

Колмакова Эльвина Павловна

магистрант

БУ ВО «Сургутский государственный
педагогический университет»

г. Сургут, ХМАО – Югра

Лукащук Анастасия Андреевна

студентка

БУ ВО «Сургутский государственный университет»

г. Сургут, ХМАО – Югра

DOI 10.21661/r-461515

**ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ПРИ
ПОСТУПЛЕНИИ В ГРУППУ НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ ПО
СПОРТИВНОМУ ТУРИЗМУ НА ОСНОВЕ РЕЗУЛЬТАТОВ
ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА «ГТО»**

Аннотация: в статье рассматривается проблема развития кондиционных возможностей детей (10–11 лет) при поступлении в спортивную секцию по спортивному туризму на основе нормативных требований комплекса ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе.

Ключевые слова: физическая культура, спорт, комплекс ГТО, требования, спортивный туризм, двигательная активность.

Актуальность внедрения комплекса ВФСК ГТО в настоящее время очевидна. Без государственной системы тестирования физической подготовленности невозможно объективно управлять процессом физического воспитания населения. Именно этот факт лег в основу работы по возрождению комплекса ГТО, на который ложится задача развития всей системы физического воспитания в стране, поскольку он является программной и нормативной основой физического воспитания населения [1; 2].

В 2016 году в начале года производился набор детей 10–11 лет в секцию по спортивному туризму, в процессе набора детей мы провели тестирование по нормативным требованиям Комплекса ГТО.

Тестирование проводилось на базе спортивных комплексов МБУ «ЦСП «Сибирский легион», а также на лыжной базе «Снежинка». В тестировании приняли участие 31 детей 1 группа 16 мальчиков, 2 группа 15 мальчиков, III ступени (31 мальчик). Проведенный опрос родителей показал, что дети ранее не занимались двигательной активностью кроме уроков физической культуры и досуговой совместной деятельности родителей и детей (прогулки на лыжах, подвижные игры и утренняя гимнастика).

Таблица

Результаты выполнения нормативов ВФСК ГТО 3 ступени

детьми 10–11 лет (%)

	тесты	Пол	Группа	Кол. исп.	Без знака	Бронза	Серебро	Золото
1	Бег на 60 м.	М	К	n = 16	75	12,5	12,5	0
		М	Э	n = 15	100	0	0	0
2	Челночный бег 3*10	М	К	n = 16	81,25	0	12,5	6,25
		М	Э	n = 15	80,4	6,6	0	13
3	Подтягивание из виса на высокой перекладине	М	К	n = 16	87,5	6,25	0	6,25
		М	Э	n = 15	80	13,33	6,67	0
4	Сгибание разгибание в упоре лежа на полу	М	К	n = 16	43,75	12,5	18,75	25,00
		М	Э	n = 15	66,67	0	13,33	20
		Ж	К	n = 10	100	0	0	0
		Ж	Э	n = 11	100	0	0	0
5	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу	М	К	n = 16	62,5	0	0	37,5
		М	Э	n = 15	53,33	0	0	46,67
6	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	М	К	n = 16	56,25	31,25	12,5	0
		М	Э	n = 15	40	33,33	26,67	0
7	Туристский поход	М	К	n = 16	87,5	0	0	12,5
		М	Э	n = 15	86,67	0	0	13,33

Нормативы ВФСК ГТО выполнялись по следующим упражнениям: мальчики – бег на 60 м, челночный бег 3*10, подтягивание из виса на высокой перекладине, сгибание разгибание рук в упоре лежа, наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу, прыжок в длину с места толчком двумя ногами, туристский поход. Упражнения выполнялись согласно методическим указаниям к комплексу ГТО [3]. Для обработки и вычисления результатов исследования применяли методы вариационной статистики.

Результаты упражнений свидетельствуют, что группа мальчиков 1 и 2 спортсменов выполнили нормативы ГТО результаты невыполнения нормативов представлены рис. 1.

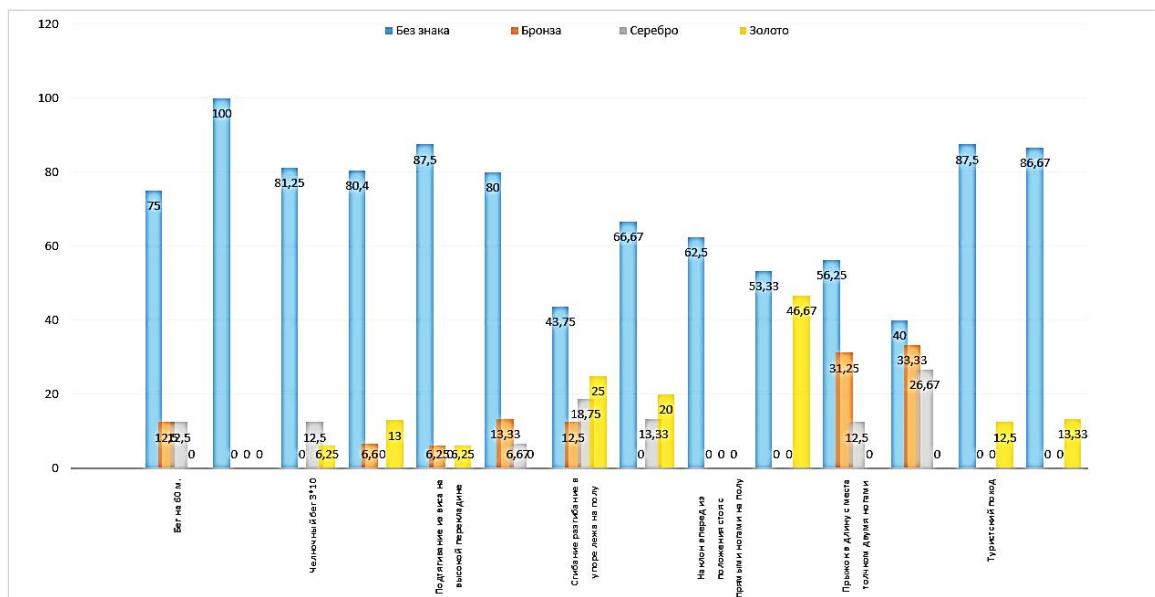


Рис. 1. Результаты сдачи норм ГТО
при поступлении в группу спортивного туризма

Данные свидетельствуют о малой двигательной активности детей 10–11 лет для учащихся, которые не справились с отдельными испытаниями необходимо разработать методические рекомендации, комплексы упражнений на развитие физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости [5].

Физическая подготовленность по результатам выполнения нормативов комплекса ГТО характеризуется средними показателями. В среднем из числа испытуемых нормативы комплекса ГТО на золотой, серебряный и бронзовый значок выполнили нормативы комплекса ГТО 3 человека и не справились – 23 человека.

Подавляющее большинство мальчиков приходящие в секции по различным видам спорта не в состоянии выполнить нормативы ГТО 2015 года с результативностью выше среднего. Наиболее высокие результаты показали при выполнении тестов, в которых требовалось проявление силовой выносливости.

Список литературы

1. Кабачков В.А. Оценка физической подготовленности учащейся молодежи и взрослого населения Российской Федерации по результатам выполнения нормативов комплекса «Готов к труду и защите Отечества» / В.А. Кабачков, Е.И. Перова, В.А. Куренцов // Проблемы совершенствования физического воспитания студентов: материалы международной научно-методической конференции. – М., 2012. – С. 57–59.
2. Концепция ВФСК [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.minsport.gov.ru/sport/physicalculture/fizra-papk/4384/> (дата обращения 30.01.2015).
3. Сборник нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы внедрения ВФСК «Готов к труду и обороне» ГТО в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре. – Ханты-Мансийск, 2015.
4. 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 // Научно-теоретический журнал «Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта». – 2015. – №3 (123). – С. 133–136.
5. Синявский, Н. И. Мониторинг физической подготовки школьников к выполнению нормативов комплекса «Готов к труду и обороне» с применением автоматизированной системы «АС ФСК ГТО» / Н.И. Синявский, А.В. Фурсов, К.Г. Иванов, О. В. Игнатов, М.А. Гусева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – 9 (127). – С. 178–181.