

УДК 373:796.032/.011:303.442(470.46)

КАЧЕСТВЕННЫЙ АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ ИСПЫТАНИЙ РЕГИОНАЛЬНОГО ЭТАПА ВСЕРОССИЙСКОЙ ОЛИМПИАДЫ ШКОЛЬНИКОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Гладенкова В.П., Жмыхова А.Ю., Шишкина Ю.П., Лобанова Ю.О.

ФГБОУ ВО «Астраханский государственный технический университет», Астрахань, e-mail: victoriagl@mail.ru

Проведен качественный анализ выполнения практических испытаний по гимнастике и баскетболу учащихся 9–11-х классов средней (полной) школы: отдельно для юношей и девушек в своих возрастных группах. Анализ полученных данных показал слабый уровень прыжковой подготовки школьников, это выражается в трудности выполнения упражнений. Основными ошибками выполнения элементов гимнастики, как у юношей, так и у девушек явились недостаточная высота полетной фазы прыжков, искажение рабочей осанки, отсутствие слитности и неоправданные задержки и паузы между элементами. Наименее распространенными явились ошибки приземления и недостаточной фиксации статических элементов. Наибольший процент допущенных ошибок у юношей и девушек в практических заданиях по баскетболу был выявлен непопаданием мяча в кольцо и нарушение правил в технике ведения мяча. Для улучшения результатов выполнения практических испытаний школьниками составлены методические рекомендации.

Ключевые слова: качественный анализ, практические испытания, учащиеся 9–11-х классов.

QUALITATIVE ANALYSIS OF THE RESULTS OF THE PRACTICAL TESTS OF THE REGIONAL STAGE OF THE ALL-RUSSIAN OLYMPIAD OF SCHOOLCHILDREN ON PHYSICAL TRAINING IN ASTRAKHAN REGION

Gladenkova V.P., Zhmykhova A.Yu., Shishkina Yu.P., Lobanova Yu.O.

FSBEI HE "Astrakhan State Technical University", Astrakhan, e-mail: victoriagl@mail.ru

A qualitative analysis of the performance of practical tests in gymnastics and basketball for pupils of 9-11th grades of the middle (full) school was conducted: separately for boys and girls in their age groups. The analysis of the obtained data showed a weak level of jumping preparation of schoolchildren, this is expressed in the difficulty of performing exercises. The main errors in the performance of the elements of gymnastics, both in boys and girls, were insufficient height of the flight phase of jumps, distortion of the working posture, lack of fusion, and unjustified delays and pauses between elements. The most common errors were landing and insufficient fixation of static elements. The highest percentage of mistakes committed by boys and girls in practical basketball tasks was revealed by the ball's failure to enter the ring and violation of the rules in the technique of the ball. To improve the results of practical tests of the schoolchildren the methodical recommendations were made.

Keywords: qualitative analysis, practical tests, pupils of the 9th–11th grades.

В России развитию физической культуры и спорта придается очень большое значение. Именно физическая культура способна воспитать гармонически развитую личность и подготовить детей к практической жизни.

К сожалению, подрастающее поколение не всегда понимает важность и значимость физической культуры. Существует немало способов вызвать у детей интерес к дисциплине. Преимущественно это игровые методы или методы соревновательного плана. Для ребенка важно стать лучшим, первым. Именно таким мероприятием может стать олимпиада по физической культуре. А если она выходит за пределы школы, города, области, то является поистине глобальным событием для учащихся средних общеобразовательных школ. В этом

крупномасштабном событии принимают участие ученики, наиболее разносторонне развитые физически и интеллектуально.

Направленность олимпиады проявляется, прежде всего, во всестороннем развитии личности школьника. При регулярном выполнении физических упражнений происходит развитие мышечной памяти, а это способствует сохранению двигательного потенциала до глубокой старости. С помощью варьирования и поэтапного усложнения практических испытаний от этапа к этапу школьники вовлекаются в регулярные самостоятельные занятия физическими упражнениями. Это способствует также повышению качества преподавания предмета «Физическая культура» в школе [1].

Олимпиада по физической культуре решает следующие задачи:

- выработать у школьников потребность в постоянном физическом самосовершенствовании;
- расширять теоретические знания по физической культуре;
- пропагандировать здоровый образ жизни с целью профилактики и устранения вредных привычек;
- выявлять и поощрять наиболее подготовленных школьников, а также учителей физической культуры и руководителей образовательных учреждений, добившихся высоких результатов в развитии физической культуры [2].

Региональный этап Всероссийской олимпиады школьников по предмету «Физическая культура» – это конкурсное испытание учащихся 9–11-х классов средней (полной) школы: отдельно для юношей и девушек в своих возрастных группах.

Конкурсное испытание состоит из заданий теоретико-методического и практического характера [3,4]. Задания олимпиады составляются на основе примерных основных общеобразовательных программ основного общего и среднего (полного) общего образования.

Победителем олимпиады может стать всесторонне развитый физически и интеллектуально школьник, который продемонстрировал свои знания и умения в области физической культуры.

Цель исследования состояла в проведении качественного анализа выполнения практических испытаний по гимнастике и баскетболу и составлении методических рекомендаций для уменьшения ошибок выполнения отдельных элементов.

Методы и организация исследования. Исследования проводились на базе Астраханского государственного технического университета в 2016–2017 учебном году в рамках регионального этапа Всероссийской олимпиады по предмету «Физическая культура» по разделам: гимнастика и баскетбол. В них приняло участие 79 юношей и 60 девушек 9–11-

х классов.

Теоретико-методическое испытание заключалось в ответах на тестовые вопросы.

Практические испытания заключались преимущественно в выполнении упражнений базовой части школьной примерной программы по курсу «Физическая культура». Олимпиадные задания состоят из набора технических приемов, характерных виду спорта, по которому проводится испытание [5].

В гимнастической дисциплине участники выполняли акробатическую комбинацию, которая оценивалась по двум параметрам: трудность исполнения и качество исполнения.

Критерий и методика оценки выполнения заданий были разработаны специально Центральной предметно-методической комиссией олимпиады. Максимально возможная оценка, как у юношей, так и у девушек составляла 20,0 баллов. За каждое неисполненное упражнение снималась «стоимость» этого упражнения (в баллах).

Оценка качества выполнения практического задания по баскетболу складывалась из двух параметров: времени, затраченного школьником на выполнение всего конкурсного испытания, и штрафного времени (за нарушения техники выполнения отдельных приемов).

Результаты и их обсуждение. Анализ полученных данных показал слабый уровень прыжковой подготовки школьников. Эти упражнения вызвали трудность у школьников (табл. 1, 2).

Таблица 1

Основные ошибки выполнения элементов гимнастики (юноши)

№ п/п	Ошибки выполнения	Сбавки в %
1.	Недостаточная высота полетной фазы прыжков, искажение рабочей осанки	38
2.	Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами	26
3.	Сильное искажение обязательного элемента	19
4.	Недостаточная фиксация статических элементов	9
5.	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом	8

Таблица 2

Основные ошибки выполнения элементов гимнастики (девушки)

№ п/п	Ошибки выполнения	Сбавки в %
1.	Отсутствие слитности, неоправданные задержки и паузы между элементами	31
2.	Недостаточная высота полетной фазы прыжков, искажение рабочей осанки	27
3.	Сильное искажение обязательного элемента	16
4.	Ошибки приземления при завершении элемента или упражнения в целом	14

	целом	
5.	Недостаточная фиксация статических элементов	12

Юноши и девушки допускают одинаковые ошибки. Разница заключается только в их количестве. Основной причиной выявленных ошибок служит недостаток развития мышечной памяти.

Самыми распространенными ошибками были ошибки приземления и недостаточной фиксации статических элементов. Чтобы избежать их, необходимо иметь хорошую мышечную систему.

Больше всего ошибок в практических заданиях по баскетболу связано с непопаданием мяча в кольцо (табл. 3,4).

Таблица 3

Основные ошибки выполнения практического задания по баскетболу (юноши)

№ п/п	Ошибки выполнения	Сбавки в %
1.	Непопадание мяча в кольцо	38
2.	Нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение)	17
3.	Выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения испытания)	16
4.	Обводка стойки не с той стороны	15
5.	Сбивание стойки и пропуск обводки одной из стоек	14

Таблица 4

Основные ошибки выполнения практического задания по баскетболу (девушки)

№ п/п	Ошибки выполнения	Сбавки в %
1.	Непопадание мяча в кольцо	27
2.	Нарушение правил в технике ведения мяча (пробежка, пронос мяча, двойное ведение)	25
3.	Обводка стойки не с той стороны	18
4.	Выполнение ведения не той рукой (оговаривается правилами выполнения испытания)	18
5.	Сбивание стойки и пропуск обводки одной из стоек	12

У девушек, в отличие от юношей, также распространенной явилась ошибка нарушения правил техники ведения мяча.

Умение точно бросить мяч в корзину зависит от многих факторов: глазомера, технических навыков, силы основных мышечных групп, умения хорошо координировать свои движения. Существенную роль играют и психологические факторы: нервозность, недостаток решимости, торопливость и т.п. Девушки более эмоциональны, чем юноши,

поэтому этот фактор очень сказывался в умении точно бросить мяч в корзину.

Среди остальных ошибок, которые были допущены участниками олимпиады, явилось недостаточное разнообразие условий применения того или иного приема, который стимулирует формирование и совершенствование способов его выполнения.

Результаты выступлений юношей и девушек по двум видам практических испытаний представлены в таблице 5.

Таблица 5

Итоговые результаты по практическим испытаниям школьников

	Юноши	Девушки
Зачетный балл по баскетболу	31,9±0,08	29,8±0,09
Зачетный балл по гимнастике	15,5±0,07	15,4±0,08
Итоговый балл	47,4±0,08	45,2±0,08

Как видим, у юношей зачетные и итоговые баллы выше, чем у девушек. Это объясняется более развитой мышечной системой у них.

Заключение. В процессе исследования было установлено, что зачетные баллы по всем видам испытаний у юношей выше. Они более выносливы, чем девушки, и более уверены в своих силах, проявляя при этом спокойствие, так необходимое на пути к победе.

Существенное влияние на правильное исполнение элементов гимнастики оказывает уровень прыжковой подготовки, а баскетбола – уровень координационных способностей. При организации уроков физической культуры эти факторы необходимо учитывать.

Гимнастика к тому же имеет определенные требования к развитию физических качеств. К примеру, в акробатической комбинации необходимо присутствие силы, гибкости и координации. Уровень развития этих качеств сказывается на выполнении гимнастических упражнений. В связи с этим школьниками были допущены грубые, средние и мелкие ошибки.

К грубым ошибкам было отнесено выполнение комбинаций без четкого начала или окончания. К средним ошибкам относилось невыполнение общей детали техники упражнения, значительное разведение ног и др. К мелким ошибкам относились ошибки, связанные с деталями техники.

Проанализировав результаты выступления школьников, можно предложить следующие рекомендации для более эффективной их подготовки к участию в олимпиаде на всех ее этапах и устранения некоторых ошибок:

1. При разучивании упражнений необходимо соблюдать гимнастический стиль их

выполнения.

2. При управлении поворотом на необходимый угол, необходимо добиваться должного угла поворота в упражнении.

3. При выполнении упражнений на равновесие надо добиваться устойчивости и правильного положения тела.

4. Для развития прыгучести необходимо вводить на уроки физической культуры как можно больше прыжковых упражнений. При этом ограничить высоту прыжков и научить детей мягче приземляться, так как у них выражен недостаточный уровень проявления мышечной силы нижних конечностей. Следует также обратить внимание на дозировку этих упражнений, так как вегетативные функции у детей отстают от развития моторики. В связи с учащением дыхания при прыжках, упражнения должны использоваться в правильном сочетании дыхания и двигательных действий.

5. Для развития точности броска в баскетболе на уроках по физической культуре необходимо использовать упражнения с мячом в эстафетах и подвижных играх.

6. Для поддержания психофизиологического состояния организма детей в пределах нормы необходимо грамотно сочетать упражнения высокой интенсивности со средней и низкой.

Список литературы

1. Чесноков Н.Н. Всероссийская олимпиада школьников по предмету «Физическая культура» – инновации в физическом воспитании / Н.Н. Чесноков, Д.А. Володькин // Известия ТулГУ. Гуманитарные науки. – 2014. – № 3. – С. 238-244.
2. Положение о районном этапе Всероссийской Олимпиады школьников по физкультуре цели и задачи [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zadocs.ru/sport/9639/index.html> (дата обращения: 30.08.2017).
3. Всероссийская олимпиада школьников по физической культуре в 2006 году / под общ. ред. Н.Н. Чеснокова. – М.: Академия повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников образования, 2006. – 104 с.
4. Лагутин А.Б. Гимнастика в вопросах и ответах: учебное пособие / А.Б. Лагутин, Г.М. Михалина. – М.: Физическая культура, 2010. – 144 с.
5. Чесноков Н.Н. Практические испытания на Всероссийской олимпиаде школьников по предмету «Физическая культура» / Н.Н. Чесноков, Д.А. Володькин. – М.: Физическая культура, 2016. – 43 с.