

УДК 796.011

**МОНИТОРИНГ МНОГОЛЕТНЕЙ ДИНАМИКИ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ МАЛЬЧИКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В РАЗНЫХ СРЕДОВЫХ УСЛОВИЯХ, ПОСТУПАЮЩИХ В ПЕРВЫЙ КЛАСС**

*Владимир Филиппович Лигута, кандидат педагогических наук, профессор, Дальневосточный юридический институт МВД России (ДВЮИ МВД России), Хабаровск*

**Аннотация**

В статье анализируются результаты многолетних исследований показателей физической подготовленности мальчиков, проживающих в разных социальных и климатогеографических условиях Хабаровского края, поступающих в первый класс. Выявлена общая тенденция к снижению уровня развития их физических качеств. Установлено, что наибольшее влияние средовых факторов испытывают школьники северных сельских районов по сравнению со сверстниками, проживающими в южных сельских районах и крупных городах края. Обосновывается необходимость коррекции процесса дошкольного и начального школьного физического воспитания.

**Ключевые слова:** мальчики, поступающие в первый класс, среда проживания, динамика, физическая подготовленность, физические качества, нормативы, физическое воспитание.

**MONITORING OF LONG-TERM DYNAMICS OF INDICATORS OF PHYSICAL READINESS OF BOYS LIVING IN DIFFERENT ENVIRONMENTAL CONDITIONS, ENTERING THE FIRST CLASS**

*Vladimir Filippovich Liguta, the candidate of pedagogical sciences, professor, The Far Eastern Law Institute of Ministry of Internal Affairs of Russia, Khabarovsk*

**Annotation**

The article analyzes the results of long-term researches indicators of physical readiness boys living in different social and climatic and geographical conditions of the Khabarovsk region, entering the first class. It identified the overall downward trend in the level of development of their physical qualities. The article found out that most influence of environmental factors is experienced by schoolchildren in the Northern rural areas compared to peers living in southern rural areas and major cities of the province. The necessity in the preschool and initial school educational process correction is justified.

**Keywords:** boys, entering the first class, living environment, dynamics, physical readiness, physical quality guidelines, physical education.

**ВВЕДЕНИЕ**

Уровень физической подготовленности является одним из важнейших критериев оценки состояния здоровья и эффективности физического воспитания детей. Исследования, которые были проведены многими учеными [2, 3], показали, что у детей, проживающих в различных регионах нашей страны, уровень физической подготовленности неодинаков. В комплексе факторов, определяющих эти различия, климатогеографические и социально-экономические особенности региона имеют немаловажное значение. В связи с этим для эффективного проведения процесса физического воспитания необходимо учитывать показатели физической подготовленности детей, закономерности их развития в зависимости от среды проживания. При этом должна соблюдаться преемственность физического воспитания детей дошкольного и школьного возраста [4].

Учитывая, что в последние годы значительно изменились социально-экономические, экологические условия в различных регионах нашей страны, в том числе и на Дальнем Востоке России, актуальной является задача сравнения показателей физической подготовленности детей, поступающих в первый класс общеобразовательной школы, в многолетнем аспекте.

Целью нашего исследования было определение многолетней динамики изменения средних показателей физической подготовленности мальчиков, проживающих в разных

социальных и климатогеографических условиях Хабаровского края, поступающих в первый класс, в сравнении с нормативными требованиями.

#### ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализировались осенние результаты тестовых показателей физической подготовленности более 20 тысяч мальчиков, поступающих в первый класс общеобразовательной школы в 1999, 2004, 2009, 2014 годах, проживающих в разных средовых условиях Хабаровского края: малых населенных северных (приравненных к районам Крайнего Севера) и южных (имеющие более благоприятные климатогеографические условия) сельских районах, в городах Хабаровске и Комсомольска-на-Амуре.

Работа выполнена на основе внедрения мониторинга физической подготовленности школьников Хабаровского края в рамках Постановления губернатора Хабаровского края «Об утверждении положения о проведении ежегодных спортивно-оздоровительных соревнований школьников Хабаровского края «Губернаторские состязания» с использованием тестов «Президентских состязаний». Руководителем данной НИР на протяжении 15 лет являлся автор данной статьи. Ежегодно в заочных состязаниях принимали участие в среднем 125 тысяч школьников 1-11 классов, что составляло около 85,0% всех учащихся из 350 общеобразовательных школ 23 административных единиц края.

Для характеристики силовой выносливости мышц рук и живота в рамках данных состязаний применялись тесты: сгибание и разгибание рук в упоре лежа, удержание тела в висе на перекладине, поднимание туловища из положения лежа на спине за 30 с; скоростно-силовых качеств – прыжок в длину с места; гибкости и подвижности позвоночника и тазобедренных суставов – наклон вперед из положения сидя; общей выносливости – бег на 1000 м [1].

#### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Динамика средних показателей силовой выносливости мальчиков семи лет в сравнении со стандартами отражена на рисунке 1. Из представленных на рисунке 1 данных видно, что средний результат в тесте сгибание и разгибание рук в упоре лежа ниже нормативных требований на протяжении всего периода обследования у мальчиков, проживающих в северных сельских районах, Хабаровске и Комсомольске-на-Амуре. При этом с 1999 по 2014 годы отклонение отрицательного показателя по отношению к стандарту увеличивается, что свидетельствует о снижении силовой выносливости мальчиков. Средний результат в данном упражнении у мальчиков южных районов превышает нормативные величины, однако наблюдается динамика его снижения за период исследования.

Наилучшее состояние показателей силовой выносливости мышц брюшного пресса отмечено у мальчиков южных сельских районов, Хабаровска и Комсомольска-на-Амуре. Их средние результаты превышают нормативные требования, однако, в динамике по годам исследования видна относительная стабильность с незначительным улучшением (у мальчиков Комсомольска-на-Амуре) и ухудшением показателей (у мальчиков южных сельских районов и Хабаровска). Наихудшие показатели развития данного качества отмечены у мальчиков северных сельских районов. Если в 1999 году этот показатель по отношению к нормативу составлял: - 0,7%, то к 2014 году: -10,7%.

В целом, наилучшее состояние развития статической силовой выносливости мышц рук отмечено у детей, проживающих в южных сельских районах, а также в Комсомольске-на-Амуре и Хабаровске. Однако показатель среднего результата в данном тесте за пятнадцатилетний период наблюдения по отношению к стандарту снижается. У мальчиков северных сельских районов края состояние развития данного физического качества находится на довольно низком уровне, в тоже время прослеживается динамика его улучшения по отношению к исходному уровню.

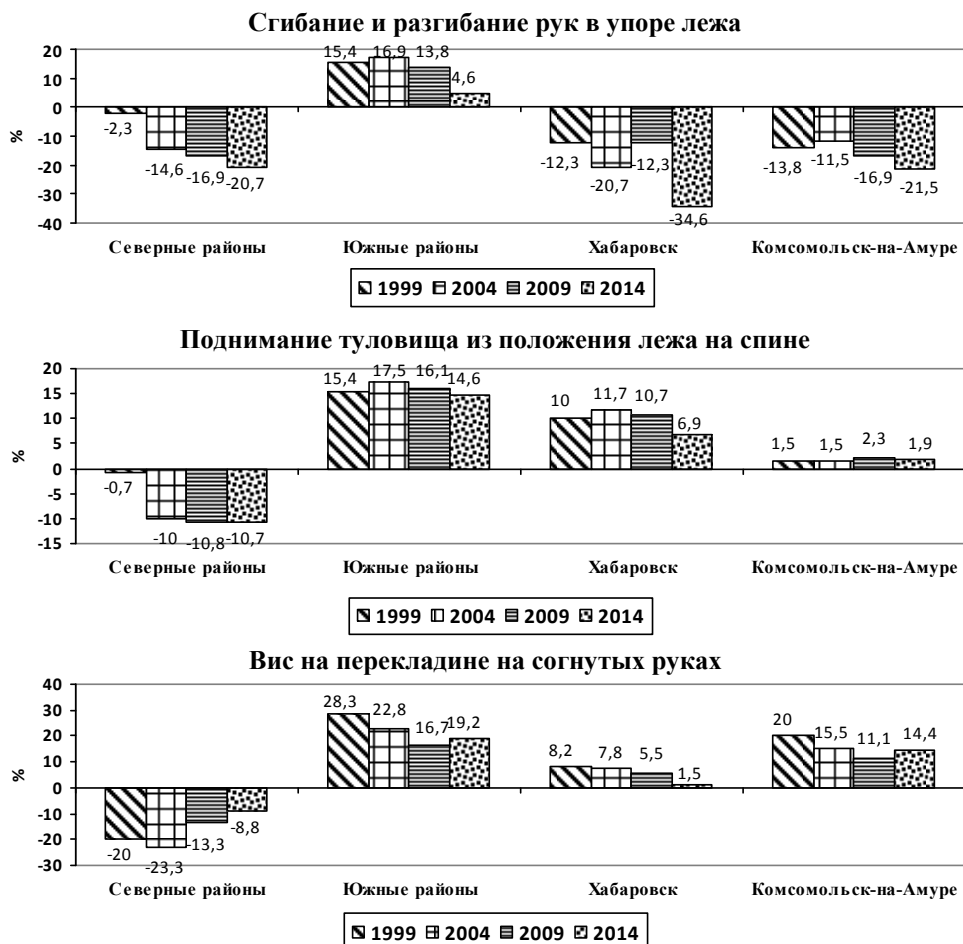


Рисунок 1 – Разница между нормативами и средними показателями силовой выносливости (%) у мальчиков, поступающих в первый класс

Показатели скоростно-силовых способностей у мальчиков, проживающих в разных средовых условиях Хабаровского края, в основном, превышают общероссийские нормы (рисунок 2).



Рисунок 2 – Разница между нормативами и средними показателями скоростно-силовых способностей (%) у мальчиков, поступающих в первый класс

Наилучшие результаты отмечены у детей южных сельских районов, а также Хабаровска и Комсомольска-на-Амуре, худшие – у мальчиков северных сельских районов.

Отмечается также закономерность снижения скоростно-силовых способностей в динамике многолетнего аспекта у мальчиков, проживающих в разных средовых условиях.

У мальчиков северных сельских районов, а также Хабаровска и Комсомольска-на-Амуре, преимущественно низкие значения показателя гибкости отмечены на протяжении всего периода наблюдений с тенденцией постепенного его ухудшения (рисунок 3). Наилучшие показатели развития гибкости демонстрируют мальчики южных сельских районов края, у которых средние результаты превышают общероссийский стандарт.

### Наклон туловища вперед из положения сидя

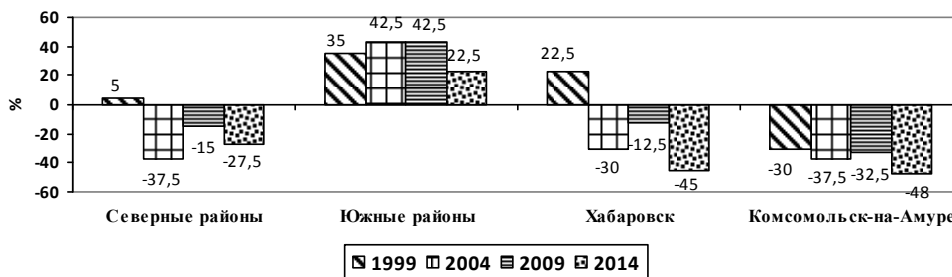


Рисунок 3 – Разница между нормативами и средними показателями гибкости (%) у мальчиков, поступающих в первый класс

Средние показатели общей выносливости мальчиков, проживающих в разных средовых условиях, значительно ниже стандартных требований (рисунок 4).

### Бег 1000 м

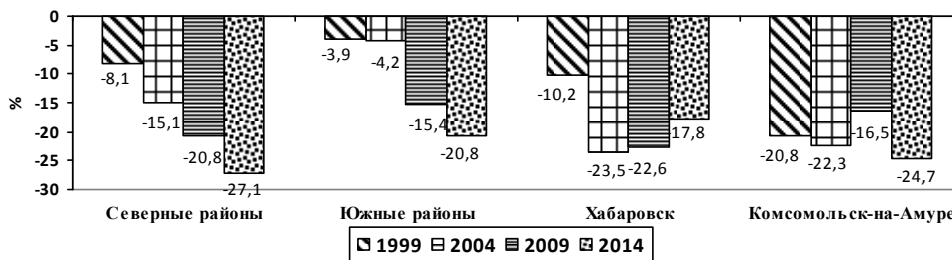


Рисунок 4 – Разница между нормативами и средними показателями общей выносливости (%) у мальчиков, поступающих в первый класс

Причем тенденция к снижению среднего показателя от нормативных требований отмечается в динамике за весь многолетний период обследования у всех первоклассников. Это свидетельствует о том, что в дошкольном возрасте недостаточное место отводится физическим упражнениям, воспитывающим у мальчиков общую выносливость, которая является составной частью всесторонней физической подготовки детей дошкольного и младшего школьного возраста.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Сравнительный анализ нормативов и средних величин, характеризующих определенные стороны физической подготовленности мальчиков, проживающих в различных средовых условиях Хабаровского края, поступающих в первый класс, выявил наиболее низкие показатели развития физических качеств у школьников северных сельских районов. На наш взгляд, это связано с несовершенной организацией физического воспитания детей, как в семье, так и в дошкольных учреждениях, слабо развитой инфраструктурой для занятий физической культурой, экстремальными условиями Крайнего Севера, снижающими двигательную активность и оказывающими отрицательное воздействие на уровень физической подготовленности детей. Северяне уступают сверстникам, проживающим в

более комфортных социальных и природно-климатических условиях города и южных сельских районах края, причем наиболее существенное отставание наблюдается в развитии силовой выносливости, гибкости, общей выносливости.

У мальчиков южных сельских районов края исследуемые физические качества проявляются на более высоком уровне, чем у городских школьников. Климатогеографические и экологические условия юга края позволяют эффективно использовать в физическом воспитании детей сельской местности различные природные факторы: наличие снежного покрова и возможность заниматься лыжной подготовкой, проведение занятий на открытом воздухе, купание в открытых водоемах и использование местных рекреационных ресурсов.

Необходимо отметить поступательное снижение уровня развития физических качеств у мальчиков, не зависимо от места их проживания, в процессе многолетних исследований. Наиболее трудными видами испытаний являются нормативы, характеризующие общую выносливость, гибкость и динамическую силовую выносливость мышц рук.

Полученные данные подтверждают необходимость решения проблемы физической готовности детей к школе, преемственности системы дошкольного и школьного образования по физической культуре, разработки региональных нормативов по оценке уровня развития физических качеств.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Вавилов, Ю. Н. Проверь себя (к индивидуальной системе самосовершенствования человека) / Ю. Н. Вавилов, Е. А. Ярыш, Е. П. Кокорина // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 9. – С. 58-63.
2. Комлев, И.О. Эффективность программы физического воспитания детей младшего школьного возраста, учитывающей влияние основных климатических факторов внешней среды / И.О. Комлев, Ю.К. Чернышенко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2008. – № 2 (36). – С. 52-54.
3. Мызан, Г.И. Двигательные способности школьников Хабаровского края : монография. / Г.И. Мызан, Н.Н. Чекулаев. – Хабаровск : Изд-во ХГПУ, 2002. – 86 с.
4. Семенов Л.А. Анализ состояния кондиционной физической подготовленности детей, поступающих в первый класс, в контексте реализации Федеральных государственных образовательных стандартов / Л.А. Семенов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 1 (131). – С. 208-213.

#### REFERENCES

1. Vavilov, Yu.N., Yarysh, E.A. and Kokorina, E.P. (1997), “Test yourself (to the individual system of human self-perfection)”, *Theory and practice of physical culture*, No.9, pp. 58-63.
2. Komlev, I.O. and Chernyshenko, Yu.K. (2008), “Efficiency of the program of physical education of elementary school’s children, which takes into account the influence of the main climatic factors of the environment”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 36, No 2, pp. 52-54.
3. Myzan, G.I. and Chekulaev, N.N. (2002), *Motor abilities of schoolchildren of the Khabarovsk Territory*, KhPPU Publishing House, Khabarovsk.
4. Semenov, L.A. (2016), “Analysis of the conditioned physical fitness of children entering the first class, in the context of the federal state educational standards”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, Vol. 131, No 1, pp. 208-213.

**Контактная информация:** liguta01@mail.ru

*Статья поступила в редакцию 30.07.2018*