

С. А. Иванов

г. Гомель, УО «ГТУ им. Ф. Скорины»

**ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ И НЕПРЕРЫВНОСТЬ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ МОЛОДЕЖИ В СИСТЕМЕ
«ШКОЛА – ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ – ШКОЛА»**

В процессе физического воспитания подрастающей молодежи для достижения цели решается одна из пяти задач в процессе формирования

физической культуры личности – развитие физических качеств и достижение оптимального уровня физической подготовленности, который косвенным образом отражает состояние здоровья.

Уровень физической подготовленности является одним из определяющих факторов, который обеспечивает успешность обучения по специальности «Физическая культура». Поэтому так важно уделять внимание вопросу оценки и анализа физической подготовленности абитуриентов по данной специальности.

В учреждениях общего среднего образования для контроля за физической подготовленностью учащихся в начале и в конце учебного года проводится тестирование уровня развития физических качеств с использованием батареи тестов.

Аналогичные тесты используются и при поступлении на специальность 1-03 02 01 «Физическая культура» в процессе выполнения нормативных требований спортивного многоборья внутреннего экзамена по предмету «Физическая культура» в УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

Вступительные испытания проводятся в практической форме в виде соревнований в течение двух дней подряд.

В 2015 г. в программе первого дня использовались следующие тесты: подтягивание в висе на высокой перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях (юноши) и поднимание туловища за 1 мин или поднимание и опускание прямых ног за 1 мин (девушки); наклон вперед из исходного положения «сидя на полу» или наклон вперед из исходного положения «стоя на гимнастической скамейке»; челночный бег 4×9 м или прыжки через короткую скакалку за 1 мин.

В программе второго дня: бег 100 м; метание мяча 150 г (девушки), метание гранаты 700 г (юноши); бег 1500 м (юноши) или 6-минутный бег, бег 1000 м (девушки) или 6-минутный бег.

Абитуриенты при подаче документов в приемную комиссию путем свободного выбора самостоятельно определяют контрольные упражнения из числа предложенных [1].

В 2016 г. произошли изменения. Использовалась следующая батарея тестов: в программе первого дня: плавание 50 м. В программе второго дня: прыжок в длину с места; подтягивание на перекладине (юноши), поднимание туловища за 1 минуту (девушки); челночный бег 4 x 9 м; бег 30 м [2].

Цель исследования: исследовать, определить и сравнить уровень физической подготовленности абитуриентов, поступавших на дневную форму обучения и выполнявших нормативные требования спортивного многоборья внутреннего экзамена «Физическая культура» в 2015 и 2016 гг. в УО «ГГУ им. Ф. Скорины».

Количество тестируемых абитуриентов в 2015 г. составило 112 человек (80 юношей и 32 девушки), в 2016 г. – 104 человека (73 юноши и 31 девушка).

Для решения цели были проанализированы протоколы вступительных испытаний экзамена «Физическая культура (выполнение нормативных требований спортивного многоборья)» за 2015 и 2016 гг. и определен уровень физической подготовленности абитуриентов по каждому физическому качеству и общей физической подготовленности. Результат каждого контрольного упражнения оценивался по десятибалльной шкале согласно критериев оценки контрольных упражнений. Для оценки общей физической подготовленности баллы, полученные абитуриентом в каждом из шести (в 2015 г.) и пяти (в 2016 г.) контрольных упражнений, суммировались для подсчета средней арифметической величины. По переводной таблице определялась итоговая отметка [1, 2].

Определялись также уровни физической подготовленности по десятибалльной системе. Низкий уровень соответствует 3 и 4 баллам, средний – 5–6, высокий – 7–8 и очень высокий соответственно 9–10 баллам.

Результаты исследования. В 2015 г. низкий уровень подготовленности продемонстрировали 5% девушек, средний – 26%, высокий – 40% и очень высокий – 29%. В 2016 г. были зафиксированы следующие данные: низкий уровень наблюдали у 9% тестируемых, средний уровень продемонстрировали 17% исследуемых, у 31% девушек физическая подготовленность на высоком уровне, и соответственно 43% продемонстрировали очень высокий уровень (рисунок 1).

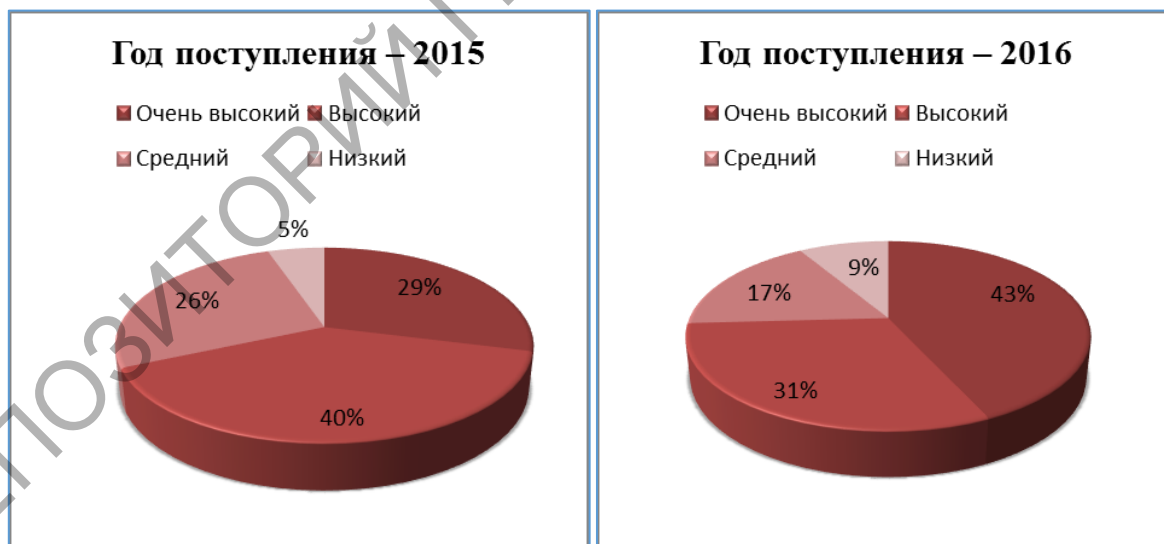


Рисунок 1 – Уровень физической подготовленности девушек

Исходя из этого можно утверждать, что уровень физической подготовленности девушек-абитуриентов 2015 г. поступления ниже, чем

у девушек, которые поступали в 2016 г. (если основываться на оценке очень высокого уровня, баллы 9–10). Однако, если за основу анализа мы возьмем высокий уровень подготовленности (это баллы 7–8), то здесь лучше показатели у девушек 2015 г. поступления (рисунок 1).

У юношей в 2015 г. низкий уровень подготовленности продемонстрировали всего 2% тестируемых, средний – 8%, высокий – 37% и очень высокий – 53%. В 2016 г. были зафиксированы следующие данные: низкий уровень наблюдали у 1% тестируемых, средний уровень продемонстрировали 14% исследуемых, у 41% юношей физическая подготовленность на высоком уровне, и соответственно 44% продемонстрировали очень высокий уровень (рисунок 2).

В результате, если мы исходим из анализа очень высокого уровня, то мы получаем следующее: уровень подготовленности юношей-абитуриентов 2015 г. поступления выше, чем юношей 2016 г. Но если в этой же логике будем исходить из высокого уровня подготовленности, то здесь выше показатели у юношей 2016 г. (рисунок 2).

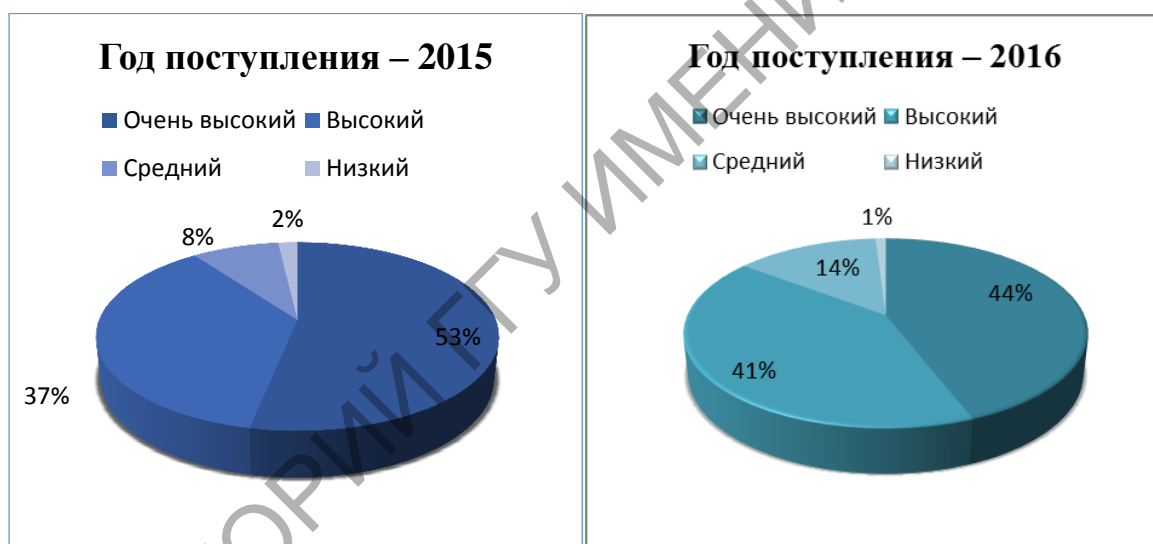


Рисунок 2 – Уровень физической подготовленности юношей

Выводы. Следует отметить, что уровень физической подготовленности абитуриентов, поступающих на специальность «Физическая культура» в УО «ГГУ имени Ф. Скорины» из года в год снижается. Казалось бы, что это противоречит результатам исследования. Противоречия здесь нет, потому, что и критерии оценки физической подготовленности из года в год снижаются. Учителям физической культуры и здоровья следует больше внимания уделять вопросу физической подготовленности школьников, особенно тех, кто решил избрать специальность «Физическая культура». В следствии этого преподаватели вузов по данной специальности больше

внимания смогут уделить методикам обучения и преподавания, а не будут заниматься тем, чем должна заниматься школа. Совместная деятельность специалистов в замкнутой системе «школа – факультет физической культуры – школа» будет способствовать устранению проблемы физической подготовленности и подготовке студентов – будущих учителей физической культуры и здоровья на более высоком уровне.

Литература

1. Программа вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура» для абитуриентов специальности 1-03 02 01 «Физическая культура». – Гомель : УО «ГГУ им. Ф. Скорины», 2015. – 15 с.
2. Программа вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура» для абитуриентов специальности 1-03 02 01 «Физическая культура». – Гомель : УО «ГГУ им. Ф. Скорины», 2016. – 16 с.