## Педагогические науки

**УДК 796.011.3**

# УРОВЕНЬ ВЫПОЛНЕНИЯ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ ТЕСТОВ КОМПЛЕКСА ГТО СТУДЕНТАМИ РАЗНЫХ КУРСОВ И ПЕРСПЕКТИВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РЕШЕНИЯ ДАННОЙ ПРОБЛЕМЫ

***Рустам Альфирович Айдаров**, старший преподаватель,*
***Ильяс Сагитович Ихсанов**, кандидат педагогических наук, доцент,*
***Нурия Халимовна Гжемская**, кандидат педагогических наук, доцент,*
*Набережночелнинский институт, (филиал) Казанского (Приволжского) Федерального Университета*

**Аннотация**

С целью определения объективного уровня выполнения студентами разных курсов обязательных тестов Комплекса ГТО проведен мониторинг физической подготовленности, в котором приняло участие в общей сложности более 1700 студентов. С выполнением тестов на должный уровень Комплекса ГТО (золотой, серебряный, бронзовый) справилось лишь незначительная часть студентов разных курсов. Так у юношей разных курсов этот показатель варьируется от 25% до 31,5%, у девушек от 6,6% до 11,7%. Сравнительный анализ методом математико-статистической обработка уровня физической подготовленности разных курсов показал, что достоверных различий в показателях физической подготовленности студентов 1-3 курсов по обязательным тестам Комплекса ГТО выявлено не было. Перспективы педагогической коррекции уровня физической подготовленности студентов должны основываться на применении комплексного подхода, реализующего в единстве конкретные технологии воспитания, обучения и тренировки.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, студенты, обязательные испытания Комплекса ГТО, сравнительный анализ, перспективы.

# LEVEL OF PERFORMANCE OF MANDATORY TESTS OF "READY FOR LABOR AND DEFENSE" COMPLEX AMONG STUDENTS OF DIFFERENT COURSES AND PERSPECTIVE DIRECTIONS OF SOLUTIONS TO THIS PROBLEM

***Rustam Alfirovich Aydarov**, the senior lecturer,*
***Ilyas Sagitovich Ikhsanov**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,*
***Nuria Halimovna Gzhemskaya**, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,*
*Naberezhnye Chelny Institute of Kazan Federal University*

**Annotation**

In order to determine the objective level of performance of the compulsive tests included in "Ready for Labor and Defense" (RLD) Complex by the students of the different courses the authors have organized the monitoring of the physical fitness, it was attended by more than 1700 students in total. Only a small part of the students studying in the different courses managed to perform the tests on the proper level of RLD complex requirements (gold, silver, bronze medals). So among the young men of different courses this index ranges from 25% to 31.5%, among the girls it ranges from 6.6% to 11.7%. Comparative analysis based on the method of mathematical and statistical processing of the level of physical fitness of the students has shown that there are no significant differences in terms of the physical fitness indexes among the students of the 1st-3d course in performing the compulsive RLD Complex tests. Prospects of the pedagogical correction of the students' physical fitness level should be based on the integrated approach realized in the unity of the specific education technology, upbringing and training.

**Keywords:** physical fitness, students, compulsive testing "Ready for Labor and Defense" Complex, comparative analysis and prospects.

## ВВЕДЕНИЕ

Требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» сегодня, по сути, моделируют должный уровень физической подготовленно-

сти разных возрастных групп населения страны [6, 7]. Так же и в ФГОС по дисциплинам «Физическая культура», «Элективные курсы по физической культуре» для определенных направлений подготовки бакалавриата указывается нацеленность на формирование компетенции, связанной со способностью достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности. Традиционно в практике физического воспитания студентов большую долю значимости при подведении итогов усвоения дисциплины играют показатели физической подготовленности. Однако, несмотря на это, проблема внедрения эффективных педагогических технологий оптимизирующий и корректирующий данный процесс повышения уровня физической подготовленности остается еще не до конца осознанной и решенной. О чем свидетельствует и результаты проведенного нами мониторинга физической подготовленности студентов вуза на основе обязательных тестов Комплекса ГТО.

Цель исследования – проанализировать результаты выполнения обязательных тестовых испытаний Комплекса ГТО студентами 1-3 курсов и наметить перспективные направления решения данной проблемы.

## МЕТОДИКА

Исследование проводились на спортивной базе Набережночелнинского института КФУ. Выборку составили 923 юноши и 802 девушки 1-3 курсов. По состоянию здоровья они не имели медицинских противопоказаний к выполнению тестов. Количество участников, выполнившие испытания по курсам и тестам представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Количество участников, прошедших тестовые испытания

| Вид ОФП | Юноши | | | | Девушки | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Курс | | | | Курс | | | |
| | 1 | 2 | 3 | Итого | 1 | 2 | 3 | Итого |
| Бег 100 м | 312 | 281 | 268 | 861 | 208 | 246 | 254 | 708 |
| Бег 2-3 км | 251 | 200 | 215 | 666 | 172 | 190 | 196 | 558 |
| Подтягивание (юноши) / сгибание и разгибание рук в упоре лежа в упоре лежа (девушки) | 300 | 274 | 261 | 835 | 217 | 247 | 256 | 720 |
| Наклон туловища вперед | 299 | 273 | 256 | 828 | 222 | 249 | 253 | 724 |
| Многоборье (участники во всех 4 видах) | 223 | 178 | 181 | 582 | 168 | 163 | 168 | 499 |

Для выявления уровня общей физической подготовленности студентов использовался метод педагогического тестирования. Все тестовые упражнения выполнялись в конце учебного года в соответствии с методическими рекомендациями Комплекса ГТО к организации и выполнению тестов [4].

Для анализа результатов выполнения тестовых испытаний студентами разных курсов использовались методы математико-статистической обработки. Высчитывались средняя арифметическая величина ($\bar{X}$), среднее квадратичное отклонение ($\sigma$), средняя ошибка среднего арифметического значения (m), достоверность различий в результатах (p) вычислялась по t-критерию Стьюдента.

## РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Для наглядности представим результаты испытаний студентов в обязательных тестах Комплекса ГТО в виде таблицы 2.

Анализ представленных результатов показал, что средние показатели физической подготовленности, как у девушек, так и у юношей разных курсов варьируются незначительно, математико-статистическая обработка показателей выполнения разных тестов студентами 1, 2, 3 годов обучения достоверных различий не выявила ($p>0,05$).

Для получения дифференцированной оценки физической подготовленности студентов проанализированы данные выполнения тестов по разным уровням Комплекса ГТО: золотому, серебряному, бронзовому. Результаты оценивания обязательных тестов

по уровням у юношей 1-3 курсов показаны в таблице 3.

Таблица 2 – Показатели физической подготовленности студентов 1-3 курсов

| Тесты | Курс | Девушки | | | Юноши | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | $\bar{X}$ | Min | Max | $\bar{X}$ | Min | Max |
| Бег на 100 м, (сек) | 1 | 17,37±1,16 | 14,5 | 23,5 | 14,1±,06 | 11,94 | 19,2 |
| | 2 | 17,49±1,46 | 13,8 | 28,6 | 14,06±0,94 | 12,0 | 19,7 |
| | 3 | 17,78±1,58 | 14,0 | 27,0 | 14,22±1,11 | 12,3 | 22,0 |
| Бег на 2-3 км (мин.с) | 1 | 11.22±1.30 | 7.07 | 19.41 | 14.41±2.27 | 9.16 | 25.10 |
| | 2 | 11.52±2.02 | 8.31 | 19.24 | 14.20±1.58 | 10.51 | 21.54 |
| | 3 | 11.47±1.50 | 7.50 | 17.50 | 14.56±2.33 | 10.22 | 26.20 |
| Силовой тест (кол-во повторений) | 1 | 4,4±5,45 | 0 | 40 | 8,53±3,18 | 0 | 21 |
| | 2 | 5,04±5,44 | 0 | 25 | 9,01±4,78 | 0 | 23 |
| | 3 | 4,44±6,02 | 0 | 37 | 9,40 ±4,98 | 0 | 26 |
| Наклон туловища вперед (см) | 1 | 16,53±6,59 | 0 | 34 | 11,7±3,45 | 0 | 35 |
| | 2 | 15,61±7,21 | 0 | 34 | 12,31±7,53 | 0 | 32 |
| | 3 | 17,26±7,03 | 0 | 36 | 12,64±7,14 | 0 | 32 |

Таблица 3 – Распределение оценок выполнения юношами 1-3 курсов обязательных тестов Комплекса ГТО по уровням, в %

| Тесты | Курс | Уровни | | | Итого | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Золотой | Серебряный | Бронзовый | Выполнение | Невыполнение |
| Бег на 100 м | 1 | 30,6 | 21,2 | 22,5 | 74,3 | 25,7 |
| | 2 | 31,8 | 25,0 | 22,1 | 78,9 | 21,1 |
| | 3 | 29,8 | 20,2 | 22.5 | 72,5 | 27,5 |
| Бег на 3000 м | 1 | 21,1 | 17,15 | 17,55 | 55,8 | 44,2 |
| | 2 | 13,1 | 27,6 | 20,6 | 61,3 | 38,7 |
| | 3 | 18,9 | 17,0 | 22,3 | 58,2 | 41,8 |
| Подтягивание из виса на перекладине | 1 | 22,4 | 24,4 | 18,7 | 65,5 | 34,5 |
| | 2 | 23,8 | 25,3 | 20.5 | 69,6 | 30,4 |
| | 3 | 23,8 | 27,4 | 22,6 | 73,8 | 26,2 |
| Наклон туловища вперед | 1 | 45,0 | 17,8 | 11,1 | 73,9 | 26,1 |
| | 2 | 47,4 | 15,1 | 9,6 | 72,1 | 27,9 |
| | 3 | 52,8 | 20,2 | 12,6 | 77,6 | 22,4 |
| Многоборье (по 4 обязательным видам) | 1 | 2,7 | 15,2 | 8,1 | 25,0 | 75,0 |
| | 2 | 2.2 | 15,2 | 14,1 | 31,5 | 68,5 |
| | 3 | 4,4 | 15,5 | 11,6 | 31,5 | 68,5 |

Данные таблицы 3 указывают на то, что, как и в результатах физической подготовленности, показатели выполнения на уровни Комплекса ГТО от курса к курсу не имеют значимых различий. А именно, диапазон разницы выполнения тестов студентами 1-3 курсов составляет от 5,5% (бег на 3000 м, наклон туловища вперед) до 8,3% (подтягивание).

Данные таблицы свидетельствуют о том, что показатель выполнения обязательных тестов на уровень знака Комплекса ГТО варьируются в разных испытаниях по-разному. Так наибольший процент справившихся с выполнением на уровень знака Комплекса ГТО показан в беге на 100 м. Этот показатель составляет 78,9% у студентов второго курса. Наименьший процент выполнения составляет 55,8% в беге на 3000 м у студентов первого курса. Кроме того, можно отметить, что в упражнении на гибкость выявлен максимальный процент выполнения на уровень золотого знака, что составляет в среднем у всех юношей 48,4%.

Однако необходимо сказать, что процент выполнения всех четырех обязательных тестов на уровень знака в целом низкий. Он у юношей всех курсов в среднем составил лишь 28,6% (25÷31,5%).

В распределении оценок за тестовые испытания на уровень знака Комплекса ГТО у девушек разных курсов наблюдается несколько иная картина, чем у юношей.

Из таблицы 4 следует, что разница распределения оценок внутри каждого теста у девушек разных курсов очень незначительна. Она меньше чем у юношей. Так макси-

мальный процент различий в распределении оценок составляет лишь 6,4% в беге на 100 м, минимальный – 1,6% в беге на 2000 м. Это говорит о том, что разница в готовности выполнения каждого из тестов студентками разных курсов минимальна.

Таблица 4 – Распределение оценок выполнения девушками 1-3 курсов обязательных тестов Комплекса ГТО по уровням, в %

| Тесты | Курс | Уровни | | | Итого | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Золотой | Серебряный | Бронзовый | Выполнение | Невыполнение |
| Бег на 100 м | 1 | 25,0 | 16,8 | 17,3 | 59,1 | 40,9 |
| | 2 | 26,8 | 13,4 | 14,3 | 54,5 | 45,5 |
| | 3 | 16,5 | 17,3 | 17,9 | 52,7 | 47,3 |
| Бег на 2000 м | 1 | 32,0 | 15,1 | 8,7 | 55,8 | 44,2 |
| | 2 | 32,1 | 19,5 | 5,8 | 57,4 | 42,6 |
| | 3 | 28,6 | 21,4 | 6,1 | 56,1 | 43,9 |
| Сгибание-разгибание рук в упоре лежа | 1 | 6,5 | 3,7 | 9,7 | 19,8 | 80,2 |
| | 2 | 8,5 | 5,3 | 6,1 | 19,9 | 80,1 |
| | 3 | 9,0 | 1,6 | 4,7 | 15,3 | 84,7 |
| Наклон туловища вперед | 1 | 56,3 | 27,0 | 7,2 | 90,5 | 9,5 |
| | 2 | 55,0 | 20,1 | 10,4 | 85,5 | 14,5 |
| | 3 | 61,7 | 23,3 | 5,5 | 90,5 | 9,5 |
| Многоборье (по 4 обязательным видам) | 1 | 1,2 | 3,6 | 4,7 | 9,5 | 90,5 |
| | 2 | 2,5 | 4,3 | 4,9 | 11,7 | 88,3 |
| | 3 | 0,6 | 1,8 | 4,2 | 6.6 | 93,4 |

Процент готовности выполнения в целом всеми девушками к разным тестам неодинаков. Одни тестовые испытания даются с трудом, другие – более доступны. Так средний показатель для разных курсов минимальный процент выполнения на уровень знака составляет 18,3% в сгибании и разгибании рук в упоре лежа (19,8%, 19,9%, 15,3% – соответственно для 1-3 курсов). Максимальный процент выполнения на уровень знака в наклоне туловища вперед составляет 88,8% (90,5%, 85,5%, 90,5% – соответственно для 1-3 курсов). Следует отметить, что в целом все четыре обязательных теста на знак ГТО каждая из девушек выполняет хуже, чем юноши. Он у девушек всех курсов в среднем составляет всего лишь 9,3% (9,5%, 11,7%, 6,6% – соответственно для 1-3 курсов).

Полученная объективная информация об уровне готовности студентов к выполнению обязательных тестов Комплекса ГТО актуализирует и позволяет обоснованно выполнять дальнейший научный поиск и внедрение педагогических технологий физической подготовки. Для решения выявленной проблемы, сегодня, на наш взгляд, имеются перспективные научные наработки. Они реализуют культурологический подход, позволяющий в целостности формировать интеллектуальный, социально-психологический и двигательный компоненты личности. Видится, что это возможно на основе адаптированного применения следующих идей и теоретических положений:

– эффективной реализации образовательной направленности занятий, формирующих компетенцию, связанную со способностью физически самосовершенствоваться [1] путем создания и применения инновационных дидактических ресурсов, позволяющих комплексно решать задачи мотивирования, обучения и организации деятельности по подготовке и выполнению тестов Комплекса ГТО;

– применения технологий физической подготовки на основе индивидуализации физкультурно-спортивных занятий [3];

– формирования активной, творческой направленности личности к физическому самосовершенствованию на основе творческого саморазвития [2] и самовоспитательной деятельности [5].

## ВЫВОДЫ

1. Результаты проведенного мониторинга в конце учебного года показали, что у юношей с выполнением отдельных тестовых испытаний на уровни знака Комплекса ГТО

справились от 55,8% до 78,9%. Однако комплексное выполнение всех четырех обязательных тестов осилило лишь 28,6%.

2. Девушки хорошо справились с выполнением теста Комплекса ГТО на гибкость (в среднем около 90% выполнили на уровень знака). В беговых тестах выполнение на уровень знаков составило в диапазоне от 50% до 60%. В силовом же тесте их результаты очень низки (менее 20%). С комплексным выполнением тестов справилось лишь незначительная часть студенток – в среднем менее 10%.

3. Достоверных различий в показателях физической подготовленности студентов 1-3 курсов по обязательным тестам Комплекса ГТО не выявлено.

4. Перспективы педагогической коррекции уровня физической подготовленности студентов должны основываться на применении комплексного подхода, реализующего в единстве конкретные технологии воспитания, обучения и тренировки.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Айдаров, Р.А. Общее образование в области физической культуры: его место в системе физического воспитания и анализ взглядов на содержательную сущность данного понятия / Р.А. Айдаров // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2013. – № 4 (29). – С. 7-17.

2. Андреев, В.И. Законы творческого саморазвития как основания концепции субъектно-ориентированного образования / В.И. Андреев // Вестник Казанского технологического университета. – 2013. – Т. 16. – № 16. – С. 13-16.

3. Калина, И.Г. Организационные и методические условия индивидуализации физкультурно-оздоровительных занятий / И.Г. Калина // Научные труды SWorld. – 2014. – Т. 34. – № 2. – С. 82-85.

4. Методические рекомендации по организации и проведению испытаний, входящих в Комплекс ГТО [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.gto-normy.ru/metodicheskie-rekomendatsii-po-organizatsii-provedeniya-ispytanij-vhodyashhih-v-kompleks-gto/ (дата обращения 10.12.2016).

5. Осипов, П.Н. Воспитание и самовоспитание конкурентоспособных специалистов как приоритет современного образования / П. Н. Осипов // Вестник Казанского технологического университета. – 2013. – Т. 16. – № 16. – С. 198-204.

6. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. №540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» [Электронный ресурс]. – Режим доступа : http://www.gto-normy.ru/polozhenie-o-vserossijskom-fizkulturno-sportivnom-kompleks-gto/#more-1660 (дата обращения 10.12.2016).

7. Указ президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto/ (дата обращения 10.12.2016 г.).

## REFERENCES

1. Aydarov, R.A. (2013), “General education in the field of physical culture: its place in the system of physical education and analysis of views on meaningful essence of this notion”, *Pedagogical-psychological and medico-biological problems of physical culture and sports*, Vol. 29, pp. 7-17.

2. Andreev, V.I. (2013), “The laws of creative self-development as a basis of the concept of subject-oriented education”, *Bulletin of the Kazan University*, Vol. 16, No, 16, pp. 13-16.

3. Kalina, I.G. (2014), “Organizational and methodical terms of individualization of sports and recreational activities”, *SWorld treatises*, Vol. 34, No. 2, pp. 82-85.

4. *Guidelines on the organization and conduct of the tests included in the complex “Ready for Labor and Defense”*, available at: http://www.gto-normy.ru/metodicheskie-rekomendatsii-po-organizatsii-provedeniya-ispytanij-vhodyashhih-v-kompleks-gto/.

5. Osipov, P.N. (2013), “Education and self-education of competitive specialists as priority of modern education”, *Bulletin of the Kazan University*, Vol. 1-6, No. 16, pp. 198-204.

6. *Resolution of the Government of the Russian Federation on June 11, 2014 No. 540 “On the approval of the All-Russian sports complex “Ready for Labor and Defense”*, available at: http://www.gto-normy.ru/polozhenie-o-vserossijskom-fizkulturno-sportivnom-kompleks-gto/#more-1660.

7. *The presidential decree of March 24, 2014 № 172 "On the All-Russian sports complex "Ready for Labor and Defense"*, available at: http://www.gto-normy.ru/ukaz-prezidenta-rf-putina-o-gto/.

**Контактная информация:** aid-rus@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 26.01.2017*

**УДК 796.96**

## СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ И ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПОСТРОЕНИЯ ТАКТИКИ НА ОТДЕЛЬНЫЙ ЭНД В СПОРТИВНОЙ ИГРЕ В КЁРЛИНГ

***Александр Олегович Бадилин**, старший преподаватель,*
***Юрий Владимирович Шулико**, кандидат педагогических наук, заведующий кафедрой,*
***Юрий Анатольевич Скачков**, доцент,*
*Национальный государственный университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург, (НГУ им. П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург)*

**Аннотация**

Статья посвящена рассмотрению особенностей и основных принципов построения тактики на отдельный энд в керлинге. Тактическое содержание игры в кёрлинг представляет собой тактическую борьбу двух команд за достижение определённого финального преимущества в расположение «своих» кёрлинговых камней (по сравнению с позицией камней команды соперника) в зачётной зоне игровой площадки, называемой «домом».

**Ключевые слова:** керлинг, тактика отдельного энда, тактические задачи, право на последний бросок в энде.

## MODERN TRENDS AND BASIC PRINCIPLES OF TACTICS FOR SEPARATE END IN CURLING SPORTS GAME

***Alexander Olegovich Badilin**, the senior lecturer,*
***Yury Vladimirovich Shuliko**, the candidate of pedagogical sciences, department, chairman,*
***Yury Anatolievich Skachkov**, the senior lecturer,*
*The Lesgaft National State University of Physical Education, Sport and Health, St. Petersburg*

**Annotation**

The article presents the features and basic principles of tactics for the separate end in curling sports game. Tactical contents of the curling is tactical struggle between two teams for the achievement of the particular final benefits to the location of "their" curling stones (in comparison with the position of the stones of the opposing team) in the end zone of the playground called "house".

**Keywords:** curling, separate end tactics, tactical goals, advantage of last rock in end.

Как известно, тактическая борьба в кёрлинге реализуется посредством поочерёдного проведения командами розыгрышей «своего» камня. С точки зрения тактического содержания игры, каждый розыгрыш рассматривается как определённый «тактический ход» команды, в ходе которого команда пытается решить определённую оперативную тактическую задачу в виде достижения нового расположения спортивных снарядов на игровой площадке. При этом решаемая в каждом розыгрыше оперативная тактическая задача подчинена общей тактической цели по результату данного энда. Возможные тактические задачи на энд представлены в таблице 1.

Для решения тактической задачи в энде, команда может использовать защитные и атакующие действия.

Защитные действия – действия направленные на уменьшение количества камней на игровой площадке – с использованием выбивающих бросков «тейк-аут»;

Атакующие действия – действия направленные на увеличение количества камней на игровой площадке – с использованием постановочных бросков «дро», «дро-эраунд» и «фриз», а также бросков «гард» и «теп-бек».