

период до 2030 года / С.И. Петров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 9 (211). – С. 374–379.

2. Подготовка спортивного резерва в высшем образовании в области физической культуры и спорта / С.И. Петров, В.Б. Соловьев, Е.Н. Медведева, Н.Г. Закревская // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 1. – С. 5–7.

3. Положение о спортивном клубе «СКИФ им. П.Ф. Лесгафта». – URL: http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/u116/upload/polozhenie_o_sportivnom_klube_skif_im_p.f_lesgaf.ta.pdf (дата обращения: 03.03.2023 г.).

4. Положение о кафедре Теории и методике борьбы. – URL: <http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/u88/upload/polozhenie.pdf> (дата обращения: 03.03.2023 г.).

5. Положение об отделении Высшего спортивного мастерства. – URL: <http://spbuor.ru/> (дата обращения: 03.03.2023 г.).

6. Петров С.И. Структурные показатели образовательной деятельности в вузах физической культуры / С.И. Петров // Теория и практика физической культуры. – 2023. – № 1. – С. 30–32.

REFERENCES

1. Petrov, S.I. (2022), "Designing the development program of the Lesgaft National State University of Physical Culture, Sports and Health, St. Petersburg for the period up to 2030", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgaf*, No. 9 (211), pp. 374–379.

2. Solovyov, V.B., Petrov, S.I., Medvedeva, E.N. and Zakrevskaya, N.G. (2023), "Preparation of a sports reserve in higher education in the field of physical culture and sports", *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 1, pp.33–35.

3. *Regulations on the P.F. Lesgaft SKIF Sports Club*, available at: <http://spbuor.ru/> (accessed 03.03.2023).

4. *Regulations on the Department of Theory and Methodology of Wrestling*, available at: <http://lesgaft.spb.ru/sites/default/files/u88/upload/polozhenie.pdf> (accessed 03.03.2023).

5. *Regulations on the Department of Higher Sports Skills*, available at: <http://spbuor.ru/> (accessed 03.03.2023).

6. Petrov, S.I. (2003), "Structural indicators of educational activity in universities of physical culture", *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 1, pp. 30–32.

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

Статья поступила в редакцию 28.04.2023

УДК 372.879.6

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Маргарита Александровна Петрова, кандидат педагогических наук, доцент, Российский государственный социальный университет, Москва; **Антон Сергеевич Болдин**, старший преподаватель, Московский государственный технический университет гражданской авиации, Москва; **Александр Викторович Доронцев**, кандидат педагогических наук, доцент, Астраханский государственный медицинский университет, Астрахань; **Людмила Юрьевна Климова**, старший преподаватель, Московский государственный психолого-педагогический университет, Москва

Аннотация

Нами анализировались показатели морфофункционального развития и физической подготовленности учащихся младшего школьного возраста под воздействием различных способов проведения подвижных игр. Методы и организация исследования. Исследование проводилось в 2021–2022 учебном году, в нем принимали участие 254 учащихся 2-3 классов школ города Москвы. Характеристики длины и массы тела, ЖЕЛ, кистевой динамометрии, ОГК, САД и ДАД, ЧСС в покое, бега на 30 м и 300 м, прыжка в длину с места, метания мяча, PWC 150 определялись по стандартным методикам. Результаты исследования. Результаты свидетельствовали о широком диапазоне разброса анализируемых показателей у данного контингента школьников. Комплексное использование средств

физической культуры в рамках проведения подвижных игр более существенно улучшила уровень физической подготовленности учащихся, повысила уровень сформированности техники двигательных действий, интерес к занятиям по физической культуре и улучшила состояние здоровья.

Ключевые слова: учащиеся, морфофункциональное состояние, физическая подготовленность, заболеваемость, состояние здоровья, подвижные игры.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.04.p304-308

OUTDOOR GAMES AT THE PROCESS OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN'S PHYSICAL EDUCATION

Margarita Alexandrovna Petrova, the candidate of pedagogical science, docent, Russian State Social University, Moscow; Anton Sergeevich Boldin, the senior teacher, Moscow State Technical University of Civil Aviation, Moscow; Alexander Viktorovich Dorontsev, the candidate of pedagogical science, docent, Astrakhan State Medical University, Astrakhan; Lyudmila Yurievna Klimova, the senior teacher, Moscow State University of Psychology and Education, Moscow

Abstract

We analyzed the indicators of morpho functional development and physical fitness of primary school students under the influence of various ways of outdoor games. Methods and organization of the study. The study was conducted in the 2021-2022 academic year, 254 students in grades 2-3 of Moscow schools took part in it. Characteristics of body length and weight, VC, carpal dynamometry, O GK, SBP and DBP, heart rate at rest, running 30 m and 300 m, standing long jump, throwing the ball, PWC 150 were determined by standard methods. Research results. The results testified to a wide range of scatter of the analyzed indicators for this contingent of schoolchildren. The complex use of physical culture means in the framework of outdoor games more significantly improved the level of physical fitness of students, increased the level of formation of the technique of motor actions, increased interest in physical education classes and improved the state of health.

Keywords: students, morpho functional state, physical fitness, morbidity, health status, outdoor games.

В настоящее время одни педагоги [1, 2, 3] используют подвижные игры у младших школьников обособленно от средств развития физических качеств и формирования техники двигательных действий, другие [4, 5] пытаются применять эти средства комплексно в рамках проведения подвижных игр. В этой связи мы хотели проверить эффективность данных способов подбора средств в процессе использования подвижных игр у младших школьников, что и являлось актуальностью данной работы.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ коэффициентов вариации показал, что у детей младшего школьного возраста только характеристики длины тела ($V=3,4-4,6\%$), окружности грудной клетки ($V=6,4-6,7\%$), ЖЕЛ ($V=9,5-9,9\%$), диастолического артериального давления ($V=9,0-9,7\%$) следует считать однородными. Другие результаты (систолическое артериальное давление, частота сердечных сокращений и масса тела) были уже неоднородны ($V>10,0\%$), а наиболее вариabельными у данного контингента обучающихся следует считать показатели кистевой динамометрии ($V=26,8-27,2\%$).

Результаты данного исследования свидетельствовали о широком диапазоне разброса показателей характеристик морфофункционального развития детей младшего школьного возраста.

У учащихся нами также определялись результаты коэффициентов асимметрии (А) и эксцесса (Е). распределения анализируемых показателей развития. Характеристики асимметрии массы тела, ОГК, ЖЕЛ, систолического и диастолического артериального давления кистевой динамометрии имели положительные величины, и они не превышали

критические значения, а вот результаты кистевой динамометрии и частоты сердечных сокращений в покое существенно отличались от нормального развития. Анализ коэффициентов эксцесса показал, что только показатели массы тела заметно превышали критические значения.

По нашим данным, средняя арифметическая величина большинства анализируемых показателей служит точной оценкой генеральной совокупности результатов данного контингента занимающихся. Только результаты кистевой динамометрии составляли исключение (0,080–0,086), поэтому для более точной оценки данного показателя необходимо увеличить число испытуемых.

Нами проводился педагогический эксперимент, в котором определялась эффективность различных способов проведения подвижных игр на кроках физической культуры: у учащихся экспериментальной группы средства для развития физических качеств и формирования техники основных двигательных действий использовались комплексно в рамках проведения подвижных игр, у обучающихся контрольной группы применялись отдельно подвижные игры общей направленности, средства для развития физических качеств и упражнения для формирования техники двигательных действий

В начальном тестировании были рассчитаны средние значения показателей морфофункционального развития и физической подготовленности учащихся младшего школьного возраста контрольной ($n=126$) и экспериментальной ($n=128$) групп. Все анализируемые характеристики соответственно достоверно не различались, указывая на то, что уровень развития морфофункциональных показателей и физической подготовленности учащихся приблизительно одинаков в этих группах.

За экспериментальный период (один год) у детей достоверно изменились показатели физического развития: длина тела (контрольная – 3,0%, экспериментальная – 3,1%), масса тела (контрольная – 7,8%, экспериментальная – 10,0%), ОГК (контрольная – 2,4%, экспериментальная – 2,8%) увеличились в обеих группах на пятипроцентном уровне значимости.

Существенно увеличились показатели мышечной силы (контрольная группа – 20,4%, $p<0,05$; экспериментальная – 21,8%, $p<0,01$) и ЖЕЛ (контрольная – 10,6%, $p<0,05$; экспериментальная – 15,3%, $p<0,05$), заметно улучшились характеристики ЧСС в покое у детей экспериментальной группы (6,8%, $p<0,05$), а вот аналогичные данные у учащихся контрольной группы изменились незначительно (4,1%, $p>0,05$). У обучающихся обеих групп показатели артериального давления (САД, ДАД) изменились незначительно.

У занимающихся контрольной группы отмечалось уменьшение доли с нормальным физическим развитием, возрастание доли группы риска и отклонений в развитии, увеличение на 10,2% доли детей с избыточной массой тела.

В динамике показателей морфофункционального развития учащихся экспериментальной группы прослеживалась несколько другая тенденция: развитие большинства этих характеристик не отклонялось от нормы. Прослежены изменения по массе тела, выражающиеся в том, что более чем у половины детей изменились соотношения длины и массы тела, несколько чаще за счет большего увеличения массы тела.

У учащихся контрольной группы достоверно улучшились показатели бега на 30 м (5,7%, $p<0,05$) и 300 м (5,3%, $p<0,05$), у обучающихся экспериментальной группе анализируемые показатели изменились более существенно: метание мяча на дальность (9,5%, $p<0,01$), прыжок в длину с места (5,5%, $p<0,05$), бег 300 м (6,2%, $p<0,05$), бег 30 м (5,9%, $p<0,05$).

Следовательно, за период исследования в контрольной группе изменились достоверно два показателя, а в экспериментальной – шесть анализируемых характеристик.

По мнению 8 экспертов, техника бега (5,4%), прыжковых упражнений (4,8%) существенно улучшилась у детей экспериментальной группы, у обучающихся контрольной группы такие изменения выявлены только в беговых упражнениях.

Комплексное применение средств в рамках проведения подвижных игр нравится 91,4% детей экспериментальной группы, раздельное применение средств в рамках проведения подвижных игр (контрольная группа) – 51,6%.

Анализ показателей физической работоспособности показал, что за период исследования только у школьников экспериментальной группы существенно повысились показатели PWC 150 (20,1%, $p < 0,05$). У учащихся контрольной группы данный показатель изменился (12,3%, $p > 0,05$) несущественно. Достоверный рост показателей физической работоспособности у учащихся экспериментальной группы способствовал и существенному улучшению характеристик умственной работоспособности: интенсивность работы за 4 минуты (8,9%, $p < 0,05$), количество ошибок на дифференцировку (6,8%, $p < 0,05$). Таким образом, применение комплексного использования средств в рамках проведения подвижных игр на уроках физической культуры позитивно отразилось на показателях физической и умственной работоспособности учащихся.

По результатам наших исследований заболеваемость детей по обращаемости за медицинской помощью в лечебно-профилактические учреждения в конечном обследовании в контрольной группе составила 237 случаев (на 100 детей), в экспериментальной – 198 (на 100 детей), хотя в начальном обследовании эти показатели не различались. Следовательно, у учащихся экспериментальной группы прослеживалось более существенное снижение уровня заболеваемости (19,5%, $p < 0,05$).

В конечном обследовании в структуре заболеваемости детей первое место занимали болезни органов дыхания (контрольная – 74,6%, экспериментальная – 67,2%). Среди них более высок удельный вес острых респираторно-вирусных инфекций и гриппа (контрольная – 78,7%, экспериментальная – 74,4%), тонзиллит встречался несколько реже (контрольная – 11,7%, экспериментальная – 14,0%), бронхит и пневмония составили (соответственно 9,6% и 11,6%). Значительно реже регистрировали заболевания других классов: нервная система и органы чувств, болезни кожи и болезни пищеварения. Характерной особенностью сезонной динамики острой заболеваемости у детей младшего школьного возраста являлось начало подъема её в декабре с максимальным пиком в феврале. Данная закономерность прослеживалась у детей обеих групп. За учебный год в контрольной группе обнаружено большее число дней болезни на одного ребенка.

В контрольной группе 8,7% занимающихся были отнесены к категории часто болеющих, в экспериментальной группе таких детей значительно меньше (3,9%). В экспериментальной группе отчетливо прослеживалась большая доля детей, которая не болела за учебный год (26,6%), а в контрольной группе только 15,1% учащихся не обращались к врачу в течение года. Аналогичная особенность прослеживалась и по показателям часто болеющих детей.

Следовательно, большие величины показателей заболеваемости наблюдались у детей контрольной группы по сравнению с учащимися экспериментальной группы.

По данным индивидуального анализа, большинство детей контрольной группы (69,0%) сохранили свой первоначальный уровень здоровья, 19,8% его существенно улучшили, а 11,2% – ухудшили. В экспериментальной группе выявлена более благоприятная динамика и по показателям индивидуального развития: улучшили уровень здоровья 38,3%, сохранили – 61,7%.

ВЫВОДЫ

Комплексное применение средств физической культуры в рамках подвижных игр существенно улучшила уровень физической подготовленности учащихся, сформированность техники двигательных действий, повысила интерес к занятиям по физической культуре и улучшила состояние здоровья.

ЛИТЕРАТУРА

1. Абрамишвили Г.А. Основные направления дифференцирования физического воспитания учащихся в общеобразовательном учебном заведении / Г.А. Абрамишвили, В.Ю. Карпов // Научный

поиск. – 2015. – № 1. – С. 67–70.

2. Карпов В.Ю. Потребностно-мотивационные характеристики физической культуры младших школьников новых типов учебных заведений / В.Ю. Карпов, Г.А. Абрамишвили // Вестник Сочинского государственного университета туризма и курортного дела. – 2011. – № 2(16). – С. 141–143.

3. Карпов, В.Ю. Типоспецифическая физическая подготовка учащихся младшего школьного возраста лицеев и гимназий / В.Ю. Карпов, Г.А. Абрамишвили // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 10 (80). – С. 113–117.

4. Повышение качества учебного процесса по физической культуре на основе обучения технике двигательных действий / В.А. Кудинова, В.Ю. Карпов, А.С. Болдов, Н.Н. Маринина // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 7. – С. 61–63.

5. Подвижные игры в режиме прогулок детей 5-6 лет в дошкольных образовательных организациях как резерв воспитания физических качеств / В.Ю. Карпов, М.А. Петрова, М.С. Антонова [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2019. – № 3 (169). – С. 131–135.

REFERENCES

1. Abramishvili, G.A. and Karpov, V.Yu. (2015), “The main directions of differentiation of physical training of pupils in general educational institution”, *Scientific search*, No. 1, pp. 67–70.

2. Karpov, V.Yu. and Abramishvili, G.A. (2011), “Need-motivational characteristics of physical culture of younger school students of new types of educational institutions”, *Bulletin of Sochi State University*, No. 2, pp. 141–143.

3. Karpov, V.Yu. and Abramishvili, G.A. (2011), “Type-specific physical training of pupils of younger school age of lyceums and gymnasiums”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 80, No. 10, pp. 113–117.

4. Kudinova, V.A., Karpov, V.Yu., Boldov, A.S. and Marinina, N.N. (2021), “Motor skills training model to improve school physical education service quality”, *Theory and Practice of Physical Culture*, No. 7, pp. 61–63.

5. Karpov, V.Yu., Petrova, M.A., Antonova, M.S., Sharagi, V.I. and Afonina, G.S. (2019), “Outdoor games in the mode of walking for children 5-6 years old in pre-school educational organizations as a reserve for the education of physical qualities”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 169, No. 3, pp. 131–135.

Контактная информация: petrovam.a.0811@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 27.04.2023

УДК 796.011

К ВОПРОСУ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ПРАВООХРАНИТЕЛЬНЫХ ОРГАНОВ

Алексей Юрьевич Плешивцев, кандидат педагогических наук, старший преподаватель, Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации, Волгоград; Кантемир Олегович Князев, преподаватель, Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал) Краснодарского университета Министерства внутренних дел Российской Федерации, Нальчик; Андрей Михайлович Мишин, кандидат юридических наук, доцент Восточно-Сибирский институт Министерства внутренних дел Российской Федерации, Иркутск

Аннотация

Целью работы является совершенствование физической подготовки сотрудников правоохранительных органов по средствам использования в процессе профессиональной служебной и физической подготовки ситуаций служебной деятельности, связанных с силовым задержанием правонарушителей, в том числе при защите сотрудников от нападения с холодным, огнестрельным оружием, предметом. В данной статье проводится анализ методики физической подготовки сотрудников правоохранительных органов. Рассматривая объект данного исследования, авторы делают вывод о том, что вышеуказанной системе подготовки требуется более широкое и многостороннее совершенствование, частные примеры которого приводятся в данной статье.