

## **НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

*Александр Александрович Сергеев, аспирант,  
Российский государственный педагогический университет имени А.И. Герцена  
(РГПУ им. А.И. Герцена), Санкт-Петербург*

### **Аннотация**

Традиционная система оценки ведет к снижению уровня физической подготовленности учащихся, в связи с этим необходимо проектирование новой нормативной системы (балльная система), которая способна стимулировать школьников к достижению более высоких результатов на занятиях по физической культуре и не давать им останавливаться на достигнутом. Данная нормативная база способна удовлетворять доступностью соответствующих нормативов и возможностью применения методов математической статистики. При создании новой нормативной базы учитывался уровень и динамика физической подготовленности исследуемого контингента. Это обусловлено необходимостью установления доступности соответствующих нормативов. Для построения 100-балльной шкалы оценки физической подготовленности использовался метод процентильных рангов. В процессе моделирования системы проверки и оценки физической подготовленности анализировались два варианта. В первом варианте в качестве исходных данных использовались результаты, показанные учениками при проверке и оценке физической подготовленности. При втором варианте исходными данными служили результаты, показанные при проверках по балльной системе. Анализ полученных данных свидетельствует о том, что при традиционной системе проверки и оценки результаты группируются вокруг соответствующего норматива, а при балльной системе оценки «проверяемые» показывают индивидуально-максимальные результаты в отдельных упражнениях, получая более высокую общую оценку при суммировании результатов по комплексу тестов.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, старшие школьники, 100-балльная шкала, индивидуально-максимальные результаты.

**DOI: 10.5930/issn.1994-4683.2012.05.87.p122-124**

## **REGULATORY REQUIREMENTS FOR PHYSICAL TRAINING OF SENIOR SCHOOLCHILDREN**

*Alexander Alexandrovitch Sergeev, the post-graduate student,  
The Herzen State Pedagogical University of Russia St.-Petersburg*

### **Annotation**

The traditional system of evaluation leads to a decrease in the level of physical training of pupils, in connection with it there is a need to design a new regulatory system (scoring system), which may stimulate students to achieve higher results in the classes of physical culture and prevent them from stopping on the achieved. This regulatory framework may satisfy with availability of appropriate regulations and opportunities of application of methods of mathematical statistics. When creating a new regulatory framework it was taken into consideration the level and dynamics of physical training of the studied contingent. This is due to the need in providing the availability of appropriate regulations. For building up the 100-point scale for assessment of physical training the percentile ranks method was used. In the process of modeling of the system of examination and assessment of the physical fitness two options have been analyzed. As a source of data in the first variant, the results, shown by students under control and assessment of physical fitness, were used. In the second case, as the baseline data served the results shown during examination under point system. The analysis of the obtained data indicates that the traditional system of examination and estimation of the results are grouped around the corresponding norm, and under the point system of assessment, the «checked» demonstrated individually-maximum results in separate exercises, getting higher overall assessment mark at summing up the results of complex tests.

**Keywords:** physical preparation, senior students, 100-point scale, individual maximum results.

## ВВЕДЕНИЕ

Построение нормативов физической подготовленности представляет одну из проблем теории физической культуры. Установление оценочных шкал, позволяющих эквивалентно оценивать различающихся по уровню физической подготовленности обучаемых, предполагает выявление адекватных критериев и выбор продуктивных научно-теоретических подходов к объяснению технологии построения конкретных нормативных требований.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В 2010-2011 учебном году на базе ГБОУ СОШ № 331 Невского района г. Санкт-Петербурга нами был проведен эксперимент с использованием традиционной и 100-балльной системы оценки. В исследовании приняли участие 67 школьников (10-11 классы).

## РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами была разработана 100-балльная шкала для оценки физической подготовленности старших школьников, которая учитывает не только двигательные достижения испытуемых относительно друг друга, но и нормальность распределения экспериментальных данных. Для построения 100-балльной шкалы оценки физической подготовленности использовался метод процентильных рангов. Метод процентильных рангов предполагает расчет конкретного процентильного ранга.

В теории и практике физической культуры широкое распространение получила 9-ти балльная шкала для перевода абсолютных результатов в различные шкалы. В соответствии с данными математической статистики соотношение 9-ти и 100-ой шкал можно представить в виде следующей таблицы (Дж. Гласс, Дж. Стэнли, 1976):

1	2	3	4	5	6	7	8	9
4%	7%	12%	17%	20%	17%	12%	7%	4%

Сумма процентов второй строки таблицы составляет 100% или другими словами 100-балльную шкалу. Адекватность 9-ти и 100-балльной шкал позволяет разработать нормативы. Так, результаты, попавшие в соответствующие диапазоны, будут отображать оценки: 1,2 или  $1,26 \times \sigma$  и более – «неудовлетворительно»; 3,4 до  $5-0,25 \times \sigma$  – «удовлетворительно», от  $5+0,25 \times \sigma$  до 6,7 – «хорошо»; 8,9 – «отлично». Кроме того, качественные оценки могут выражаться и в 100-балльной шкале.

Применение метода процентилей с последующей коррекцией полученных результатов методом сигмальных отклонений позволяет интегрировать эти методы и разработать 100-балльную шкалу, учитывающей не только двигательные достижения испытуемых относительно друг друга, но и нормальность распределения экспериментальных данных. Данный методический подход, впервые был разработан и использовался при установлении оценочных нормативов для курсантов военно-учебных заведений (Михаил И.И., Кадыров Р.М.).

В процессе моделирования системы проверки и оценки физической подготовленности анализировались два варианта. В первом варианте в качестве исходных данных использовались результаты, показанные учениками при проверке и оценке физической подготовленности. При втором варианте исходными данными служили результаты, показанные при проверках по балльной системе.

Полученные результаты различных вариантов проверки и оценки представлены в таблице 1. Анализ полученных данных свидетельствует о том, что при балльной системе оценки «проверяемые» показывают индивидуально-максимальные результаты в отдельных упражнениях, получая более высокую общую оценку при суммировании результатов по комплексу тестов. При традиционной системе проверки и оценки результаты группи-

руются вокруг соответствующего норматива. Существенное влияние на оценку также оказывает «наказание» за неудовлетворительные оценки.

Таблица 1

**Результаты моделирования различных вариантов проверки и оценки физической подготовленности**

Варианты проверки	Кол-во учебных классов	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Традиционный вариант	15	1	4	7	3
Балльная система	15	4	7	3	1

Полученные результаты по традиционной 4-балльной системе формируются вокруг соответствующего норматива, которая в свою очередь не дает стимулирующего эффекта к достижению наивысшего результата, и стремлению учащегося улучшить свой нынешний результат. Кроме того, имеющийся уровень отражает естественный итог их физического развития. Результаты моделирования, свидетельствуют о том, что балльная система направлена на стимулирование достижения максимальных результатов и получения положительных результатов в целом. На наш взгляд, для достижения и поддержания фиксированного уровня физической подготовленности молодежи необходима определенная и систематическая физическая активность. Очевидно, соответствующий уровень двигательной подготовленности может свидетельствовать о наличии или отсутствии различного по характеру двигательного режима. Необходимо подчеркнуть, что мониторинг физической подготовленности в достаточно продолжительном временном промежутке позволяет установить ориентиры в установлении нормативных требований для соответствующих категорий учащейся молодежи.

Доказано, что применение балльной системы оценки физической подготовленности школьников обеспечивает повышение стимулирующей функции нормативной системы и создает возможность реализации их максимальных двигательных возможностей. Это выразилось в более высокой позитивной динамике результатов физической подготовленности старших школьников оцениваемых по балльной системе, а также в повышении прироста уровня физических способностей в межнормативных зонах.

**Контактная информация:** boing\_sansey@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 15.05.2012.*

УДК 796.07-053.7:373.6

**СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ  
УЧАЩИХСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКИХ УЧИЛИЩ,  
ОСВАИВАЮЩИХ РАЗЛИЧНЫЕ ПРОФЕССИИ**

*Вячеслав Валентинович Становов, доктор педагогических наук, профессор,  
Дмитрий Федорович Палецкий, кандидат педагогических наук, доцент,  
Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма  
(СГАФКСТ)*

**Аннотация**

Одной из важнейших функций российской системы физического воспитания является подготовка молодежи к высокопроизводительной трудовой деятельности. Требования, предъявляемые к профессиональной деятельности в современных условиях, значительно возросли, что повлекло за собой повышение требований к соответствующей физической подготовке молодежи в стенах профтехучилищ. О физической подготовленности мы судили по результатам выполнения контрольных упражнений, характеризующих основные двигательные качества: силу, быстроту, выносливость. Результаты анализа физической подготовленности девушек, приступающих к обуче-