

УДК 796.01

В. К. Пельменев, Л. Ю. Барковская, О. Б. Томашевская

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ КАЛИНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ВОЗРАСТНЫМ ГРУППАМ

126

Проведен анализ мониторинга физической подготовленности учащихся общеобразовательных учреждений Калининградской области. Проанализированы показатели развития основных физических качеств учащихся по возрастным группам. Выявлены основные тенденции и различия в уровнях физической подготовленности и развития физических качеств. Проведено сравнение показателей по возрастным группам, отдельно среди мальчиков и девочек. Полученные результаты позволили наметить пути повышения уровня физической подготовленности учащихся.

This article analyzes the monitoring of physical fitness of students of Kaliningrad educational institutions. The authors examine the indicators of basic physical qualities of students by age groups. The main trends and differences in the levels of physical fitness and development of physical qualities are identified. Indicators are considered by age group, separately for boys and girls. The results obtained make it possible to make recommendations regarding improving physical fitness in students.

Ключевые слова: мониторинг, физическая подготовленность, физические качества, учащиеся.

Key words: monitoring, physical fitness, physical quality, students.

На современном этапе развития системы образования особо остро стоит вопрос модернизации школьного образования, и прежде всего это касается школьной физической культуры. Приоритетным направлением модернизации структуры и содержания общего образования является повышение эффективности и качества преподавания физической культуры в общеобразовательной школе. Уровень образовательного процесса во многом определяется показателями развития основных физических качеств и физической подготовленности учащихся. На сегодня это одни из важных показателей эффективности физического воспитания учащихся. Реализация целевой программы Калининградской области «Развитие образования на 2012–2016 годы» (п. 9, табл. 7), утвержденной постановлением Правительства Калининградской области от 11 октября 2011 г. №759. в соответствии с федеральным законом от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Рос-



сийской Федерации» (с изменениями и дополнениями), письмом Минобрнауки от 29.03.2010 г. №06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся», позволяет отследить показатели физической подготовленности школьников региона.

Для проверки уровня физической подготовленности учащихся общеобразовательных школ Калининградской области были использованы тесты, входящие в систему общероссийского мониторинга. Проверка проводилась в четырех группах (мальчики, юноши, девочки, девушки) по следующим тестам: «бег 30 м» (с); «бег 1000 м» (мин, с); «прыжок в длину с места» (см); для девочек и девушек – «поднимание туловища за 30 с» (количество раз); для мальчиков и юношей – «подтягивание на перекладине» (количество раз).

127

Анализируя результаты физической подготовленности учащихся по возрастным группам и отдельно среди девочек и мальчиков, можно проследить определенную закономерность в развитии основных физических качеств и физической подготовленности школьников Калининградской области (рис. 1).

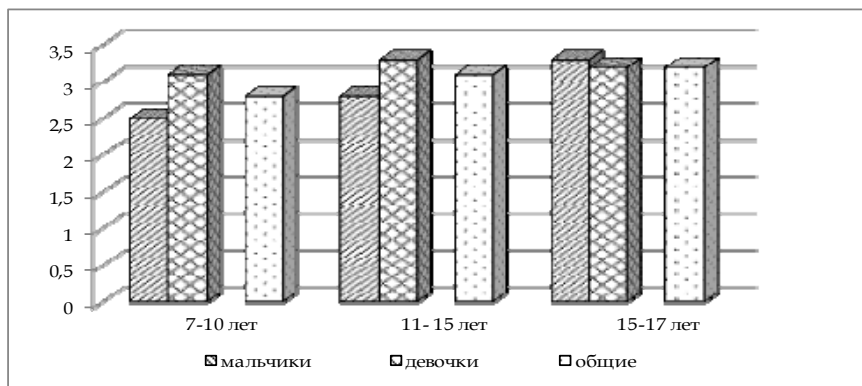


Рис. 1. Средний балл физической подготовленности мальчиков и девочек учащихся общеобразовательных школ Калининградской области (баллы)

Из диаграммы на рисунке 1 видно, что с переходом в следующую возрастную группу наблюдается рост средних показателей физической подготовленности учащихся, однако результаты девочек значительно выше, чем мальчиков. Увеличение показателей наблюдается и у мальчиков, но оно незначительно и не обеспечено целенаправленным развитием физических качеств у школьников в рамках уроков физической культуры. Данное увеличение в большей степени отражает биологический рост учащихся.

Уровень физической подготовленности мальчиков 7–10 лет составил 2,5 балла по трем тестам: «бег 30 м», «подтягивание», «прыжок в длину с места». Наиболее низкий показатель у мальчиков этой возрастной группы был в подтягивании (2,2 балла). Средние показатели развития быстроты составили 2,8 балла; результат, показанный учащимися в прыжке в длину с места, составил 3,1 балла.

Следует отметить, что более высокие результаты у девочек в основном обусловлены лучшим развитием у них силы мышц брюшного пресса, что было показано при выполнении теста переход из положения лежа в положение сидя (3,9 балла).

Показатели развития быстроты у девочек и мальчиков практически находятся на одном уровне – средняя оценка равна 2,7 балла. Наиболее высокий средний показатель у девочек 7–10 лет наблюдается также в тесте «прыжок в длину с места» – 3,4 балла (рис. 2, 3). Данный показатель отражает уровень развития скоростно-силовых качеств мышц ног.

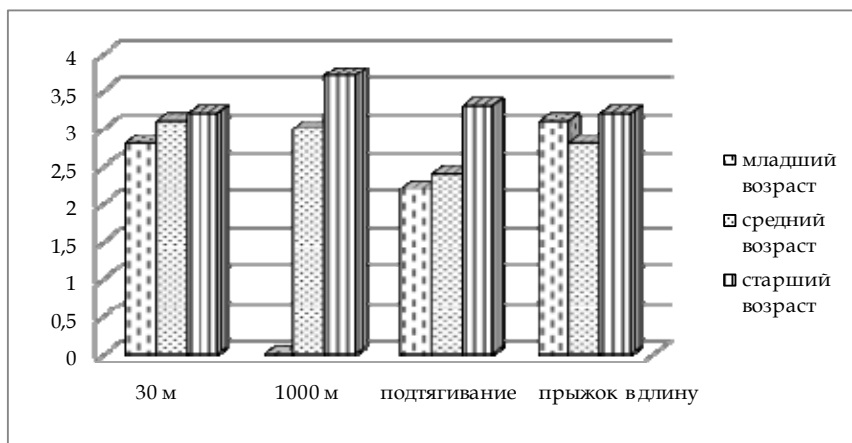


Рис. 2. Результаты физической подготовленности школьников (мальчиков) Калининградской области по возрастной педагогической периодизации

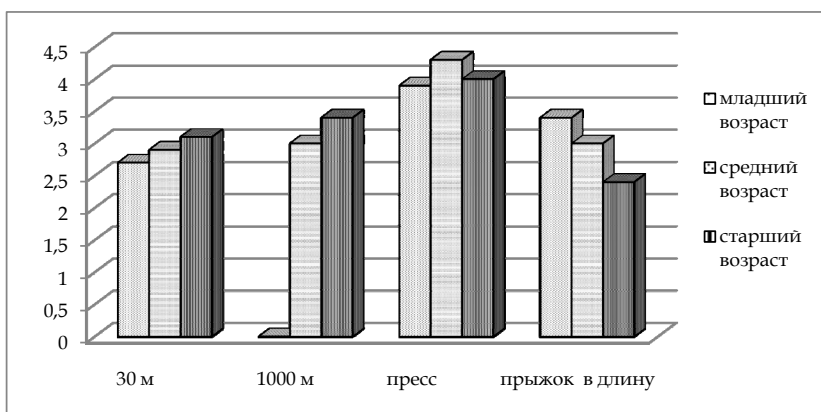


Рис. 3. Результаты физической подготовленности школьников (девочек) Калининградской области по возрастной педагогической периодизации

Среди мальчиков младшей возрастной группы, принимавших участие в мониторинге, 6,25 % показали низкий уровень физической подготовленности (1,8 балла); 14,7 % имели уровень развития физических



качеств ниже среднего (2,2 балла). Средний уровень (2,8 балла) физической подготовленности продемонстрировали 78,5 % мальчиков. Следует отметить, что максимально возможная оценка в среднем уровне составляет 3,5 балла. Всего 0,4 % мальчиков имеют показатель выше среднего (4,1 балла).

Нужно подчеркнуть, что средний балл физической подготовленности у девочек по сравнению с мальчиками данной возрастной группы оказался выше и составил 3,1 балла (рис. 4). При этом 34,0 % девочек имеют показатели физической подготовленности выше среднего (3,8 балла).

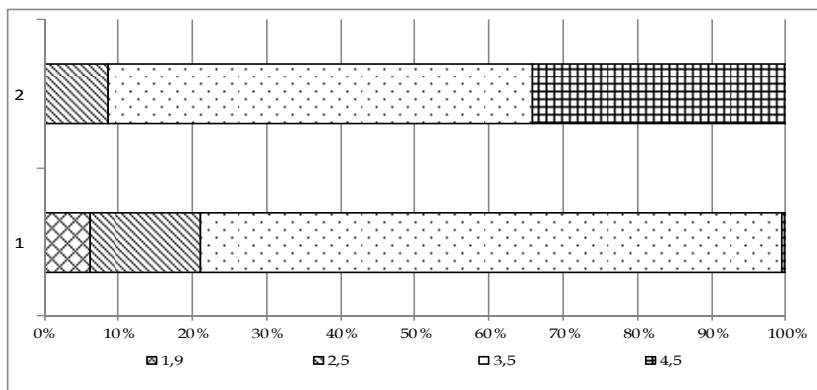


Рис. 4. Процентное соотношение уровней физической подготовленности мальчиков (1) и девочек (2) Муниципалитетов Калининградской области

Результаты тестирования выявили низкие показатели развития качества силы у мальчиков – 2,2 балла. Данный уровень подготовленности находится ниже средней отметки. Результаты, показанные мальчиками в остальных тестах, оказались незначительно выше: быстрота в беге на 30 м – 2,8 балла; развитие скоростно-силовых качеств – средняя оценка – 3,1 балла.

Основываясь на полученных данных, можно отметить равномерность развития качества быстроты и скоростно-силовых качеств как у мальчиков, так и у девочек. Результаты в беге на 30 м у девочек были 2,7 балла, у мальчиков – 2,8 балла; в прыжке в длину с места у девочек – 3,4 балла, у мальчиков – 3,1 балла. Данные показатели соответствуют среднему уровню развития.

Средние оценки физической подготовленности учащихся данной возрастной группы составили 2,8 балла, что характеризует средний уровень их физической подготовленности. Однако, анализируя отдельно результаты мальчиков и девочек, мы наблюдаем, что физическая подготовленность у мальчиков находится на отметке ниже среднего уровня (2,5 балла), в то время как у девочек она составляет 3,1 балла.

В возрастной группе учащихся от 11 до 15 лет средняя оценка физической подготовленности составила 3,1 балла, что позволяет говорить о среднем ее уровне. Следует отметить достаточно ровные результаты в



тестах «бег 30 м» — 3,0 балла; «бег 1000 м» — 3,0 балла; «пресс/подтягивание» — 3,3 балла. В тесте «прыжок в длину с места» результаты ниже (2,9 балла), но находятся в границе среднего уровня (рис. 5).

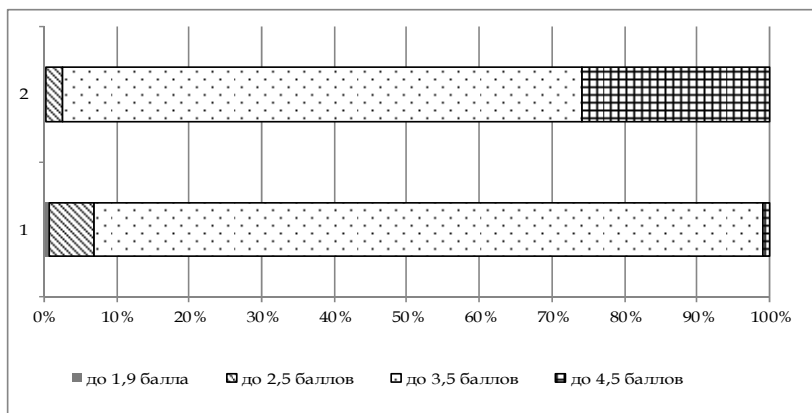


Рис. 5. Процентное соотношение в уровнях физической подготовленности мальчиков (1) и девочек (2) общеобразовательных учреждений Муниципалитетов Калининградской области (возрастной период 11 – 15 лет)

Однако при рассмотрении результатов выполнения тестов по отдельности у мальчиков и девочек можно отметить, что уровень физической подготовленности у девочек (3,3 балла) выше, чем у мальчиков (2,8 балла). Эти различия наблюдаются и в отдельных показателях. Как и в других возрастных группах, отмечается тенденция более высоких оценок развития качества силы у девочек: у них он выше среднего — 4,3 балла. Оценки быстроты и скоростно-силовых качеств у девочек в данной возрастной группе — 3,0 балла и 2,9 балла соответственно (из максимально возможных 3,5 балла).

Показатели физического качества силы у мальчиков более низкие — развитие силы ниже среднего (2,4 балла). При этом оценки развития быстроты и выносливости составили 3,1 балла и 3,0 балла соответственно. Также в пределах среднего уровня у них находится показатель развития скоростно-силовых качеств (2,8 балла), однако он ниже по сравнению с другими качествами (быстроты и выносливости).

В возрастной группе 11 – 15 лет большинство мальчиков (92,3 %) показали средний балл 2,9 (из максимально возможного 3,5). Необходимо отметить, что средняя оценка развития качества силы у мальчиков — ниже среднего и составила всего 2,4 балла. При этом наиболее высокие показатели наблюдались в развитии качества быстроты — в беге на 30 м (3,1 балла), а также в развитии выносливости — в беге на 1000 м (3,4 балла). Показатель скоростно-силовых качеств у мальчиков данной возрастной группы составил 2,8 балла.

Вызывает тревогу, что 6,2% мальчиков 11 – 15 лет показали уровень физической подготовленности ниже среднего (2,3 балла). Одновременно следует отметить низкий уровень развития силы: в тесте «подтяги-



вание» он составил 2,3 балла; а в развитии выносливости мальчики показали средний результат 2,4 балла, практически одинаковый с оценками развития быстроты и скоростно-силовых качеств.

Настораживает тот факт, что средний уровень физической подготовленности показан только 0,9 % мальчиков данной возрастной группы, при этом оценки развития силы также имеют более низкие значения по сравнению с другими исследуемыми физическими качествами (3,1 балла). Показатель развития быстроты и выносливости у них находится в диапазоне выше среднего и составляет 4,1 балла.

Анализ результатов девочек 11–15 лет показал, что у них наиболее развитыми и физическими качествами являются сила, скоростно-силовое физическое качество и выносливость. Так, в тесте «поднимание туловища за 30 с» 4,6 балла имеют 25,9 % девочек, 4,3 балла – 71,6 % и 3,4 балла – 2,3 %. А средний показатель развития выносливости у них составил 3,7 балла; примерно такие же результаты наблюдаются в развитии быстроты и скоростно-силовых качеств (по 3,3 балла).

Незначительно ниже у девочек результаты в беге на 30 м и прыжке в длину с места – соответственно 2,8 и 2,9 балла, но эти оценки находятся в диапазоне средних показателей.

Сравнивая общие результаты возрастной группы 11–15 лет по всем тестам, можно определить средний показатель физической подготовленности школьников – 3,1 балла. Анализируя итоги по отдельным тестам, отметим: среднее значение развития силы у мальчиков составило 3,3 балла. Данное качество оказалось наиболее развитым, но при этом, как отмечалось выше, оно развито неравномерно: у девочек соответствующий показатель значительно выше (4,3 балла), а у мальчиков значительно ниже (2,4 балла) среднего уровня. Быстрота, выносливость, скоростно-силовые качества у учащихся данной группы развиты более равномерно.

Рассматривая уровень физической подготовленности школьников третьей возрастной группы – 15–18 лет – необходимо отметить, что ее оценка составила 3,2 балла.

Средние значения показателя быстроты свидетельствуют, что это качество развито у них почти одинаково: 3,2 балла у юношей и 3,1 балла у девушек.

В беге на 1000 м у девочек средние значения результатов составили 3,4 балла, у мальчиков – 3,7 балла. В развитии скоростно-силовых качеств у мальчиков оценки находятся в диапазоне средних – 3,2 балла, в то время как у девочек этот показатель оказался ниже среднего и составил 2,4 балла.

Однако развитие физических качеств у девочек и мальчиков происходит неравномерно. Так, развитие силы и быстроты у девушек выше, чем у мальчиков и оцениваются соответственно в 4,0 и 3,3 балла, 3,2 и 3,1 балла. Показатели скоростно-силовых качеств и выносливости у мальчиков выше и составляют соответственно 3,2 и 2,4 балла, 3,7 и 3,4 балла.

Анализ результатов показал, что 88,4 % учащихся данной возрастной группы имеют средний показатель физической подготовленности (3,2 балла), а 10,7 % школьников показали уровень физической подготовленности выше среднего (3,8 балла) (рис. 6).

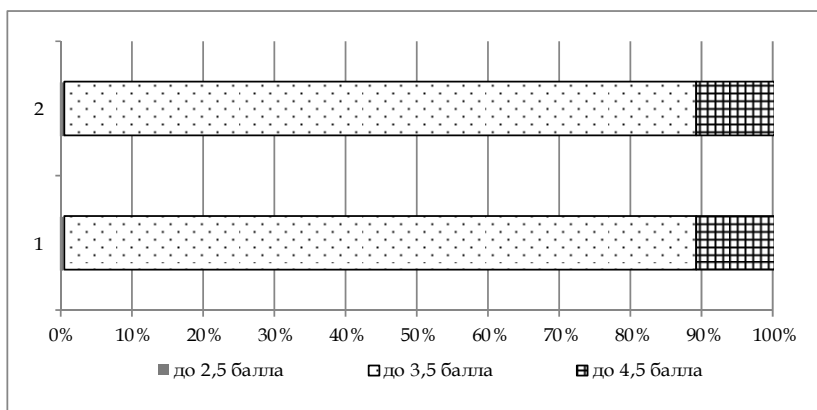


Рис. 6. Процентное соотношение в уровнях физической подготовленности мальчиков (1) и девочек (2) образовательных муниципалитетов Калининградской области (возрастная группа 15–18 лет)

Проведенный мониторинг физической подготовленности школьников позволяет дать объективную оценку ее уровня у учащихся общеобразовательных учреждений Калининградской области. Итоги этого мониторинга помогут внести определенные коррективы в рабочие программы предмета «Физическая культура» школ региона. Опираясь на полученные результаты, учителям школ следует разработать специальные комплексы упражнений, направленные на развитие у детей отдельных физических качеств, а также план физкультурно-оздоровительных мероприятий по повышению уровня здоровья учащихся. Данная работа обеспечит индивидуализацию педагогических воздействий в личностно-ориентированном учебном процессе по физическому воспитанию учащихся общеобразовательных школ.

Список литературы

1. *О физической культуре и спорте в Российской Федерации* : федеральный закон от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (с изм. и доп.). Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
2. *О проведении мониторинга физического развития обучающихся* : письмо Минобрнауки от 29.03.2010 г. № 06-499. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
3. *Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи* : постановление Правительства РФ от 29 декабря 2001 г. № 916. Доступ из справ.-правовой системы «КонсультантПлюс».
4. *Физическое развитие детей и подростков на рубеже тысячелетий* / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, Н. А. Скоблина. М., 2008.

Об авторах

Виктор Константинович Пельменев – д-р пед. наук, проф., Балтийский федеральный университет им. И. Канга, Калининград.
E-mail: VPelmenev@kantiana.ru



Лариса Юрьевна Барковская — начальник отдела специального, дополнительного, физкультурно-спортивного образования и воспитания Министерства образования Калининградской области, Калининград.

E-mail: barkovskaya@baltinform.ru

Ольга Борисовна Томашевская — канд. пед. наук, доц., Балтийский федеральный университет им. И. Канта, Калининград.

E-mail: obtu@rambler.ru

About the authors

Prof. Victor Pelmenev, I. Kant Baltic Federal University, Kaliningrad.

E-mail: VPelmenev@kantiana.ru

133

Larisa Barkovskaya, Head of the Department for Special, Non-Degree, Physical culture and Sports education and Training, Ministry of Education of the Kaliningrad region, Kaliningrad.

E-mail: barkovskaya@baltinform.ru

Dr Olga Tomashevskaya, Associate Professor, I. Kant Baltic Federal University, Kaliningrad.

E-mail: obtu@rambler.ru