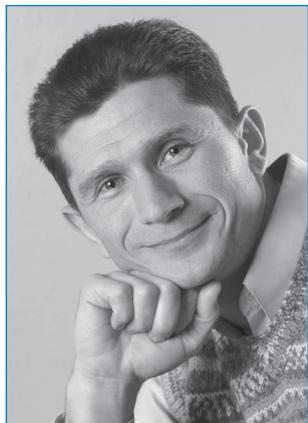


ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА НА ОСНОВЕ НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА ГТО

УДК/UDC 796.011.3

Поступила в редакцию 17.01.2019 г.



Информация для связи с автором:
voronkov@bsu.edu.ru

Кандидат педагогических наук, доцент **А.В. Воронков**¹
Кандидат педагогических наук, доцент **И.Н. Никулин**¹
Кандидат филологических наук, доцент **А.А. Колесников**¹
Д.Е. Никулина¹

¹ Белгородский государственный национальный исследовательский университет, Белгород

ACADEMIC PHYSICAL FITNESS RATING BY GTO COMPLEX TESTS

PhD, Associate Professor **A.V. Voronkov**¹

PhD, Associate Professor **I.N. Nikulin**¹

PhD, Associate Professor **A.A. Kolesnikov**¹

D.E. Nikulina¹

¹ Belgorod State National Research University, Belgorod

Аннотация

Представлен анализ физической подготовленности студентов факультета физической культуры Белгородского государственного национального исследовательского университета (НИУ «БелГУ») на основе нормативов комплекса ГТО.

В испытаниях комплекса ГТО приняли участие студенты факультета физической культуры педагогического института Белгородского государственного национального исследовательского университета в количестве 175 человек, из них 104 юноши и 71 девушка. При оценке физической подготовленности отдельно проводился анализ результативности выполнения испытаний студентами различных курсов, как среди юношей, так и среди девушек.

Проведенный анализ результатов тестирования студентов позволил сделать следующее заключение: около 30 % юношей и около 40 % девушек факультета физической культуры смогли выполнить нормативы комплекса ГТО на знак отличия, практически нет отличия в физической подготовленности между студентами разных курсов, наиболее сложным для студентов является испытание для определения выносливости (бег на 2 и 3 км), успешная сдача нормативов комплекса ГТО свидетельствует о высоком уровне физической подготовленности и разностороннем развитии физических качеств студентов факультета физической культуры.

Ключевые слова: комплекс ГТО, НИУ «БелГУ», физическая подготовленность студентов, студзачет.

Annotation

The given study was intended to test and analyze the Belgorod State National Research University students' physical fitness by the Russian Physical Culture and Sports "Ready for Labour and Defence" (GTO) Complex test standards. Sampled for the Russian Physical Culture and Sports "Ready for Labour and Defence" (GTO) Complex year- and gender-specific tests were the physical education Department students (n=175, including 104 males and 71 females). The test data analysis found the following: (1) About 30% and 40% of the male and female groups (respectively) were successful in the tests to qualify for a Russian Physical Culture and Sports "Ready for Labour and Defence" (GTO) Complex badge; (2) Physical fitness test rates were virtually year-unspecific; (3) Most difficult for the sample were the endurance-rating 2/3km race tests; (4) The relatively high success rate in the Russian Physical Culture and Sports "Ready for Labour and Defence" (GTO) Complex tests was indicative of the fairly good physical fitness and versatile physical development of the physical education Department students.

Keywords: Russian Physical Culture and Sports "Ready for Labour and Defence" (GTO) Complex, Belgorod State National Research University, students' physical fitness, academic progress.

Введение. Широкое внедрение комплекса ГТО в образовательных организациях способствует как выявлению уровня физической подготовленности обучающихся, так и созданию условий для регулярных и систематических занятий физической культурой, повышения целенаправленной двигательной активности и укрепления здоровья. Поэтому эффективное внедрение комплекса ГТО – одна из важнейших задач, стоящих перед административно-педагогическим коллективом любого учреждения высшего образования. Реализация комплекса в формате соревнований способствует большему вовлечению в эти мероприятия всех потенциальных участников.

Цель исследования – провести анализ результатов выполнения студентами испытаний комплекса ГТО на внутривузовском этапе.

Методика и организация исследования. В декабре 2018 г. состоялся первый Всероссийский фестиваль комплекса ГТО среди студентов в рамках реализации проекта

«От студзачета к знаку отличия ГТО». Проект реализовывался на трех уровнях: вузовском, региональном и всероссийском.

В испытаниях комплекса ГТО приняли участие студенты факультета физической культуры педагогического института Белгородского государственного национального исследовательского университета в количестве 175 человек, из них 104 юноши и 71 девушка. При оценке физической подготовленности отдельно проводился анализ результативности выполнения испытаний студентами различных курсов, как среди юношей, так и среди девушек.

Учитывая то обстоятельство, что комплекс ГТО предполагает обязательные испытания и испытания по выбору, мы предположили, что количество студентов, выполнивших обязательные нормативы на знак, будет соответствовать потенциальному количеству значкистов.

Из табл. 1 видно, что 28 % юношей факультета могут выполнить нормативы комплекса на знак отличия. Анализируя

показатели в разрезе каждого курса, тенденции к снижению уровня физической подготовленности к более старшим курсам не наблюдается. Отмечено резкое понижение показателей на 3-м курсе, а затем значительный рост на 4-м. По-видимому, это обусловлено индивидуальными особенностями обучающихся.

Количество девушек, потенциальных значкистов, составляет почти 40% (на 12% больше, чем юношей). Так же, как и у юношей, не обнаружено зависимости показателей физической подготовленности от курса (табл. 2).

Очевидно, что менее половины студентов факультета физической культуры способны выполнить нормативы комплекса ГТО на знак отличия. Учитывая, что на факультете обучаются наиболее физически подготовленные студенты, можно констатировать, что нормативы комплекса действительно имеют должный уровень сложности и наличие знака отличия позволяет говорить о высоком уровне физической подготовленности человека.

Результаты исследования и их обсуждение. Анализ выполнения отдельных обязательных испытаний комплекса ГТО показал, что с нормативами, соответствующими знаку отличия в испытаниях, предполагающих определение уровня развития скоростных способностей, успешно справились 94% юношей и 100% девушек.

Около 90% юношей и 80% девушек успешно справляются с выполнением нормативов в испытаниях для определения уровня развития силовых способностей. Очевидно, что выполнение силового норматива дается сложнее девушкам, чем юношам.

Оценка развития гибкости студентов в испытании «Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье» выявила, что 85% юношей и 93% девушек имеют достаточный уровень развития гибкости согласно требованиям комплекса ГТО.

Таким образом, можно отметить, что испытания комплекса ГТО для определения уровня развития скоростных способностей, силовых способностей и гибкости, как правило, не вызывают затруднений у большинства физически подготовленных студентов.

Очевидно, что наибольшую сложность вызывает выполнение испытаний для определения уровня развития выносливости. Анализ результатов в беге на 2 и 3 км показал, что данное испытание выбрали для выполнения наименьшее количество участников, у юношей – 78 человек (75% от участвующих в тестировании), а у девушек – 46 человек (65% от участвующих в тестировании). Количество студентов, выполнивших испытание на знак отличия, значительно меньше показателей в других испытаниях. Так, среди юношей выполнили на знак

Таблица 1. Количество юношей ФФК, выполнивших обязательные испытания на знак

Курс	Участвовало	Выполнили на знак	%
1-й	28	9	32,1
2-й	22	5	22,7
3-й	23	1	4,3
4-й	31	14	45,2
Всего	104	29	28

Таблица 2. Количество девушек ФФК, выполнивших обязательные испытания на знак

Курс	Участвовало	Выполнили на знак	%
1-й	20	7	35,0
2-й	16	6	37,5
3-й	18	6	33,3
4-й	17	9	52,9
Всего	71	28	39,4

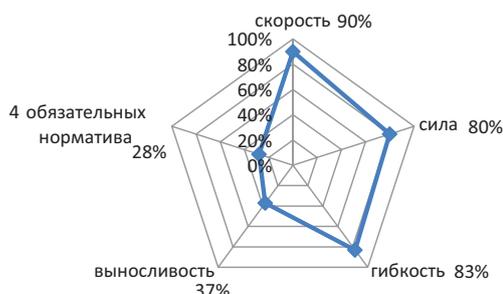


Рис. 1. Результативность выполнения обязательных испытаний комплекса ГТО юношами факультета физической культуры

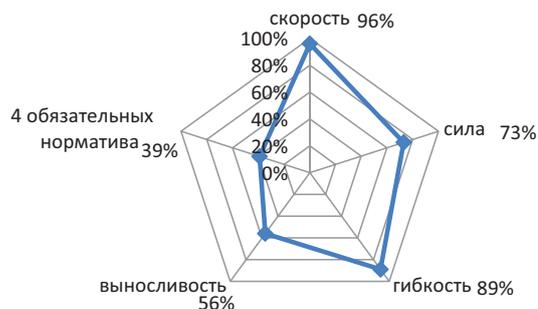


Рис. 2. Результативность выполнения обязательных испытаний комплекса ГТО девушками факультета физической культуры

норматив в беге на 3 км 49% от принявших участие, а среди девушек – 87% от принявших участие.

На рис. 1, 2 отражена результативность выполнения каждого из обязательных нормативов комплекса ГТО, а также результативность комплексного выполнения 4 обязательных нормативов.

Выводы. Проведенный анализ результатов тестирования студентов позволил сделать следующее заключение: около 30% юношей и около 40% девушек факультета физической культуры смогли выполнить нормативы комплекса ГТО на знак отличия, практически нет отличия в физической подготовленности между студентами разных курсов, наиболее сложным для студентов является испытание для определения выносливости (бег на 2 и 3 км), успешная сдача нормативов комплекса ГТО свидетельствует о высоком уровне физической подготовленности и разностороннем развитии физических качеств студентов факультета физической культуры.

Литература

- О физической культуре и спорте в Российской Федерации [Электронный ресурс]: Федер. закон от 04 декабря 2007 № 329-ФЗ (ред. от 29.07.2018) // Справочная правовая система «Консультант Плюс». – Режим доступа: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038
- Об утверждении государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) на 2018-2021 годы [Электронный ресурс] : Приказ Минспорта России от 19 июня 2017 № 542 // Федеральный портал «GTO.RU». – Режим доступа: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/596851c7b6aea.pdf>

References

- O fizicheskoj kulture i sporte v Rossijskoj Federatsii [Physical education and sports in the Russian Federation]. [Electronic resource]: Feder. law Dec 04 2007 # 329-FZ (as am. on 29.07.2018)]. Reference legal system "Consultant Plus". Available at: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_73038
- Ob utverzhdenii gosudarstvennyh trebovanij Vserossiyskogo fizkulturno-sportivnogo kompleksa «Gotov k trudu i oborone» (GTO) na 2018-2021 godyi [On the approval of state requirements of the Russian physical culture and sports complex "Ready for Labor and Defence" (GTO) for 2018-2021]. [Electronic resource] : Prikaz Minsporta Rossii ot 19 iyunya 2017 # 542 [Decree of the Ministry of Sport dated June 19 2017 #542]. Federal portal «GTO.RU». Available at: <https://www.gto.ru/files/uploads/documents/596851c7b6aea.pdf>