

Федосеев Александр Михайлович,

аспирант,

Московская государственная академия физической культуры (МГАФК),

п. Малаховка, Московская область

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ 1-2 КЛАССОВ, СДАЮЩИХ ИСПЫТАНИЯ ВФСК «ГТО»

Следует отметить, что последнее десятилетие отмечено повышенным вниманием правительства, ученых, спортивных педагогов к состоянию здоровья населения. Особенно это относится к подрастающему поколению, где неудачно организованное дошкольное и школьное образование по физической культуре играет отрицательную роль, как в укреплении здоровья, так и в процессе массового досуга учащихся. Специалисты (Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев, 2001, А.Н. Тяпин, 2012) сходятся во мнении, что оценивать подготовленность учащихся необходимо с помощью педагогического контроля, как одного из факторов повышения эффективности управления учебным процессом физического воспитания. В настоящее время, активно вводится сдача новых нормативов комплекса готов к труду и обороне (далее ГТО). Впервые комплекс ГТО был введен в 1931 году по инициативе ВЛКСМ для повышения уровня физической подготовленности и мобилизационной готовности советского населения, в первую очередь – молодого поколения. В дальнейшем комплекс неоднократно дополнялся, совершенствовались как нормативы, так и его классификация. Новый комплекс ГТО отличается от Советского четкими возрастными ступенями, включающими в себя обязательные и дополнительные испытания, увеличивающие шанс получения золотого, серебряного и бронзового знаков [2, 4]. Предполагается, что прирост индивидуальных результатов позволит создать у школьников положительный психологический настрой и повысить мотивационную составляющую к достижению более высокого уровня физической подготовленности, достигающую за счет повышения баллов ЕГЭ.

В общей системе работы школ, как аспиранту, учителю по физической культуре начальных классов, мне всегда было интересно состояние физической подготовленности школьников. Изучение и анализ литературных источников, и обобщение передового опыта в работе способствовало постановлению цели - оценить подготовленность школьников к сдаче норм комплекса ГТО I-II ступени. Достижение цели осуществлялась выполнением задач (анализ литературных источников по тематике исследования, изучения медицинского архива школы, проведение мониторинга сдачи обязательных нормативов комплекса ГТО). Объектом исследования были учащиеся общеобразовательной школы (ЮВАО № 1366) в возрасте 6-10 лет, предметом исследования – обязательные испытания комплекса ГТО I-II ступени.

Перед приемом испытаний ознакомились с положением о Всероссийском физкультурно – спортивном комплексе ГТО [1], в котором указаны ступени ГТО, а так же ограничения приема нормативов у людей не подходящие по состоянию здоровья. Как правило, I ступень (6-8 лет) соответствует возрасту 1-

го класса, а II ступень (9-10 лет) затрагивает диапазон 2-го класса. Обязательные тесты I-II ступени (бег на 30, 60, 1000 м, челночный бег (3x10м), прыжок в длину с разбега или 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 с прямыми ногами на полу) комплекса ГТО одинаковы, за исключением требований к результатам – у II ступени они выше [3].

На основании результатов медицинского обследования дети в школах распределяются на пять групп. К 1-ой группе здоровья относятся дети, не имеющие отклонения, во 2-ой группе дети имеют риск развития хронических заболеваний, 3-ья группа здоровья характеризуется наличием патологий и в 4-ую, 5-ую группы здоровья (не допускаются к сдаче норм комплекса ГТО) попадают дети с тяжелыми пороками развития и сниженными функциональными возможностями. Анализ медицинского архива школы №1366 указывает, что в 1-ом классе уровень 2-ой группы здоровья равен 67%, 1-ой – 29%, 3-ьей – 9%. Во 2-ом классе показатели процентного соотношения лучше (это явление объяснимо меньшей численностью вторых классов): 1-ая – 42%, 2-ая – 34% и 3-ья группа здоровья – 4%. Проследив всю динамику групп здоровья, начиная с 1 по 11 классы, обнаружили ухудшения групп здоровья детей от начального к среднему и старшему звеньям. Так min процент детей со 2-ой (40,4%), 3-ьей (3,7%) группами здоровья зафиксирован в начальной школе, а max – у старшеклассников: 2-ая группа здоровья – 77,6% и 3-ья – 28,6%. Несмотря на то, что дети начальных классов являются одним из самых здоровых звеньев в школе, проведенный мониторинг физической подготовленности указывает на низкий процент сдачи норм комплекса ГТО на бронзовый, серебряный и золотой знаки. В I ступени в среднем со всеми обязательными испытаниями справилось 48,3 % учеников, войдя в диапазон знаков ГТО. Max процент не вошедших в диапазон знаков был у мальчиков в сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу – 82,35%. Почти все девочки справляются с силовым заданием (подтягивании из виса лежа на низкой перекладине) на 89%. С обязательными нормативами II ступени в среднем справляются 46,2% ученика. Также фиксируется высокий процент несдачи мальчиками отжиманий от пола – 66%, хотя этот показатель значительно улучшился по сравнению с I ступенью. В средних результатах на гибкость (наклоны вперед из положения стоя) в I ступени 27 % испытуемым удалось коснуться пола ладонью (золотой знак), 30% пальцами (серебряный знак) и 43% не сдали норматив. Показатель золотого знака II ступени увеличивается почти в 2 раза и достигает 49%, что не удивительно, учитывая то, что сдача норматива не усложняется по сравнению с I ступенью.

В данной статье представлены лишь некоторые полученные результаты мониторинга подготовленности детей, но и этих результатов хватает для заключения, что с переходом учеников в старший класс увеличивается не только учебная нагрузка, но и процентное соотношение 2-ой и 3-ьей групп здоровья. Способность детей 1-2 классов сдать обязательные испытания комплекса ГТО на золотой знак, как в I (5,14%) так и II (7,64%) ступени

небольшая. Таким образом, внедрение и реализация нормативов комплекса ГТО в общеобразовательных школах может послужить началом для благоприятного повышения общей физической подготовленности и улучшения здоровья населения.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО): документы и методические материалы / Н.В. Паришкова, В.В. Бабкин, П.А. Виноградов, В.А. Уваров / под общей ред. В.Л. Мутко; Министерство спорта Российской Федерации. – М.: Советский спорт, 2014. – 60 с.: ил.*
2. *Дунаев К.С., Федотов С.И. Научные труды международной научно-практической конференции ученых. – Москва-Луганск.: ЛНАУ, 2014. – 140 с.*
3. *Дунаев К.С., Федосеев А.М. Олимпийские игры и современное общество: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Малаховка: МГАФК, 2014. – 244 с.*
4. *Дунаев К.С., Федосеев А.М. Оздоровление нации средствами физической культуры и спорта: Материалы научно-практического форума / ФГБОУ ВПО ПГСГА. – Самара: Изд-во «Инсома-пресс», 2014. – 244 с.*