

способствовала достоверному уровню сформированности навыков и оптимальному повышению функциональных способностей, а также формированию требуемых компетенций по искомой дисциплине.

ЛИТЕРАТУРА

1. Эффективность применения модернизированного метода «просеивания» в определении основных положений разработки комплексов контрольных тестов / О.С. Васильченко, С.В. Разновская, И.Ю. Пугачев, В.Б. Парамзин // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2021. – № 10 (200). – С. 61–66.
2. Особенности развития специальной выносливости у лыжников в базовом мезоцикле беснежного периода на этапе углубленной специализации / И.И. Горбиков, В.А. Сучков, В.З. Яцык, О.С. Васильченко, С.В. Разновская, И.Ю. Пугачев // *Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта.* – 2022. – № 4 (206). – С. 87–91.
3. Парамзин В.Б. Целесообразность формирования теоретических знаний по физической культуре курсантов и слушателей военно-учебных заведений с помощью экспресс-тестов / В.Б. Парамзин // *Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки.* – 2007. – № 5 (49). – С. 68–72.
4. Актуальность оценки уровня профессиональной работоспособности обучающихся на фоне утомления средствами физической культуры / И.Ю. Пугачев, О.С. Васильченко, В.Б. Парамзин, С.В. Разновская // *Современный ученый.* – 2021. – № 2. – С. 123–128.

REFERENCES

1. Vasilchenko, O.S., Raznovskaya, S.V., Pugachev, I.Yu. and Paramzin V.B. (2021), “Efficiency of using the modernized “sifting” method in determining the main provisions for the development of control test complexes”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (200), pp. 61–66.
2. Gorbikov, I. I., Suchkov, V. A., Yatsyk, V. Z., Vasilchenko O. S., Raznovskaya, S.V. and Pugachev, I.Yu. (2022), “Features of development of special endurance in skiers in the basic mesocycle of the snowless period at the stage of in-depth specialization”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (206), pp. 87–91.
3. Paramzin, V.B. (2007), “The expediency of forming theoretical knowledge on physical culture of cadets and students of military educational institutions using express tests”, *Bulletin of the Tambov University. Series: Humanities*, No. 5 (49), pp. 68–72.
4. Pugachev, I.Yu., Vasilchenko, O.S., Paramzin, V.B. and Raznovskaya, S.V. (2021), “The relevance of assessing the level of professional performance of students against the background of fatigue by means of physical culture”, *Modern scientist*, No. 2, pp. 123–128.

Контактная информация: sveta_r3000@mail.ru

Статья поступила в редакцию 19.03.2023

УДК 796.325

ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ НАВЫКОВ ПО ВОЛЕЙБОЛУ У УЧАЩИХСЯ ШКОЛ СПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ

Юлия Викторовна Горностаева, старший преподаватель, **Сергей Анатольевич Фирсин**, кандидат педагогических наук, доцент, **Елена Анатольевна Башмакова**, кандидат педагогических наук, доцент, Академия социального управления (АСОУ), Москва; **Владимир Михайлович Савченко**, кандидат педагогических наук, доцент, Военный университет Министерства обороны Российской Федерации, Москва; **Владимир Владиславович Баранников**, кандидат педагогических наук, доцент, Государственный университет управления, Москва

Аннотация

В статье раскрыта актуальность профильного обучения по спортивному направлению. Задачи исследования – анализ формирования двигательных навыков по волейболу у учащихся школ

спортивного профиля. В работе использованы эмпирические методы: анкетирование, беседы, педагогическое наблюдение. Статья раскрывает результаты анкетирования учителей физической культуры Московской области. Эта работа позволила определить состояние профильного обучения волейболу. Результаты исследования являются основанием для вывода о необходимости обеспечения спортивного направления волейбол учебно-методическими материалами.

Ключевые слова: профильное обучение, волейбол, двигательные навыки.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p109-114

INVESTIGATION OF THE STATE OF FORMATION OF MOTOR SKILLS IN VOLLEYBALL AMONG STUDENTS OF SPORTS SCHOOLS

Yulia Viktorovna Gornostaeva, the senior teacher, Sergey Anatolyevich Firsin, the candidate of pedagogical sciences, docent, Elena Anatolyevna Bashmakova, candidate of pedagogical sciences, docent, Academy of Social Management (ASOU), Moscow; Vladimir Mikhailovich Savchenko, the candidate of pedagogical sciences, docent, Military University of the Ministry of Defense of the Russian Federation, Moscow; Vladimir Vladislavovich Barannikov, the candidate of pedagogical sciences, docent, State University of Management, Moscow

Abstract

The article revealed the relevance of school education on sports destination. Research Objectives - Analysis of the formation of motor skills in volleyball at school children sports profile. The paper uses empirical methods: questionnaires, interviews, teacher observation. The article reveals the results of the survey of teachers of physical culture Moscow region. This work allowed us to determine the state of school education in volleyball. Results of the study are the basis for the conclusion of the need for a sporting volleyball teaching materials.

Keywords: profile education, volleyball, motor skills.

ВВЕДЕНИЕ

Следует отметить, что профильное обучение имеет целью создание условий для непрерывного образования на протяжении всей жизни. В ведущих странах Европы, США, Украины, а также России по основным направлениям профилизации определяются различные учебные профили путем как отбора различных предметов, так и наполнением их содержания. Такие как: общественно-гуманитарный, естественно-математический, технологический, художественно-эстетический, а также спортивный [1, 3, 4]. В нашей стране спортивный профиль обучения требует более детального изучения, потому что, с одной стороны он дает возможность дифференцированно развивать те физические качества, которые естественно доминируют у каждого школьника, а с другой стороны – он ориентирует организацию учебного процесса на ознакомление учащихся с основными формами профессиональной деятельности специалиста физического воспитания (учителя физического воспитания, тренера по виду спорта) и овладение им определенными средствами и формами педагогической деятельности, а также на повышение мастерства в избранном виде спортивной деятельности. Спортивный профиль в своей структуре имеет учебные направления: легкая атлетика, гимнастика и различные ее виды, плавание, спортивные игры, туризм и другие [2, 3].

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ИССЛЕДОВАНИЯ

Целью нашей работы является анализ процесса формирования двигательных навыков по волейболу у учеников, которые обучаются в профильных школах для выявления основных компонентов и содержания, чтобы на этой основе разработать обновленную методику по данному направлению.

Для выявления основных компонентов и содержания обновленной методики школ спортивного профиля (имеются в виду школы, где есть или планируются открыться

классы, межшкольные группы, проводятся курсы по выбору и факультативы по волейболу), нами было проведено анкетирование учителей физической культуры Московской области, проводилось педагогическое наблюдение за учебно-тренировочным процессом.

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Для решения задач исследования нам нужно было выявить наличие материально-технической базы, методического обеспечения обучения учащихся волейболу, основных положений и содержания методики, что и положено в основу вопросов анкетирования.

В анкетировании приняло участие 46 учителей физической культуры Московской области, имеющих разные квалификационные категории и стаж работы. Анализ ответов респондентов поможет в дальнейшем разработать методику формирования двигательных навыков у учащихся школ спортивного профиля средствами волейбола, которая полностью бы отвечала потребностям специалистам по физической культуре.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты анкетирования показали, что 36,1% учителей со стажем работы 25 лет и более, подавляющее количество опрошенных учителей физической культуры с опытом работы от 10 до 20 лет, что составляют 52,7% опрошенных. И только 5,5% респондентов имеют опыт работы учителя физической культуры стажем до 5 лет, последние 5,5% учителей не ответили на этот вопрос вообще. Развернутые ответы учителей физической культуры на вопрос анкеты помогли нам получить более достоверную информацию, относительно методики. Все ответы специалистов по физической культуре были статистически проанализированы.

Анализ ответов респондентов показал следующие результаты: большинство учителей физической культуры поддерживают идею профилизации обучения в России. По их мнению, это прогрессивный путь развития системы школьного образования и отмечают, что особенностью данной формы обучения является возможность получения общеобразовательной подготовки в общеобразовательных школах и параллельное получение профессиональной подготовки на базе школы. Так, 91,6% опрошенных считают, что существует потребность в профилизации школ России. 5,6% учителей не определились с этим вопросом и только 2,8% ответили, что не поддерживают профилирование современной системы образования. Мы попросили учителей назвать также основные направления профилирования, существующие в их учебных заведениях на сегодня. Большинство респондентов ответили, что в учебном учреждении, где они работают преобладает естественно-математическое и общественно-гуманитарное направление профилизации (30% и 32%), и только 16% от общего количества учителей физической культуры, указали на то, что в их учебном заведении присутствует спортивное направление профилизации.

Такой низкий процент выбора спортивного профиля общеобразовательными учебными заведениями указывает на низкую значимость этого вопроса и не понимание, что именно спортивное направление позволит реализовать социальный заказ нашего общества на здорового человека, потому что проблема здоровья школьников является в настоящее время одной из наиболее актуальных. Итак, мы можем сделать вывод, что исследование в этом направлении является нужным, актуальным и своевременным.

Нужно отметить, что, в то же время, на вопрос о факультативах, спецкурсах, кружках спортивного профиля для учащихся с целью углубленного изучения, учителя физической культуры ответили, что в большинстве общеобразовательных учебных заведений Московской области такие существуют – 61,1%. Они объясняют это тем, что за последнее время ученики в школе проявляют желание изучать большую часть общеобразовательных предметов на уровне основ, а углубленно – лишь те, которые важны для дальнейшего образования, в частности, спортивного профиля. То есть имеет место четкая дифференциация интересов и жизненных планов учащихся. Большая половина, 38,9%, учителей

ответили, что в учебном заведении, в котором они работают, нет сети факультативов, спецкурсов, кружков спортивного профиля для учеников с целью углубленного изучения, при отсутствии учебной нагрузки, или материально-технической базы (рисунок 1).

В процессе анкетирования учителей физической культуры было определено, что 24,3% респондентов выбрали бы волейбол для преподавания ученикам, если бы в их учебном заведении был спортивный профиль; футбол и баскетбол выбрали 21,7% и соответственно 20,5% учителей; не менее заинтересованы учителя и в выборе фитнеса, ритмической гимнастики и шейпинга, что составляет 8,9%, 8,9% и 3,8%; три респондента выбрали бы для преподавания легкую атлетику, что составляет 3,8% от общего количества; и только гимнастику, плавание и теннис выбрали 2,5%, 2,5%, 1,2% учителей физической культуры соответственно (рисунок 2).

Во время нашего исследования нам было интересно, есть ли возможность в учебных заведениях, в которых работают респонденты проводить занятия по волейболу, мы хотели узнать, что становится причиной того, почему учителя физической культуры иногда не проводят занятия по волейболу в школе. Результаты анкетирования показали – 88,8% учителей могут проводить волейбол на занятиях по физической культуре, и только 4 (11,2%) респондента ответили, что у них нет такой возможности. Причиной такого положения является то, что нет кадров с достаточной подготовкой, для проведения занятий по волейболу или отсутствует материально-технической база для таких занятий, спортивные залы маленькие, с нестандартной разметкой или совсем отсутствуют игровые залы.

Подавляющее большинство учителей физической культуры сказали, что имеют методику обучения игре в волейбол. И при более детальном рассмотрении этого вопроса мы узнали, что методика, которой пользуются учителя, устарела. Это обуславливает актуальность разработки обновленных рекомендаций для проведения занятий, которые бы помогли учителям физической культуры, преподавателям и тренерам в обучении юных спортсменов и школьной молодежи по волейболу.

Определившись, что методика формирования двигательных навыков по волейболу ученикам школ спортивного профиля нужна, мы спросили какое содержание и компоненты, по мнению учителей физической культуры, должны быть отражены в ней. Анализ полученных данных дает возможность сказать, что большинство учителей физической культуры 43,5% начали бы обучение учащихся волейболу с теоретической подготовки; 30,7% респондентов ответили желанием начать подготовку по волейболу с технической подготовки, не уделяя при этом времени теории; небольшое количество учителей, отвечавших на вопросы анкеты, решили сначала физически подготовить учеников. Ни один из них не упомянул о тактической подготовке, которая, по нашему мнению, должна быть органически связана с физической, технической и теоретической подготовкой. Показательно то, что почти единодушно учителя физической культуры ответили на вопрос «С какого класса нужно изучать волейбол ученикам в школах спортивного профиля? По мнению 33 респондентов изучать волейбол нужно с 5 класса, что полностью соответствует школьной программе по физической культуре. 2 учителя считают, что целесообразнее будет, если ученики будут изучать волейбол с 7-го класса. Один респондент рекомендует начинать изучать волейбол со 2-го класса, что, по нашему мнению, не представляется возможным.

Анкетирование учителей физической культуры показало – 61,1% считают, что последовательность формирования двигательных навыков учащихся, имеющих разное игровое амплуа в волейболе, должна отличаться. Что противоречит методике обучения игры в волейбол, так как последовательность формирования двигательных навыков у учащихся, занимающихся волейболом, является одинаковой, независимо от игрового амплуа. Тем более распределение обязанностей в игре проходит гораздо позже, чем формирование двигательных навыков. Тем не менее, это позволило предположить, что несоответствие в последовательности формирования двигательных навыков в волейболе может быть одним из факторов, лимитирующим уровень технической подготовленности учащихся.

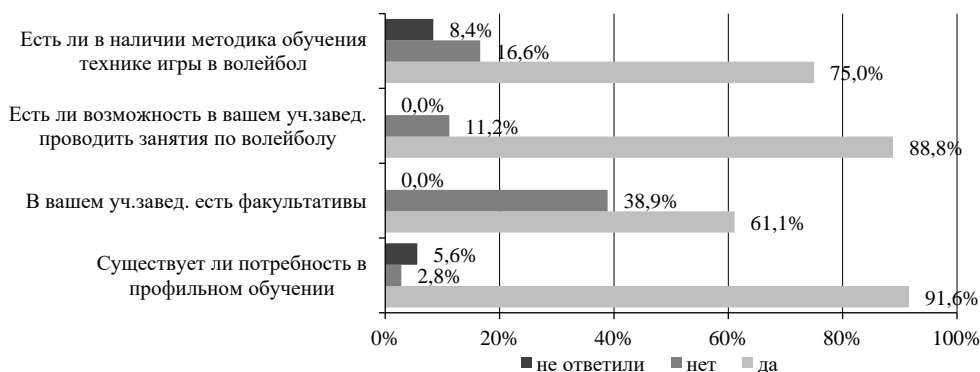


Рисунок 1 – Содержание анкетных данных исследования состояния формирования двигательных навыков у учащихся школ спортивного профиля

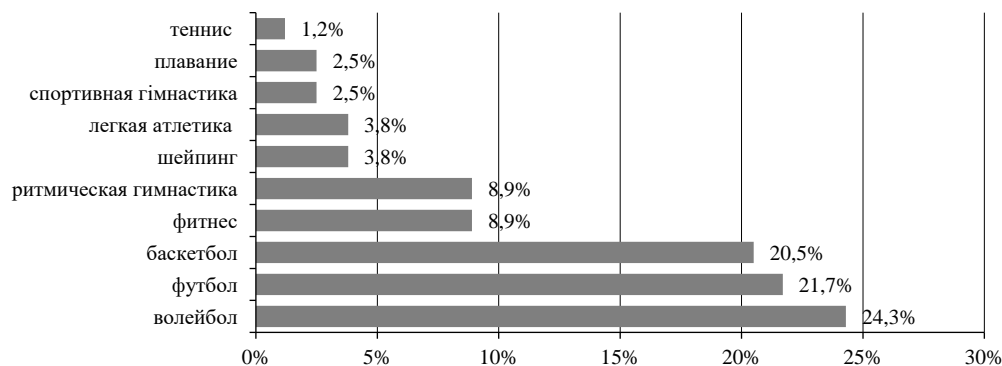


Рисунок 2 – Распределение спортивных направлений профильного обучения в общеобразовательных учебных заведениях Московской области

ВЫВОДЫ

Итак, на наш взгляд проблема профилирования обучения остается не раскрытой. Совсем мало школ, где предложено спортивное направление обучения, что не позволяет большинству школьников раскрыть свой потенциал, а также определиться с дальнейшей профессией учителя физической культуры, тренера. Анкетирование показало, что нужно работать над обновлением методик по волейболу, предлагать новые подходы в разработке программ и рекомендаций для учителей физической культуры, территорий, и самих учащихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Горностаева, Ю.В. Темп и ритм игровой деятельности в теннисе как определяющие характеристики игры / Ю.В. Горностаева, А.П. Стативка, Г.Н. Германов // Спортивные игры в физическом воспитании, рекреации и спорте: материалы XI междунар. науч.-практ. конф. (г. Смоленск, 24-26 января 2017 года). – Смоленск: ООО "Принт-Экспресс, 2017. – С. 62–66.
2. Горностаева Ю.В. Изучение закономерностей становления спортивной техники начинающих спринтеров / Ю.В. Горностаева, В.Г. Бочарова // Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения: материалы VII межрег. науч.-практ. конф. с международ. участием. – Москва, 2017. – С. 124–126.
3. Мишук Д.Н. Современные тенденции развития волейбола в мире и в Украине / Д.Н. Мишук // Актуальные научные исследования в современном мире, – 2020. – № 2-4 (58) – С.108–111.
4. Фирсин С.А. Мотивационная сфера школьников в процессе занятий физическими упражнениями / С.А. Фирсин, Т.Ю. Маскаева, Ю.В. Горностаева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2015. – № 10 (128). – С. 208–211.

REFERENCES

1. Gornostaeva, Yu.V. (2017), “Tempo and rhythm of game activity in tennis as defining characteristics of the game”, *Sports games in physical education, recreation and sports: materials of the XI International Scientific and Practical conference*. Smolensk, pp. 62–66.
2. Gornostaeva Yu.V. (2017), “Studying the regularities of the formation of sports equipment of novice sprinters”, *Innovative technologies in sports and physical education of the younger generation: materials of the VII interreg. scientific-practical conference with the international participation*, Moscow, pp. 124–126.
3. Mischuk D.N. (2020), “Modern trends in the development of volleyball in the world and in Ukraine”, *Actual scientific research in the modern world*, No. 2-4 (58), pp. 108–111.
4. Firsin S.A., Maskaeva T.Yu. and Gornostaeva, Yu.V. (2015), “Motivational sphere of school-children in the process of physical exercises”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (128), pp. 208–211.

Контактная информация: julyashka_1987@mail.ru

Статья поступила в редакцию 27.02.2023

УДК 796.015.132

**ДИНАМИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ, СИСТЕМАТИЧЕСКИ ПРИМЕНЯЮЩИХ
САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ ФИЗИЧЕСКУЮ ТРЕНИРОВКУ**

Елена Юрьевна Грабовская, кандидат биологических наук, доцент, Дмитрий Владимирович Сышко, доктор педагогических наук, профессор, Крымский федеральный университет им. В.И. Вернадского, Симферополь; Олег Владимирович Хоменко, Борис Александрович Катков, Владимир Сергеевич Якименко, спортивный клуб «Черноморец», Севастополь; Юрий Валериевич Краев, кандидат психологических наук, доцент, Московский авиационный институт (национальный исследовательский университет), Москва

Аннотация

Для изучения динамики уровня физической подготовленности военнослужащих, систематически применяющих самостоятельную физическую тренировку, использовались методики, позволяющие оценить уровень развития скоростно-силовых способностей и выносливости, а также функциональное состояние кардиореспираторной системы. Были отобраны семь упражнений, которые использовались как в самостоятельной физической тренировке, так и для диагностики уровня развития силовых способностей военнослужащих: подтягивание на перекладине, поднимание ног к перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, рывок гири весом 24 кг, толчок двух гирь весом 24 кг, челночный бег 10x10 м, бег на 3 км. Проведенные исследования показали, что систематические самостоятельные физические тренировки способствуют улучшению функционального состояния организма военнослужащих. Это выражается в росте индекса функциональной дееспособности военнослужащих на 11,6% ($p \leq 0,01$), улучшении физического состояния до величины «выше среднего».

Ключевые слова: военнослужащие, самостоятельные физические тренировки, скоростно-силовые способности, выносливость, кардиореспираторная система.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.03.p114-117

**DYNAMICS OF THE LEVEL OF PHYSICAL FITNESS OF MILITARY PERSONNEL
WHO SYSTEMATICALLY APPLY INDEPENDENT PHYSICAL TRAINING**

Elena Yurievna Grabovskaya, the candidate of biological sciences, docent, Dmitry Vladimirovich Syshko, the doctor of pedagogical sciences, professor, V.I. Vernadsky Crimean Federal University, Simferopol; Oleg Vladimirovich Khomenko, Boris Aleksandrovich Katkov, Vladimir Sergeevich Yakimenko, Sports Club “Chernomorets”, Sevastopol; Yuri Valerievich