

ОПУБЛИКОВАТЬ СТАТЬЮ

в изданиях НИЦ "Социосфера"



[ПОДРОБНЕЕ](#)

СОЦИОСФЕРА

- *Российский научный журнал*
- *ISSN 2078-7081*
- *РИНЦ*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным наукам*

PARADIGMATA POZNÁNÍ

- *Чешский научный журнал*
- *ISSN 2336-2642*
- *Публикуются статьи по социально-гуманитарным, техническим и естественно-научным дисциплинам*

[ПОДРОБНЕЕ](#)



СБОРНИКИ КОНФЕРЕНЦИЙ

- *Широкий спектр тем международных конференций*
- *Издание сборника в Праге*
- *Публикуются материалы по информатике, истории, культурологии, медицине, педагогике, политологии, праву, психологии, религиоведению, социологии, технике, филологии, философии, экологии, экономике*



[ПОДРОБНЕЕ](#)

4. Zhou Q., Ma L., Huang N., Liang Q., Yue H., Peng T. Integrating WebQuest into Chemistry Classroom Teaching to Promote Students' Critical Thinking // Creative Education, 2012. Vol. 3, No.3. – pp. 369-374.

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ОБУЧАЮЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ СРЕДНИХ ГОРОДОВ

С. Р. Шарифуллина
Ф. М. Колиева

*Кандидат педагогических наук,
Елабужский институт, КФУ,
учитель,
МБОУ СОШ № 9,
г. Елабуга,
Республика Татарстан, Россия*

Summary. The purpose of our article is to analyze the physical fitness of primary school children according to the standards of the All-Russian Sports School of the RLD. A low level of development of coordination abilities and endurance was found, at an average level – speed abilities and flexibility, at a high level – strength abilities.

Keywords: physical fitness; student; primary grade.

Современная обстановка с усиливающейся информатизацией общества приводит к тому, что динамично снижается двигательная активность человека. Необходимость привития потребности к физической деятельности в системе школьного образования возникает не только в старших классах, где наблюдается активная подготовка к Единому государственному экзамену, а на более раннем этапе – в начальном звене. Воспитание молодого поколения, которое уделяет внимание своей физической подготовленности как показателю здоровья становится одной из задач учителя.

Одним из важных инструментов для решения данного типа задач становится Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (ВФСК ГТО). На сегодняшний день подавляющее большинство участников (среди школьников) данного движения воспринимают это как часть образовательного процесса, то есть необходимость с точки зрения сдачи образовательных аттестаций, а не как потребность в том, чтобы узнать свой уровень физической подготовленности. Это в значительной мере осложняет реализацию принципа преемственности в старшем возрасте.

Несмотря на имеющиеся проблемы психологического характера, обучающиеся начального звена охотно участвуют в процессе выполнения норм ГТО. Нами было проведено исследование, целью которого являлось определить, насколько обучающиеся начального звена города среднего типа подготовлены к выполнению норм ГТО. В качестве базы для исследования выступила средняя общеобразовательная школа № 9 города Елабуги,

в количестве исследуемых – 39 учеников четвертых классов (21 мальчик и 18 девочек).

Методами исследования стали анализ научно-методической литературы по проблеме исследования, педагогическое тестирование, математико-статистическая обработка данных. В качестве тестов были выбраны пять тестов из ВФСК ГТО: «бег на 30 метров» – чтобы определить уровень скоростных способностей, «сгибание и разгибание рук у поре лежа» – силовых способностей, «челночный бег 3*10м» – координационных способностей, «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье» – гибкости, «смешанное передвижение на 1 км» – выносливости. Тесты принимались в соответствии с требованиями предъявляемыми ВФСК ГТО [1].

Получив данные по первому тесту «бег на 30 метров», мы увидели следующие результаты: у девочек средний показатель по упражнению равен $6,37 \pm 0,58$, у мальчиков – $5,99 \pm 0,6$. Средний показатель у девочек согласно градации по знакам подготовки ВФСК ГТО находится на уровне бронзового знака, а у мальчиков – на уровне серебряного.

В упражнении, демонстрирующем силовые возможности верхней части тела «сгибание и разгибание рук в упоре лежа» у девочек средний показатель был равен $19,45 \pm 6,8$, у мальчиков – $23,6 \pm 5,7$. Относительно знаковых градаций ВФСК ГТО и девочки и мальчики показали высокий уровень.

В челночном беге 3*10 метров девочки в среднем выполнили норматив за $10,54 \pm 4,33$, а мальчики – $10,1 \pm 0,87$. По ВФСК ГТО оба результата не доходят даже до бронзового знака.

Показатель гибкости «наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на гимнастической скамье» у девочек равен $10,55 \text{ см} \pm 4,5$ (серебряный знак по ВФСК ГТО), у мальчиков – $6,4 \text{ см} \pm 2,5$ (серебряный знак по ВФСК ГТО).

В смешанном передвижении на 1 километр девочки пробежали за $7,85 \text{ мин} \pm 0,92$, мальчики – $6,72 \text{ мин} \pm 0,69$. Упражнения выполняются на низком уровне подготовленности.

Обработав данные, можно сделать следующие выводы:

- на высоком уровне подготовленности (согласно градации ВФСК ГТО) находятся силовые способности, что у мальчиков, что у девочек;
- на среднем уровне находятся скоростные показатели и показатели гибкости;
- и у мальчиков, и у девочек на низком уровне подготовленности находятся координационные способности и выносливость.

Таким образом, педагогам начальной школы следует особое внимание уделить воспитанию у детей таких качеств, как выносливость и ловкость. На наш взгляд в рамках занятий по физической культуре следует уделять больше внимания подвижным играм, направленных на решение задач по развитию координационных способностей и развитию различных видов выносливости.

Библиографический список

1. Как выполнять - Текст : электронный // Официальный сайт «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». - URL: <https://www.gto.ru/#gto-method> (Дата обращения: 08.10.2020)



СРОЧНОЕ ИЗДАНИЕ МОНОГРАФИЙ И ДРУГИХ КНИГ



*Два места издания Чехия или Россия.
В выходных данных издания
будет значиться*

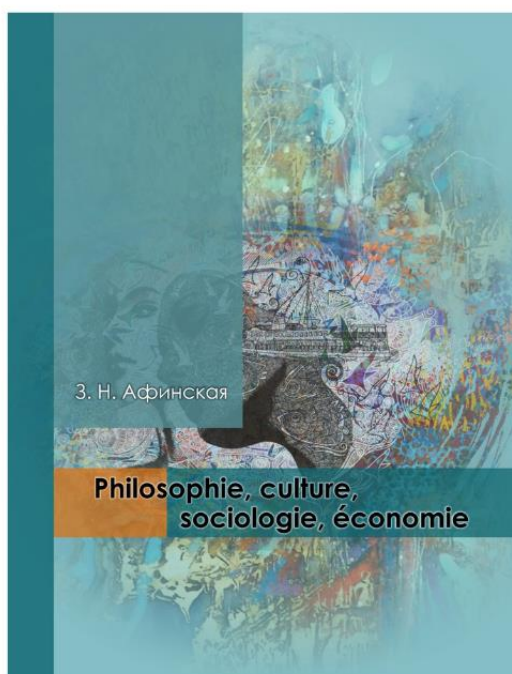
**Прага: Vědecko vydavatelské
centrum "Sociosféra-CZ"**

или

**Пенза: Научно-издательский
центр "Социосфера"**

РАССЧИТАТЬ СТОИМОСТЬ

- Корректурa текста
- Изготовление оригинал-макета
- Дизайн обложки
- Присвоение ISBN



У НАС ДЕШЕВЛЕ

- Печать тиража в типографии
- Обязательная рассылка
- Отсудка тиража автору