

2. Клешнев В.В. Модели научно-методического обеспечения подготовки элитных спортсменов / В.В. Клешнев. – URL: <https://rowing-az.clan.su/forum/20-579-1#1765> (дата обращения: 14.06.2023).

3. Сравнительный анализ моделей научно-методического обеспечения подготовки сборных команд СССР и России / В.Д. Тимофеев, А.А. Обвинцев, Х. Ф. Зекрин [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2022. – № 10 (212). – С. 437–443.

4. Состояние научно-методического обеспечения подготовки национальных сборных команд по спортивным единоборствам / В.Д. Тимофеев, О.С. Морозов, Т.С. Фролова, М.Ю. Степанов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – №8 (222). – С. 334–340

REFERENCES

1. Kleshnev, V. and Touretsky, G. (2000), “Comparison of sport science models in Australia and Russia”, *Theory and practice of physical culture*, No. 11, pp. 56–59.

2. Kleshnev, V.V. (2009), “Models of scientific and methodological support for the training of elite athletes”, available at: <https://rowing-az.clan.su/forum/20-579-1#1765> (accessed: 14 June 2023).

3. Timofeev, V.D. Obvintsev, A.A., Zekrin, F.Kh. and Zebzeev, V.V. (2022), “Comparative analysis of models of scientific and methodological support for the preparation of national teams of the USSR and Russia”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 10 (212), pp. 437–443.

4. Timofeev, V.D., Morozov, O.S., Frolova, T.S. and Stepanov, M.Yu. (2023), “State of scientific and methodological support for the training of national teams in martial arts”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 8 (222), pp. 334–340.

Контактная информация: kng-judo@mail.ru

Статья поступила в редакцию 08.10.2023

УДК 373.31: 796/799

ОЛИМПИЙСКОЕ НАСЛЕДИЕ СОЧИ 2014: ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ШКОЛЬНИКОВ 12–13 ЛЕТ

Константин Георгиевич Томилин, кандидат педагогических наук, доцент, Сочинский государственный университет, Сочи; **Владимир Иванович Фролов**, старший тренер, Спортивная школа олимпийского резерва № 21, Сочи; **Владимир Олегович Безякин**, студент, **Юлия Анатольевна Тумасян**, кандидат педагогических наук, доцент, **Людмила Валентиновна Малыгина**, кандидат педагогических наук, доцент, Сочинский государственный университет, Сочи

Аннотация

Олимпийское наследие 2014 года включает не только спортивные сооружения и инфраструктурное переустройство города, но и те положительные изменения в жизни жителей по окончании Олимпиады, приобщение (прежде всего школьников) к физической культуре и спорту.

Целью исследования являлось определение уровня физической подготовленности учащихся 12–13 лет школы № 100 города Сочи (расположенной возле Олимпийского Парка и «Сириуса»), продемонстрированное при сдаче нормативов ГТО летом 2023 года. Исследование показало, что «слабым звеном» в физической подготовленности школьников 12–13 лет, является норматив бега на 1,5 километра (99,5% мальчиков и 98,8% девочек не смогли выполнить требования для бронзового знака. Наличие в городе спортивных сооружений мирового класса и широкие возможности для занятия спортом, еще не обеспечивают приобщение больших масс школьников к регулярным занятиям физической культурой и выполнение ими государственных требований к минимальной физической подготовленности.

Ключевые слова: Сочи, школа №100, школьники 12–13 лет, нормативы ГТО.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2023.11.p414-418

OLYMPIC LEGACY OF SOCHI 2014: PHYSICAL FITNESS OF SCHOOLCHILDREN 12–13 YEARS OLD

Konstantin Georgievich Tomilin, candidate of pedagogical sciences, docent, Sochi State University; **Vladimir Ivanovich Frolov**, senior athletics coach, Olympic Reserve Sports School No.

21, Sochi, *Vladimir Olegovich Bezyakin*, student, *Yulia Anatolyevna Tumasyan*, candidate of pedagogical sciences, docent, *Lyudmila Valentinovna Malygina*, candidate of pedagogical sciences, docent, Sochi State University

Abstract

The 2014 Olympic legacy includes not only sports facilities and infrastructural reconstruction of the city, but also those positive changes in the lives of residents after the Olympics, the introduction (primarily schoolchildren) to physical education and sports.

The purpose of the study was to determine the level of physical fitness of 12-13 year old students at school No. 100 in Sochi (located near the Olympic Park and Sirius), demonstrated when passing the GTO standards in the summer of 2023.

The study showed that the «weak link» in the physical fitness of schoolchildren aged 12–13 years is the 1.5 kilometer running standard (99.5% of boys and 98.8% of girls were unable to meet the standards for the bronze badge. Availability of sports facilities in the city world class and ample opportunities for sports, do not yet ensure the involvement of large masses of schoolchildren in regular physical education classes and their fulfillment of state requirements for minimum physical fitness.

Keywords: Sochi, school No. 100, schoolchildren 12–13 years old, GTO standards.

ВВЕДЕНИЕ

Проведение в Сочи Зимних Олимпийских игр 2014 года привело к серьезным изменениям в жизни города. Отстроены и функционируют современные спортивные сооружения; развитие Красной Поляны и аэропорта позволило круглогодично принимать отдыхающих со всей страны; сделаны работы по благоустройству и озеленению города, что позволило ему выйти в число курортов международного уровня.

Вместе с тем Олимпийское наследие 2014 года включает не только спортивные сооружения и инфраструктурное переустройство города, но и те положительные изменения в жизни жителей по окончании Олимпиады, приобщение их к физической культуре и спорту. Особой строкой в этом списке Олимпийского наследия хотелось бы выделить приобщение к физической культуре и спорту школьников.

Цель исследования является определение уровня физической подготовленности учащихся 12–13 лет школы № 100 города Сочи, продемонстрированное при сдаче нормативов ГТО летом 2023 года.

Выбор учебного учреждения обусловлен тем, что школа № 100 расположена возле Олимпийского Парка и «Сириуса», что дает широкие возможности учащимся заниматься элитными видами спорта: теннисом, фигурным катанием, хоккеем, парусным спортом и др.

Материал и методы исследования. Проанализированы официальные результаты тестирования учащихся 12–13 лет сочинской школы №100 по нормативам ГТО (IV ступени). Определен процент учащихся демонстрируемых выполнение государственных требований к физической подготовленности в каждом тесте. Рассчитаны коэффициенты корреляции между зарегистрированными показателями, как мальчиков, так и девочек.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

В таблице 1 представлены результаты успешности выполнения нормативов ГТО (в%) мальчиками и девочками 12–13 лет (по каждому показателю тестирования). Как видно из таблицы, «слабым звеном» в физической подготовленности школьников 12–13 лет, является норматив бега на 1,5 километра (в таблице выделено жирным шрифтом). Как мальчиков (99,5% не смогло показать результат даже для бронзового знака), так и девочек (98,8% «не уложилось» в нормативы для бронзового знака).

Следовательно, наличие в городе спортивных сооружений мирового класса и широкие возможности для занятия спортом, еще не обеспечивают приобщение больших масс школьников к регулярным занятиям физической культурой и выполнение ими

государственных требований к минимальной физической подготовленности. Нужны дополнительные усилия и индивидуальный подход к каждому ребенку для приобщения его к здоровому образу жизни и физической культуре. В таблицах 2 и 3 представлены результаты корреляционного анализа показателей, демонстрируемых мальчиками и девочками. Достоверные корреляционные связи при $p < 0,05 \div 0,001$ выделены жирным шрифтом.

Таблица 1 – Успешность выполнения нормативов ГТО (в%) мальчиками (n=186) и девочками (n=165) 12–13 лет сочинской школы №100

№	Показатели	Мальчики				Девочки			
		Зол. зн.	Сереб. зн.	Бронз. зн.	Не сдано	Зол. зн.	Сереб. зн.	Бронз. зн.	Не сдано
1	Бег на 30 м	7,5	22,6	35,5	34,4	6,1	15,8	47,2	30,9
2	Бег на 1,5 км	0	0	0,5	99,5	0	0	1,2	98,8
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	34,4	11,3	46,2	7,7	30,3	4,8	68,8	0
4	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	23,7	5,3	51	18	21,8	0	67,3	10,9
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	17,2	22,7	43	17	21,2	42,4	16,9	19,4
6	Челночный бег 3х10 м	17,2	50,5	17,6	13,4	8,5	65,5	15,2	10,9

Таблица 2 – Корреляционные связи между показателями физической подготовленности мальчиков (n=186)

Пок.	Бег на 30 м	Бег на 1,5 км	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Челночный бег 3х10 м
№	1	2	3	4	5	6
1						
2	0,017					
3	-0,299	0,009				
4	-0,382	0,078	0,367			
5	-0,683	0,009	0,421	0,343		
6	0,580	0,063	-0,326	-0,298	-0,636	

Таблица 3 – Корреляционные связи между показателями физической подготовленности девочек (n=165)

Пок.	Бег на 30 м	Бег на 1,5 км	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	Челночный бег 3х10 м
№	1	2	3	4	5	6
1						
2	0,007					
3	-0,180	-0,013				
4	-0,051	-0,230	0,127			
5	-0,190	-0,192	0,124	0,392		
6	0,231	0,173	-0,133	-0,366	-0,585	

Примечание: группах более 150 человек: при $r=0,160$, $p<0,05$; при $r=0,210$, $p<0,01$; при $r=0,270$, $p<0,001$.

Как видно из таблицы, структуры корреляционных зависимостей между показателями мальчиков и девочек имеют много общего, но и наблюдаются существенные различия: для мальчиков результаты в «беге на 1,5 км», а у девочек в «сгибании и разгибании рук в упоре лежа на полу», практически, не имеют связей с другими показателями.

По опросу учащихся, мальчики больше предпочитают занятия на тренажерах, девочки – аэробику, упражнения на гибкость и ловкость. И мальчики, и девочки (в этом возрасте), с удовольствием, занимаются спортивными и подвижными играми.

Поскольку комплекс ГТО решает задачи не только улучшения здоровья населения России, но и выполняет важную задачу подготовки защитников Родины, что (в условиях «Специальной военной операции» на Украине и военно-экономического давления Запада) является крайне актуальным. Кроме этого, согласно определения предложенному Г.Л. Апанасенко, «здоровье – это не только отсутствие болезней, а еще и определенный уровень физической тренированности, подготовленности функционального состояния организма,

который является физиологической основой физического и психического благополучия. И максимальная величина аэробных возможностей организма (МПК мл/мин/кг) – один из ведущих критериев его физического здоровья и жизнеспособности» [7].

Исследования показывают, что результаты в беге на 1,5, 2,0, 3,0 км имеют высокую корреляционную связь с МПК занимающихся; слабые результаты сочинских школьников, косвенно, указывают на их будущие проблемы по здоровью.

Необходимо проблему повышения физической подготовленности школьников и молодежи решать комплексно, что подтверждается другими отечественными авторами:

- административными решениями [1–3, 5];
- обеспечением мотивации к сдаче комплекса ГТО [6]; разработке новых форм состязаний и критериев оценки [8];
- внедрение IT-технологий для контроля за подготовленностью школьников и молодежи; информационное и методическое обеспечение занятий [7, 9];
- разработке новых разнообразных средств и методов комплексной физической подготовки учащихся [4] и т. д.

ВЫВОДЫ

Олимпийское наследие 2014 года включает не только спортивные сооружения и инфраструктурное переустройство города, но и те положительные изменения в жизни жителей по окончании Олимпиады, приобщение (прежде всего школьников) к физической культуре и спорту.

Исследование уровня физической подготовленности учащихся 12–13 лет школы № 100 города Сочи, расположенной возле Олимпийского Парка и «Сириуса», показало, что «слабым звеном» в физической подготовленности школьников 12–13 лет, является норматив бега на 1,5 километра (99,5% мальчиков и 98,8% девочек не смогли выполнить нормативы для бронзового знака. Следовательно, наличие в городе спортивных сооружений мирового класса и широкие возможности для занятия спортом, еще не обеспечивают приобщение больших масс школьников к регулярным занятиям физической культурой и выполнение ими государственных требований к минимальной физической подготовленности.

Поскольку комплекс ГТО решает задачи не только улучшения здоровья населения России, но и выполняет важную задачу подготовки защитников Родины, необходимо проблему повышения физической подготовленности школьников и молодежи решать комплексно, с использованием административных решений, внедрением IT-технологий для контроля и информационно-методического обеспечения занятий, обеспечением мотивации занимающихся к сдаче комплекса ГТО, разработке новых средств и методов комплексной физической подготовки и т. д.

ЛИТЕРАТУРА

1. Жизнеспособность человека: приемы, повышающие физическую подготовленность занимающихся (комплекс «Готов к труду и обороне») / Ю.А. Васильковская, К.Г. Томилин, Л.В. Малыгина [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 1 (179). – С. 49–56.
2. Нормативы ВФСК ГТО: советский опыт повышения общефизической подготовленности спортсменов / Ю.А. Васильковская, К.Г. Томилин, И.Н. Овсянникова [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11 (189). – С. 67–73.
3. Галанова С.С. Организационно-педагогические условия подготовки обучающихся 5-х классов к выполнению нормативов комплекса ГТО / С.С. Галанова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2023. – № 6 (220). – С. 61–67.
4. «Игровой метод» на занятиях элективных дисциплин по физической культуре и спорту / И.Н. Овсянникова, К.Г. Томилин, Ю.А. Васильковская [и др.] // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11 (189). – С. 378–384.
5. Степкин М.А. Анализ нормативно-правовой базы реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО в МО РФ / М.А. Степкин, С.А. Антрофиков // Ученые записки

университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 9 (163). – С. 274–279.

6. Сысоева Е.Ю. Мотивация к занятиям физической культурой посредством подготовки к сдаче нормативов ГТО / Е.Ю. Сысоева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 4 (182). – С. 428–434.

7. Томилин К.Г. Философия здоровья: современные понятия о здоровье человека / К.Г. Томилин // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2017. – № 2 (5). – С. 87–98. – URL: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh> (дата обращения: 14.05.2020).

8. Фурсов А.В. Критерии оценки деятельности образовательных организаций по реализации комплекса ГТО / А.В. Фурсов, Н.И. Сиявский, В.В. Власов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2018. – № 11 (165). – С. 377–381.

9. Онлайн-сервис «АС ФСК ГТО» как инструмент тьютора в подготовке школьников к выполнению нормативов комплекса ГТО в образовательных организациях / А.В. Фурсов, Н.И. Сиявский, Е.В. Дмитриева, Т.А. Тиунова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2017. – №5(147). – С. 171–175.

REFERENCES

1. Vasilkovskaya, Yu.A., Tomilin, K.G., Malygina, L.V., Tumasyan, Yu.A. and Maksimenko, V.G. (2020), "Human vitality: techniques that increase the physical fitness of those involved (the «Ready for Labor and Defense» complex)", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 1 (179), pp. 49–56.
2. Vasilkovskaya, Yu.A., Tomilin, K.G., Ovsyannikova, I.N., Laktionova, E.G. and Malygina, L.V. (2020), "Standards of the VFSK GTO: Soviet experience in increasing the general physical preparedness of athletes", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 67–73.
3. Galanova, S.S. (2023), "Organizational and pedagogical conditions for preparing 5th grade students to fulfill the standards of the GTO complex", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 6 (220), pp. 61–67.
4. Ovsyannikova, I.N., Tomilin, K.G., Vasilkovskaya, Yu.A., Laktionova, E.G. and Malygina, L.V. (2020), "Game method in the classroom of elective disciplines in physical culture and sports", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 378–384.
5. Stepkin, M.A. and Antrofikov, S.A. (2018), "Analysis of the regulatory framework for the implementation of the All-Russian physical culture and sports complex GTO in the RF Ministry of Defense", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 9 (163), pp. 274–279.
6. Sysoeva, E.Yu. (2020), "Motivation for physical education through preparation for passing the GTO standards", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 4 (182), pp. 428–434.
7. Tomilin, K.G. (2017), "Philosophy of health: modern concepts of human health", *Human health, theory and methods of physical culture and sports*, No. 2(5), pp. 87–98, available at: <http://journal.asu.ru/index.php/zosh> (accessed 14 May 2020).
8. Fursov, A.V., Sinyavsky, N.I. and Vlasov, V.V. (2018), "Criteria for assessing the activities of educational organizations in the implementation of the GTO complex", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (165), pp. 377–381.
10. Fursov, A.V., Sinyavsky, N.I., Dmitrieva, E.V. and Tiunova, T.A. (2017), "Online service «AS FSK GTO» as a tutor's tool in preparing schoolchildren to fulfill the standards of the GTO complex in educational organizations", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 5 (147), pp. 171–175.

Контактная информация: tomilin-47@bk.ru

Статья поступила в редакцию 23.11.2023

УДК 796.011.1+373.3

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ТРЕТЬИХ КЛАССОВ В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В РЕАЛИИ XXI ВЕКА

Михаил Юрьевич Трошин, исследователь, Педагогический институт им. В.Г. Белинского Пензенский государственный университета, Пенза