

УДК 373.103.71

ФОРМИРОВАНИЕ РЕГИОНАЛЬНЫХ ПРОГРАММ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ ШКОЛЬНИКОВ НА ОСНОВЕ УЧЕТА РЕГИОНАЛЬНЫХ СЕНСИТИВНЫХ ПЕРИОДОВ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ

Тхорев Василий Иванович¹, доктор педагогических наук, профессор
Аршинник Сергей Павлович¹, кандидат педагогических наук, доцент
Шубин Михаил Саввич¹, кандидат педагогических наук, доцент
Гошко Константин Викторович²

¹*Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар*

²*Центр развития физической культуры и спорта, системы образования, Краснодар*

Аннотация. За последние годы были созданы различные по содержанию и концептуальным основам программы физического воспитания школьников. Вместе с тем, наиболее целесообразными, по мнению авторов, являются рабочие программы «комплексной» направленности, содержанием которых выступают различные виды двигательной активности (виды спорта), воспитание физических качеств, а также основы знаний по физической культуре. Предложенный авторами подход позволяет актуализировать рабочие программы по физической культуре с учетом разработанных ими региональных сенситивных периодов развития физических качеств.

Ключевые слова: программы по физической культуре, физическая культура в школе, сенситивные периоды, физические качества, комплекс ГТО.

FORMATION OF REGIONAL PROGRAMS ON PHYSICAL CULTURE OF SCHOOLCHILDREN BASED ON CONSIDERATION OF REGIONAL SENSITIVE PERIODS OF DEVELOPMENT OF PHYSICAL QUALITIES

Thorev Vasily Ivanovich¹, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor
Arshinnik Sergey Pavlovich¹, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
Shubin Mikhail Savvich¹, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor
Goshko Konstantin Viktorovich²

¹*Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar*

²*Center for the Development of Physical Culture and Sports, Education system, Krasnodar*

Abstract. In recent years, various programs of physical education for schoolchildren have been created in terms of content and conceptual foundations. At the same time, the most appropriate, according to the authors, are work programs of a "complex" orientation, the content of which are various types of motor activity (sports), physical education, as well as the basics of knowledge on physical culture. The approach proposed by the authors makes it possible to update work programs on physical culture, taking into account the regional sensitive periods of development of physical qualities developed by them.

Keywords: physical education programs, physical education for students, sensitive periods, physical qualities, TRP complex.

ВВЕДЕНИЕ. Известно, что процесс физического воспитания имеет два основных направления: обучение (основам знаний и двигательным умениям и навыкам) и воспитание (целенаправленное развитие) физических качеств и способностей. Исходя из этого, должно строиться и его содержание, в том числе и содержание уроков физической культуры. Процесс воспитания физических качеств, который также называют физической подготовкой, является основой процесса физического воспитания. Соответственно, данный процесс должен быть определенным образом отражен в программах. Однако, анализ данных научной литературы свидетельствует, что ему (процессу физической подготовки) по каким-то причинам в данных документах отведено далеко не ведущее место.

Вместе с тем, в последнее время в связи с включением в Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования пунктов, связанных с необхо-

димостью подготовки к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, соответствующие требования появились и в рабочих программах по физической культуре.

Стоит в связи с этим отметить, что в настоящее время комплекс ГТО является стандартом физической подготовки и подготовленности граждан нашей страны и, конечно, подрастающего поколения [1]. Данный факт обуславливает необходимость обеспечения готовности обучающихся к выполнению государственных требований ВФСК ГТО. Другими словами, обеспечение необходимости должного (всестороннего и гармоничного) уровня физической подготовленности. Вместе с тем, многочисленные исследования свидетельствуют о том, что нынешнее поколение россиян, в том числе детей, подростков и молодежи, пока еще в своем большинстве «не готовы к труду и обороне», поскольку уровень их физической подготовленности недостаточен и имеет тенденцию к снижению [2, 3].

По мнению ряда авторов, наиболее существенным фактором, позволяющим устранить данную негативную тенденцию, является использование актуальных создавшейся ситуации программ по физической культуре. В этой связи в последние годы специалисты предпринимали попытки разработки рабочих программ по физической культуре, основные концептуальные и содержательные основы которых состоят:

- во-первых, в обновлении содержания программного материала по физической культуре;
- во-вторых, в изменении формата представления ранее используемого учебного материала в «обновленных» рабочих программах по физической культуре;
- в-третьих, в создании учебного материала на основе отдельных видов спорта по «модульному» принципу структурирования рабочей программы для реализации «третьего часа физической культуры» и др.

Стоит, однако, отметить, что каждый из предложенных вариантов имеет как позитивные стороны, так и недостатки; однако, с точки зрения некоторых специалистов, использование «одновидовых» программ по физической культуре представляется менее целесообразным, поскольку является «грубой методологической ошибкой» [6]. В связи с этим, именно «комплексный» формат содержания программного материала представляется наиболее оправданным, поскольку отражает многокомпонентный характер физической культуры.

Между тем, в последнее время практически каждая из рабочих программ декларирует необходимость включения в них раздела, связанного с подготовкой обучающихся к испытаниям комплекса ГТО, то есть, по сути, с формированием (целенаправленным развитием, воспитанием, совершенствованием) физических качеств и способностей.

В конечном итоге представляется целесообразным актуализировать существующие рабочие программы по физической культуре с включением в них отдельного раздела, связанного с воспитанием физических качеств. Однако при этом в подавляющем большинстве рабочих программ не оговаривается, какой объем учебного времени должен отводиться на воспитание физических качеств. В этой связи необходимо предложить подход, который бы позволял определять соответствующий объем, а, исходя из него, и содержание соответствующего раздела.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ. В качестве основных методов исследования послужили: анализ данных научной литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ. Прежде, чем выявлять временные параметры данного раздела, следует иметь в виду, что разрабатываемый программный материал должен учитывать чувствительные периоды развития физических качеств обучающихся. Вместе с тем, данные о чувствительных периодах у разных авторов имеют существенные различия и даже противоречия [7]. При этом в последнее время появились исследования, существенно «сужающие» продолжительность чувствительных периодов, которые в настоящее время ограничиваются даже не календарным, а учебным годом [5]. В этой связи, для школьной практики учет «сезонных» чувствительных периодов развития физических качеств представляется наиболее актуальным, поскольку учителя физической культуры осуществляют педагогическую деятельность преимущественно в рамках учебного года (не затрагивая летний период). Таким образом, следует разрабатывать «сезонные» чувствительные периоды, которые к тому же должны учитывать региональные особенности контингента обучающихся.

Для определения чувствительных периодов развития физических качеств мы осуществляли многолетние наблюдения за динамикой развития физических качеств обучающихся г. Краснодара. В процессе анализа данных динамики оценивали прирост показателей физической подготовленности школьников в течение учебного года (за исключением 1 и 11 классов). Данная динамика (на примере показателей скоростных способностей мальчиков 2-10 классов), а также выявление шкалы «чувствительности» представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Динамика показателей быстроты мальчиков-учащихся г. Краснодара и определение их уровня «чувствительности» по классам (в %)

Периоды наблюдений	Год обучения (класс)								
	2-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	8-й	9-й	10-й
2011/2012 учеб.год	6,3	1,6	3,4	3,7	2,9	2,0	0,0	1,1	1,1
2012/2013 учеб.год	4,5	3,2	0,0	3,6	-1,9	4,0	2,1	2,2	0,0
2013/2014 учеб.год	4,7	5,0	1,6	2,9	1,9	4,1	2,2	1,1	3,4
2014/2015 учеб.год	7,9	4,8	5,0	0,9	3,7	3,0	3,1	-1,1	0,0
2015/2016 учеб.год	1,5	1,6	0,0	2,7	4,6	1,0	4,1	5,2	-4,6
2016/2017 учеб.год	6,0	3,2	0,0	-0,9	2,8	4,0	3,1	1,1	3,4
2017/2018 учеб.год	3,1	3,2	0,0	1,9	3,8	-1,0	4,2	3,2	-1,1
Средняя динамика	4,9	3,2	1,4	2,1	2,5	2,4	2,7	1,8	0,3
Балл, усл. ед.	3	3	1	2	2	2	2	2	1
Уровень	высокий	высокий	низкий	средн.	средн.	средн.	средн.	средн.	низкий

Полученные данные позволяют эффективно нормировать имеющиеся результаты. При этом в процессе нормирования скоростных способностей мальчиков установлено, что средний уровень прироста показателей (в соответствии с формулой $\bar{X} \pm 1/2 * \sigma$), равный $2,4 \pm 1/2 * 1,27\%$, составил от 1,8 до 3,0 процентов или 2 балла. Соот-

ветственно, низкий уровень составляет менее 1,8 % (1 балл), а высокий – более 3,0 % (3 балла). В данном случае нами была применена трехбалльная шкала оценки «сенситивности».

Наглядная иллюстрация соответствия конкретного класса сенситивным периодам (на примере быстроты мальчиков) представлена на рисунке 1.

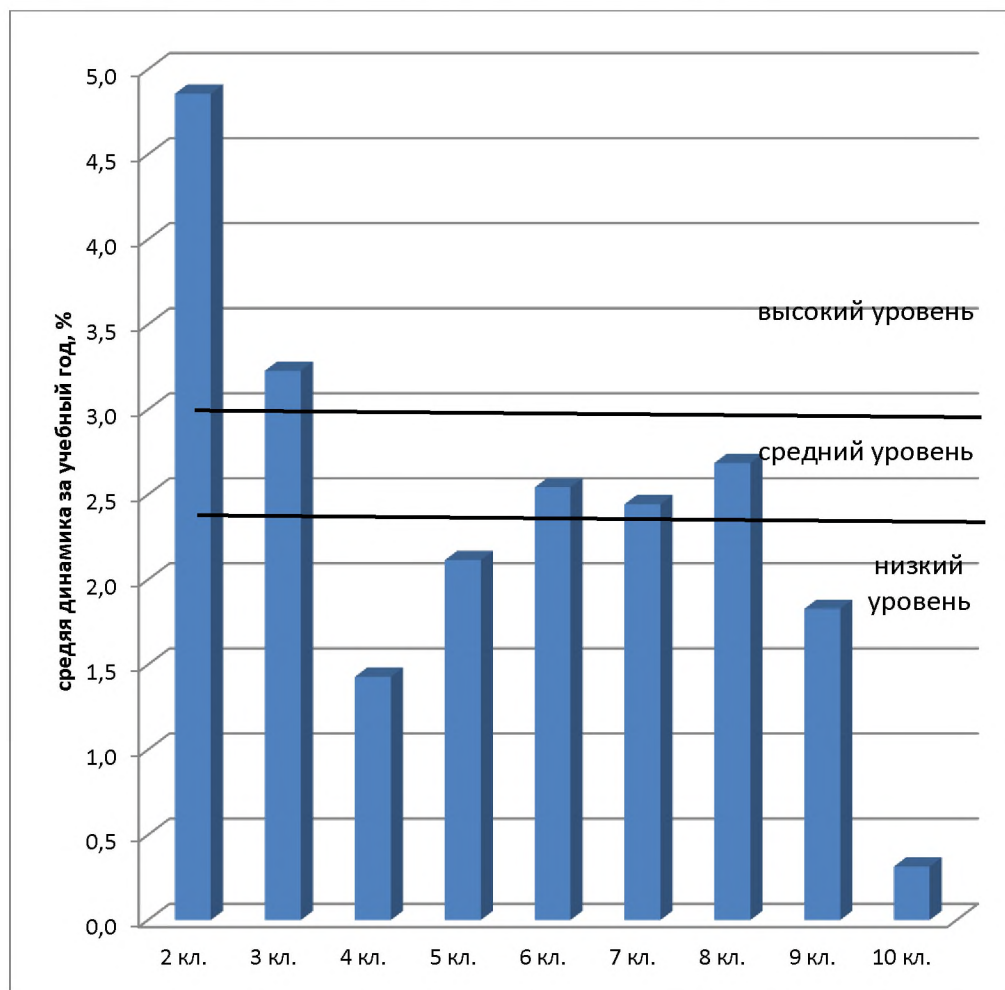


Рисунок 1 – Сенситивные периоды развития быстроты мальчиков Краснодара.

Подобным образом осуществлялся расчет уровня «сенситивности» других параметров физической подготовленности. Полученные результаты региональных сенситивных периодов на примере обучающихся средних классов представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Уровень «сенситивности» развития физических качеств обучающихся средних классов города Краснодара

класс	пол	Физические качества и способности					
		скоростные	координационные	выносливость	силовые	скоростно-силовые	гибкость
5	м	2 -средний	1 - низкий	1 - низкий	2 - средний	2 - средний	3 -высокий
	ж	2 -средний	2 - средний	1 - низкий	2 - средний	3 -высокий	3 -высокий
6	м	2 -средний	1 - низкий	3 -высокий	1 - низкий	2 - средний	2 - средний
	ж	2 -средний	2 - средний	2 -средний	2 - средний	2 - средний	3 -высокий
7	м	2 -средний	2 - средний	3 -высокий	3 -высокий	3 -высокий	2 - средний
	ж	1 - низкий	2 - средний	1 - низкий	1 - низкий	2 - средний	3 -высокий
8	м	2 -средний	2 - средний	2 -средний	3 -высокий	3 -высокий	1 - низкий
	ж	2 -средний	1 - низкий	2 -средний	2 - средний	2 - средний	1 - низкий
9	м	1 - низкий	1 - низкий	2 -средний	1 - низкий	1 - низкий	1 - низкий
	ж	1 - низкий	1 - низкий	1 - низкий	2 - средний	1 - низкий	2 - средний

Использование полученных показателей уровня «сенситивности» позволяет более точно проектировать время, отводимое на воспитание того или иного физического качества. В частности, исходя из выявленных благоприятных периодов, с учетом длительности процесса воспитания конкретных физических качеств, посредством использования формулы расчета множественной корреляции [4] можно оперативно рассчитывать оптимальный объем учебной нагрузки относительно каждого из них.

Очевидно, что содержание программного материала не ограничивается разделом, направленным только на воспитание физических качеств. Помимо него в обязательном порядке должен присутствовать учебный материал, содержащий теоретические сведения о физической культуре и, конечно, раздел, связанный с освоением двигательных умений и навыков.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ. Реализованный подход будет использован при разработке примерной региональной программы по физической культуре обучающихся общеобразовательных организаций Краснодарского края.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

- 1.Аршинник С. П. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» как стандарт физической подготовленности населения России // Интегративные коммуникации в спорте и туризме: образование, тенденции, международный опыт : материалы всероссийской научно-практической конференции. Краснодар : КГУФКСТ, 2016. С. 7–13.
- 2.Аршинник С. П., Амбарцумян Н. А., Дудка Г. Н., Тхорев В. И., Фролова Н. Д. Динамика готовности обучающихся города Краснодара к выполнению испытаний ГТО II ступени // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2020. № 11 (189). С. 28–33.
- 3.Аршинник С. П., Дудка Г. Н., Малащенко К. В. [и др.]. Всероссийскому физкультурно-спортивному комплексу «Готов к труду и обороне» 5 лет: достижения, проблемы, перспективы // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2019. № 12 (178). С. 26–37.

4. Аршинник С. П., Пушкарный М. Ю., Пятенко Р. А. [и др.]. Использование метода множественной корреляции для определения оптимального объема учебного времени на освоение программного материала // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2016. № 7 (137). С. 7–11.
5. Комлев И. О. Организация физического воспитания учащихся младших классов общеобразовательных школ с учетом климатических сезонов календарного года: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Краснодар, 2008. 24 с.
6. Лукьяненко В. П., Лукьяненко Н. В., Стрельникова Т. В., Твердякова Л. В. Образовательные модули по видам спорта в системе общего образования в области физической культуры // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. 2023. № 8 (222). С. 201–207.
7. Тхорев В. И., Аршинник С. П. Сенситивные периоды развития двигательных способностей учащихся школьного возраста // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2010. № 1. С. 40–45.

REFERENCES

1. Arshinnik S. P. (2016), "All-Russian physical culture and sports complex "Ready for work and defense" as a standard of physical fitness of the Russian population", Integrative communications in sports and tourism: education, trends, international experience. Materials of the All-Russian scientific and practical conference. Krasnodar, pp. 7–13.
2. Arshinnik S. P., Ambartsumyan N.A., Dudka G.N., Thorev V. I., Frolova N.D. (2020), "Dynamics of readiness of students of the city of Krasnodar to perform TRP tests of the II stage", Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No. 11, pp. 28–33.
3. Arshinnik S. P., Dudka G. N., Malashenko K. V., Pushkarny M. Yu., Tkhorev V. I (2019), "All-Russian sports complex "Ready for work and defense" 5 years: achievements, problems, prospects", Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No. 12, pp. 26–37.
4. Arshinnik S. P., Pushkarny M. Y., Pyatenko R. A., Tkhorev V. I. (2016), "Application of multiple correlation method for determining of study time optimal volume spent on mastering the program material", Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No. 7, pp. 7–11.
5. Komlev I. O. (2008), "Organization of physical education of primary school students taking into account the climatic seasons of the calendar year", abstract dissertations Candidate of Pedagogical Sciences, Krasnodar, 24 p.
6. Lukyanenko V. P., Lukyanenko N. V., Strelnikova T. V., Tverdyakova L. V. (2023) "Educational modules on sports in the system of general education in the field of physical culture", Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta, No. 8, pp. 201–207.
7. Thorev V. I., Arshinnik S. P. (2010) "Sensitive periods of development of motor abilities of schoolage students", Physical culture, sport – science and practice, No. 1, pp. 40–45.

Поступила в редакцию 12.12.2023.

Принята к публикации 26.12.2023.