного состава награждённых знаками отличия комплекса ГТО I–IV ступеней за период с января 2017 по декабрь 2019 года.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В период с 2017 по 2019 годы в испытаниях I–IV ступеней комплекса ГТО приняли участие 7190 человек (52% испытуемых мужского пола и 48% испытуемых женского пола), что составило около 18% от общего числа детей данного возраста, проживающих в г. Тобольске. Анализ результатов исследования, представленных в таблице, показал, что при отсутствии метрической системы контроля в тестах на гибкость и выносливость

представители первой ступени в 2017-2018 годах занимали лидирующее позиции как по числу награждённых золотыми знаками ГТО, так и по количественному соотношению награждённых к общему числу испытуемых – 36,8% и 36,2% соответственно. В целом за два года количество детей 6–15 лет, награждённых знаками отличия, увеличилось с 815 до 920 человек; численный состав участников испытаний I–IV ступеней вырос на 14,7% – с 2199 до 2522 человек.

Таблица – Результаты испытаний 1–4 ступеней ВФСК ГТО в г. Тобольске

Ступень ГТО	Год испытания	Количество испытуемых	Количество награждённых (%)			
			золото	серебро	бронза	Без знака
I ступень	2017	567	17,1	25,0	11,6	46,3
	2018	684	24,2	17,5	5,1	53,2
	2019	882	9,3	31,3	20,8	38,6
II ступень	2017	448	10,7	14,5	4,2	70,6
	2018	637	13,3	15	7,2	64,5
	2019	605	4,9	30,0	50,7	14,4
III ступень	2017	455	8,5	9,4	11,8	70,3
	2018	541	16,8	12,9	3,7	66,6
	2019	484	6,8	23,1	26,8	43,3
IV ступень	2017	729	11,4	13,8	8,3	66,5
	2018	660	15,6	8,2	5	71,2
	2019	498	8,0	19,9	38,3	33,8

В большей мере влияние обновлённых требований Комплекса ГТО проявилось в результатах испытаний 2019 года. По сравнению с результатами предыдущего года уменьшились различия в количестве награждённых между представителями первой ступени и остальными возрастными группами; число награждённых знаками ГТО возросло на 81,3%, составив 1668 человек, вследствие чего соотношение количества награждённых к общему числу испытуемых во всех возрастных группах выросло с 14% до 50%. При этом произошло снижение численного состава награждённых золотыми знаками отличия: в 1-2 ступенях – на 50%; в 3-4 ступенях – на 62%. К числу негативных факторов можно отнести сокращение общего количества испытуемых относительно аналогичных показателей предыдущего года на 2,1% (2469 человека).

ВЫВОДЫ

По результатам исследования установлен положительный эффект внесённых в требования комплекса ГТО изменений, позволившего повысить объективность системы оценки уровня развития физических кондиций детей 6–15 лет, следствием чего явилось снижение диспропорции по количеству награждённых среди представителей различных возрастных групп и сокращение числа награждённых золотым знаком отличия. К числу выявленных в ходе исследования проблем можно отнести снижение на 2,1% общего числа испытуемых. Решение данной проблемы видится в дальнейшем совершенствовании содержания комплекса ГТО путём коррекции существующих нормативов, внедрения новых форм проведения испытаний, расширение линейки контрольных испытаний, представленных в настоящее время или на безальтернативной основе (тест на гибкость), или в ограниченном виде (тесты на координационные способности).

ЛИТЕРАТУРА

1. Березина, Л.А. Оптимизация двигательной активности учащихся 5-х классов к выполнению нормативных требований ВФСК ГТО / Л.А. Березина, Д.Н. Немытов, В.В. Вавилов // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2019. – Т. 14, № 1. – С. 141–146.
2. Болдырев, И.И. Мониторинг мотивационного отношения подростков к реализации комплекса ГТО / И.И. Болдырев, Е.А. Стеблецов, Е.А. Егорушина // Культура физическая и здоровье. – 2019. – № 2. – С. 149–151.

3. Исследование результативности выполнения нормативов ВФСК ГТО I–VI ступени как фактора, определяющего физическую подготовленность детей, подростков и студенческой молодежи Российской Федерации / Э.А. Зюрин, Н.В. Масыгина, В.А. Куренцов, Е.Н. Бобкова // Вестник спортивной науки. – 2017. – № 5. – С. 43–47.

4. Приказ Министерства спорта РФ от 12 февраля 2019 года № 90 «Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). – URL : <http://docs.cntd.ru/document/552443274> (дата обращения: 20.01.2020).

5. Черкасов, В.В. Физическая подготовленность школьников младших классов к выполнению нормативов комплекса ГТО / В.В. Черкасов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 2 (168). – С. 387–390.

REFERENCES

1. Berezina, L.A., Nemytov, D.N. and Vavilov, V.V. (2019), "Optimization of the motor activity of students of 5th grades to fulfill the regulatory requirements of the VFSK GTO", *Pedagogical-psychological and biomedical problems of physical education and sport*, Vol. 14, No. 1, pp. 141-146.

2. Boldyrev, I.I., Stebletsov, E.A. and Egorshina, E.A. (2019), "Monitoring motivation of teenagers' attitude to the realization of the GTO", *Kultura fizicheskaya i zdorovie*, No. 2, pp. 149-151.

3. Zyurin, E.A., Masyagina, N.V., Kurentsov, V.A. and Bobkova, E.N. (2017), "The study of the effectiveness of fulfilling the standards of the All-Union State Pedagogical Committee of the TRP I-VI level as a factor determining the physical fitness of children, teenagers and students of the Russian Federation", *Bulletin of sports science*, No. 5, pp. 43-47.

4. Order of the Ministry of Sports of the Russian Federation dated February 12, 2019 No. 90 "On approval of state requirements of the All Russian Physical Culture and Sports Complex "Ready for Labor and Defense (GTO)", available at: <http://docs.cntd.ru/document/552443274> (accessed: 20/02/2020).

5. Cherkasov, V. V. "Physical training of primary school student to meet Russian civil defense standards" (2019), *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (168), pp. 387-390.

Контактная информация: wladimir30@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 06.03.2020

УДК 796.011

ВЛИЯНИЕ КРОССФИТА НА ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ

Андрей Витальевич Чесно, преподаватель, Любовь Александровна Кекова, преподаватель, Ольга Павловна Ватраль, преподаватель, Московский городской педагогический университет

Аннотация

В статье представлен опыт работы со студентами, обучающимися по программам среднего профессионального образования и поиск путей повышения заинтересованности в занятиях физическим воспитанием, улучшения показателей физического развития и физической подготовленности. Цель исследования – определение эффективности влияния тренировочной системы «Crossfit» на уровень показателей физического развития и физической подготовленности юношей 16-17 лет, обучающихся по программе среднего профессионального образования. В исследовании принимало участие 36 студентов ($n = 36$), разделенных на две группы. Контрольная группа занималась физической культурой 3 академических часа в неделю, в рамках образовательной программы среднего профессионального образования. Экспериментальная группа дополнительно два раза в неделю посещала секционные занятия по «Crossfit». Для диагностики физической подготовленности применялись 8 тестов. Для оценки физического развития использовался аппаратный метод исследования «InBody I-zone», включающий в себя анализатор тела «InBody 370», ростомер «InBody BSM370». Для оценки физического развития определялись следующие показатели: рост, масса тела, индекс массы тела, процент жира в организме. По окончании исследования в экспериментальной группе зафиксированы достоверные изменения показателей во всех тестах по физической подготовленности. В экспериментальной группе уменьшились следующие показатели: масса тела на 2,7%, индекс