

УДК 796.011

СТЕПЕНЬ ГОТОВНОСТИ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО

Сергей Павлович Аршинник, кандидат педагогических наук,

Галина Николаевна Дудка, старший преподаватель,

Константин Васильевич Малашенко, кандидат педагогических наук,

Михаил Юрьевич Пушкарный, кандидат педагогических наук,

Василий Иванович Тхорев, доктор педагогических наук, профессор,

Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (КГУФКСиТ), Краснодар

Аннотация

В рамках настоящего исследования изучались вопросы, связанные с возможностью школьников разного возраста и пола без специальной предварительной подготовки выполнить нормативы ГТО начальных ступеней. При этом были выявлены «слабые» звенья их физической подготовленности. В процессе исследования было также проведено экспериментальное подтверждение целесообразной коррекции возрастных границ в рамках одной ступени ГТО. Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, что школьники обоего пола в настоящее время не готовы к успешному выполнению нормативов ГТО, при этом наиболее слабыми сторонами их физической подготовленности у мальчиков и юношей являются такие физические качества, как выносливость, сила и гибкость, а у девочек – выносливость. Данные проведенного исследования позволяют утверждать, что для начальных ступеней Комплекса ГТО необходимо произвести изменение возрастных границ в рамках одной ступени, при этом их возрастной диапазон не должен превышать 2-х лет.

Ключевые слова: физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», школьники, нормативы, электронные таблицы Microsoft Excel, потенциальные значкисты ГТО, слабые стороны физической подготовленности.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.11.129.p19-27

SCHOOL AGE PUPILS' DEGREE OF REEDINESS TO FULFILL THE STANDARDS OF COMPLEX "READY FOR LABOR AND DEFENSE"

Sergey Pavlovich Arshinnik, the candidate of pedagogical sciences,

Galina Nikolaevna Dudka, the senior lecturer,

Konstantin Vasilyevich Malashenko, the candidate of pedagogical sciences,

Mikhail Yuryevich Pushkarny, the candidate of pedagogical sciences,

Vasily Ivanovich Tkhorev, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Kuban State University of Physical Education, Sport and Tourism, Krasnodar

Annotation

The issues related to the possibility of pupils of different ages and gender to perform the initial standards of "Ready for Labor and Defense" without any special preliminary training were examined in the present study. The analysis of "weak" links of their physical fitness was done simultaneously. The experimental confirmation of the possibility to combine in one "Ready for Labor and Defense" stage the children of the 2nd and 3^d age groups was conducted during the study. Findings obtained in the course of the study indicate that currently the students of both genders are not completely ready to fulfill the standards of "Ready for Labor and Defense". The weakest points of boys and young men's physical fitness are such physical qualities as endurance, strength and flexibility and girls' one are endurance. This study data also suggest to make necessary changes in the age groups within the same stage, however, their age range should not exceed 2 years.

Keywords: All-Russian physical culture and sport complex "Ready for Labor and Defense", students, standards, spreadsheets in Microsoft Excel, potential badgers "Ready for Labor and Defense", weak fitness sides.

ВВЕДЕНИЕ

Известно, что в настоящее время Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО) проходит этап апробации [2], от результатов которого во многом зависит эффективность его использования в системе физического воспитания. Целесообразно изучить вопрос о том, насколько в настоящее время население нашей страны и, прежде всего, подрастающее поколение готово к выполнению норм ГТО, а также как следует осуществлять его подготовку к выполнению соответствующих нормативов? В этой связи нами было проведено исследование, направленное на выявление детей школьного возраста, потенциально способных в настоящее время без специальной предварительной подготовки выполнить нормативы ГТО, а также выявить «слабые звенья» их физической подготовленности, с тем, чтобы, в последующем, осуществить коррекцию направленности их физической воспитания.

МЕТОДИКА

В исследовании были задействованы учащихся 6-ти общеобразовательных организаций города Краснодара (№№ 36, 54, 57, 78, 87, 96). Общее количество испытуемых-школьников обоего пола составило 3281 человек (1582 мальчика и 1699 девочек). Все учащиеся, задействованные в тестировании, не имели отклонений в состоянии здоровья и входили в основную медицинскую группу. В рамках исследования осуществлялась экспериментальная проверка разработанных нормативов начальных ступеней ГТО, которая проводилась посредством учета результатов 5-ти контрольных двигательных заданий для каждого возраста (4-х обязательных и 1-го по выбору – «прыжок в длину с места»). При этом недостающие для конкретного знака нормативы «по выбору» учитывались нами, как выполненные на «золотой» знак. Тестирование проводилось в процессе мониторинга физической подготовленности школьников г. Краснодара, при этом программа тестирования включала контрольные двигательные задания, представленные в таблице 1.

Для реализации запланированного на базе компьютерной программы Microsoft Excel 2007 была разработана специальная электронная таблица, позволяющая рассчитать и оценить соответствие полученных в ходе испытаний показателей определенному знаку отличия ГТО. Одновременно, заложенный в данной электронной таблице алгоритм позволяет суммировать полученное количество знаков отличия, отсортировывая не соответствующие требованиям, учитывая количество видов испытаний, которое необходимо выполнить для получения конкретного знака отличия ГТО. Эти и многие другие аспекты предусматриваются в разработанной нами электронной таблице обработки нормативов ГТО.

Таблица 1

Программа тестирования физической подготовленности школьников г. Краснодара в рамках мониторинга

Физические качества	Двигательные задания (тесты)
I ступень ГТО (мальчики и девочки 7-8 лет)	
Силовые	Подтягивание на низкой перекладине (количество раз)
Скоростные	Бег 30 м (с)
	Челночный бег 3×10 м (с)
Общая выносливость	Смешанное передвижение 1000 м (мин, с)
Гибкость	Наклон вперед из И.П. стоя (см)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)
III ступень ГТО (мальчики и девочки 12 лет)	
Силовые	Подтягивание: мальчики – на высокой перекладине, девочки – на низкой перекладине (количество раз)
Скоростные	Бег 60 м (с)
Общая выносливость	Смешанное передвижение 1500 м (мин, с)
Гибкость	Наклон вперед из И.П. стоя (см)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)

Физические качества	Двигательные задания (тесты)
IV ступень ГТО (мальчики и девочки 13-15 лет)	
Силовые	Подтягивание: мальчики – на высокой перекладине, девочки – на низкой перекладине (количество раз)
Скоростные	Бег 60 м (с)
Общая выносливость	Смешанное передвижение 2000 м (мин, с)
Гибкость	Наклон вперед из И.П. стоя (см)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)
V ступень ГТО (юноши и девушки 16-17 лет)	
Силовые	Подтягивание: юноши – на высокой перекладине, девушки – на низкой перекладине (количество раз)
Скоростные	Бег 100 м (с)
Общая выносливость	Смешанное передвижение 3000 м (мин, с)
Гибкость	Наклон вперед из И.П. стоя (см)
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)
Примечание: измерение для школьников, входящих во II ступень ГТО (9-10 лет), не проводилось в связи с несовпадением тестов, входящих в структуру мониторинга и ГТО	

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют, прежде всего, о небольшом количестве испытуемых, способных в настоящее время без специальной предварительной подготовки выполнить нормы ГТО даже на бронзовый знак (таблица 2). Эти данные, в частности, во многом согласуются с проведенным ранее аналогичным исследованием [4]. При этом количество школьников, способных выполнить испытания, существенно снижается от ступени к ступени. Так мальчиков, способных выполнить нормы 1-й ступени ГТО в настоящее время составляет $50,0 \pm 3,71\%$; способных выполнить норматив 3-й ступени в данное время составляет уже $26,1 \pm 2,72\%$, а юношей, относящихся к 5-й ступени, таковых насчитывается всего $8,2 \pm 1,85\%$.

Таблица 2

Процентное соотношение потенциальных значкистов ГТО начальных ступеней (по данным мониторинга физической подготовленности школьников г. Краснодара, май 2015 г.)

Знак ГТО	%	Способны выполнить нормы ГТО
I ступень (мальчики 8 лет, n=182)		
Золотой	1,6±0,93	50,0±3,71%
Серебряный	46,2±3,70	
Бронзовый	2,2±1,09	
Не выполнившие	50,0±3,71	
I ступень (девочки 8 лет, n=226)		
Золотой	7,5±1,75%	69,0±3,08%
Серебряный	60,6±3,25%	
Бронзовый	0,9±0,63%	
Не выполнившие	31,0±3,08%	
III ступень (мальчики 12 лет, n=261)		
Золотой	0,4±0,39	26,1±2,72%
Серебряный	7,7±1,65	
Бронзовый	18,0±2,38	
Не выполнившие	73,9±2,72	
III ступень (девочки 12 лет, n=264)		
Золотой	0,7±0,51	40,5±3,02%
Серебряный	27,6±2,53	
Бронзовый	18,2±2,37	
Не выполнившие	59,5±3,02	
V ступень (юноши 16-17 лет, n=220)		
Золотой	0,5±0,46	8,2±1,85%
Серебряный	3,2±1,19	
Бронзовый	4,5±1,40	
Не выполнившие	91,8±1,85	

Знак ГТО	%	Способны выполнить нормы ГТО
V ступень (девушки 16-17 лет, n=183)		
Золотой	1,1±0,77	8,8±2,09%
Серебряный	3,3±1,32	
Бронзовый	4,4±1,52	
Не выполнившие	91,2±2,09	

Аналогичная ситуация складывается и у девочек, при той лишь разнице, что количество способных выполнить нормативы ГТО несколько выше, чем у мальчиков. В частности, девочек, способных выполнить нормы 1-й ступени ГТО в настоящее время составляет почти 70%; способных выполнить норматив 3-й ступени – немногим более 40%; а девушек, относящихся к 5-й ступени – около 9-ти %.

Данный факт мы связываем с тем, что в программе испытаний с 1-й по 4-ю ступень имеется тест «на гибкость», который, не в полной мере учитывает возможности мальчиков и девочек в выполнении данного испытания. Девочки, как известно, более гибкие, чем мальчики, а тест одинаков по трудности как для одних, так и для других.

Детальный анализ полученных данных свидетельствует, что значительное число школьников, довольно хорошо выполняя многие тесты, часто сбиваются на одном-двух испытаниях, не выполняя их на необходимый для конкретного знака отличия результат. При этом указанные трудновыполнимые для них тесты в большинстве случаев оценивают выносливость, силу или гибкость, т.е. обязательные испытания. В меньшей степени это относится к скорости и еще меньше – к скоростно-силовым способностям.

Данное положение подкрепляется результатами анализа «слабых звеньев» физической подготовленности школьников, т.е. тех показателей, которые в наибольшей степени не позволяют в настоящее время достойно участвовать в мероприятиях по выполнению нормативов ГТО.

Детальный анализ (таблицы 3) позволяет констатировать, что:

- от ступени к ступени происходит снижение количества школьников, выполняющих нормы ГТО по отдельным тестам;
- «слабыми звеньями» физической подготовленности у мальчиков и юношей являются показатели, характеризующих выносливость, гибкость и силу; у девочек и девушек – выносливость;
- девочки достоверно (при $p < 0,001$) лучше справляются с предложенными испытаниями, чем мальчики (что, по всей видимости, связано с учетом гендерных особенностей по одним испытаниям и, наоборот, игнорированием их по другим). В тоже время девушки старшего школьного возраста по отношению к юношам хуже выполняют нормативы по большинству испытаний (за исключением выносливости и гибкости).

Таблица 3

**Численность школьников, не выполнивших нормативы ГТО
по отдельным двигательным тестам (%)**

I ступень (8 лет)			
Тест	Мальчики(n=182)	девочки(n=226)	Средние данные
Бег 30 м	16,5	12,8	14,6
Челночный бег 3×10 м	14,8	15,0	14,9
Передвижение 1000 м	11,0	11,1	11,0
Наклон вперед	30,2	11,9	21,0
Прыжок в длину с места	13,2	16,4	14,8
Подтягивание	18,1	18,1	18,1
III ступень (12 лет)			
Тест	мальчики, n=261	девочки, n=264	
Бег 60 м	29,1	26,9	28,0
Передвижение 1500 м	41,4	45,8	43,6
Наклон вперед	32,2	17,0	24,6
Прыжок в длину с места	17,2	17,0	17,1
Подтягивание	47,5	17,8	32,6

V ступень (16-17 лет)			
Тест	юноши, n=220	девушки, n=183	
Бег 100 м	26,4	43,2	34,8
Передвижение 3000 м	80,0	73,2	76,6
Наклон вперед	50,5	30,0	40,2
Прыжок в длину с места	25,4	30,0	27,7
Подтягивание	30,9	37,2	34,0

Полученные результаты свидетельствуют, с одной стороны, о необходимости коррекции процесса физической подготовки школьников в соответствии с выявленными данными; с другой, полученная в ходе исследования информация должна послужить сигналом разработчикам нормативно-тестирующей части Комплекса ГТО по внесению соответствующих изменений в нормативы. Это, прежде всего, относится к таким показателям, как «наклон вперед из положения стоя» и «смешанное передвижение на 1000 м». По данным тестам следует разработать четкие дифференцированные нормативы, которые в настоящее время отсутствуют.

Дальнейшее наше исследование состояло в экспериментальном подтверждении целесообразности объединения в рамках одной ступени школьников двух или трех возрастов. Для этого нами было проведено сравнение процентного соотношения лиц разного возраста, успешно выполняющих нормативы ГТО, объединенных в рамках одной ступени. Сравнение касалось школьников обоего пола 1-й (6-8 лет), 4-й (13-15 лет) и 5-й (16-17 лет) ступени. Поскольку исследование проводилось в конце учебного года, то в рамках 1-й ступени практически отсутствовали школьники 6-ти лет. В этой связи нами проводилось сравнение между собой только 7-ми и 8-летних школьников (таблицы 4 и 5).

Таблица 4

Процентное соотношение мальчиков, способных выполнить нормы

ГТО I ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели мальчиков 7-ми лет; n=208	Показатели мальчиков 8-ми лет; n=182	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	52,4±3,46%	50,0±3,71%	0,47; >0,05
Золотой знак	1,0±0,69%	1,6±0,93%	0,52; >0,05
Серебряный знак	42,3±3,43%	46,2±3,70%	0,77; >0,05
Бронзовый знак	4,3±1,41%	2,2±1,09%	1,18; >0,05
Не выполнившие	52,4±3,46%	50,0±3,71%	0,47; >0,05

Таблица 5

Процентное соотношение девочек, способных выполнить нормы

ГТО I ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели девочек 7-ми лет; n=254	Показатели девочек 8-ми лет; n=226	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	71,3±2,84%	69,0±3,08%	0,55; >0,05
Золотой знак	2,0±0,88%	7,5±1,75%	2,81; <0,01
Серебряный знак	63,0±3,03%	60,6±3,25%	0,54; >0,05
Бронзовый знак	6,3±1,52%	0,9±0,63%	3,27; <0,01
Не выполнившие	28,7±2,84%	31,0±3,08%	0,55; >0,05

Анализ данных, представленных в таблицах 4 и 5, свидетельствует, что существенных различий между количеством школьников 7-ми и 8-ми лет, выполнившими нормативы ГТО 1-й ступени нет. Лишь у восьмилетних девочек можно наблюдать статистически более высокий процент выполняющих нормативы на бронзовый и золотой знаки отличия. Вместе с тем, подчеркнем, что общее число выполняющих нормы ГТО 1-й ступени у 7-ми и 8-летних детей обоего пола достоверно не отличается. Данный факт подтверждает возможность объединения в рамках одной ступени ГТО детей «смежных» возрастов. Аналогичный вывод можно сделать и при анализе показателей девушек 16-ти и 17-ти лет (таблицы 6 и 7).

Таблица 6

Процентное соотношение юношей 16-ти и 17 лет, выполнявших нормы ГТО V ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели юношей 16-ти лет; n=158	Показатели юношей 17-ти лет; n=62	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	5,1±1,75%	14,5±4,47%	1,96; <0,05
Золотой знак	0,6±0,61%	1,6±1,59%	0,58; >0,05
Серебряный знак	1,3±0,90%	6,4±3,11%	1,57; >0,05
Бронзовый знак	3,2±1,40%	6,4±3,11%	0,94; >0,05
Не выполнившие	94,9 ±1,75%	85,5±4,47%	1,96; <0,05

Таблица 7

Процентное соотношение девушек 16-ти и 17 лет, выполнявших нормы ГТО V ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели девушек 16-ти лет; n=123	Показатели девушек 17-ти лет; n=60	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	11,4% ±2,87%	8,3±3,56%	0,68; >0,05
Золотой знак	0,8±0,64%	1,7±1,67%	0,50; >0,05
Серебряный знак	4,1±1,79%	3,3±2,31%	0,27; >0,05
Бронзовый знак	6,5±2,22%	3,3±2,31%	1,00; >0,05
Не выполнившие	88,6±2,87%	91,7±3,56%	0,68; >0,05

Однако показатели юношей (таблица 6) опровергают данный общий вывод, поскольку юноши 17-ти лет имеют достоверно более высокий процент выполняющих нормы ГТО, чем 16-летние (таблица 6). Данное обстоятельство свидетельствует о том, что, возможно, юношей 16-ти лет следует перевести из 5-й в 4-ю ступень.

Некоторыми специалистами [1-2] высказывается мысль о том, что объединение в рамках одной ступени детей 3-х возрастных составов является ошибочным, поскольку противоречит возрастным морфофункциональным особенностям детей и подростков. Экспериментально это было подтверждено нами после получения сравнительных данных школьников, выполнявших нормативы 4-й ступени ГТО. Напомним, что в данную ступень включены подростки 13-ти, 14-ти и 15-ти лет (школьники 7-х, 8-х и, частично, 9-х классов). Предполагалось, что сравнение детей разных возрастов может продемонстрировать возможность объединения их в рамках одной ступени.

Результаты исследования (таблицы 8-9) позволяют говорить о существенном преимуществе процентного соотношения выполняющих нормативы ГТО мальчиков и девочек 15-ти и 14-ти лет над 13-летними сверстниками соответствующего пола.

Таблица 8

Сравнение показателей мальчиков 13-15 лет, способных выполнить нормы ГТО IV ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невы- полнение	1	2	3	t; p 1-2	t; p 1-3	t; p 2-3
	Показатели мальчиков 13-ти лет; n=259	Показатели мальчиков 14-ти лет; n=232	Показатели мальчиков 15-и лет; n=220			
Выполняющие, в т.ч. на	13,9±2,15%	38,4±3,19%	44,9±3,35%	6,36; <0,001	7,79; <0,001	1,40; >0,05
Золотой	0,4±0,39%	1,7±0,85%	2,7±1,09%	1,38; >0,05	1,98; <0,05	0,72; >0,05
Серебряный	8,1±1,70%	26,3±2,89%	32,4±3,16%	5,43; <0,001	4,35; <0,001	1,42; >0,05
Бронзовый	5,4±1,40%	10,4±2,00%	9,8±2,00%	2,01; <0,05	1,80; >0,05	0,21; >0,05
Не выполнившие	86,1±2,15%	61,6±3,19%	55,1±3,35%	6,36; <0,001	7,79; <0,001	1,40; >0,05

Справедливости ради стоит отметить, что по ряду показателей (в большинстве случаев по нормативам золотого и серебряного знаков) 13-летние мальчики и девочки достоверно не отличаются от 14-15-летних. Вместе с тем, количество выполняющих нормы как минимум на бронзовый знак среди 13-летних мальчиков и девочек достоверно

меньше (при $p < 0,05 \div 0,001$), чем среди 14-ти и 15-летних, тогда как между 14-летними и 15-летними подростками обоего пола количество сдающих нормы ГТО, достоверно не отличается. Кроме того, нами было проведено сравнение показателей школьников 12-ти и 13-ти лет, при этом подростки 13-лет выполняли нормы ГТО не 4-й (как прописано в государственных требованиях), а 3-й ступени.

Таблица 9

Сравнение показателей девочек 13-15 лет, способных выполнить нормы

ГТО IV ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невы- полнение	1	2	3	t; p 1-2	t; p 1-3	t; p 2-3
	Показатели дево- чек 13-ти лет; n=301	Показатели дево- чек 14-ти лет; n=269	Показатели дево- чек 15-ти лет; n=203			
Выполняющие, в т.ч. на:	21,6±2,37%	29,0± 2,77%	34,0±3,32%	2,03; <0,05	3,04; <0,01	1,16; >0,05
Золотой знак	0,7±0,48%	0,7±0,51%	3,0±1,20%	0,0; >0,05	1,78; >0,05	1,77; >0,05
Серебряный знак	16,3±2,13%	19,3±2,41%	19,7±2,79%	0,93; >0,05	0,97; >0,05	0,16; >0,05
Бронзовый знак	4,6±1,21%	9,0±1,74%	11,3±2,22%	2,53; <0,05	2,65; <0,01	1,82; >0,05
Не выполнившие	78,4±2,37%	71,0± 2,77%	66,0±3,32%	2,03; <0,05	3,04; <0,01	1,16; >0,05

Полученные в ходе исследования данные (таблицы 10-11) показывают, что между мальчиками и девочками 12-ти и 13-ти лет по числу выполняющих нормативы ГТО 3-й ступени нет достоверных различий. Исключение составляют данные, касающиеся количества мальчиков 12-ти и 13-ти лет, выполняющих нормы ГТО на бронзовый знак и девочек этих возрастов, выполняющих нормативы на серебряный знак. Но, поскольку в обоих случаях преимущество получили младшие по возрасту (12-летние) подростки, то это не влияет на общий вывод.

Таблица 10

Сравнение мальчиков 12-ти и 13 лет, выполнявших нормы

ГТО III ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели мальчи- ков 12-ти лет; n=261	Показатели мальчиков 13-ти лет, выполнявших программу испытаний как 12-летние; n=259	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	26,1±2,72%	23,8±2,65%	0,60; >0,05
Золотой знак	0,4±0,39%	0,4±0,39%	0,0; >0,05
Серебряный знак	7,7±1,65%	12,3±2,04%	1,76; >0,05
Бронзовый знак	18,0±2,38%	10,0±1,86%	2,65; <0,01
Не выполнившие	73,9±2,72%	76,2±2,65%	0,60; >0,05

Таблица 11

Сравнение девочек 12-ти и 13 лет, выполнявших нормы

ГТО III ступени

Выполнение / Знак ГТО / Невыполнение	Показатели девочек 12-ти лет; n=264	Показатели девочек 13-ти лет, выполнявших программу испытаний как 12-летние; n=301	t; p
Выполняющие, в т.ч. на:	40,5±3,02%	33,2±2,71%	1,80; >0,05
Золотой знак	0,7±0,51%	2,7±0,93%	1,89; >0,05
Серебряный знак	27,6±2,53%	15,9±2,11%	3,56; <0,001
Бронзовый знак	18,2±2,37%	14,6±2,04%	1,15; >0,05
Не выполнившие	59,5±3,02%	66,8±2,71%	1,80; >0,05

Таким образом, можно констатировать, что «лишними» в рамках 4-й ступени ГТО являются именно подростки 13 лет, которым очень трудно даются нормативы ГТО указанной ступени. Поэтому их целесообразно включить не в 4-ю, а в 3-ю ступень ГТО. В связи с вышеизложенным следует заключить, что в рамках одной ступени ГТО нельзя объединять детей трех возрастов. Поэтому целесообразно произвести изменение возрастных групп в рамках одной ступени ГТО, что повлечет, необходимость увеличения

количества ступеней ГТО, охватывающих школьный возраст. В этом случае предлагаем ступени ГТО структурировать следующим образом: I ступень 7-8 лет; II ступень 9-10 лет; III ступень 11 лет; IV ступень – 12-13 лет; V ступень – 14-15 лет; VI ступень – девушки – 16-17 лет; юноши – 16 лет и т.д.

ВЫВОДЫ

Полученные в ходе исследования данные позволяют заключить:

- в школьном возрасте от ступени к ступени происходит увеличение количества детей, не выполняющих нормы ГТО по отдельным тестам, что, соответственно, не позволяет им претендовать на получение знака отличия ГТО;
- наиболее слабыми компонентами физической подготовленности детей школьного возраста являются показатели, характеризующие у мальчиков и юношей – выносливость, гибкость и силу; у девочек и девушек – выносливость;
- девочки достоверно лучше справляются с испытаниями Комплекса ГТО, чем мальчики, что, по всей видимости, связано с учетом гендерных особенностей по одним испытаниям и, наоборот, игнорированием их по другим (в частности, в тесте «на гибкость»). В тоже время девушки старшего школьного возраста по отношению к юношам хуже выполняют нормативы по большинству испытаний, исключением тестов «на выносливость» и «гибкость»;
- необходимо изменить требования к испытаниям, в которых отсутствуют четко выраженные нормированные требования, присвоив им конкретные числовые значения;
- для начальных ступеней Комплекса ГТО необходимо произвести изменение возрастных групп в рамках одной ступени, при этом их возрастной диапазон не должен превышать 2-х лет.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аршинник, С.П. К вопросу об оптимизации содержания Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / С. П. Аршинник // Развитие физической культуры и спорта в контексте самореализации человека в современных социально-экономических условиях : материалы VII Всероссийской научно-практической конференции. – Липецк : ООО «Веста», 2014. – С. 39-43.
2. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО) : документы и методические материалы / Н.В. Паршикова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров ; под общей ред. В.Л. Мутко ; Министерство спорта Российской Федерации. – М. : Советский спорт, 2014. – 60 с.
3. Калинина, Е.Н. Сравнительный анализ структуры комплексов «Готов к труду и обороне» 1972 и 2014 годов / Е.Н. Калинина, В.С. Якимович, М.Н. Жегалова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 4 (122). – С. 68-72.
4. Симутина, Е.А. Проблемы и перспективы введения нового комплекса ГТО в России / Е.А. Симутина, Н.Е. Захаров // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 5 (123). – С. 173-176.

REFERENCES

1. Arshinnik, S.P. (2014), "To a question about optimizing the content of All-Russian physical culture and sports complex 'Ready for Labor and Defense'", *Development of physical culture and sport in the context of personal fulfillment in contemporary socio-economic conditions: Proceeding of the 7 All-Russia scientific-practical conference*, LLC "Vesta", Lipetsk, pp. 39-43.
2. Parshikova, N.V., Babkin, V.V., Vinogradov, P.A. and etc. (2014), *Russian Physical Culture and Sports complex "Ready for Labor and Defense", documents and teaching materials*, Under the general ed. V. L. Mutko; Ministry of Sports of the Russian Federation, Soviet sports, Moscow.
3. Kalinina, E.N., Yakimovich, V.S. and Zhegalova, M.N. (2015). "Reference analysis of the structure of complexes "Ready for Labor and Defense" in 1972 and 2014", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4, Vol. 122, pp. 68-72.

4. Simutina, E.A. and Zakharov, N.E. (2015), "Problems and prospects of the introduction of new complex "Ready for Labor and Defense" in Russia", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5, Vol. 123, pp. 173-176.

Контактная информация: arschinnik_fk@mail.ru

Статья поступила в редакцию 18.11.2015

УДК 796.011.3

**ДИНАМИКА ИНТЕГРАЛЬНЫХ И СУММАРНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ МНОГОПРОФИЛЬНЫХ
ВУЗОВ В ГОДИЧНОМ УЧЕБНОМ ЦИКЛЕ**

Султан Меджидович Ахметов, доктор педагогических наук, профессор,

Александр Сергеевич Миленцев, соискатель,

Юрий Константинович Чернышенко, доктор педагогических наук, профессор,

Валерий Александрович Баландин, доктор педагогических наук, профессор,

*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма
(ФГБОУ ВПО КГУФКСТ), г. Краснодар*

Аннотация

В статье представлены результаты анализа параметров уровня развития физической подготовленности студентов 1-4 курсов многопрофильных вузов в ходе реализации дисциплины «Физическая культура» в годичном учебном цикле. Результаты обучающихся анализировались с использованием интегральных и суммарных показателей физической подготовленности, более информативных, чем их достижения в отдельных тестовых заданиях.

Ключевые слова: темпы прироста, достоверность изменений, физическая подготовленность, студенты.

DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2015.11.129.p27-32

**DYNAMICS OF MULTI-PROFILE HIGHER SCHOOL STUDENTS' INTEGRAL AND
SUMMARY INDICATORS OF PHYSICAL PREPAREDNESS WITHIN THE ANNUAL
EDUCATIONAL CYCLE**

Sultan Medzhidovich Akhmetov, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Alexander Sergeevich Milentiev, the competitor,

Yury Konstantinovich Chernyshenko, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Valery Alexandrovich Balandin, the doctor of pedagogical sciences, professor,

Kuban State University of Physical Education, Sports and Tourism, Krasnodar

Annotation

The article presents the analysis of the results of the development level of the 1st -4th year students' physical preparedness parameters in multidisciplinary universities during the implementation of the discipline "Physical Education" within the annual educational cycle. The students' results were analyzed by using the integrated and summary indicators of the physical preparedness, which are more informative than their achievements in the individual test tasks.

Keywords: growth rate, changes reliability, physical preparedness, students.

ВВЕДЕНИЕ

Общеизвестны данные многочисленных исследований, подтверждающие наличие негативных тенденций в динамике параметров физического и двигательного потенциала студентов в период освоения основных и дополнительных профессиональных образовательных программ в ходе обучения в вузе [1, 2, 3, 8, 11]. Очевидно, что данная проблема решена еще далеко не полностью. В частности, недостаточное внимание исследователя-