

3. Borisov, A. A., Nikulin, L. V., Podkolzin, F. V. and Dmitriev, G.G. (2020), "Physical training of officers using interactive training tools as a means of preventing occupational diseases", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 3(181), pp. 51–55.

4. Borisov, A. A., Nikulin, L. V., Podkolzin, F. V. and Sobina, V.A. (2020), "Testing program for physical training with interactive learning tools for officers of senior age groups of Military educational scientific center of Land forces Military Academy", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 3(181), pp. 55–60.

Контактная информация: Iwan.lavrentev@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 18.12.2020

УДК 37.037

**ОСОБЕННОСТИ ПРИМЕНЕНИЯ ТЕХНОЛОГИИ ОЦЕНКИ УРОВНЯ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ НА ОСНОВЕ
РЕГИОНАЛЬНЫХ СТАНДАРТОВ (НА ПРИМЕРЕ РЕСПУБЛИКИ КАЛМЫКИЯ)**

Владимир Данзанович Бурлыков, кандидат педагогических наук, доцент, Эльзата Борисовна Бурлыкова, кандидат биологических наук, доцент, Бадма Пюрвеевич Опиев, старший преподаватель, Чимид Пюрвеевич Болдырев, старший преподаватель, Сергей Юрьевич Надвыдов, старший преподаватель, Калмыцкий государственный университет имени Б.Б. Городовикова, г. Элиста

Аннотация

Неудовлетворительное состояние физической подготовленности и состояния здоровья подрастающего поколения диктует необходимость поиска новых форм совершенствования физического воспитания в школе. Одним из критериев оценки результативности процесса физического воспитания является оценка физической подготовленности. В статье представлена модель технологии оценки уровня физической подготовленности школьников на основе «Региональных стандартов физического развития и физической подготовленности школьников РК», учитывающая особенности детей, проживающих на территории Республики Калмыкия. Применение экспериментальной технологии позволила достоверно улучшить уровень физической подготовленности мальчиков 11 лет. Предложенная нами технология обеспечивает объективность, доступность и комплексный характер оценки двигательной подготовленности учащихся, позволяя сделать школьную диагностику более информативной для контроля и необходимой коррекции двигательного режима и дозировки нагрузки на уроке физической культуры по тем или иным конкретным показателям.

Ключевые слова: технология, оценка, уровень физической подготовленности, учащиеся, региональные стандарты, Республика Калмыкия.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.12.p19-23

**FEATURES OF APPLICATION OF TECHNOLOGY FOR ASSESSING THE LEVEL
OF PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS BASED ON REGIONAL STANDARDS (ON
THE EXAMPLE OF THE REPUBLIC OF KALMYKIA)**

Vladimir Danzanovich Burlykov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Elsyata Borisovna Burlykova, the candidate of biological sciences, associate senior lecturer, Badma Pyurveevich Opiev, the senior teacher, Chimid Pyurvayevich Boldyrev, the senior teacher, Sergey Yuryevich Nadydov, the senior teacher, Kalmyk State University named after B. B. Gorodovikov, Elista

Abstract

The unsatisfactory state of physical fitness and health of the younger generation dictates the need to search for the new forms of improving physical education at school. One of the criteria for evaluating the effectiveness of the physical education process is the assessment of physical fitness. The article presents a technology for assessing the level of physical fitness of schoolchildren based on regional standards,

taking into account the characteristics of children living in the territory of the Republic of Kalmykia. The proposed model of technology for assessing the physical fitness of students in the age range from 7 to 17 years is developed on the basis of "Regional standards of physical development and physical fitness of schoolchildren of the Republic of Kalmykia". The use of experimental technology has significantly improved the level of physical fitness of 11-year-old boys. The proposed technology provides objectivity, accessibility, and a comprehensive assessment of students motor fitness, making it possible to make school diagnostics more informative for monitoring and necessary correction of the motor mode and dosage of the load in the physical education lesson for certain specific indicators.

Keywords: technology, assessment, level of physical fitness, students, regional standards, Republic of Kalmykia.

ВВЕДЕНИЕ

Неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности подрастающего поколения вызывают необходимость поиска новых форм совершенствования физического воспитания в общеобразовательных учреждениях [1, 3, 4, 5].

В настоящее время для практической реализации необходимы школьные программы по физической культуре нового типа, учитывающие:

- мировой опыт по физическому воспитанию подрастающего поколения;
- экологические условия в конкретном регионе проживания;
- климатогеографические особенности;
- традиции и мотивации, ориентированные на целостный (системный) подход в укреплении и поддержании здоровья детей и подростков.

В связи с этим региональными особенностями системы физического воспитания учащихся Республики Калмыкия (РК) помимо климатогеографических особенностей региона, традиционной системы физического воспитания калмыцкого народа являются и стандарты основных показателей физического развития и физической подготовленности школьников 7–17 лет [2].

МЕТОДИКА

Для исследования эффективности применения технологии оценки физической подготовленности учащихся на основе региональных стандартов на протяжении 9 месяцев проводился педагогический эксперимент на базе МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 12» г. Элисты. Для этого были сформированы группы школьников, состоящие из мальчиков 11 лет: контрольная – 15 человек и экспериментальная – 13 человек.

Программа педагогического эксперимента предполагала исходный и итоговый контроль следующих показателей физической подготовленности в следующих контрольных упражнениях:

- Бег 60 м с высокого старта (определение уровня развития быстроты);
- Прыжок в длину с места (определение уровня развития скоростно-силовых качеств);
- Наклон вперед из исходного положения, сидя (определение гибкости);
- Подтягивание в висе на высокой перекладине (оценка силовых качеств);
- Бег 1000 м (оценка выносливости).

Модель технологии оценки физической подготовленности учащихся в возрастном интервале от 7 до 17 лет была разработана на основе «Региональных стандартов физического развития и физической подготовленности школьников РК» [2]. Она представлена в виде системы показателей, адаптированной к школьному возрасту. Её основное отличие от аналогичных характеристик большинства существующих образовательных программ, оценивающих всего лишь 3 уровня (низкий, средний и высокий), заключается в более широком диапазоне качественных показателей оцениваемых уровней. По нашему мнению, это позволяет с большей точностью дифференцировать показатели физической подготовленности обучающихся, давая показанному результату ту же качественную оценку,

но уже по более адекватному состоянию здоровья диапазону уровней, и, тем самым, обеспечивая большую объективность его оценки.

Система оцениваемых показателей охватывает 5 тестовых упражнений, оценивающих уровень физической подготовленности школьников. При отборе тестовых заданий упор делался на двух базовых признаках: во-первых, упражнения должны оценивать более широкий спектр двигательных способностей детей; во-вторых, простота технического исполнения и доступность по функциональным возможностям детского организма. Помимо качественной характеристики основных показателей физической подготовленности обучающихся предложенная система позволяет определять их количественные показатели: итоговая оценка физической подготовленности учащихся, полученная по результатам всех тестовых заданий конкретного ученика представляет собой сумму всех баллов, находящуюся в интервале от 5 до 25. Суммарное значение, равное 22 и более баллам, означает, что уровень физической подготовленности конкретного индивида, оценивается как отличный; 18–21 баллам – хороший; 13–17 баллам – удовлетворительный (в пределах физиологической нормы). Показатели, находящиеся в промежутке от 8 до 12 баллов, указывают на неудовлетворительный, а 7 и менее баллов – на очень низкий уровень физической подготовленности.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ.

Из представленного материала (таблица 1) следует, что на начальной стадии педагогического эксперимента средние значения результатов, показанные в контрольных упражнениях, в исследуемых группах не имели достоверных различий ($p > 0,05$).

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности мальчиков 11 лет до педагогического эксперимента

№	Тесты	Контрольная группа	Эксперимент. группа	p
1.	Бег 60 м, с	10,70±0,15	10,34±0,13	> 0,05
2.	Прыжок в длину с места, см	155,18±15,96	158,27±12,19	> 0,05
3.	Наклон вперед, см	4,58±0,66	4,29±1,51	> 0,05
4.	Подтягивание, раз	4,09±0,22	4,18±0,37	> 0,05
5.	Бег 1000 м, мин., с	7.20±26,59	6.56±14,14	> 0,05

После проведения контрольных испытаний школьники приступили к практическим занятиям. Отличительная особенность их проведения в экспериментальной группе заключалась в том, что полученные при тестировании результаты подвергались компьютерной обработке при помощи программы «Паспорт физической подготовленности студентов КалмГУ» (Свидетельство о государственной регистрации программы для ЭВМ № 2015615492), которая была адаптирована под работу со школьниками. После этого рассчитывались как количественные, так и качественные значения уровня физической подготовленности учащихся. При расчете полученных результатов возможно получение индивидуального профиля общего уровня физической подготовленности конкретного ученика, а также профиль подготовленности учащихся всей группы (класса). Определяется несколько уровней оценок «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно», «очень плохо», предназначенных как с целью определения общего уровня физической подготовленности, так и для оценки развития отдельных физических качеств.

В ходе исследования у участников экспериментальной группы всегда имелась возможность получать информацию в виде таблиц, гистограмм и диаграмм, построение которых позволяет быстро и четко получить необходимые данные и планировать свою дальнейшую работу. Такая форма представления информации стимулирует интерес учащихся к самостоятельным занятиям физической культурой, внося в них элемент состязательности, что в конечном итоге способствует повышению уровня физической подготовленности. На основе анализа состояния физической подготовленности школьников составляются комплексы физических упражнений, направленные на коррекцию содержа-

ния физической подготовки. Были разработаны комплексы упражнений, оказывающие воздействие на отстающие физические качества, которые оперативно внедрялись в учебный процесс и дополняли учебный материал уроков физической культуры по развитию двигательных способностей. Это позволяет в процессе уроков дифференцировать направленность и объем физических упражнений с учетом выявленных недостатков физической подготовленности школьников.

Занятия в контрольной группе проводились по общепринятой методике [6].

После окончания педагогического эксперимента его участники были подвергнуты итоговому тестированию физической подготовленности. Полученные результаты свидетельствуют о повышении уровня физической подготовленности у участников экспериментальной группы (таблица 2).

Таблица 2 — Показатели физической подготовленности мальчиков 11 лет после педагогического эксперимента

№	Тесты	Контрольная группа	Эксперимент. группа	p
1.	Бег 60 м, с	10,4±0,21	9,5±0,18	< 0,05
2.	Прыжок в длину с места, см	157,56±9,43	187,4±10,01	< 0,05
3.	Наклон вперед, см	4,89±1,31	8,41±1,04	< 0,05
4.	Подтягивание, раз	5,12±0,22	6,34±0,37	< 0,05
5.	Бег 1000 м, мин., с	6.48±23,15	5.42±18,64	< 0,05

За время эксперимента доля учащихся, имеющих уровень физической подготовленности с оценкой «удовлетворительно» и выше, в экспериментальной группе увеличилось с 34% до 88%.

ВЫВОДЫ

1. Неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности подрастающего поколения указывают на необходимость осуществления постоянного контроля уровня физической подготовленности школьников, разработки нормативных требований, коррекции организации занятий по физической культуре и внедрение новых форм контроля физической подготовленности с учетом региональных особенностей занимающихся.

2. На основе «Региональных стандартов физического развития и физической подготовленности школьников РК» разработана технология их использования, как элемента контроля и управления в коррекции «отстающих» физических качеств. Данный подход позволяет, по нашему мнению, более точно дифференцировать функциональное состояние той или иной физиологической системы организма ребенка, а также уровень его физической подготовленности, давая соответствующим показателям ту же качественную характеристику, но уже по более адекватному состоянию здоровья диапазону уровней, и, тем самым, обеспечивая более объективную его оценку.

3. Применение экспериментальной технологии позволила достоверно улучшить уровень физической подготовленности мальчиков 11 лет. Предложенная нами технология обеспечивает объективность, доступность и комплексный характер оценки двигательной подготовленности учащихся, позволяя сделать школьную диагностику более информативной для контроля и необходимой коррекции двигательного режима и дозировки нагрузки на уроке физической культуры по тем или иным конкретным показателям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Заболеваемость детского населения России / А.А. Баранов, А.А. Модестов, В.И. Бондарь, [и др.]. – Москва : ПедиатрЪ, 2013. – 280 с.
2. Бурлыков В.Д. Физическое воспитание учащихся общеобразовательных школ Республики Калмыкия на основе мониторинга их физического развития и физической подготовленности : монография / В.Д. Бурлыков. – Элиста : Изд-во Калмыцкого университета, 2014. – 108 с.

3. Изаак С.И. Мониторинг физического состояния и физической подготовленности. Теория и практика : монография / С.И. Изаак. – Москва : Советский спорт, 2005. – 196 с.
4. Лях В.И. Мировые тенденции развития системы физического воспитания в общеобразовательной школе / В.И. Лях, С.П. Левушкин, В.Д. Сонькин // Наука и спорт: современные тенденции. – 2019. – Т. 22, № 1. – С. 12–19.
5. Сетко Н.П. Функциональное состояние организма младших школьников при разных формах организации учебного дня / Н.П. Сетко, Е.В. Булычева, Е.Б. Бейлина // Вопросы школьной и университетской медицины и здоровья. – 2013. – № 1 – С. 18–21.
6. Физическая культура. 5-9 классы: примерные рабочие программы : предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха: учебное пособие для общеобразовательных организаций / В.И. Лях. – 6-е изд. – Москва : Просвещение, 2019. – 104 с.

REFERENCES

1. Baranov, A.A. (2013), *Morbidity of children population of Russia*, Peadiatrician, Moscow.
2. Burlykov, V.D. (2014), *Physical education of pupils of comprehensive schools of Republic Kalmykia based on monitoring of their physical development and physical preparedness*, publishing house of Kalmyk University, Elista, Russian Federation.
3. Izaak, S.I. (2005), *Monitoring of physical development and physical fitness: theory and practice*, Soviet sport, Moscow.
4. Liakh, V.I., Levushkin, S.P. and Sonkin V.D. (2019), “Global trends in the development of physical education system at secondary school”, *Science and sport: current trends*, Vol. 22, No. 1, pp. 12–19.
5. Setko, N.P. Bulycheva E.V and Beylina E.B. (2013), “Functional state of the body of junior schoolchildren in different forms of organization of the school day”, *Problems of school and university medicine and health*, No. 1, pp. 18–21.
6. Lyakh, V.I. (2019), *Physical Culture. Approximate working of the program. Subject line of textbooks By M. Y. Vilensky, V. I. Lyakh. 5–9 classes: studies. manual for General education. Organizations*, Prosvescheniye, Moscow.

Контактная информация: burlykob@mail.ru

Статья поступила в редакцию 13.12.2020

УДК 799.31

ПРЕДПОСЫЛКИ ВОЗНИКНОВЕНИЯ СТРЕЛЬБЫ В СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНЫХ ВИДОВ СПОРТА

Юлия Владимировна Ветрова, кандидат технических наук доцент, Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации; **Александр Александрович Белецкий**, старший преподаватель, **Дарья Александровна Морозова**, преподаватель, Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации

Аннотация

В статье рассматриваются основные предпосылки и аспекты формирования стрелковых видов спорта, в частности, биатлона и служебного биатлона. Служебный биатлон является одним из наиболее интенсивно развивающихся служебно-прикладных видов спорта. Данная дисциплина много лет культивируется не только в Вооруженных силах России, но и во всех силовых структурах правоохранительных органах. Этот вид спорта развивает в сотрудниках органов внутренних дел такие необходимые качества как выносливость, сосредоточенность при выполнении приемов стрельбы, ответственность, силу духа, целеустремленность, способность быстро и метко стрелять, умение сохранять хладнокровие во время естественного стрессового состояния, что говорит об актуальности темы исследования.

Ключевые слова: биатлон, служебно-прикладные виды спорта, история развития биатлона, подготовка стрелков-биатлонистов.