

Педагогические науки

УДК 796.011

ПРИОРИТЕТЫ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ПРИ ФОРМИРОВАНИИ ПРОГРАММЫ ИСПЫТАНИЙ КОМПЛЕКСА ГТО

Сергей Павлович Аршинник, кандидат педагогических наук, Ольга Николаевна Костюкова, кандидат педагогических наук, доцент, Алина Ивановна Тесля, соискатель, Василий Иванович Тхорев, доктор педагогических наук, профессор, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма (КТУФКСУТ), Краснодар

Аннотация

В рамках настоящего исследования посредством анкетирования изучались вопросы, связанные с выявлением приоритетов детей школьного возраста при проведении испытаний современного комплекса ГТО. Полученные в ходе исследования данные свидетельствуют о необходимости учета интересов участников при выборе ими испытаний ВФСК ГТО.

Ключевые слова: Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне», школьники, испытания, тесты, нормативы, спортивные интересы.

PRIORITIES OF CHILDREN OF SCHOOL AGE WHEN FORMING THE PROGRAM OF TESTS OF THE COMPLEX “READY FOR LABOR AND DEFENSE”

Sergey Pavlovich Arshinnik, the candidate of pedagogical sciences, Olga Nikolaevna Kostyukova, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Alina Ivanovna Teslya, the competitor, Vasily Ivanovich Tkhorov, the doctor of pedagogical sciences, professor, Kuban State University of Physical Culture, Sport and Tourism, Krasnodar

Annotation

Within the real research the questions connected with identification of priorities of children of school age when carrying out tests of the “Ready for labor and defense” modern complex were studied by means of questioning. The data obtained during the research confirm the need in accounting the interests of participants making the choice of tests of All-Russian sports complex “Ready for labor and defense”.

Keywords: All-Russian sports complex “Ready for labor and defense”, school students, tests, tests, standards, sports interests.

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время осуществляется работа по совершенствованию Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), которая, прежде всего, затронет коррекцию его испытаний и нормативов [4]. Предполагается, что в «обновленный» комплекс ГТО будут включены «новые, модифицированные, взаимозаменяемые, а также сквозные» виды испытаний [5].

В этой связи целесообразно изучить вопрос о популярности различных видов испытаний (тестов) ГТО у современных школьников с тем, чтобы эффективно планировать подготовку, а также осуществлять процесс проведения испытаний. Нами было проведено исследование, направленное на выбор школьниками испытаний ГТО в зависимости от возрастной ступени.

МЕТОДИКА

В исследовании были задействованы учащиеся 7 общеобразовательных организаций Краснодарского края. Общее количество испытуемых-школьников обоего пола составило 2011 человек (998 мальчиков и 1013 девочек). Исследование предполагало проведение анкетирования учащихся с целью выбора наиболее приоритетных для школьников обязательных испытаний ГТО и испытаний по выбору. За «высокую» степень попу-

лярности нами приняты показатели от 31 и выше процентов положительных высказываний, «средняя» степень популярности характеризовалась уровнем от 21 до 30% и «низкая» – 20 и менее процентов. Полученные в ходе исследования данные представлены в таблицах 1-5.

Таблица 1 – Выбор испытаний ГТО школьниками 7-8 лет, относящимися к I ступени ВФСК ГТО (n=260)

Наименование испытания	% высказавшихся «за»	Характер испытания
Бег на 30 м	56,9±3,07	Обязательный
Челночный бег 3×10 м	50,8±3,10	Обязательный
Подтягивание на низкой (д*) и высокой (м*) перекладине	33,1±2,92	Обязательный
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	30,0±2,84	Обязательный
Наклон вперед из положения стоя	29,2±2,82	Обязательный
Смешанное передвижение на 1 км	29,2±2,82	Обязательный
Плавание на 10÷15 м	60,0±3,04	По выбору
Прыжок в длину с места	36,9±2,99	По выбору
Метание теннисного мяча в цель	28,5±2,80	По выбору
Кросс на 1 км	17,7±2,37	По выбору
Прыжок в длину с разбега	43,1±3,07	Не предусмотрен
Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	36,9±2,99	Не предусмотрен
Поднимание туловища из положения лежа, в положение сидя	21,5±2,55	Не предусмотрен
Туристский поход с проверкой туристских навыков	17,7±2,37	Не предусмотрен
Метание снаряда на дальность	5,4±1,40	Не предусмотрен

* – здесь и далее «д» – девочки, «м» – мальчики

Анализ анкетных данных детей 7-8 лет (таблица 1) свидетельствует, что наиболее привлекательными для них являются испытания, направленные на оценку уровня развития скоростных («бег на 30 м»), координационных («челночный бег 3×10 м»), скоростно-силовых («прыжок в длину с места или разбега»), а также собственно силовых способностей мышц верхнего плечевого пояса («подтягивание на низкой перекладине»). Кроме указанных испытаний дети данного возраста испытывают значительный интерес к тестам, выявляющим уровень владения умениями и навыками в плавании и стрельбе. При этом некоторые популярные для школьников данного возраста испытания («стрельба», «прыжок в длину с разбега») не предусмотрены действующей программой ГТО.

Средний уровень популярности зафиксирован у детей, объединенных первой возрастной ступенью ГТО, имеют тесты, направленные на оценку выносливости (при беге на 1 км), собственно силовых (при поднимании туловища из положения лежа, в положение сидя и сгибании-разгибании рук в упоре лежа на полу), координационных способностей (при метании теннисного мяча в цель), а также гибкости (при наклоне вперед).

Низкую заинтересованность (менее 20%) дети данного возраста проявили при выборе таких испытаний, как «кросс по пересеченной местности на 1 км», «туристский поход с проверкой туристских навыков», а также «метание снаряда на дальность». Данный выбор вполне понятен, поскольку кросс большинством школьников воспринимается как «монотонный», «длительный» и «неинтересный» бег [1], а туристский поход и метания «на дальность» вообще не предусмотрены в качестве испытаний для данной возрастной группы.

При сопоставлении интересов мальчиков и девочек, за редким исключением (при сопоставлении мнений о подтягивании), во многом наблюдаются близкие приоритеты, поэтому в данной возрастной группе не имеет смысла дифференцировать испытания по половому признаку.

Характеристика результатов анкетных данных мальчиков и девочек 9-10 лет (II возрастная ступень) свидетельствует о достаточно близких позициях детей данного возраста в сравнении с представителями I ступени, но полностью им не тождественных.

Таблица 2 – Выбор испытаний ГТО школьниками 9-10 лет, относящимися ко II ступени ВФСК ГТО (n=456)

Наименование испытания	% высказавшихся «за»	Характер испытания
Бег на 60 м	13,2±1,58	Обязательный
Бег на 1 км	34,2±2,22	Обязательный
Наклон вперед из положения стоя	27,6±2,09	Обязательный
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	24,6±2,04	Обязательный
Подтягивание на низкой (д) или высокой (м) перекладине	20,2±1,88	Обязательный
Прыжок в длину с места	45,6±2,33	По выбору
Плавание на 25÷50 м	41,2±2,30	По выбору
Прыжок в длину с разбега	35,1±2,24	По выбору
Кросс на 2 км	24,6±2,02	По выбору
Метание снаряда на дальность	18,0±1,80	По выбору
Бег на 30 м	57,5±2,32	Не предусмотрен
Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	39,5±2,29	Не предусмотрен
Челночный бег 3×10 м	34,6±2,23	Не предусмотрен
Метание теннисного мяча в цель	32,0±2,18	Не предусмотрен
Туристский поход с проверкой туристских навыков	29,0±2,12	Не предусмотрен
Поднимание туловища из положения лежа, в положение сидя	19,3±1,85	Не предусмотрен

Так, наиболее привлекательными для мальчиков и девочек данного возраста являются испытания, оценивающие координационные (челночный бег 3×10 м и метание теннисного мяча в цель), скоростные (бег 30 м), скоростно-силовые способности (прыжок в длину с места и прыжок в длину с разбега), а также выносливость (бег на 1 км). При этом следует оговориться, что наряду с достаточно популярным тестом «на быстроту» – «бег на 30 м», испытание «бег на 60 м» – практически не пользуется интересом. Объяснение этому, по всей видимости, в том, что в большинстве образовательных учреждений в рамках уроков физической культуры данный тест используется в более старших классах. Стоит также отметить, что в действующем комплексе ГТО тест «бег на 30 м» не предусмотрен для участников II ступени.

Вызывающие большой интерес у детей данного возраста тестовые упражнения, направленные на диагностику координационных способностей, таких, как «челночный бег 3×10 м» и «метание теннисного мяча в цель», к сожалению, также не предусмотрены программой испытаний действующего комплекса ГТО. Однако в нормативно-тестирующей части проектного комплекса, представленного на сайте Министерства спорта России [4], имеется тест «челночный бег 3×10 м» (для оценки координационных способностей), применяемый в качестве испытания по выбору со II по VI ступень. Наряду с этим в проектном издании комплекса ГТО в качестве обязательного альтернативного (тестам «бег на 60 м» и «бег на 100 м») испытания с I по IX ступень в виде испытаний «по выбору» имеется тест «бег на 30 м». Таким образом, в планируемом Комплексе целесообразно предусмотрены некоторые популярные виды тестов, не вошедшие в действующую нормативно-тестирующую часть ВФСК ГТО. К сожалению этого не предусмотрено для достаточно популярного теста «метание в цель», которое изучается в рамках школьной программы по физической культуре с 1 по 11 классы [2, 3].

Сопоставление интересов мальчиков и девочек, за небольшим исключением, также позволяет констатировать у них во многом близкие приоритеты. Небольшие различия, в частности, наблюдаются в том, что мальчикам интересна стрельба, а девочкам больше импонирует метание теннисного мяча в цель, при этом известно, что оба данных теста не включены в программу испытаний для этой возрастной группы. В этой связи и для школьников 9-10 лет также не имеет особого смысла дифференцировать испытания по гендерному признаку.

Изучение анкетных данных мальчиков и девочек, 11-12 лет, объединенных в III возрастную ступень, также свидетельствует об их достаточно близких с представителями

И и II ступени интересах.

Таблица 3 – Выбор испытаний ГТО школьниками 11-12 лет, относящимися к III ступени ВФСР ГТО (n=486)

Наименование испытания	% высказавшихся «за»	Характер испытания
Бег на 60 м	63,4±2,19	Обязательный
Бег на 1,5 км	34,6±2,16	Обязательный
Наклон вперед из положения стоя	23,0±1,91	Обязательный
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	20,6±1,83	Обязательный
Бег на 2 км	18,1±1,75	Обязательный
Подтягивание на низкой (ж) и высокой (м) перекладине	16,5±1,68	Обязательный
Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	51,4±2,27	По выбору
Плавание на 50 м	40,3±2,23	По выбору
Прыжок в длину с разбега	38,3±2,20	По выбору
Туристский поход с проверкой туристских навыков	37,4±2,20	По выбору
Прыжок в длину с места	34,2±2,15	По выбору
Кросс на 2 км	19,8±1,18	По выбору
Метание снаряда на дальность	18,9±1,78	По выбору
Челночный бег 3×10м	36,2±2,18	Не предусмотрен
Метание теннисного мяча в цель	25,1±1,97	Не предусмотрен
Поднимание туловища из положения лежа, в положение сидя	18,9±1,78	Не предусмотрен

В частности, в каждой из трех начальных ступеней достаточно популярны испытания по «плаванию», «челночному бегу», бегу «на скорость», «прыжкам в длину с места и с разбега», а также «стрельбе». Вместе с тем, наблюдается тенденция снижения интереса к силовым упражнениям («сгибание-разгибание рук в упоре лежа», «подтягивание на высокой и низкой перекладине», «поднимание туловища из и.п., лежа»), упражнению «на гибкость» («наклон вперед из И.П., стоя») и упражнению на координацию в виде теста «метание мяча в цель» и, наоборот, повышение интереса к «стрельбе» и «бегу на 1,5 км».

Характеристика данных анкетного опроса представителей IV ступени (подростки 13-15 лет) также указывает о небольших различиях их интересов в сравнении с представителями предыдущих возрастных ступеней.

Таблица 4 – Выбор испытаний ГТО школьниками 13-15 лет, относящимися к IV ступени ВФСР ГТО (n=433)

Наименование испытания	% высказавшихся «за»	Вид испытания
Бег на 60 м	52,2±2,40	Обязательный
Бег на 3 км	27,3±2,14	Обязательный
Бег на 2 км	21,7±1,98	Обязательный
Наклон вперед из положения стоя	19,4±1,90	Обязательный
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	16,6±1,79	Обязательный
Подтягивание на низкой (д) и высокой (м) перекладине	16,2±1,77	Обязательный
Прыжок в длину с места	30,0±2,21	По выбору
Прыжок в длину с разбега	37,9±2,33	По выбору
Кросс 3 км	27,3 ±2,14	По выбору
Плавание на 50 м	39,7±2,35	По выбору
Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	56,4±2,39	По выбору
Туристский поход с проверкой туристских навыков	31,4±2,23	По выбору
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	28,6±2,18	По выбору
Метание снаряда на дальность	16,6±1,79	По выбору
Челночный бег 3×10 м	28,2±2,16	Не предусмотрен
Метание теннисного мяча в цель	21,2±1,97	Не предусмотрен

В частности, также достаточно популярны такие виды испытаний, как «стрельба», «туристский поход», «плавание», «бег на скорость» и «прыжки в длину». При этом на одинаковом невысоком уровне остаются интересы к «подтягиванию на перекладине»,

«наклону вперед» и «метанию снаряда на дальность». Одновременно наблюдается тенденция снижения интереса к бегу «на выносливость», выполнению тестов «челночный бег», «сгибание-разгибание рук в упоре лежа», «метание спортивного снаряда на дальность». Вместе с тем повышается интерес к «кроссу» и «подниманию туловища из положения лежа». В рамках этой возрастной ступени начинают дифференцироваться интересы мальчиков и девочек, причем по многим испытаниям приоритеты первых и вторых достоверно отличаются. Например, $36,0 \pm 2,54\%$ мальчиков высказались за выполнение теста «прыжок в длину с места», в то же время за применение этого испытания высказались только у $23,4 \pm 3,96\%$ девочек; лишь $14,0 \pm 2,30\%$ мальчикам интересен тест «наклон вперед из И.П. стоя», который популярен у $25,4 \pm 3,04\%$ девочек и т.д.

Таблица 5 – Выбор испытаний ГТО школьниками 16-17 лет, относящимися к V ступени ВФСК ГТО (n=376)

Наименование испытания	% высказавшихся «за»	Вид испытания
Бег на 100 м	$60,6 \pm 2,52$	Обязательный
Бег на 3 км (юноши) и 2 км (девушки)	$26,1 \pm 2,26$	Обязательный
Наклон вперед из положения стоя	$28,7 \pm 2,33$	Обязательный
Подтягивание на низкой (ж) и высокой (м) перекладине	$25,0 \pm 2,23$	Обязательный
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	$17,0 \pm 1,94$	Обязательный
Рывок гири 16 кг (юноши)	$13,3 \pm 1,75$	Обязательный
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин	$38,3 \pm 2,51$	По выбору
Плавание на 50 м	$31,9 \pm 2,40$	По выбору
Стрельба из пневматической винтовки или электронного оружия	$31,9 \pm 2,40$	По выбору
Прыжок в длину с места	$27,1 \pm 2,29$	По выбору
Прыжок в длину с разбега	$23,4 \pm 2,18$	По выбору
Кросс на 5 км	$27,1 \pm 2,29$	По выбору
Метание снаряда на дальность	$19,1 \pm 2,03$	По выбору
Туристский поход с проверкой туристских навыков	$17,6 \pm 1,96$	По выбору
Челночный бег 3×10 м	$26,6 \pm 2,28$	Не предусмотрен
Метание теннисного мяча в цель	$18,1 \pm 1,98$	Не предусмотрен

Анализ данных, представленных в таблице 5, свидетельствует, что наиболее популярными испытаниями «по выбору» у представителей V ступени ГТО являются тесты направленные на проявление прикладных навыков («плавание» и «стрельба») и упражнение, оценивающее уровень скоростно-силовых возможностей («поднимание туловища из положения лежа на спине за 1 мин»). По сравнению с предыдущей ступенью у юношей и девушек снизился интерес к таким испытаниям, как «прыжки в длину с места и разбега» и «туристский поход с проверкой туристских навыков». В то же время заметно повысился интерес к «подниманию туловища из положения лежа на спине за 1 мин».

Сравнение популярности испытаний между юношами и девушками свидетельствует о повышении их гендерных различий. Например, у юношей возрастает интерес к бегу «на выносливость» и, в то же время, остается низкой популярность теста «на гибкость», у девушек же, – наоборот.

Замечено, что потенциальные участники начальных ступеней ГТО стремятся к тем тестам, по которым они, по их мнению, добьются лучшего результата.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Полученные в ходе испытания данные свидетельствуют:

- о целесообразности планирования испытаний ГТО и формирования соответствующих судейских бригад в соответствии с выявленными приоритетами;
- о том, что ряд наиболее популярных у конкретной категории населения испытаний целесообразно рекомендовать разработчикам нормативно-тестирующей части ВФСК ГТО в качестве альтернативных тестов;

- о целесообразности увеличения материально-технической базы, необходимой для проведения испытаний по плаванию (плавательные бассейны) и стрельбе (стрелковые тир);
- о необходимости преимущественной подготовки к проведению приоритетных для школьников видов испытаний.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аршинник, С.П. Кроссовая подготовка в программах физического воспитания школьников Кубани / С.П. Аршинник, Ю.Г. Зайцев, В.И. Тхорев // *Физическая культура, спорт – наука и практика*. – 2007. – № 1-4. – С. 76-79.
2. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов общеобразовательной школы: программы общеобразовательных учреждений / В.И. Лях, А.А. Зданевич. – М. : Просвещение, 2011. – 128 с.
3. Лях, В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы : пособие для учителей общеобразовательных учреждений / В.И. Лях. – 2-е изд. – М. : Просвещение, 2012. – 64 с.
4. Проект новой редакции государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) [Электронный ресурс] // URL : <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/698/> (дата обращения 10.03.2017).
5. Уваров, В.А. Методология научного обоснования содержания видов испытаний и нормативных требований I-XI ступеней Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) / В.А. Уваров // *Вестник спортивной истории*. – 2016. – № 1 (3). – С. 57-79.

REFERENCES

1. Arshinnik, S.P., Zaytsev, Yu.G. and Tkhorev, V.I. (2007), "Cross preparation in programs of physical training of school students of Kuban", *Physical culture, sport – science and practice*, No. 1-4, pp. 76-79.
2. Lyakh, V.I. and Zdanovich, A.A. (2011), *Comprehensive program of physical training of pupils of 1-11 classes of comprehensive school: programs of educational institutions*, Education, Moscow.
3. Lyakh, V.I. (2012), *Physical culture. Working programs. Subject line of textbooks of V. I. Lyakh. 1-4 classes: grant for teachers of educational institutions*, Education, Moscow.
4. *Project of new edition of the state requirements of the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense"*, available at: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physical-culture/41/698/>.
5. Uvarov, V.A. (2016), "Methodology of scientific justification of maintenance of types of tests and standard requirements of the I-XI steps of the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense"", *Messenger of sports history*, No. 1 (3), pp. 57-79.

Контактная информация: arshinnik_fk@mail.ru

Статья поступила в редакцию 15.05.2017

УДК 796.853.26

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ СУЩЕСТВУЮЩИХ СХЕМ И СПОСОБОВ МАНЕВРИРОВАНИЯ В КИОКУСИНКАЙ

Константин Владимирович Белый, главный тренер,

Спортивный клуб «Бусидо», Москва,

Олег Георгиевич Эпов, кандидат педагогических наук, профессор,

заведующий лабораторией,

Российский государственный университет физической культуры, спорта, молодёжи и туризма (ГЦОЛИФК), Москва

Аннотация

В работе проведен структурный анализ и систематизация существующих схем и способов маневрирования в киокусинкай на основе анализа научно-методической литературы киокусинкай и