

111–116.

5. Каткова Т.В. Внедрение дистанционных образовательных технологий в процесс обучения по индивидуальному графику студентов вуза физической культуры / Т.В. Каткова // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2015. – № 11 (ноябрь). – С. 61–65. – URL: <http://e-koncept.ru/2015/15387.htm> (дата обращения: 19.06.2023).

6. Лигостаева Н.Д. Физическое воспитание студенческой молодежи с использованием информационных технологии / Н.Д. Лигостаева, А.О. Алексина // OlymPlus. Гуманитарная версия. – 2023. – № 1 (16). – С. 63–66.

7. Янковская Е.С. Мониторинг цифровой трансформации в Российской Федерации / Е.С. Янковская // Ученые записки Санкт-Петербургского имени В.Б. Бобкова филиала Российской таможенной академии. – 2021. – № 4 (80). – С 53–56.

REFERENCES

1. Vyprikov, D.V., Titovsky, A.V., Egorov, A.B. and Zapparov, R.I. (2020), “The influence of modern electronic devices and applications on the motivation of students to engage in physical culture”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (179), pp. 125–129.

2. Ivanova, L.A. and Kazakova, O.A. (2020), “Motor activity of university students in a pandemic”, *International and interregional integration in a pandemic: economic, socio-cultural and legal problems*, collection of scientific articles of the All-Russian Scientific and Practical Online Conference with international participation, Samara, pp. 438–443.

3. Ivanova, L.A. and Danilova, A.M. (2020), “The role of a PR- company in the system of promoting educational services of a university”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 3 (181), pp. 168–172.

4. Ivanova, L.A., Ivanov, I.A. and Raznichenko, M.M. (2023), “Awareness of students in matters of a healthy lifestyle”, *OlymPlus. Humanitarian version*, No.1 (16), pp. 111–116.

5. Katkova, T.V. (2015), “Introduction of distance educational technologies into the learning process according to the individual schedule of students of the University of Physical Culture”, *Concept*, No. 11, available at: <http://e-koncept.ru/2015/15387.htm> (accessed: 19 June 2023).

6. Ligostaeva, N.D. and Aleksina, A.O. (2023), “Physical education of students using information technology”, *OlymPlus. Humanitarian version*, No. 1 (16), pp. 63–66.

7. Yankovskaya, E.S. (2021), “Monitoring of digital transformation in the Russian Federation”, *Scientific notes of the St. Petersburg V.B. Bobkov Branch of the Russian Customs Academy*, No 4 (80), pp. 53–56.

Контактная информация: aleksinaphd@gmail.com

Статья поступила в редакцию 23.06.2023

УДК 796.077

МНОГОЛЕТНЯЯ ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА ГОРОДА КРАСНОДАРА В ПЕРИОД С 2012 ПО 2022 ГОДЫ

Наталья Александровна Амбарцумян, старший преподаватель, Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма, Краснодар

Аннотация

В рамках настоящего исследования осуществлялось сравнение показателей физической подготовленности детей школьного возраста, проживавших в городе Краснодаре в 2012-м и в 2022-м годах. Цель исследования: анализ 10-летней динамики физической подготовленности детей школьного возраста г. Краснодара. Методы исследования: анализ данных научной литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики. Результаты исследования и выводы. В результате проведенного констатирующего исследования можно сделать заключение о том, что с 2012 по 2022 гг общий уровень физической подготовленности школьников г. Краснодар испытывает тенденцию к снижению, что предопределяет необходимость принятия неотложных мер в отношении повышением роли физической подготовки обучающихся.

Ключевые слова: физическая подготовленность, мониторинг, школьники, динамика, комплекс ГТО.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.06.p13-19

LONG-TERM DYNAMICS OF PHYSICAL FITNESS OF SCHOOL-AGE CHILDREN OF KRASNODAR IN THE PERIOD FROM 2012 TO 2022

Natalia Alexandrovna Hambarzumyan, senior teacher, Kuban State University of Physical Culture, Sports and Tourism, Krasnodar

Abstract

As part of the study, the indicators of physical fitness of school-age children living in the city of Krasnodar in 2012 and in 2022 were compared. The purpose of the study: to analyze the 10-year dynamics of physical fitness of school-age children in Krasnodar. Research methods: analysis of scientific literature data, pedagogical testing, methods of mathematical statistics. Research results and conclusions. As a result of the conducted ascertaining research, it can be concluded that from 2012 to 2022, the overall level of physical fitness of schoolchildren in Krasnodar is experiencing a downward trend, which determines the need for urgent measures to increase the role of physical training of students.

Keywords: physical fitness, monitoring, schoolchildren, dynamics, TRP complex.

ВВЕДЕНИЕ

До недавнего времени подавляющее число публикаций, описывающих изменение параметров физической подготовленности детей и подростков в отечественных научных журналах, свидетельствовали о наличии устойчивой тенденции снижения уровня физической подготовленности подрастающего поколения [1, 5, 7, 11]. Однако с момента возрождения комплекса ГТО (с 2014-го года) подобных публикаций стало значительно меньше [4]. Появились публикации об определенном росте показателей физической подготовленности детей и молодежи [4, 9].

Вместе с тем в период с 2020 по 2021 гг в связи с действовавшей в этот период пандемии COVID-19 снова проявилась тенденция снижения уровня общей физической подготовленности [8]. В этой связи целесообразно установить истинный характер изменений параметров физической подготовленности детей.

Целью исследования явился анализ многолетней (затрагивающей 10-летний диапазон) динамики физической подготовленности детей школьного возраста города Краснодара, с тем чтобы наметить пути коррекции процесса физического воспитания школьников.

МЕТОДИКА

В рамках данного исследования осуществлялось сравнение показателей физической подготовленности детей школьного возраста (обучающихся 1–11 классов, детей 7–17 лет) по результатам соответствующего мониторинга. Сравнение осуществлялось между сверстниками, проживавшими в городе Краснодаре в 2012-м и в 2022-м гг. Обследование проводилось по показателям шести контрольных упражнений, соответствующих испытаниям ВФСК ГТО (предложенная программа тестирования была сформирована задолго до появления действующего комплекса ГТО) [6].

Основными методами исследования явились: анализ научной литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики. В частности, вычислялись показатели среднего арифметического, стандартного отклонения, а также ошибки репрезентативности показателей физической подготовленности. На основе данных показателей определялась достоверность различий по методу Стьюдента.

В исследовании были задействованы свыше 11 тысяч обучающихся шести общеобразовательных организаций г. Краснодара, в т. ч. 5866 мальчиков и 5996 девочек. Полученные в процессе статистической обработки результаты представлены в таблицах 1 и 2.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Анализ данных таблицы 1, содержащей результаты сформированности физических качеств мальчиков и юношей свидетельствует, что за прошедшие 10 лет уровень их физической подготовленности, в целом, снизился почти на 2,5%. Данное общее снижение обусловлено тем, что параметры ряда физических способностей (скоростных, координационных, силовых) за истекший период показали тенденцию к снижению (соответственно, на -1,8%; -1,0% и -18,7%). При этом стоит отметить, что по данным ранее проведенного аналогичного исследования, затрагивающего 7-летнюю динамику (в диапазоне 2012–2019 гг), наблюдался общий прирост результатов мальчиков (юношей) по всем рассматриваемым физическим качествам [3]. По всей видимости, снижение базовых показателей в течение последних двух-трех лет (2020–2022 гг) обусловлено негативными факторами, связанными с пандемией COVID-19.

В то же время снижение показателей физических качеств зафиксировано не по всем параметрам. В частности, по показателям уровня развития гибкости мальчики и юноши продемонстрировали положительную динамику, составляющую почти %. Кроме того, показатели выносливости и скоростно-силовых способностей мышц нижних конечностей у обучающихся мужского пола практически не изменились (диапазон изменения показателей составил лишь ±0,1%).

Проведенный сравнительный анализ также свидетельствует о том, что у мальчиков за истекшие 10 лет часто наблюдаются статистически значимые отличия, которые, к сожалению, имеют статистически значимый характер. Особенно это относится к показателям скоростных, координационных и силовых способностей.

Таблица 1 – Сравнительные данные физической подготовленности мальчиков – обучающихся в городе Краснодаре в 2012 и 2022 гг

Класс / возраст (лет)	Бег на 30* или 60** м, с			Челночный бег 3x10 м, с			Бег на 1,0*, 1,5** или 2,0*** км, с			Прыжок в длину с места, см			Наклон вперед из и.п. стоя, см			Подтяг. на высокой перекладине, раз			Общая динамика, %
	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022 (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты, 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	
1/7-8	6,6±0,04	6,7±0,05	-1,5	10,0±0,06	9,9±0,09	+1,0	417,2±4,44	388,1±5,47	+7,0	123,5±1,04	121,3±1,57	-1,8	1,7±0,36	1,9±0,45	+11,8	2,0±0,22	1,1±0,14	-45,0	-4,8
2/8-9	6,3±0,03	6,5±0,05	-3,2 ****	9,3±0,04	9,5±0,08	-2,2	375,8±3,05	375,9±4,38	0,0	134,2±0,92	132,7±1,35	-1,1	2,4±0,25	3,0±0,41	+25,0	1,7±0,14	1,7±0,17	0,0	+3,1
3/9-10	6,2±0,04	6,5±0,05	-4,8	9,0±0,05	9,2±0,07	-2,2	366,4±3,56	363,8±4,51	+0,7	145,8±1,06	137,7±1,44	-5,6	2,8±0,31	3,0±0,37	+7,1	2,2±0,19	1,9±0,19	-13,6	-3,1
4/10-11	5,8±0,03	6,0±0,04	-3,4	8,6±0,04	9,1±0,07	-5,8	352,0±3,50	353,7±4,50	-0,5	151,2±1,18	147,1±1,40	-2,7	2,7±0,35	2,2±0,50	-18,5	2,2±0,16	1,7±0,20	-22,7	-8,9
5/11-12	10,8±0,06	11,0±0,06	-1,9	8,6±0,04	8,8±0,07	-2,3	566,0±5,86	516,2±6,84	+8,8	155,9±1,18	166,2±1,30	+6,6	0,6±0,35	1,5±0,39	+150	2,3±0,16	2,2±0,19	-4,4	+26,1
6/12-13	10,2±0,06	10,4±0,08	-2,0	8,9±0,06	8,6±0,06	+3,4	532,4±5,72	498,1±7,89	+6,4	166,3±1,28	169,4±1,67	+1,9	2,0±0,35	2,1±0,46	+5,0	3,1±0,23	2,7±0,27	-12,9	+0,3
7/13-14	9,8±0,06	9,3±0,07	+5,1	8,5±0,06	8,2±0,04	+3,5	487,3±6,72	483,8±5,45	+0,7	182,5±1,14	190,2±1,52	+4,2	1,8±0,38	1,7±0,45	-5,6	5,6±0,29	4,2±0,29	-25,0	-2,9
8/14-15	9,4±0,05	9,3±0,07	+1,1	8,2±0,05	8,1±0,08	+1,2	490,1±6,04	476,3±5,21	+2,8	198,8±1,47	196,5±1,88	-1,2	5,5±0,38	2,3±0,66	-58,2	7,4±0,30	5,3±0,35	-28,4	-13,8
9/15-16	9,0±0,05	9,3±0,07	-3,3	7,9±0,05	8,1±0,06	-2,5	471,5±5,46	492,2±6,60	-4,4	202,4±1,69	201,8±1,98	-0,3	5,7±0,39	3,7±0,62	-35,1	7,9±0,33	6,8±0,40	-13,9	-9,9
10/16-17	8,7±0,06	9,0±0,09	-3,4	7,6±0,05	7,9±0,11	-3,9	549,5±7,99	572,0±12,29	-4,1	213,2±1,95	215,4±2,29	+1,0	5,8±0,53	5,9±1,14	+1,7	9,9±0,43	8,9±0,65	-10,1	-3,1
11/17-18	8,5±0,06	8,7±0,11	-2,4	7,5±0,06	7,6±0,12	-1,3	545,5±6,22	644,0±11,67	-18,1	218,0±2,39	219,3±3,60	+0,6	4,4±0,78	4,1±1,43	-6,8	11,3±0,42	7,9±0,59	-30,1	-9,7
Ср. динамика, %	-1,8			-1,0			-0,1			+0,1			+6,9			-18,7			-2,4

Примечание: * - Здесь и далее: тесты «бег на 30 м» и «бег на 1,0 км» использовались у учащихся 1-4 классов; ** - «бег на 60 м» - у учащихся 5-11 классов; *** - «бег на 1,5 км» у учащихся 5-9 классов; «бег на 2 км» - у учащихся 10-11 классов; ****- статистически значимые различия выделены жирным шрифтом.

Таблица 2 – Сравнительные данные физической подготовленности девочек-обучающихся в городе Краснодаре в 2012 и 2022 гг

Класс / возраст (лет)	Бег на 30* или 60** м, с			Челночный бег 3x10 м, с			Бег на 1,0*, 1,5** или 2,0*** км, с			Прыжок в длину с места, см			Наклон вперед из и.п. стоя, см			Подтяг. на высокой перекладине, раз			Общая динамика, %
	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022 (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	Рез-ты 2012. (M1±m1)	Рез-ты 2022. (M2±m2)	Динамика, %	
1/ 7-8	6,8±0,04	6,9±0,05	-1,5	10,3±0,06	10,3±0,07	0,0	435,2±4,61	410,5±4,96	+5,7	113,8±0,99	110,8±1,65	-2,6	4,6±0,30	4,9±0,41	+6,5	10,2±0,44	7,9±0,43	-22,5	-2,4
2/ 8-9	6,5±0,04	6,5±0,05	0,0	9,6±0,05	9,6±0,07	0,0	403,0±3,27	405,5±6,07	-0,6	126,4±0,90	122,9±1,15	-2,8	5,1±0,29	8,8±0,40	+72,5	12,0±0,30	9,0±0,51	-25,0	+7,4
3/ 9-10	6,6±0,04	6,3±0,04	+4,5	9,4±0,05	9,4±0,05	0,0	410,2±3,46	388,3±3,80	+5,3	134,9±0,94	129,6±1,29	-3,9	6,0±0,31	7,4±0,93	+23,3	11,7±0,38	9,0±0,40	-23,1	+1,0
4/ 10-11	6,1±0,03	6,1±0,03	0,0	9,1±0,04	9,3±0,07	-2,2	397,8±4,33	367,3±4,38	+7,7	139,4±1,02	138,5±1,41	-0,6	6,7±0,32	7,4±0,43	+10,4	12,5±0,37	8,7±0,75	-30,4	-2,5
5/ 11-12	11,3±0,06	11,2±0,08	+0,9	9,0±0,04	9,1±0,05	-1,1	620,7±5,22	573,3±8,19	+7,6	147,2±1,07	150,0±1,43	+1,9	5,2±0,36	6,6±0,72	+26,9	13,4±0,36	8,2±0,38	-38,8	-0,4
6/ 12-13	10,7±0,06	10,8±0,10	-0,9	9,2±0,06	9,2±0,07	0,0	582,0±5,71	538,8±8,23	+7,4	150,5±1,34	156,7±1,34	+4,1	5,2±0,38	8,2±0,58	+57,7	13,7±0,42	7,6±0,32	-44,5	+4,0
7/ 13-14	10,6±0,06	10,1±0,06	+4,7	9,1±0,05	9,0±0,07	+1,1	569,0±7,51	576,9±6,60	-1,4	160,9±1,00	160,0±1,50	-0,6	6,5±0,48	7,9±0,51	+21,5	13,1±0,45	7,0±0,37	-46,6	-3,6
8/ 14-15	10,4±0,06	10,4±0,08	0,0	9,0±0,06	9,0±0,08	0,0	576,8±7,08	540,3±7,85	+6,3	159,6±1,36	162,1±1,64	+1,6	8,8±0,40	9,0±0,62	+2,3	13,5±0,49	7,5±0,35	-44,4	-5,7
9/ 15-16	10,3±0,05	10,2±0,09	+1,0	8,8±0,06	9,3±0,09	-5,7	565,8±6,85	538,1±7,75	+4,9	164,2±1,26	161,1±1,68	-1,9	10,1±0,40	10,2±0,63	+1,0	13,0±0,65	6,9±0,38	-46,9	-7,9
10/ 16-17	10,0±0,05	10,4±0,09	-4,0	8,6±0,05	8,7±0,10	-1,2	635,8±6,79	744,6±15,39	-17,1	163,5±1,60	165,4±2,41	+1,2	10,4±0,42	10,6±0,70	+1,9	12,5±1,00	7,6±0,53	-39,2	-9,7
11/ 17-18	9,9±0,09	9,9±0,12	0,0	8,8±0,05	8,5±0,12	+3,4	673,1±12,85	867,2±21,98	-28,8	168,2±1,61	171,8±2,50	+2,1	10,5±0,52	11,2±1,50	+6,7	20,2±0,62	10,7±0,71	-47,0	-10,6
Ср. динамика, %	+0,4			-0,5			-0,3			-0,1			+21,0			-37,1			-2,8

Анализ уровня физической подготовленности мальчиков по возрастам (классам) позволил выявить разнонаправленную динамику. В частности, за прошедший десятилетний период уровень общей физической подготовленности мальчиков младших классах снизился в среднем на 3,4%, учащихся старших классов – снизился на 6,4%, а обучающихся средних классов – практически остался без изменения (рисунок 1).

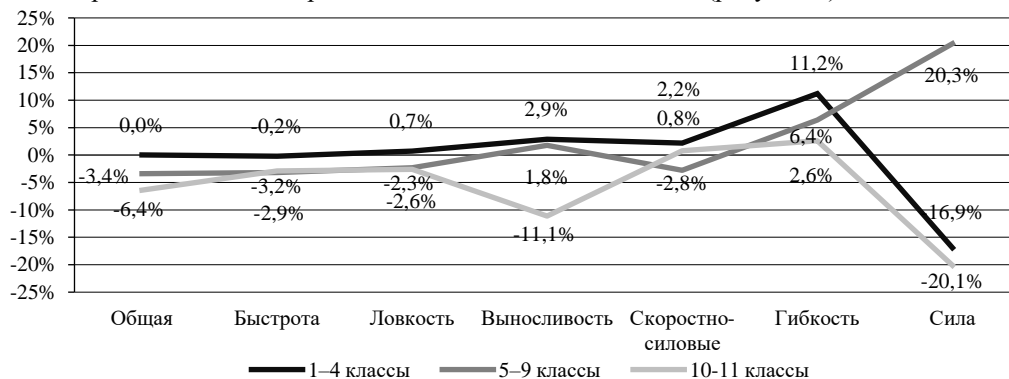


Рисунок 1 – Изменение уровня общей физической подготовленности мальчиков (юношей) в течение 10 лет в зависимости от возрастной группы

Анализ представленного на рисунке 1 графика свидетельствует о том, что самым слабым компонентом физической подготовленности является качество «сила», показатели которого за рассматриваемый период снизились почти на 1%. Данный факт необходимо учитывать при коррекции процесса физического воспитания, в том числе при формировании программ по физической культуре. Стоит также отметить, что большинство

физических способностей мальчиков разных возрастных групп имеют похожую динамику. Исключение составляют показатели выносливости, которые у мальчиков начальных и средних классов имеют тенденцию к повышению, тогда как у юношей старших классов – существенно снижаются.

Анализ данных таблицы 2, в которой рассматривается изменение показателей физических качеств девочек и девушек, свидетельствует, что за истекшие 10 лет уровень их физической подготовленности, также снизился, при этом регресс составил почти %.

Так же как и у представителей мужского пола, у девочек снижение общего уровня физической подготовленности обусловлено ухудшением показателей нескольких физических качеств. Прежде всего, это относится к параметрам координационных способностей (ловкости), общей выносливости и особенно силовых способностей (соответствующий регресс составил: -0,5%; -0,3% и -37,1%). При этом по данным предыдущего подобного исследования, затрагивающего 7-летний период (с 2012 по 2019 гг), наблюдался общий прирост результатов девочек по всем рассматриваемым физическим качествам, за исключением силовых [4].

Наряду с физическими способностями, испытывающими регресс, по таким физическим качествам, как быстрота и гибкость, за прошедшие десять лет наметилась тенденция к повышению показателей (соответственно, на 0,5% и на 21,0%). При этом скоростно-силовые способности девочек практически не изменились (общая динамика их составила лишь 0,1%).

Проведенный сравнительный анализ свидетельствует о том, что у девочек за прошедшие 10 лет, так же как и у мальчиков, наблюдаются статистически значимые отличия, которые, в большинстве случаев имеют статистически значимый характер. Прежде всего, это относится к показателям силовых способностей.

В целом похожая с показателями мальчиков, но несколько специфичная картина наблюдается и при анализе динамики физической подготовленности девочек по возрастным группам (рисунок 2).



Рисунок 2 – Изменение уровня общей физической подготовленности девочек (девушек) в течение 10 лет в зависимости от возрастной группы

В частности, идентичность анализируемых показателей мальчиков и девочек заключаются в том, что как у первых, так и у вторых наибольший прирост наблюдается в показателях гибкости, а наибольший регресс – в показателях, характеризующих силовые способности. Так же как и у юношей, у девушек старших классов заметно снизился уровень общей выносливости. Специфичность же рассматриваемых параметров обусловлена тем, что в зависимости от возрастной группы имеются определенные различия в динамике показателей мальчиков по сравнению с девочками. Например, показатели координационных способностей у мальчиков, обучавшихся в младших и старших классах, снизились, тогда как у девочек этих возрастных групп, данные способности, наоборот, повысились.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что за прошедшие 10 лет уровень физической подготовленности обучающихся школьного возраста обоего пола имеет

тенденцию к снижению. Данный факт свидетельствует о необходимости корректировки программ по физической культуре обучающихся школьного возраста в контексте повышения роли физической подготовки, что обуславливает изменение содержания рабочих программ и необходимости «возвращения» контрольных нормативов для оценки физической подготовленности учащихся. Одним из возможных путей данной коррекции может служить «синхронизация» нормативов комплекса ГТО и шкал оценки физической подготовленности обучающихся [2, 10].

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного констатирующего исследования можно сделать следующие выводы:

- прошедшие за 10 лет (с 2012 по 2022 гг) изменения физической подготовленности обучающихся общеобразовательных организаций г. Краснодара, в целом, можно охарактеризовать как «негативные»;
- наибольшее снижение (на уровне -18,7–31,7%) как у мальчиков, так и у девочек составляют параметры силы; наибольший прирост – показатели гибкости (+6,9–+21,0%);
- необходимо предпринять меры по «реабилитации» разделов программ по физической культуре, связанных с повышением роли физической подготовки обучающихся, в том числе разработки шкал оценки физической подготовленности обучающихся, их «синхронизации» с нормативами комплекса ГТО.

ЛИТЕРАТУРА

1. Александров В.И. Мониторинг физического состояния детей, посещающих общеобразовательные учреждения / В.И. Александров, Е.С. Чижова // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2005. – № 4. – С. 40–42.
2. Актуализация нормативов физической подготовленности обучающихся в соответствии с требованиями комплекса ГТО / С.П. Аршинник, В.В. Лысенко, Н.А. Амбарцумян, А.Д. Фаддеева, С.В. Фаддеева // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2020. – № 2. – С. 9–16.
3. Амбарцумян Н.А. Сравнительная характеристика физической подготовленности детей школьного возраста, проживавших в городе Краснодаре в 2012 и в 2019 гг / Н.А. Амбарцумян, С.П. Аршинник, В.И. Тхорев // Современные подходы к совершенствованию физического воспитания и спортивной деятельности учащейся молодежи : материалы всероссийск. науч.-практ. конф. – Владимир : Издательство ВлГУ, 2020. – С.131–140.
4. Анализ многолетней динамики физической подготовленности детей школьного возраста города Краснодара / Н.А. Амбарцумян, С.П. Аршинник, В.И. Тхорев [и др.] // Обзор педагогических исследований. – 2021. – Т. 3, № 1. – С. 147–153.
5. Аршинник С.П. Многолетняя динамика физического развития и подготовленности школьников г. Краснодара / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар : КГУФКСТ, 2011. – Т. 13. – С. 22–30
6. Аршинник, С.П. Мониторинг физического состояния школьников: учеб.-метод. пособие / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев. – Краснодар : КГУФКСТ, 2013. – 66 с.
7. Аршинник С.П. Физическое состояние современных школьников: результаты мониторинга, проведенного в 2014–2015 учебном году / С.П. Аршинник, В.И. Тхорев // Актуальные вопросы физической культуры и спорта. – Краснодар : КГУФКСТ, 2016. – Т. 18. – С. 11–21.
8. Влияние пандемии коронавируса на степень готовности обучающихся города Краснодара выполнить нормативы комплекса ГТО I ступени / С.П. Аршинник, Г.Н. Дудка, К.В. Малашенко [и др.] // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 6 (196). – С. 18–25.
9. Каинов А.Н. Мониторинг готовности общеобразовательного учреждения к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО / А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2015. – № 2 (120). – С. 60–63.
10. Оценка физической подготовленности обучающихся в соответствии с нормативами Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / С. П. Аршинник, Н.А. Амбарцумян, Г.Н. Дудка [и др.] // Ученые записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2019.

– № 8 (174). – С. 21–27.

11. Семенов, Л.А. Мониторинг и проблемы физического воспитания детей и подростков / Л.А. Семенов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2014. – № 2. – С. 49–52

REFERENCES

1. Alexandrov, V.I. and Chizhova, E.S. (2005), “Monitoring of the physical condition of children attending educational institutions”, *Physical Education: Education, Training*, No. 4, pp. 40–42.
2. Arshinnik, S.P., Lysenko, V.V., Ambartsumyan, N.A., Faddeeva, A.D. and Faddeeva, S.V. (2020), “Updating the standards of physical fitness of students in accordance with the requirements of the TRP complex”, *Physical culture, sport – science and practice*, No. 2, pp. 9–16.
3. Hambardzumyan, N.A., Arshinnik, S.P. and Thorev, V.I. (2020), “Comparative characteristics of physical fitness of school-age children who lived in Krasnodar in 2012 and in 2019”, *Modern approaches to improving physical education and sports activities of students*, materials of the All-Russian Scientific and practical conference, Publishing House of Vladimir State University, Vladimir, pp. 131–140.
4. Ambartsumyan, N.A., Arshinnik, S.P., Thorev, V.I., Kostenko, E.G. and Tolstykh, O.S. (2021), “Analysis of the long-term dynamics of physical fitness of school-age children in Krasnodar”, *Review of pedagogical research*, Vol. 3, No. 1, pp. 147–153.
5. Arshinnik, S.P. and Thorev, V.I. (2011), “Long-term dynamics of physical development and preparedness of schoolchildren in Krasnodar”, *Actual issues of physical culture and sports*, Vol.13, pp. 22–30
6. Arshinnik, S.P. and Thorev, V.I. (2013), *Monitoring of the physical condition of schoolchildren, educational and methodological manual*, Kuban State University of Physical Culture Sports and Tourism, Krasnodar.
7. Arshinnik, S.P. and Thorev, V.I. (2016), “The physical condition of modern schoolchildren: the results of monitoring conducted in the 2014–2015 academic year”, *Actual issues of physical culture and sports*, Vol. 18, 2016, pp. 11–21.
8. Arshinnik, S.P., Dudka, G.N., Malashenko, K.V., Pushkarny, M.Yu. and Tkhorov, V.I. (2021), “The impact of the coronavirus pandemic on the degree of readiness of students of the city of Krasnodar to meet the standards of the trp complex of the first stage”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 196, No. 6, pp. 18–25.
9. Arshinnik, S.P., Hambardzumyan, N.A., Dudka G.N., Malashenko, K.V. and Thorev, V.I. (2019), “Assessment of physical fitness of students in accordance with the standards of the All-Russian physical culture and sports complex "Ready for work and defense"”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 174, No. 8, pp. 21–27.
10. Kainov, A.N. and Kuryerova, G.I. (2015), “Monitoring the readiness of a general education institution for the introduction of the All-Russian physical culture and sports complex of the TRP”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 120, No. 2, pp. 60–63.
11. Semenov, L.A. (2014), “Monitoring and problems of physical education of children and adolescents”, *Physical culture: upbringing, education, training*, No. 2, pp. 49–52.

Контактная информация: arschinnik_fk@mail.ru

Статья поступила в редакцию 07.06.2023

УДК 796. 015.55/59

МЕТОДИКА ТРЕНИРОВКИ ЭЛЕМЕНТОВ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ С УЧЕТОМ УРОВНЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ГРАДАЦИИ КОНТРОЛЬНЫХ ТЕСТОВ

Константин Алексеевич Астафьев, кандидат педагогических наук, доцент, Воронежский институт Федеральной службы исполнения наказаний, **Евгений Валентинович Стефанов**, кандидат педагогических наук, доцент, Краснодарское высшее военное авиационное училище летчиков имени А.К. Серова, **Вячеслав Борисович Парамзин**, кандидат педагогических наук, доцент, Краснодарское высшее военное училище им. генерала армии С.М. Штеменко, **Светлана Викторовна Разновская**, кандидат биологических наук,