

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ МОНИТОРИНГ ГОТОВНОСТИ СЕЛЬСКИХ ШКОЛЬНИКОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМАТИВОВ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО

Вотякова Т.В.¹, Колокольцев М.М.²

¹МОУ ИРМО «Пивоваровская СОШ», Пивовариха, e-mail: t-votyakova@mail.ru;

²ФГБОУ ВПО «Иркутский национальный исследовательский технический университет», Иркутск, e-mail: mihm49@mail.ru

Приведены результаты педагогического мониторинга физической подготовленности 218 сельских школьников 3-4-х классов Иркутской области в возрасте 9-10 лет. Обследования школьников проводились 2 раза в год (сентябрь и май). Дана оценка их готовности к выполнению нормативных требований комплекса ВФСК ГТО II ступени. Установлено, что 48,1% мальчиков и 55,3% девочек 3-х классов, 42,0% мальчиков и 47,5% девочек 4-х классов имеют результаты ниже нормативов комплекса ГТО по тестам на развитие общей выносливости, силы, скоростно-силовой способности и ловкости. Для повышения физической подготовленности школьников младшей ступени следует внести коррективы в вариативную часть рабочей программы по предмету «Физическая культура», с включением беговых, скоростно-силовых, координационных упражнений на основе игровых и спортивных технологий.

Ключевые слова: сельские школьники, мониторинг, физическая подготовленность, комплекс ГТО.

PEDAGOGICAL MONITORING OF READINESS OF RURAL SCHOOLCHILDREN TO IMPLEMENTATION OF NORMATIVE STANDARDS OF THE ALL-RUSSIAN TRAINING AND SPORT COMPLEX OF TRP

Votyakova T.V.¹, Kolokoltsev M.M.²

¹MOU OF IRMA "Pivovarovskaya SOSH", Pivovarikha, 12, e-mail: t-votyakova@mail.ru;

²FGBOU VPO National research Irkutsk state technical university, Irkutsk, e-mail: mihm49@mail.ru

The results of pedagogical monitoring of physical preparedness of 218 rural schoolchildren of 3-4 classes of the Irkutsk region at the age of 9-10 years are, presented. The inspection of schoolboys they were carried out 2 time per year (September and May) The assessment of their readiness to fulfill the regulatory requirements of the complex of the WFSK TRU of the II stage is, given. It was found that 48.1% of boys and 55.3% of girls of the 3rd grade, 42.0% of boys and 47.5% of girls in the 4th grade have results below the standards of the TRP complex in tests for the development of general endurance, strength, -power and agility. To improve the physical preparedness of schoolchildren of the lower level, it is necessary to make corrections to the variable part of the work program on the subject "Physical Culture", including cross-country, speed-strength, coordination exercises based on gaming and sports technologies.

Keywords: rural schoolchildren, monitoring, physical readiness, TRP complex.

Стратегической линией государства на укрепление здоровья населения России является внедрение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО практически во всех возрастных группах граждан страны. По мнению разработчиков, этот документ позволит активизировать мотивацию населения к регулярным занятиям физической культурой и спортом, позволит сохранить и укрепить здоровье различных возрастных групп россиян, увеличит продолжительность жизни. Поэтому изучение физической подготовленности, как маркера двигательной активности, является актуальным.

О низких характеристиках показателей соматического, физического и психического здоровья подрастающего поколения России сообщают [1; 2]. Причинами этого являются высокая умственная нагрузка на организм детей и подростков [3; 4], гиподинамия [5],

снижение мотивации к занятиям физической культурой [6], распространение социально негативных явлений в молодежной среде [7].

Выполнить тестовые двигательные задания учебной программы физического воспитания учащихся общеобразовательных учреждений могут только 36,2% мальчиков и 31,2% девочек [8]. По мнению авторов, отмечается негативная динамика результативности выполнения двигательных тестов учащимися к моменту окончания средней школы. Это подтверждается другими наблюдениями за физическим здоровьем школьников, проведенными в различных регионах Российской Федерации [9-11]. Улучшить состояние физического здоровья детей и подростков помогут рекомендации по итогам мониторинговых наблюдений за развитием двигательных качеств школьников [12-13].

Наблюдения за физической подготовленностью школьников Иркутской области проводились без анализа их готовности к сдаче норм Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО [14]. В этой связи актуальным является изучение готовности сельских школьников к выполнению нормативов ВФСК ГТО.

Цель исследования: изучить физическую подготовленность учащихся 3-4-х классов сельской школы и дать характеристику их готовности к выполнению нормативных требований комплекса ГТО II ступени.

Материал и организация исследования

Работа проводилась на базе сельской средней общеобразовательной школы МОУ ИРМО «Пивоваровская СОШ» Иркутской области в 2015-2016 учебном году. Всего под наблюдением находилось 218 школьников в возрасте 9-10 лет, из них 110 учащихся 3-х классов (мальчиков $n=52$, девочек $n=58$) и 108 учащихся 4-х классов (мальчиков $n=50$, девочек $n=58$). В течение учебного года проведено предварительное двукратное (сентябрь и май) тестирование физической подготовленности учащихся.

Использовалась тестовая методика, представленная в комплексе ГТО (2014 г.) для II ступени: бег 60 м (с); бег 1000 м (м, с); подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики, кол-во раз), сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки, кол-во раз); прыжок в длину с места (см); наклон вперед с прямыми ногами до касания пола ладонями или пальцами рук (по 5-балльной шкале [8]); метание мяча (м).

Для оценки результатов тестирования физической подготовленности школьников использовалась методика, предложенная сотрудниками ФГБУ ФНЦ ВНИИФК В.А. Кабачковым с соавт. (2016) [8]. Согласно этой методике, индивидуальная оценка физической подготовленности проводится как в качественной оценке, так и в баллах и процентах от его должного возрастно-полового уровня, принимаемого за 100%.

Рассчитывались среднее арифметическое значение показателей (М),

среднеквадратичное отклонение (s) и стандартное отклонение (m). В работе использовались параметрические методы обработки материала. Оценку достоверности различий средних величин независимых выборок проводили с помощью t-критерия Стьюдента, с учетом нормального гауссовского распределения изучаемых количественных признаков во всех возрастных категориях обследуемых. Статистически значимыми считали различия между значениями показателей при уровне $p < 0,05$.

Результаты исследования и обсуждение

В таблице 1 представлены результаты тестирования школьников 3-4-х классов сельской общеобразовательной школы Иркутской области.

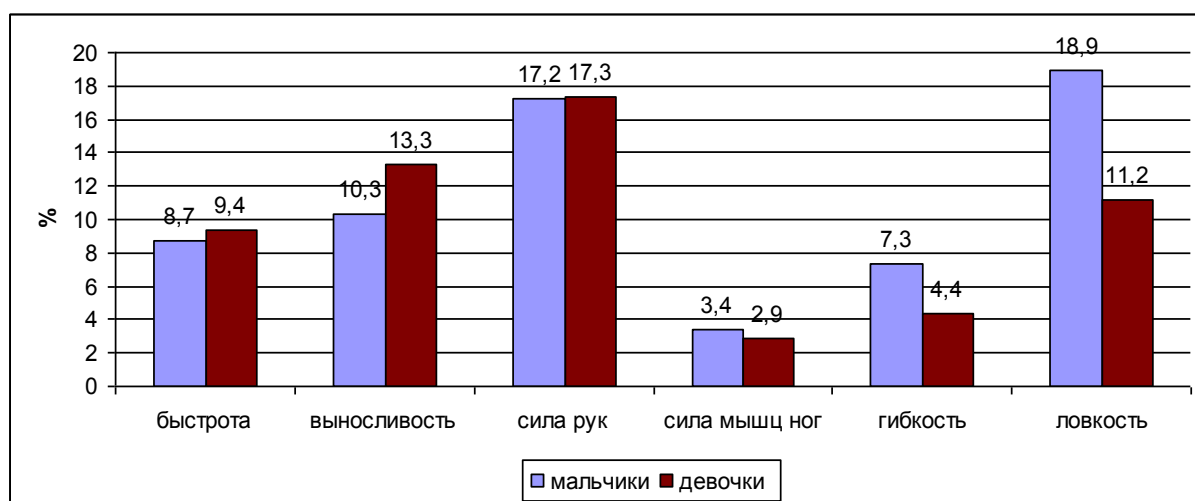
Таблица 1

Значения показателей физической подготовленности сельских школьников 3-4-х классов на начало и конец учебного года ($M \pm m$)

| Двигательные тесты | Классы | Среднее значение $\pm m$ | |
|--|--------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| | | Мальчики | Девочки |
| <i>Быстрота</i> | | | |
| Бег 60 м (с) | 3 класс (сентябрь) | 11,8 \pm 0,1 | 12,9 \pm 0,2 |
| | 3 класс (май) | 11,4 \pm 0,1 $p < 0,05$ | 12,3 \pm 0,2 $p < 0,05$ |
| | 4 класс (сентябрь) | 11,2 \pm 0,08 | 12,8 \pm 0,2 |
| | 4 класс (май) | 10,3 \pm 0,09 $p < 0,05$ | 11,7 \pm 0,1 $p < 0,05$ |
| <i>Выносливость</i> | | | |
| Бег на 1000 м (мин, с) | 3 класс (сентябрь) | 6,58 \pm 0,07 | 7,55 \pm 0,08 |
| | 3 класс (май) | 6,12 \pm 0,06 $p < 0,05$ | 7,32 \pm 0,07 $p < 0,05$ |
| | 4 класс (сентябрь) | 6,13 \pm 0,06 | 7,30 \pm 0,07 |
| | 4 класс (май) | 5,56 \pm 0,05 $p < 0,05$ | 6,44 \pm 0,06 $p < 0,05$ |
| <i>Сила</i> | | | |
| Подтягивание на высокой перекладине из виса (мальчики, кол-во раз) | 3 класс (сентябрь) | 1,9 \pm 0,02 | |
| | 3 класс (май) | 2,3 \pm 0,03 $p < 0,05$ | |
| | 4 класс (сентябрь) | 2,4 \pm 0,03 | |
| | 4 класс (май) | 2,9 \pm 0,04 $p < 0,05$ | |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девочки, кол-во раз) | 3 класс (сентябрь) | | 17,3 \pm 0,9 |
| | 3 класс (май) | | 19,7 \pm 1,1 $p < 0,05$ |
| | 4 класс (сентябрь) | | 20,2 \pm 1,2 |
| | 4 класс (май) | | 24,4 \pm 1,3 $p < 0,05$ |
| <i>Динамическая сила мышц нижних конечностей</i> | | | |
| Прыжок в длину с места (см) | 3 класс (сентябрь) | 124,8 \pm 2,1 | 120,3 \pm 2,1 |
| | 3 класс (май) | 135,1 \pm 2,4 $p < 0,05$ | 128,7 \pm 2,3 $p < 0,05$ |
| | 4 класс (сентябрь) | 136,7 \pm 2,5 | 132,8 \pm 2,4 |

| | | | |
|--|--------------------|---------------------|---------------------|
| | 4 класс (май) | 141,5±2,6 p<0,05 | 136,9±2,5 p<0,05 |
| <i>Гибкость</i> | | | |
| Наклон вперед с прямыми ногами (по 5-балльной шкале) | 3 класс (сентябрь) | 3,5±0,01 | 4,1±0,07 |
| | 3 класс (май) | 3,7±0,02 p<0,05 | 4,3±0,08 p<0,05 |
| | 4 класс (сентябрь) | 3,8±0,02 | 4,3±0,08 |
| | 4 класс (май) | 4,1±0,3 p<0,05 | 4,5±0,09 p<0,05 |
| <i>Ловкость</i> | | | |
| Метание мяча 150 г (м) | 3 класс (сентябрь) | 18,8±0,2 | 13,8±0,1 |
| | 3 класс (май) | 21,2±0,3 p<0,05 | 17,9±0,2 p<0,05 |
| | 4 класс (сентябрь) | 21,4±0,3 | 18,2±0,2 |
| | 4 класс (май) | 26,4±0,4 p<0,05 | 20,5±0,4 p<0,05 |

Как видно из таблицы 1, в конце учебного года значения показателей у мальчиков и девочек 3-х и 4-х классов во всех испытаниях достоверно выше, чем в начале года. При этом физическая подготовленность выпускников 4-х классов оказалась достоверно выше, чем школьников 3-х классов ($p<0,05$). Рисунок иллюстрирует прирост двигательных качеств мальчиков и девочек 4-х классов за период мониторинга (сентябрь – май).



Прирост двигательных качеств выпускников начальной школы (в %)

Как видно из рисунка, наибольший процент прироста установлен у мальчиков и девочек 4-х классов в силе мышц верхних конечностей (тест «Подтягивание» у мальчиков и тест «Сгибание и разгибание рук» у девочек), ловкости (тест «Метание мяча») и выносливости (тест «Бег 1000 метров»). Наименьший прирост зарегистрирован в быстроте (тест «Бег 60 м»), динамической силе мышц нижних конечностей (тест «Прыжок в длину с места») и гибкости (тест «Наклон вперед с прямыми ногами»).

Анализ результатов тестирования сельских школьников классов свидетельствует о

| | | | | | | | | | |
|--------------------------------|---|----|------|----|------|----|------|----|------|
| 1. Бег на 60 м | 3 | 10 | 19,2 | 12 | 23,1 | 15 | 28,8 | 15 | 28,8 |
| | 4 | 12 | 24,0 | 13 | 26,0 | 13 | 26,0 | 12 | 24,0 |
| 2. Бег на 1000 м | 3 | 3 | 9,6 | 7 | 13,3 | 8 | 15,3 | 32 | 61,5 |
| | 4 | 6 | 12,0 | 7 | 14,0 | 10 | 20,0 | 27 | 54,0 |
| 3. Подтягивание на перекладине | 3 | 4 | 7,7 | 7 | 13,5 | 10 | 19,3 | 31 | 59,6 |
| | 4 | 7 | 14,0 | 10 | 20,0 | 13 | 26,0 | 20 | 40,0 |
| 4. Прыжок в длину с места | 3 | 3 | 5,7 | 8 | 15,4 | 12 | 23,1 | 29 | 55,7 |
| | 4 | 8 | 16,0 | 12 | 24,0 | 14 | 28,0 | 16 | 30,7 |
| 5. Метание мяча на дальность | 3 | 5 | 9,6 | 6 | 11,5 | 8 | 15,5 | 33 | 63,4 |
| | 4 | 5 | 10,0 | 7 | 14,0 | 9 | 18,0 | 29 | 58,0 |

Как видно из таблицы 3, число мальчиков 3-х классов, которые справились с выполнением нормативов комплекса ГТО в тесте № 1, составило 37 человек (71,1%), в тесте № 2 – 18 (34,9%), в тесте № 3 – 21 (40,4%) учащихся, в тесте № 4 – 23 (44,2%), в тесте № 5 – 19 (36,5%).

Таблица 4

Результаты выполнения девочками 3-4-х классов нормативов комплекса ГТО II ступени в конце учебного года

| Тесты | Классы | Учащиеся 3-х (n=58) и 4-х классов (n=58) | | | | | | | |
|--------------------------------------|--------|--|------|-------------------|------|------------------|------|--------------|------|
| | | Золотой значок | | Серебряный значок | | Бронзовый значок | | Не выполнено | |
| | | Абс. | % | Абс. | % | Абс. | % | Абс. | % |
| 1. Бег на 60 м | 3 | 8 | 13,8 | 12 | 20,7 | 18 | 31,0 | 20 | 34,4 |
| | 4 | 10 | 17,2 | 14 | 24,1 | 17 | 29,3 | 17 | 29,3 |
| 2. Бег на 1000 м | 3 | 3 | 5,1 | 6 | 10,3 | 10 | 17,2 | 39 | 67,2 |
| | 4 | 5 | 8,6 | 9 | 15,5 | 12 | 20,7 | 32 | 55,1 |
| 3. Сгибание и разгибание рук в упоре | 3 | 4 | 6,9 | 7 | 12,1 | 12 | 20,6 | 35 | 60,3 |
| | 4 | 7 | 12,1 | 11 | 18,8 | 15 | 25,8 | 25 | 43,1 |
| 4. Прыжок в длину с места | 3 | 3 | 5,1 | 7 | 12,1 | 14 | 24,1 | 34 | 58,6 |
| | 4 | 5 | 8,6 | 8 | 13,8 | 16 | 27,5 | 29 | 50,0 |
| 5. Метание мяча на дальность | 3 | 5 | 8,6 | 7 | 12,1 | 10 | 17,2 | 36 | 62,1 |
| | 4 | 6 | 10,3 | 8 | 13,8 | 12 | 20,7 | 32 | 55,1 |

Среди девочек 3-х классов (табл. 4) выполнили нормативы комплекса ГТО в тесте № 1 - 38 (65,5%) школьниц, в тесте № 2 – 19 (32,7%), в тесте № 3 - 23 (39,6%), в тесте № 4 – 24 (41,3%), в тесте № 5 – 22 (37,9%).

Во всех испытаниях установлено увеличение числа учеников 4-х классов, готовых к выполнению нормативов комплекса ГТО. В этой группе зарегистрировано наибольшее число учеников, которые могут выполнить тест на быстроту «Бег на 60 метров» (76,0% мальчиков и 70,7% девочек). Трудными для выполнения оказались тесты на общую выносливость, скоростно-силовую выносливость, силу и ловкость. Из выпускников 4-х классов в беге на

1000 м не справились с нормативами 46,0% мальчиков и 44,9% девочек. Аналогичную ситуацию по состоянию общей выносливости учащихся 4-х классов описывают Т.Н. Иглик с соавт. [5] в г. Комсомольск-на-Амуре. По их данным, у школьников таких уровней развития выносливости, как «выше среднего» и «высокий», не зарегистрировано, что свидетельствует о недостаточной развитости у обучающихся общей выносливости.

В тесте на силу мышц верхних конечностей («Подтягивание на высокой перекладине») не справились с нормативными требованиями 40,0% мальчиков и в тесте «Сгибание и разгибание рук в упоре» 43,1% девочек 4-х классов. Наши данные о силовых качествах сельских школьников Иркутской области отличны от результатов, полученных на Дальнем Востоке [5], где 73,68% мальчиков имеют высокий уровень развития силы.

К окончанию четвертого класса не выполнили нормативы комплекса ГТО в тесте на развитие скоростно-силовых качеств 30,7% мальчиков и 50,0% девочек.

Низкие показатели отмечены в тестах, характеризующих ловкость иркутских школьников. Среди мальчиков и девочек - выпускников 4-х классов, на золотой значок смогли сдать менее 10% тестируемых. Число не сдавших нормативы комплекса ГТО в метании мяча составило среди мальчиков 4-х классов 58,0%, девочек 55,1%.

Выводы

1. По результатам предварительного тестирования сельских школьников Иркутской области 9-10 лет отмечено, что 48,1% мальчиков и 55,3% девочек 3-х классов, 42,0% мальчиков и 47,5% девочек 4-х классов не готовы к выполнению нормативов комплекса ВФСК ГТО. Наибольшие трудности в выполнении двигательных качеств у учеников 3-4-х классов вызывают испытания на развитие общей выносливости, силы, скоростно-силовой способности и ловкости.

2. Для повышения физической кондиции сельских школьников младшей ступени следует внести изменения в вариативную часть рабочей программы по предмету «Физическая культура», где преобладающими будут беговые, скоростно-силовые, координационные упражнения на основе игровых и спортивных технологий.

Список литературы

1. Бальсевич В.К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации (материалы к разработке национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 2006–2026 гг.) // Здоровье для всех. - 2010. - № 1. - С. 45-50.
2. Лубышева Л.И. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике: монография / Л.И. Лубышева, А.И. Заглевская, А.А. Передельский

- и др. – М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2017. - 200 с.
3. Муханова Н.В. Повышение двигательной активности школьников через мотивированную потребность в занятиях физической культурой / Н.В. Муханова, А.Н. Савчук // Вестник ТГПУ (TSPU Bulletin). - 2012. - 5 (120). - С. 171-174.
 4. Семенкова Т.Н. Факторы «риска», влияющие на здоровье обучающихся в процессе обучения / Т.Н. Семенкова, Н.Э. Касаткина, Э.М. Казин // Вестник КемГУ. - 2011. - № 2 (46). - С. 98-106.
 5. Инглик Т.Н. Изучение уровня физической подготовленности школьников начальных классов / Т.Н. Инглик, Н.М. Чернявская, Л.Б. Айбазова // Современные проблемы науки и образования. - 2016. - № 6. - URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=25594> (дата обращения: 24.10.2017).
 6. Черкасов В.В. Исследование физической подготовленности школьников выпускных классов на основе испытаний комплекса ГТО // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2017. - № 1 (143). - С. 215–218.
 7. Нурмиева А.А. Обоснование эффективности медико-социальной профилактики заболеваний органов пищеварения у школьников г. Казани / А.А. Нурмиева, Ф.В. Хузаханов // Современные проблемы науки и образования. - 2012. - № 4. - URL: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=6882> (дата обращения: 14.11.2017).
 8. 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.
 9. Блинков С.Н. Исследование физической подготовленности сельских и городских школьниц 7-17 лет Ульяновской области / С.Н. Блинков, С.П. Левушкин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. - 2015. - № 8 (126). - С. 16–21.
 10. Фурсов А.В. Готовность выпускников образовательных школ г. Сургута к выполнению нормативов комплекса ГТО / А.В. Фурсов, Н.И. Синявский // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2015. - № 3. - С. 12-16.
 11. Шурыгина В.В. Физкультурно-оздоровительный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) с позиций формирования и укрепления здоровья школьников // Физкультура и спорт. - 2015. - № 4. - С. 12-15.
 12. Виноградов П.А. Деятельность Госкомспорта России по осуществлению мониторинга физического здоровья населения, физического развития детей, подростков, молодежи / П.А. Виноградов, Н.В. Паршикова, В.П. Моченов. - М., 2002. - С. 4-9.
 13. Пузырь Ю.П. Система регионального мониторинга в учреждениях образования

г. Москвы / Ю.П. Пузырь, В.А. Кабачков, А.Н. Тяпин // Вторая Международная конференция: Управление психомоторной деятельностью человека: тез. докл. - М., 2004. - С. 24-26.

14. Ефимова Н.В., Мыльникова И.В., Иванов А.Г. Оценка физической подготовленности учащихся Иркутской области (по данным мониторинга) // Фундаментальные исследования. - 2015. - № 7-4. - С. 675-678.