

**СТАНОВЛЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ
И СПОРТИВНОГО ДВИЖЕНИЯ
НАРОДОНАСЕЛЕНИЯ ЦАРСКОЙ РОССИИ
(с 1909 до 1917 г.)**

**Материалы Всероссийской научно-практической
конференции обучающихся и научно-педагогических
работников, посвященной 150-летию со дня рождения
В. Н. Воейкова**

г. Пенза, 20–21 сентября 2018 г.

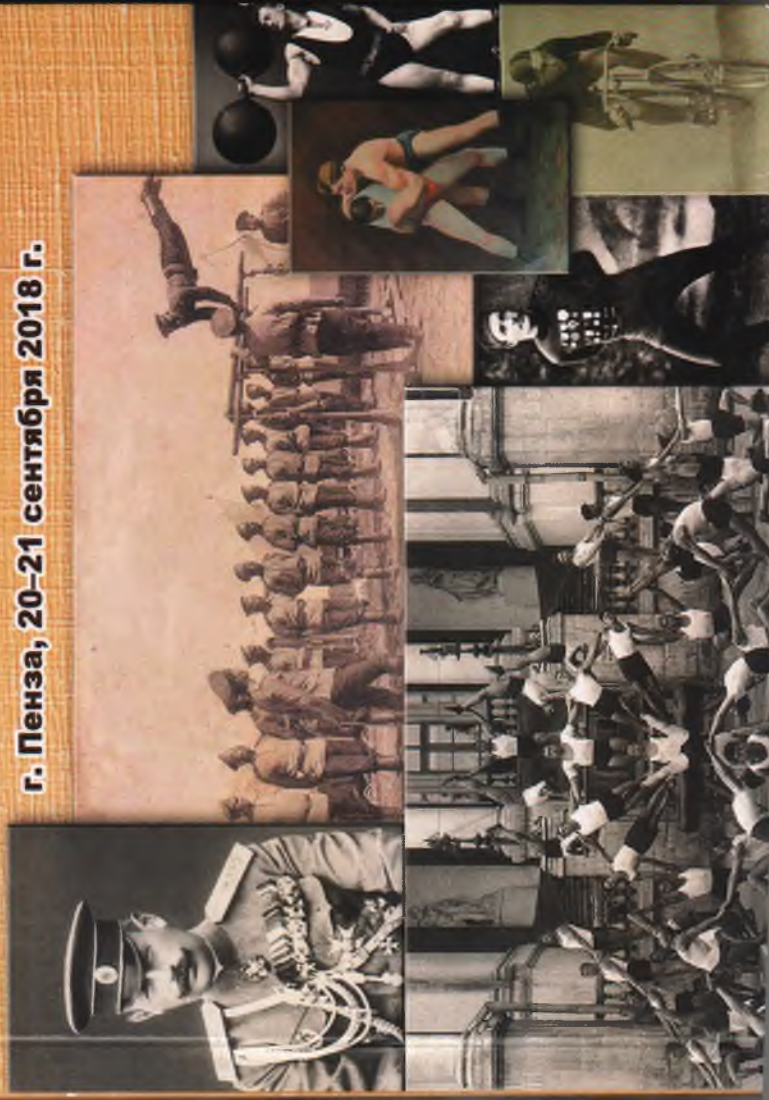


Таблица 2
Динамика показателей физической подготовленности девочек контрольной и экспериментальной групп по результатам педагогического эксперимента

Контрольные упражнения	Этапы	Контрольная группа		Экспериментальная группа	
		X ± δ	t, p	X ± δ	t, p
Бег 30 м, с	Начальный	6,5 ± 0,7		6,2 ± 0,5	
	Итоговый	5,7 ± 0,4	2,5 < 0,05	5,5 ± 0,4	2,5 < 0,05
Челночный бег 3 x 10 м, с	Начальный	10,2 ± 0,6		9,8 ± 0,5	
	Итоговый	9,4 ± 0,4	2,6 < 0,05	9,3 ± 0,2	2,5 < 0,05
Прыжок в длину с места, см	Начальный	1,24 ± 25,9		1,38 ± 22,2	
	Итоговый	1,41 ± 25,9	1,1 > 0,05	1,49 ± 27,8	0,8 > 0,05
Подтягивание	Начальный	9 ± 4,1		12 ± 5,9	
	Итоговый	16 ± 3,7	3,2 < 0,05	20 ± 5,2	2,4 < 0,05

Сравнение показателей начального и итогового тестирования показало прирост по всем тестируемым показателям. Причем, рассматривая среднegrупповые изменения, можно отметить, что прирост в показателях уровня физической подготовленности школьников неравномерный. Так, у мальчиков статистически достоверный прирост показателей обнаружен в беге на 30 м, характеризующем уровень развития скоростных качеств, где были зафиксированы следующие результаты: $5,6 \pm 0,43, 5,3 \pm 0,3$ ($p < 0,05$) и челночном беге на 3×10 м, характеризующем уровень развития координационных способностей, где отмечены следующие результаты: $9,0 \pm 0,2$ и $8,8 \pm 0,3$ ($p < 0,05$). Показатели в прыжках в длину с места, характеризующие уровень развития скоростно-силовых качеств мышц ног, и подтягивание на высокой перекладине из виса, характеризующие уровень развития силовых качеств мышц рук изменились в сторону улучшения результатов, но они оказались статистически не достоверны ($p > 0,05$).

У девочек также произошли положительные изменения в показателях по всем тестам. Однако, статистически достоверные изменения результатов наблюдаются только в беге на 30 м: $5,7 \pm 0,4$ и $5,5 \pm 0,4$ ($p < 0,05$), челночном беге на 3×10 м: $9,4 \pm 0,4$ и $9,3 \pm 0,2$ ($p < 0,05$) и в подтягивании на низкой перекладине из виса лежа: $16 \pm 3,7$ и $20 \pm 5,2$ ($p < 0,05$). Показатели в прыжках в длину с места имеют положительную динамику, но они статистически недостоверны ($p > 0,05$).

Таким образом, применение разработанной методики в процессе педагогического эксперимента свидетельствует, что использование соревновательного и игрового методов, а также различных организационных форм занятий физическими упражнениями позволило улучшить физическую подготовленность школьников младших классов.

Библиографический список

1. Куинджи, Н. Н. Валеология: Пути формирования здоровья школьников / Н. Н. Куинджи. - М.: Аспект Пресс, 2000. - 139 с.
2. Комков, А. Г. Социально-педагогические основы формирования физической активности детей-школьников: монография / А. Г. Комков. - СПб., 2002. - 228 с.

ЦЕННОСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ВНЕДРЕНИЮ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗИКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ»

А. А. Пашин, Ю. В. Тихонов, С. В. Спирич
Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

Аннотация. Представлен анализ исследования структурно-динамических характеристик ценностного отношения студенческой молодежи к внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО». Целью исследования явилось изучение структуры интенсивности ценностного отношения студенческой молодежи к ВФСК «ГТО». В качестве методологической основы исследования использована концепция субъективных отношений личности. На основе эмпирических данных определены средние показатели интенсивности отношения к «ГТО» студенческой молодежи, структура интенсивности отношения в группах с низким, средним и высоким уровнями отношения, доминирующие компоненты в структуре отношения.

Ключевые слова. ценностное отношение к ВФСК «ГТО», компоненты ценностного отношения.

В целях дальнейшего совершенствования государственной политики в области физической культуры и спорта, создания эффективной системы физического воспитания, направленной на

развитие человеческого потенциала и укрепление здоровья населения, указом Президента РФ В. Путиным с 1 сентября 2014 г. был введен в действие Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ГТО), как программно-нормативная основа физического воспитания населения.

Основными целями и задачами его внедрения являются повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и гражданственности, ведении здорового образа жизни.

В настоящий момент работа по комплексу ГТО активно ведется во всех регионах страны. Однако успех этой работы зависит не только от усилий организаторов, но и от степени и характера отношения различных слоев населения и, в первую очередь, учащейся молодежи к комплексу ГТО. Если учесть, что о том, «какие виды испытаний входят в ГТО» – не знают 60 % студентов, 34,25 % – считают «ГТО – еще одной непродуманной затеей», а «будут увлиивать от участия в состязаниях по ГТО» – 51,51% [6], то исследование характеристик отношения студенческой молодежи к ВФСК «ГТО» является весьма актуальным, поскольку выявление закономерностей этого феномена позволит целенаправленно влиять на его формирование.

Следует отметить, что, приступая к исследованию ценностного отношения к ВФСК «ГТО», мы исходим из того, что комплекс «ГТО» как программная и нормативная основа Российской системы физического воспитания представляет собой важнейшую ценность физической культуры и, так или иначе, включает в себя всё её ценностное содержание: интеллектуальные, технологические, двигательные, интенционные, мобилизационные, валеологические и др. [4, 7]. При этом подготовку и участие в выполнении нормативов ВФСК «ГТО» можно рассматривать как средство укрепления здоровья и в качестве инструментальной ценности, как одну из ценностей здорового образа жизни [9].

Методологической основой исследования является концепция субъективных отношений личности, согласно которой действия и поступки человека обусловлены сложившейся у него системой субъективных отношений к объектам и явлениям окружающего мира, обеспечивающей продуктивность какой-либо деятельности [1, 5].

В целях исследования нами был разработан тест «Индекс отношения к комплексу «ГТО»», представляющий собой модификацию теста «Индекс отношения к здоровью» и позволяющий определить интенсивность отношения по следующим компонентам: перцептивно-аффективному, когнитивному, практическому и поступочному [2].

Перцептивно-аффективный компонент отражает степень отношения к содержанию комплекса ГТО в эмоциональной сфере, т.е. насколько человек восприимчив к эстетическим аспектам физической культуры и спорта, способен получать радость от выполнения упражнений и тестов данного комплекса, атрибутики и т.д.

Когнитивный компонент показывает, в какой степени проявляется отношение к знаниям в сфере физической культуры и спорта, предусмотренным ВФСК ГТО, знаниям методики подготовки к внедрению нормативов комплекса, пассивен или активен он в своих интересах.

Практический компонент показывает, в какой степени проявляется отношение человека к практическим занятиям физической культурой и спортом, насколько он готов включаться в занятия физическими упражнениями и подготовке к сдаче нормативов комплекса.

Поступочный компонент показывает, насколько человек своими поступками, совершаемыми в соответствии с его отношением, старается изменить свое окружение, повлиять на отношение окружающих к внедрению ГТО, привлечь их к выполнению программы комплекса.

Показатель интенсивности получается путем суммирования баллов по четырем шкалам. Он выявляет, насколько сформировано отношение к внедрению комплекса «Готов к труду и обороне», с какой силой оно проявляется.

Всего в исследовании приняли участие 900 студентов гуманитарных и технических специальностей Пензенского государственного университета.

Поскольку в оценке субъективного отношения наибольший интерес представляет такой параметр, как интенсивность, то вначале мы рассмотрели изменения структуры интенсивности отношения в динамике его развития. Для этого из числа обследуемых студентов 1–3 курсов ($n = 900$) были выделены три условные группы. В «среднюю» вошли те, чьи показатели интенсивности

отношения находились в интервале $M \pm 1,5\sigma$, в группу «активных» — те, чьи показатели превышали $M + 1,5\sigma$, в группу «равнодушных» вошли те, чьи показатели были ниже, чем $M - 1,5\sigma$. Поскольку $M_{гр} = 35,298 \pm 0,374$, то в первую очередь в первую (среднюю) группу вошли учащиеся, набравшие от 19 до 52 баллов ($n = 602$); в группу «активных» — те, чей показатель интенсивности ≥ 53 баллов ($n = 142$); в группу «равнодушных» вошли учащиеся, набравшие ≤ 18 баллов по шкале интенсивности ($n = 156$). При всех межгрупповых сравнениях различия между средними показателями по соответствующим шкалам в группах с низкой, средней и высокой интенсивностью статистически значимы при $p < 0,01$ по t — критерию Стьюдента.

Структура компонентов интенсивности отношения к ВФСК «ГТО» в группах с различным уровнем его развития представлена на рис. 1.

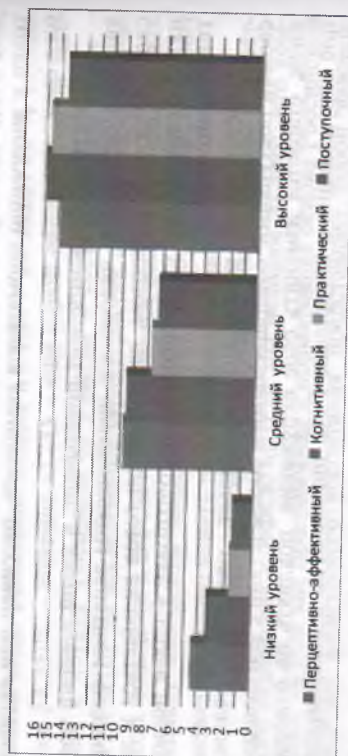


Рис. 1. Структура компонентов интенсивности отношения к ВФСК «ГТО» в группах с различным уровнем его развития

Как видно из диаграммы, в группе «равнодушных» к внедрению «ГТО» максимальный уровень характерен для перцептивно-аффективного (эмоционального) компонента — 4,44. Уровень когнитивного (3,39), практического (1,66) и, особенно поступочного (1,53) компонентов, значительно ниже. Когерентность (сбалансированность компонентов) низкая — $K = 2,91$.

Таким образом, при низком уровне отношение к комплексу носит в основном эмоциональный характер при низкой потребности в практических действиях, слабой познавательной, организаторской и соревновательной активности.

В группе со средним отношением к ГТО отмечается тенденция наибольшего прироста когнитивного компонента, по сравнению с уровнем предыдущей группы он вырос на 6,23 балла и приблизился к отметке эмоционального компонента. Далее следуют практический и поступочный компоненты, их прирост также значителен (соответственно 6,1 и 5,8 баллов). Отношению свойственен не только эмоциональный характер, но и познавательный. Когерентность, как и в группе с низким уровнем отношения к внедрению комплекса, находится на невысоком уровне ($K = 2,47$).

В группе «активистов» структура продолжает качественно изменяться: ведущими становятся когнитивный и практический компоненты, перцептивно-аффективный опускается до третьего места, далее следует поступочный компонент, который наряду с когнитивным при переходе от средней к высокой интенсивности имеет наибольший прирост (7,21 и 6,3 балла соответственно). Структура интенсивности становится сбалансированной ($K = 1,38$). В этой группе отношение начинает носить познавательно-практический характер, проявляющийся не только в познавательной, но и в организационно-пропагандистской деятельности, что позволяет говорить об этическом характере отношения (таб. 1). Высокая когерентность свидетельствует о том, что отношение приобретает форму установки, выражающуюся в «готовности» к определенному характеру деятельности по отношению к данному объекту [3, 8], т.е. «готовности» к ВФСК «ГТО».

Таблица 1

Значение средних показателей компонентов отношения к комплексу «ГТО» в группах с различным уровнем интенсивности

Интенсивность, М±m	Компоненты интенсивности отношения				Когерентность
	Перцептивно-аффективный	Когнитивный	Практический	Поступочный	
Низкая (n = 156) 11,01±0,271	4,44±0,015	3,39±0,015	1,66±0,015	1,53±0,015	2,91
Средняя (n = 602) 34,51±0,218	9,80±0,053	9,62±0,053	7,76±0,053	7,33±0,053	2,47
Высокая (n = 142) 60,99±0,303	14,89±0,128	15,92±0,128	15,63±0,128	14,54±0,128	1,38

Показатели, приведенные в табл. 1, свидетельствуют о том, что, при развитии отношения от низкого к высокому уровню, качественно меняется его структура: эмоции постепенно утрачивают свое главенствующее значение, и в характеристике отношения ведущую роль приобретают другие компоненты.

Развитие отношения от низкого к среднему уровню детерминировано, прежде всего, познавательным компонентом, а переход от среднего к высокому определяется практическим и поступочным компонентами.

При высоком уровне интенсивности отношение носит уже познавательно-практический характер, ему также присущи интерес, осознание значимости занятий физическими упражнениями для достижения необходимого результата при выполнении нормативов ГТО, что выражается в агитационно-пропагандистской деятельности, т.е. этическом типе деятельности в сфере физической культуры и «готовности» участвовать в ВФСК «ГТО».

Таким образом, при развитии отношения к комплексу ГТО, устанавливаемому государственным требованиям к физической подготовленности, предусматривающему подготовку и непосредственное выполнение установленных государством нормативов, меняется его качественная структура, улучшается когерентность компонентов его интенсивности, что неизбежно приводит к изменению характера отношения от эмоционального к познавательному и практическому.

Проведенное исследование позволяет выработать стратегию формирования положительного отношения к ВФСК «ГТО», обусловленную необходимостью первоначального воздействия на эмоциональную сферу личности, с дальнейшим переносом акцента в когнитивную сферу и переходом к практической деятельности.

Библиографический список

1. Бехтерев, В. М. Личность и условия ее развития и здоровья / В. М. Бехтерев. – СПб.: Изд-во СПбГУ, 1905. – 110 с.
2. Дeryabo, C. Отношение к здоровью и здоровому образу жизни: методика измерения / С. Дeryabo, С. Ясвин // Директор школы. – 1999. – № 3. – С. 7–16.
3. Ильин, Е. П. Мотивация и мотивы / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2006. – С. 512.
4. Лубышева, Л. И. Социология физической культуры и спорта: учеб. пособие / Л. И. Лубышева. – 2-е изд., стер. – М.: Академия, 2004. – 240 с.

5. Мясинцев, В. Н. Личность и неврозы / В. Н. Мясинцев. – Изд-во ЛГУ, 1960. – 224 с.

6. Пашин, А. А. Потребности и мотивы здорового образа жизни студенческой молодежи / А. А. Пашин, А. М. Васильева, В. Ф. Мухомеджанова // Известия высших учебных заведений. Поволжский регион. Гуманитарные науки. Педагогика. – 2014. – № 4. – С. 219–227.

7. Столяров, В. И. Социология физической культуры и спорта: учебник / В. И. Столяров. – М.: Флинта: Наука, 2004. – 400 с.

8. Узнатзе, Д. Н. Психологические исследования / Д. Н. Узнатзе. – М.: Наука, 1966. – 452 с.

9. Rokeach, M. The Nature of Human Values / M. Rokeach. – New York: Free Press, 1973. – 438 p.

СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ПРОЦЕССА ВОСПИТАНИЯ ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ХОККЕИСТОВ НА НАЧАЛЬНОМ ЭТАПЕ СПОРТИВНОЙ ПОДГОТОВКИ

А. А. Пашин, О. Б. Трофимов, А. Н. Хмельков
Пензенский государственный университет, г. Пенза, Россия

Аннотация. Раскрывается специально-двигательная подготовка хоккеистов 7–11 лет, которая поможет специалистам составить представление о содержании и последовательности действий в процессе воспитания двигательных способностей, что позволит расширить двигательные возможности спортсменов.

Ключевые слова: двигательные способности, хоккей.

В соответствии с сенситивными периодами воспитания двигательных способностей в хоккее, возрастные группы 8 лет и младше, 10 лет и младше находятся в наиболее насыщенном периоде развития физических качеств, способностей и навыков. Уровень их освоения окажет значительное влияние на уровень игры, который будет достигнут впоследствии. С этой целью используют широкий круг средств общей физической подготовки с акцентом на воспитание быстроты, ловкости и гибкости.

Силовые способности. Структура силы представлена факторами определяющие силу и направленности силовых проявлений, а также проявление в сочетании с другими двигательными способностями.