

5. Чайковская, О.Е. Цели и задачи адаптивной физической культуры / О.Е. Чайковская // Альманах мировой науки. – 2016. – № 12-2 (15). – С. 51-55.

REFERENCES

1. Bessarabova, Yu.V. and Doroshenko, V.V. (2014), "Professional orientation of physical education of students with disabilities and disabled people", *Historical and socio-educational thought*, No. 1, pp. 19-22.
2. Borodkina, V.N. (2014), "Technologies of vocational guidance work with persons with disabilities", available at: <https://infourok.ru/tehnologii-proforientacionnoy-raboti-s-licami-s-ovz-805892.html>.
3. Petkov, V.A. and Bessarabova, Yu.V. (2015), "Technology of physical education of students with disabilities and disabled people", *Theory and practice of social development*, No. 5, pp. 139-141.
4. Steblev, A.A. (2018), "Motor and coordination abilities and the basics of their education in building engineering specialists", *Modern problems of physical culture and sports in the 21st century: collection of materials of the XI international scientific-practical and educational-methodical conference*, Moscow, pp. 264-268.
5. Tchaikovskaya O.E. (2016), "Purposes and problems of adaptive physical culture", *Almanac of world science*, No. 12-2 (15), pp. 51-55.

Контактная информация: kantana7@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 26.02.2019

УДК 796.011

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ МЛАДШИХ КЛАССОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО

*Владимир Валентинович Черкасов, кандидат педагогических наук, доцент,
Тюменский государственный университет (ТюмГУ)*

Аннотация

В статье представлены результаты физической подготовленности младших школьников при выполнении нормативных требований I-II ступеней ВФСК ГТО. Полученные данные свидетельствуют о недостаточном уровне развития у детей гибкости и скоростной выносливости в зоне работы максимальной мощности. Наиболее высокие результаты были показаны в тестах, характеризующих силовые способности. Большинство школьников, награждённых значками ГТО I-II ступеней, на регулярной основе занимаются в организациях, осуществляющих физкультурно-спортивную деятельность, однако выявленные проблемы в развитии отдельных двигательных способностей может быть следствием отсутствия комплексного подхода в процессе реализации физической подготовки.

Ключевые слова: младшие школьники, физическая подготовленность, испытания I-II ступеней Комплекса «Готов к труду и обороне».

PHYSICAL TRAINING OF PRIMARY SCHOOL STUDENT TO MEET RUSSIAN CIVIL DEFENSE STANDARDS

*Vladimir Valentinovich Cherkasov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Tyumen State University*

Annotation

In this article, the results of the first and the second level of the «Ready for labor and defense» of elementary school students are reviewed. The received data prove that the level of flexibility and speed endurance in a maximum power zone is inadequate. The highest results were recorded in the strength tests. The most part of the students awarded with Civil Defense badges train on the regular basis in various physical training centers. But the discovered issues in developing particular skills can be a result of unsystematic approach to the training.

Keywords: elementary school students, physical fitness, the first and the second level in Civil Defense tests.

ВВЕДЕНИЕ

За последнее время обновлённый ВФСК ГТО стал неотъемлемым компонентом системы физического воспитания подрастающего поколения. При этом содержание комплекса постоянно совершенствуется: вводятся новые тесты, расширяющие возможность выбора и позволяющие дать комплексную оценку основным физическим качествам испытуемых, конкретизируются нормы, в том числе путём внедрения количественных показателей для оценки гибкости и выносливости в нормативах первой и второй ступеней Комплекса. Для подготовки к выполнению норм ВФСК ГТО разработаны методические рекомендации, предусматривающие различные формы занятий физическими упражнениями в объёме 10 часов в неделю. Однако в предлагаемых рекомендациях основной акцент (до 85% времени) делается на самостоятельную подготовку, труднореализуемую по причине гендерных и психофизических особенностей детей младшего школьного возраста, а также организационные формы занятий, имеющих преимущественно рекреационный характер воздействия и, соответственно, не обеспечивающих адаптационного эффекта нагрузки в развитии двигательных способностей. Поэтому не случайно проблемы с выполнением норм комплекса ГТО I-II ступеней регулярно фиксируются в различных регионах России [1; 2; 3].

Наиболее эффективно физическая подготовка младших школьников реализуется в рамках организованных форм занятий с тренировочной направленностью. При этом даже занятия в спортивных секциях не гарантируют автоматического выполнения школьниками всех нормативов Комплекса, что подтверждается данными статистики, в соответствии с которыми только 24% воспитанников спортивных школ и учреждений спортивной направленности г. Тобольска награждены знаками ГТО.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование проводилось на базе Центра тестирования ГТО МАУ «Центр по проведению спортивных мероприятий г. Тобольска». С целью определения физической подготовленности младших школьников в течение 2017-2018 учебного года анализировались результаты сдачи норм ВФСК ГТО I-II ступеней. Всего в испытаниях Комплекса приняли участие 1233 школьников младших классов (638 мальчиков и 595 девочек).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

По результатам анализа результатов физической подготовленности младших школьников, представленных в таблице, было установлено, что наиболее успешно дети справляются с испытаниями, требующими проявлений силовых способностей. Средние результаты, превышающие нормативы золотого значка зафиксированы у мальчиков 9-10 лет во всех тестах на силу и, за исключением показателей, характеризующих скоростно-силовые способности, у девочек этой возрастной группы, а также у девочек и мальчиков 7-8 лет.

Также высокие средние результаты на уровне золотого значка были отмечены у мальчиков и девочек 9-10 лет в беге на 30 м. Между тем, в аналогичном тесте «Бег на 60 м» большинство испытуемых продемонстрировали результаты, соответствующие нормам серебряного и бронзового значков, что может свидетельствовать о недостаточной сформированности у детей скоростной выносливости в зоне максимальной мощности.

В первой возрастной группе средний результат мальчиков и девочек в беге на скорость соответствовал серебряному значку.

В тестах, характеризующих общую выносливость и координационные способности, средние результаты младших школьников в целом соответствуют нормам серебряного значка I-II ступеней, кроме теста «Метание теннисного мяча на точность», где у девочек 7-8 лет средние показатели на уровне золотого значка.

Наибольшие затруднения у младших школьников были зафиксированы в тесте на гибкость, где в обеих возрастных группах отмечен самый низкий процент испытуемых,

выполнивших нормы на золотой значок. Количество не уложившихся в нормативы, с учётом всех принявших участие в испытаниях комплекса ГТО в целом составило около 25% в первой возрастной группе и 40% у школьников 9-10 лет.

Таблица – Результаты сдачи нормативов ВФСК ГТО младшими школьниками

Физические способности	Пол	Количество выполнивших норматив ГТО (%)							
		Золото		Серебро		Бронза		Ниже нормы	
		І ст.	ІІ ст.	І ст.	ІІ ст.	І ст.	ІІ ст.	І ст.	ІІ ст.
Скоростные способности	м	52	58	30	27	9	9	9	6
	д	46	53	29	38	9	7	16	0
Силовые способности	м	76	60	14	24	5	7	5	9
	д	79	68	12	21	5	2	4	9
Выносливость	м	55	51	35	34	8	10	2	5
	д	67	37	25	44	8	13	0	6
Гибкость	м	36	33	47	5	17	61	0	1
	д	25	21	4	5	61	62	10	12
Координационные способности	м	54	49	20	23	20	19	6	9
	д	73	63	23	18	4	19	0	0
Скоростно-силовые способности	м	57	62	31	26	8	7	4	5
	д	55	60	31	25	19	8	5	7

В целом, за период с сентября 2017 г. по июнь 2018 г. в полном объёме нормы ВФСК ГТО І ступени выполнили 318 школьников, в том числе: на золотой значок – 98 мальчиков и 67 девочек; на серебряный значок – 73 мальчика и 47 девочек; на бронзовый значок – 18 мальчиков и 15 девочек. По результатам выполнения нормативов ІІ ступени ГТО были награждены 224 младших школьников: золотым значком – 52 мальчика и 32 девочки; серебряным значком – 55 мальчиков и 40 девочек; бронзовым значком – 25 мальчиков и 20 девочек.

Более высокое представительство в первой возрастной группе награждённых знаками ГТО, из которых большинство золотые, можно объяснить отсутствием до 2018 года в нормах ВФСК ГТО І ступени количественных требований к тестам на гибкость и выносливость.

Изучение условий, способствующих подготовке школьников к выполнению норм комплекса ГТО, показало, что 504 (93%) школьника, получивших значки различных категорий, включая все золотые, занимаются в различных спортивных учреждениях г. Тобольска.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В сдаче норм комплекса ГТО принимает участие ограниченное число школьников, большинство которых на регулярной основе занимаются в системе дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности. С учётом этого факта и выявленного дисбаланса в уровнях развития отдельных двигательных способностей можно предположить, что в тренировочном процессе детей 7-10 лет (в большинстве видов спорта – это этап начальной подготовки) преобладают средства, направленные на развитие ведущих для спортивной специализации физических качеств в ущерб общей физической подготовки.

ЛИТЕРАТУРА

1. Вотякова, Т.В. Физическая подготовленность сельских школьников к выполнению нормативных требований комплекса ГТО / Т.В. Вотякова, М.М. Колокольников // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58-3. – С. 73-77.
2. Кабачков, В.А. Физическая подготовленность младших школьников и их готовность к выполнению нормативных требований при реализации физкультурно-спортивного комплекса ГТО / В.А. Кабачков, В.А. Куренцов, И.И. Абдюков // Вестник спортивной науки. – 2016. – № 4. – С. 51-56.
3. Фурсов, А.В. Мониторинг физической подготовленности школьников І-V ступени на основе испытаний комплекса ГТО / А.В. Фурсов, Н.И. Синаевский, В.В. Власов // Культура физическая и здоровье. – 2017. – № 2 (62). – С. 56-59.

REFERENCES

1. Votyakova, T.V. and Kolokoltsev M.M. (2018), "Pedagogical monitoring of readiness of rural schoolchildren to implementation of normative standards of the all-Russian training and sport complex of RLD", *Problems of modern pedagogical education*, No. 58-3, pp. 73-77.
2. Kabachkov, V.A., Kurentsov, V.A. and Abdyukov, I.I. (2016), "Physical readiness of younger students and their readiness for regulatory compliance under implementation of GTO sports complex", *Sports science bulletin*, No. 4, pp. 51-56.
3. Fursov, A.V., Sinyavskiy, N.I. and Vlasov, V.V. (2017), "Monitoring of physical readiness of schoolboys I-V forms on the basis of tests GTO", *Physical culture and health*, No. 2 (62), pp. 56-59.

Контактная информация: wladmir30@rambler.ru

Статья поступила в редакцию 08.02.2019

УДК 796.011.3

СТУДЕНТОЦЕНТРИРОВАННЫЙ ПОДХОД В ОБУЧЕНИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ: ВЗГЛЯД ИЗНУТРИ

*Марина Геннадьевна Шаргина, кандидат биологических наук, доцент,
Павел Геннадьевич Смирнов, кандидат педагогических наук, профессор,
Марк Николаевич Саламатин, ассистент,
Тюменский индустриальный университет (ТИУ)*

Аннотация

В статье ставится цель – интегрировать сведения по студентоцентрированному методу обучения и изучить отношение к ним студентов, занимающихся физической культурой. Задачей является оценка студентоцентрированного подхода самими студентами. Для ее решения организуется социологическое исследование. На основании полученных результатов, делается вывод, что студентоцентрированный подход поможет студентам сформировать компетенции, необходимые им на меняющемся рынке труда.

Ключевые слова: студентоцентрированный подход, интерактивные формы, компетенции, мотивация, физическая культура, образовательные программы.

STUDENT-CENTERED APPROACH TO TEACHING PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER SCHOOL: INSIDE LOOK

*Marina Gennadyevna Shargina, the candidate of biological sciences, senior lecturer,
Pavel Gennadievich Smirnov, the candidate of pedagogical sciences, professor,
Mark Nikolaevich Salamatin, the assistant,
Tyumen Industrial University*

Annotation

The article aims to integrate the information on student-centered learning method and to study the attitude of students involved in physical culture. The task is to evaluate the student-centered approach by the students themselves. To solve it, a sociological study is organized. Based on the results obtained, it is concluded that the student-centered approach will help students to form the competencies they need in the changing labor market.

Keywords: student-centered approach, interactive forms, competence, motivation, physical education, educational programs.

ВВЕДЕНИЕ

В современном мире, как и системе образования, произошел ряд новшеств, которые вызваны научно-техническим прогрессом XXI века и запросами общества. Переход российского образования к личностно-развивающей парадигме обучения ставит перед вузами новые задачи, особенно, в сфере физической культуры, т.к. ее развитие является