

Н. И. Синявский, д-р пед. наук, проф., **А. В. Фурсов**, канд. пед. наук, доц.
Сургутский государственный педагогический университет,
г. Сургут, Российская Федерация

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ 11-12 ЛЕТ ПО ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ НОРМАТИВАМ КОМПЛЕКСА ГТО

Комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО) - это программно-нормативная основа физической подготовки учащейся молодежи Российской Федерации, а также направлен на повышение интереса детей школьного возраста к развитию своих двигательных способностей и сравнению трех уровней трудности (золотой, серебряный, бронзовый знак) [3,4,5].

Как правило, III ступень (11-12 лет) соответствует возрасту 5-го класса, а также затрагивает диапазон 6-го класса. Обязательные испытания III ступени (бег на 60, 1, 5 или 2 км, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, подтягивания из виса на высокой перекладине или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, наклон вперед из положения стоя на полу) комплекса ГТО.

На кафедре теории и методики физического воспитания Сургутского государственного педагогического университета разработан автоматизированный интернет-сервис программно-методического сопровождения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Интернет-сервис позволяет не только получить информацию для выявления участников, результат которых соответствует или не соответствует золотому, серебряному или бронзовому значку, но и сгенерировать подробный анализ о равномерности развития двигательных способностей (кондиционный профиль) каждого участника [2].

Полученные данные по нормативам Комплекса ГТО были обработаны при помощи интернет-сервиса www.rosinwebc.ru [1].

Выборка результатов тестирования составила 1367 учащихся, из мальчиков - 686, девочек - 681 принявших участие добровольно в выполнении нормативов Комплекса ГТО по программе III ступени.

Представленные результаты на рис.1 позволили получить информацию о выполнении тестов соответствующих нормативов III ступени Комплекса ГТО.

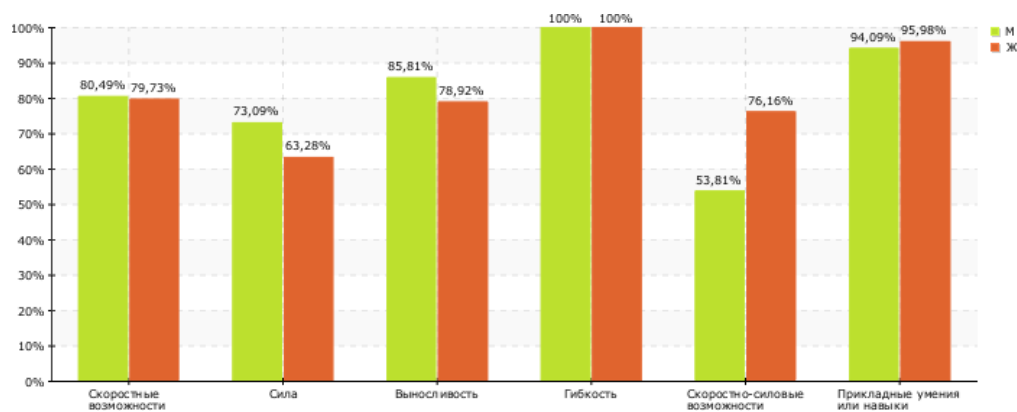


Рисунок 1 – Результаты мониторинга физической подготовленности учащихся V ступени комплекса ГТО (11-12 лет)

При тестировании скоростных способностей (бег 60 м.) нормы золотого знака отличия выполнили у мальчиков 30,8% или 139 испытуемых), у девочек 31,0% или 136 испытуемых. С испытаниями на серебряный значок справились 42,6% или 192 мальчика. У девочек на серебряный знак отличия справились 40,1% или 176 испытуемых. На бронзовый значок справились 7,1% или 32 мальчика и 8,8% или 38 девочек. Количество не выполнивших данный норматив комплекса ГТО составило 88 мальчиков соответственно 19,5% и 89 девочек или 20,3%.

В тесте силовых способностей (подтягивания из виса на высокой перекладине мальчики или девочки подтягивание из виса лежа на низкой перекладине) у мальчиков норматив золотого знака ГТО выполнили 159 участников, что соответствует 55,3%, выполнивших нормативы серебряного знака ГТО - 40 мальчиков или 11,3%. У девушек аналогичные нормативы золотого знака ГТО выполнили 115 участниц или 34,3% и нормативы серебряного знака ГТО 55 участниц соответственно 16,4%. Нормативам бронзового знака соответствовали 23 мальчика (6,5%) и 42 девочки (12,5%). В число не выполнивших нормы 95 мальчиков (26,9%) и 123 девочки соответственно 36,7%.

При выполнении испытания на выносливость нормы золотого знака отличия выполнили у мальчиков 30,8% или 139 испытуемых), у девочек 31,0% или 136 испытуемых. С испытаниями на серебряный значок справились 42,6% или 192 мальчика. У девочек на серебряный знак отличия справились 40,1% или 176 испытуемых. На бронзовый значок справились 7,1% или 32 мальчика и 8,8% или 38 девочек. Количество не выполнивших данный норматив комплекса ГТО составило 88 мальчиков соответственно 19,5% и 89 девочек или 20,3%.

В тесте, характеризующем гибкость (наклон вперед из положения стоя на полу) результаты у 316 мальчиков соответствовали 100%) и у 349 девочек (100%) соответствовали нормативу золотого значка.

В тесте, характеризующих скоростно-силовые способности, получены следующие результаты: 58 мальчиков (12,3%) и 66 девочек (14,6%) соответствовали нормативу золотого значка, 116 мальчиков (24,6%) и 114 девочек (25,2%) соответствовали нормативу серебряного значка, 80 мальчиков (17,0%) и 165 девочек (36,2%) соответствовали нормативу бронзового значка. Не выполнили норм комплекса ГТО 218 мальчиков (46,2%) и 108 девочек (23,8%).

В результате проведенного исследования, было установлено, что проблемные испытаниями в III ступени Комплекса ГТО у мальчиков так и у девочек являются силовые и скоростно-силовые способности. Поэтому в образовательную деятельность по предмету «Физическая культура» необходимо включить средства для подготовки к выполнению испытаний комплекса ГТО.

Литература

1. Синявский, Н.И. Применение онлайн-технологий в программно-методическом обеспечении Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО)/Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, А.А. Камартдинова, Н.Н. Герега //Уч. записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта». -2015. -№ 3(123). -С. 133-136.

2. Синявский, Н.И. On-line-технологии в системе подготовки школьников к выполнению нормативов Комплекса «Готов к труду и обороне». /Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, Иванов К.Г., Фокина О.С. // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2015. - № 6.- С 49-52.

3. Фурсов А.В. Оценка выполнения нормативов III ступени Комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися образовательных организаций/ Фурсов А.В., Синявский Н.И. Садыков Р.И // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2017. - № 2.- С 62-65.

4. Фурсов А.В. Результаты выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися II ступени образовательных организаций / Фурсов А.В., Синявский Н.И. Власов В.В.// Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 2016.-9 (139) - С.197-200.

5. Фурсов А.В. Результаты мониторинга выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) учащимися старших классов образовательных организаций/ Фурсов А.В., Синявский Н.И. // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта», 2016.-5 (135) - С.231-236.