

Волгоград : ВГАФК, 2021 – С. 241–246.

2. Формирование профессионально-педагогической рефлексии как способ совершенствования подготовки студентов СГТУ физической культуры / Д.В. Кузьмин, И.В. Гордеев, В.Л. Пилышкіна, Е.Н. Гордеева // Вестник Набережночелнинского государственного педагогического университета. – 2021 – №6 (35). – С. 35–37.

3. Эффективность оздоровительной тренировки в высших учебных заведениях / Д.В. Кузьмин, Л.Б. Казинская, О.И. Певзнер, Е.В. Гасилина // Актуальные вопросы физического и адаптивного физического воспитания в системе образования : сборник материалов III Всероссийской с международным участием научно-практической конференции Том 2. / Волгоград : ВГАФК, 2021. – С. 267–270.

REFERENCES

1. Kosheleva, T.V., Sharkova, Yu.V., Gorbunova, T.I. and Filimonova, O.S. (2021), “Actual issues of physical and adaptive physical education in the education system”, *Collection of materials of the III All-Russian scientific and practical conference with international participation*, Volume 2, Volgograd, pp.241–246.

2. Kuzmin, D.V., Gordeev, I.V., Pilyushkina, V.L., Gordeeva, E.N. (2021), “Formation of professional and pedagogical reflection as a way to improve the training of students of SSTU of physical culture”, *Scientific and theoretical journal Bulletin of Naberezhnye Chelny State Pedagogical University* No. 6 (35), pp.35–37.

3. Kuzmin, D.V., Kazinskaya, L.B., Pevsner, O.I. and Gasilina, E.V. (2021), “Effectiveness of health training in higher educational institutions”, *Collection of materials of the III All-Russian scientific and practical conference with international participation*, Volume 2, Volgograd, pp. 267–270.

Контактная информация: chere-n@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 05.04.2023

УДК 378.14.015.62

ТЕНДЕНЦИИ ИЗМЕНЕНИЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ВУЗА, ОСВАИВАЮЩИХ ДИСЦИПЛИНУ «ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ БАЗОВЫМ ВИДАМ СПОРТА (ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА)»

Валерий Филиппович Костюченко, доктор педагогических наук, профессор, Владимир Евгеньевич Лутковский, кандидат педагогических наук, доцент, Светлана Михайловна Сухарева, кандидат педагогических наук, Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П. Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург

Аннотация

Введение. В настоящее время прослеживается тенденция к ухудшению физической подготовленности студенческой молодежи в результате снижения двигательной активности. Студенты университета физической культуры и спорта обладают более высоким уровнем двигательной активности, что обусловлено регулярными целенаправленными занятиями физической культурой и спортом в рамках образовательного процесса и тренировочной деятельности. Цель исследования: выявить тенденции изменения специальной физической подготовленности студентов как результат освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика)» в период с 2016 по 2022 учебные года. Методы и организация исследования: для решения поставленных задач был проведен статистический анализ уровня специальной физической подготовленности студентов. Полученные данные были проанализированы в сравнении с нормативными требованиями рабочей программы дисциплины. Выводы: в результате изучения данных был выявлен различный уровень подготовленности студентов, обучающихся на первом курсе университета физической культуры и спорта в период с 2016 по 2022 года. У женщин наблюдается снижение уровня специальной физической подготовленности, а у мужчин отмечается волнообразное его изменение с увеличением в период обучения в 2021–22 годах.

Ключевые слова: специальная физическая подготовленность, студенты, легкая атлетика, спортивное образование.

TRENDS IN THE SPECIAL PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS AS A RESULT OF MASTERING THE DISCIPLINE "THEORY AND METHODOLOGY OF TEACHING BASIC SPORTS (ATHLETICS)"

Valery Filippovich Kostyuchenko, the doctor of pedagogical sciences, professor, Vladimir Evgenievich Lutkovsky, the candidate of pedagogical sciences, docent, Svetlana Mikhailovna Sukhareva, the candidate of pedagogical sciences, docent, Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg

Abstract

Introduction. Currently, there is a tendency to a deterioration in the physical training of students as a result of a decrease in motor activity. Students of the University of Physical Culture and Sports have a higher level of motor activity, which is due to regular purposeful physical culture and sports activities as part of the educational process and training activities. The purpose of the study: to identify trends in the special physical education of students as a result of mastering the discipline "Theory and methodology of teaching basic sports (athletics)" in the period from 2016 to 2022 academic years. Methods and organization of the study: a statistical analysis of the level of special physical fitness of students was completed. The data obtained were analyzed in comparison with the regulatory requirements of the discipline's work schedule.

Discussion: as a result, the level of preparedness of students studying in the first year of the University of Physical Culture and Sports in the period from 2016 to 2022 was revealed. Women have a decrease in the level of special physical fitness, men have a wave-like change with an increase during the training period in 2021-22.

Keywords: special physical fitness, students, athletics, sports education.

ВВЕДЕНИЕ

Система высшего образования в сфере подготовки специалистов в области физической культуры и спорта предъявляет высокие требования к структуре и организации образовательного процесса. Это ведет к повышению уровня подготовленности обучающихся студентов, для качественного освоения ими знаниями умениями и навыками. Профессиональное развитие обучающихся направленно на формирование необходимых компетенций, отражающих специфику овладения студентами программы бакалавриата по направлению 49.03.01 (Физическая культура). Освоение практических дисциплин определяется путем оценки техники изучаемого вида спорта и соревновательного результата.

В настоящее время прослеживается тенденция к ухудшению физической подготовленности студенческой молодежи в результате снижения двигательной активности [1, 3]. Студенты университета физической культуры и спорта обладают более высоким уровнем развития физических способностей, что обусловлено их целенаправленной мотивацией к регулярным занятиям физической культурой и спортом и достаточным количеством практических дисциплин. Однако в период с 2020 по 2021 года с целью профилактики распространения коронавирусной инфекции образовательный процесс был частично переведен на обучение с применением электронных и дистанционных образовательных технологий, что повлекло за собой снижение двигательной активности студентов.

Целью данного исследования стало выявление тенденций в изменении физической подготовленности студентов очной формы обучения как результат освоения дисциплины «Теория и методика обучения базовым видам спорта (легкая атлетика)» (далее ТиМОБВС (легкая атлетика)) в период с 2016 по 2022 учебные года.

МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

С целью выявления индивидуальных требований к освоению программы обучения в университетах физической культуры и спорта для студентов очной формы обучения была проведена оценка специальной физической подготовленности. В исследовании приняло участия 437 студентов, обучающихся очно на 1 курсе.

Студенты очной формы обучения в большинстве своем являются действующими спортсменами различных специализаций и квалификации, осуществляющие спортивную подготовку по своим видам спорта. Программа освоения дисциплины ТиМОБВС (легкая атлетика) предполагает практическое изучение видов в объеме 144 часов. Практические занятия проходят три раза в неделю в соответствии с учебным планом образовательного учреждения [2]. Это дает студентам возможность иметь более высокий уровень физической подготовленности.

Исследование проводилось на учебных группах различных спортивных специализаций в течение шести лет после освоения дисциплины ТиМОБВС (легкая атлетика).

Для определения уровня физической подготовленности были использованы соревновательные упражнения. К ним относились виды из групп бега, прыжков и метаний. В беге на 50 м оценивался уровень развития комплексных форм быстроты. В беге на 500 м у женщин и 1000 м у мужчин оценивался уровень развития специальной выносливости. В прыжках в длину и в высоту (способом «перешагивание») оценивался уровень развития скоростно-силовых способностей с преимущественным проявлением скоростных способностей. В толкание ядра (способом «со скачка») оценивался уровень развития скоростно-силовых способностей с преимущественным проявлением силы.

Оценивание физической подготовленности производилось путем соотношения соревновательного результата нормативным требованиям рабочей программы дисциплины. Нормативные требования были разработаны на основании Единой всероссийской спортивной классификации (ЕВСК) по виду спорта: легкая атлетика. Возможность использования соревновательных упражнений для оценивания физической и технической подготовленности студентов общего курса исходит из их предыдущего опыта, полученного при освоении данных видов в рамках многолетней школьной программы и последующего его совершенствования на практических занятиях по овладению дисциплины ТиМОБВС (легкая атлетика).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для удобства анализа и наглядности изменения результатов оценки физической подготовленности, было принято решение период с 2016 по 2022 года разделить на 3 временные промежутка по 2 учебных года. Следует отметить, что 2020 год был исключен из статистического анализа по причине перехода студентов на обучение с применением электронных и дистанционных образовательных технологий.

Таблица – Результаты выполнения практических нормативов по «базовым» видам легкой атлетики студентами дневного отделения в период 2016–2022 годы (n=437)

Годы обучения	Виды легкой атлетики				
	Спринт (с), М±m	Средние дистанции (с), М±m	Прыжки в длину (м), М±m	Прыжки в высоту (см), М±m	Толкание Ядра (м), М±m
Мужчины					
2016/17	7,1±0,1	206,4±3,3	4,52±0,06	136,6±0,6	8,21±0,12
2018/19	7,0±0,1	211,6±3,8	4,36±0,07	133,0±1,5	7,90±0,27
2021/22	7,1±0,1	211,1±2,6	4,41±0,07	137,8±0,6	8,19±0,18
Женщины					
2016/17	8,4±0,1	107,4±2,7	3,53±0,04	114,9±0,6	6,35±0,13
2018/19	8,4±0,1	114,6±2,9	3,39±0,04	116,9±0,5	6,56±0,11
2021/22	8,6±0,1	120,1±2,2	3,20±0,03	114,5±0,5	6,24±0,11

В результате анализа полученных данных видно, что у студентов мужского пола, обучающихся в период 2016-2017 годов, уровень развития выносливости и скоростно-силовых способностей (с преимущественным проявлением как скоростных способностей, так и силы) по результатам прыжка в длину с разбега и толкания ядра выше относительно других исследуемых групп. Однако у первокурсников 2021-2022 года обучения можно выделить результаты, показанные прыжках в высоту, отражающие более высокий уровень

развития скоростно-силовых способностей. Данные исследования показывают, что хуже физически подготовленными являются студенты, обучающиеся в период с 2018 по 2019 год. По четырем из 5 видов легкой атлетики в среднем по группе были показаны результаты ниже в сравнении с другими исследуемыми категориями.

У женщин тенденции изменения абсолютных показателей специальной физической подготовленности при выполнении практических нормативов отличаются от мужчин. Низким уровнем развития всех физических способностей отличаются студентки, обучающиеся в период с 2021 по 2022 года. Существенные различия наблюдаются в беге на средние дистанции и в прыжках в длину. Результаты хуже в сравнении с другими категориями на 27% и 10,3% соответственно. Выше результаты были показаны в период обучения 2016-2017 годов в дисциплинах бег на средние дистанции и прыжок в длину, в 2018-2019 годах – в толкании ядра и в прыжках в высоту. Уровень развития комплексных форм быстроты у студентов в период с 2016 по 2019 годы был в среднем одинаковым.

Анализ физической подготовленности студентов по относительным показателям, в соответствии с адаптированными требованиями рабочей программы обучения показывает, что уровень выполнения практических нормативов у мужчин выше, чем у женщин (рисунок).

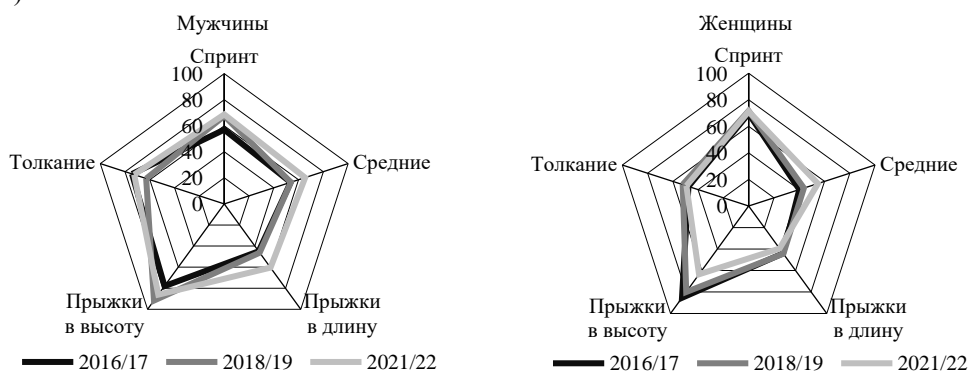


Рисунок – Показатели уровня выполнения практических нормативов по «базовым» видам легкой атлетики студентами после практических занятий в период 2016–2022 годы (оценка результатов от 100% баллов)

Для удобства анализа были определены уровни развития специальных физических способностей, где диапазон с 1–39% определял низкий уровень развития и минимальное количество баллов за результат при сдаче норматива (удовлетворительно), 40–79% – средний уровень (хорошо), от 80 до 100% высокий (отлично).

Наиболее успешным в освоении является прыжок в высоту, как у мужчин, так и у женщин, что свидетельствует о высоком уровне развития скоростно-силовых способностей с преимущественным проявлением скоростных способностей, за исключением 2016-17 года у мужчин и 2021-22 года у женщин, где результат соответствовал значению «хорошо». Также в диапазоне среднего уровня развития находятся комплексные формы проявления быстроты, которые оценивались по результату бега на 50 м и скоростно-силовые способности с преимущественным проявлением силы по результатам толкания ядра со скачка. Менее развитыми, но находящимися в пределах значения «хорошо» являются выносливость и скоростно-силовые способности, оценивающиеся при помощи прыжка в длину с разбега. Низкие результаты выполнения практического норматива прыжков в длину с разбега, по отношению к прыжкам в высоту можно объяснить более сложной структурой движения, где требуется на высокой скорости изменить направление движения в фазе отталкивания.

На рисунке видно, что мужчины обладают более гармоничным развитием физических способностей, в сравнении с женщинами. В целом, развитие физических способностей находится в относительно равных диапазонах без смещения акцента на конкретный

вид легкой атлетики.

ВЫВОДЫ

Результаты исследования показывают на изменение уровня специальной физической подготовленности у студентов первого курса университета физической культуры и спорта в период с 2016 по 2022 год. Наблюдается волнообразное изменение уровня развития специальных физических способностей у мужчин со снижением в период 2018-2019 года и ростом в период 2021-2022 года. У женщин зафиксировано отрицательное изменение уровня подготовленности в исследуемый временной период. Однако показатели уровня выполнения практических нормативов по «базовым» видам легкой атлетики студентов дневного отделения после практических занятий находятся в диапазоне «среднего» значения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бондин В.И. Мотивы физического воспитания и спорта для развития культуры здоровья учащихся / В.И. Бондин, Т.А. Степанова, М.В. Белавкина // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 5. – С. 15–16.
2. Костюченко, В.Ф. Особенности освоения базовых видов легкой атлетики при различных формах обучения в физкультурных вузах / В.Ф. Костюченко, В.Е. Лутковский, С.М. Сухарева // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 4 (194). – С. 221–226.
3. Организационно-методическое обеспечение процесса коррекции низкого уровня физической подготовленности студентов вуза / Е.В. Тарабарина, В.В. Кононец, Т.И. Диденко, Л.Н. Фомина // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – №2. – С. 254–262.

REFERENCES

1. Bondin, V.I., Stepanova, T.A. and Belavkina, M.V. (2020), “Physical education and sports motivations to develop student health culture”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 5. pp. 15–16.
2. Kostyuchenko, V.F., Lutkovsky, V.E. and Sukhareva, S.M. (2021), “Features of the development of basic types of track-and-field athletics in various forms of training in physical education universities”, *Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta*, No. 4 (194), pp. 221–226.
3. Tarabarina, E.V., Kononets, V.V., Didenko, T.I. and Fomina, L.N. (2016), “Organizational and methodological support of the process of correcting the low level of physical fitness of university students”, *Modern problems of science and education*, No. 2, pp.254–262.

Контактная информация: s.suhareva@lesgaft.spb.ru

Статья поступила в редакцию 30.03.2023

УДК 378.14

ПОСТРОЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗАХ: СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА

Владимир Владимирович Кочергин, доцент, Сергей Тихонович Севрюков, старший преподаватель, Сергей Анатольевич Андронов, старший преподаватель, Надежда Николаевна Ткачева, старший преподаватель, Татьяна Евгеньевна Мануковская, старший преподаватель, Сергей Борисович Пронин, старший преподаватель, Воронежский государственный педагогический университет, Воронеж

Аннотация

В современном мире специалистами в области медицины, физической культуры, общего образования проведено немало исследований, в связи, с чем резко возросло количество информационных источников, содержащих в себе результаты экспериментов и опыты по изменению физического воспитания применимо к современным условиям. Ученые представляют свои точки зрения относительно того, каким образом должны составляться программы по физическому воспитанию, какие аспекты они должны включать, как правильно организовать процесс. Поэтому, беря во внимание