

удобное расписание, комфортная психологическая атмосфера, хорошие условия для занятий (оборудование, инвентарь).

Успешное включение ребенка в реализацию государственной политики в области физической культуры и спорта через механизмы государственной системы образования, системы дополнительного образования и выполнение испытаний комплекса ГТО может быть только при условии соответствия форм, методов и средств физического воспитания возрастным особенностям ребенка, систематичности физической тренировки разнообразной по характеру воздействия на организм, образа жизни, социальных условий.

Очевидно, вышеназванное можно рассматривать как ресурс вовлечения детей 6–12 лет в физическую активность, в том числе в реализацию комплекса ГТО, формируя у ребенка устойчивый интерес к занятиям физической культурой и спортом, стимулирования физической активности, основываясь на самоуправляемой мотивации.

Литература

1. Зюрин Э.А., Петрук Е.Н., Бобкова Е.Н. Исследование уровня развития физических качеств населения выполнившего испытания комплекса ГТО // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 10. – С. 3–5.

2. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – С. 17.

3. Швецов А.Н. Информационное общество: теория и практика становления в мире и России. – М.: КРАСАНД, 2012. – С. 10–18.

ПОВЫШЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТАРШИХ ШКОЛЬНИКОВ В СЕКЦИИ ПО ДОПРИЗЫВНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Я.П. Ионова, Е.Г. Чистякова

**Новгородский государственный университет имени Ярослава Мудрого,
г. Великий Новгород, Российская Федерация, e-mail: yana.ionowa@mail.ru**

В статье рассматривается проблема недостаточного уровня физической подготовленности юношей допризывного возраста. Отмечается, что подготовку, направленную на повышение физической подготовленности учащейся допризывной молодежи, следует организовывать в форме секционных занятий. В рамках педагогического эксперимента исследовалась динамика уровня физической подготовленности старших школьников образовательной организации на внеурочной работе. Выявлена положительная динамика и подтверждена достоверность результатов.

Ключевые слова: *физическая подготовленность, старшие школьники, допризывная подготовка, секционные занятия, образовательная организация.*

В настоящее время, во всем мире наблюдается возрастание политической нестабильности и конфликтов. В связи с этим, большое внимание со стороны государства уделяется обороноспособности страны, и, особенно, к подготовленности личного состава вооруженных сил, основой комплектования которого является молодежь [1, с.1].

При этом, наблюдается снижение интереса молодых людей к службе в армии, определенное смещение с общественно значимых на лично значимые ориентиры – participation к защите Родины, воинская честь и достоинство утрачивают свою значимость [2, с.4]. Переход с 2008 года на годичный срок военной службы по призыву повлек за собой значительное повышение требований к качеству подготовки граждан к военной

службе. Исследуя данную проблему, Е.В. Воробьева, Н.Н. Гарипов, Ш.А. Шамсутдинов, выделяют слабый уровень готовности допризывников: более 30% юношей по состоянию здоровья не могут быть призваны в армию, а 40% допризывников, имея низкий уровень физической подготовленности, не выполняют даже самые низкие нормативные требования по физической культуре [3, с.31].

Начинать всестороннюю подготовку допризывной молодежи необходимо в образовательных организациях. Поэтому в практике физкультурно-оздоровительной работы, активно идет процесс поиска и внедрения различных методик, способствующих развитию физических качеств и повышающих уровень здоровья допризывников. Не следует оставлять без внимания и формирование позитивного отношения к службе в армии, гражданско-патриотического самосознания подростков. Этому может способствовать участие школьников в спортивных соревнованиях и военно-патриотических мероприятиях.

Особенностям структуры, методики и содержания занятий по допризывной подготовке посвящены работы Садовой А.А. (2017), Авцыновой Н.В. (2018), Попкова А.А. (2013), Андросовой Е.А. (2018), Мезенцева В.В. (2012), Кутепова Н.И. (2018) и др.

Авторы отмечают, что физическая культура играет важную роль в подготовке допризывников к службе в армии, а уровень их физической подготовленности необходимо повышать не только на уроках физической культуры, но и через систему секционных занятий.

Особое внимание необходимо уделять выбору средств, применяемых в допризывной физической подготовке. Они должны быть направлены не только на сопряженное развитие основных физических качеств и совершенствование двигательных навыков, но и формировать эмоциональную и психологическую устойчивость юношей. [4, с.200; 5, с.94].

Таким образом, поиску новых возможностей для повышения уровня физической подготовленности юношей старшего школьного возраста, будет способствовать расширение внеурочной работы, т.е. организация секционных занятий по допризывной подготовке. Это и определило *цель* нашего исследования: повышение физической подготовленности юношей старшего школьного возраста в секции по допризывной подготовке.

Материал и методы. Исследование проводилось в форме педагогического эксперимента на базе МАОУ «СОШ №10» г. Великий Новгород, с целью повышения уровня физической подготовленности старших школьников в секции по допризывной подготовке. В эксперименте приняли участие юноши старшего школьного возраста, была сформирована одна группа в количестве 15 человек. Наш выбор был обусловлен: снижением уровня физической подготовленности юношей допризывного возраста; снижением интереса и мотивации старших школьников к службе в армии; расширением фонда двигательных умений и навыков старших школьников для более успешного прохождения службы в армии.

На первом этапе исследования осуществлялся анализ литературных источников по проблеме исследования, беседы с педагогами по физической культуре школы, а также предварительное тестирование уровня физической подготовленности старших школьников. В качестве тестовых упражнений использовались: подтягивание на высокой перекладине (кол-во раз), челночный бег 3x10 (сек), прыжок в длину с места (см), 6-ти минутный бег (м).

На втором этапе, ходе организации работы секции по допризывной подготовке, нами проведено:

- активная работа по военно-патриотическому воспитанию (встречи с ветеранами Великой Отечественной войны, участниками боевых действий, студентами военных училищ; просмотр кинохроники военных лет, уроки «Мужества» в зале воинской славы);
- встречи с родителями школьников (поскольку на первом месте у них получение перспективного образования, а служба в армии их детей часто вызывает негативные эмоции и опасения);

– изучены возможности материально-технической базы школы.

Так же при планировании секционной работы мы ориентировались на содержание соревнований городского и регионального значения, которые были запланированы на весенний период, а именно: городской смотр строя и песни; военно-прикладной профильный лагерь (учебные сборы); смотр-конкурс на лучшую подготовку граждан к военной службе по призыву среди муниципальных образовательных учреждений Великого Новгорода.

Секционные занятия представляли собой трехчастную структуру и включали в себя следующие разделы:

– строевая подготовка (с применением музыкального сопровождения для формирования у занимающихся чувства ритма, согласованности действий и поддержания эмоционального фона);

– атлетическая гимнастика (различные упражнения, отягощенные весом собственного тела; весом внешних предметов; с противодействием партнера и с использованием сопротивления упругих предметов для всестороннего физического совершенствования, а также развития силы отдельных мышечных групп, повышения работоспособности);

– полоса препятствий (упражнения направлены на комплексное совершенствование всех основных физических качеств и соответствовали содержанию программы спартакиады молодежи России допризывного возраста: скоростной бег; «забор» (преодоление горки матов); «лабиринт» (бег змейкой между конусов); прохождение по гимнастической стенке разными способами; «ров» (прыжок в длину с разбега); передвижение по наклонной доске; «разрушенный мост» и т.п.);

– элементы единоборств (обучение базовым приемам единоборств через ситуационные задачи, игры и игровые задания, что давало возможность практически в любых условиях решать аналогичные задачи и формировать у допризывников необходимые умения и навыки);

– игровая деятельность (представлена упражнениями или элементами различных спортивных игр, организованных в соревновательной форме и направленных на совершенствование техники их выполнения).

Таким образом, всего было проведено 16 секционных занятий, 1 спортивное соревнование «Молодой боец», приуроченное ко дню освобождения Новгорода от немецко-фашистских захватчиков и 1 военно-патриотическое мероприятие ко Дню защитника Отечества. Совокупность данных мероприятий дала возможность не только проявить обучающимся личные достижения, но и примерно сформировать список кандидатов в команду для участия в соревнованиях различного уровня, на что и было ориентировано содержание секционных занятий.

В течение третьего периода было проведено итоговое тестирование школьников, произведена математико-статистическая обработка результатов и проанализированы полученные данные. Для оценки эффективности педагогического воздействия мы использовали критерий Т-критерий Вилкоксона (Уилкоксона).

Результаты и их обсуждение. Анализ результатов тестирования показал, что у испытуемых наблюдается положительная динамика уровня физической подготовленности (таблица 1, рисунок 1).

В группе занимающихся допризывной подготовкой наибольший прирост результатов произошел в упражнениях «подтягивание на высокой перекладине» (14,6%), «челночный бег 3x10» (4,8%), «6-ти минутный бег» (3,06%). Наименьший прирост показателей наблюдался в упражнении «прыжок в длину с места» (0,98%).

Расчет достоверности различий результатов группы представлен в таблице 2.

Таблица 1 – Динамика физической подготовленности старших школьников в секции по допризывной подготовке

№	Показатель	Σ		Разница	%
		до	после		
1	Подтягивания на высокой перекладине	7,5	8,6	+1,1	14,6
2	Челночный бег 3x10	8,2	7,8	-0,4	4,8
3	Прыжок в длину с места	203	205	+2	0,98
4	6-ти минутный бег	1273	1312	+39	3,06

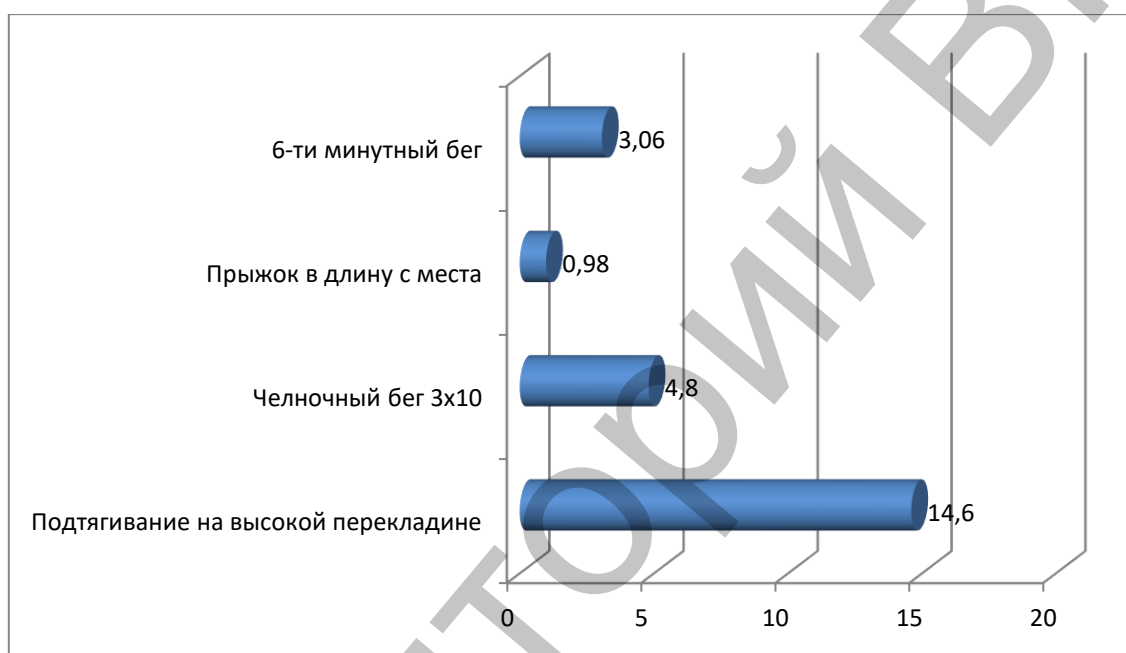


Рисунок 1. Результаты прироста показателей после педагогического эксперимента

Таблица 2 – Расчет достоверности различий результатов группы по t- критерию Вилкоксона (Уилкоксона)

№	Показатель	n	Трас	Тгр	P
1	Подтягивания на высокой перекладине	13	14,5	21	>0,05
2	Челночный бег 3x10	14	15,5	25	>0,05
3	Прыжок в длину с места	12	6,5	17	>0,05
4	6-ти минутный бег	14	12,5	25	>0,05

Как видно из таблицы 2, граничные значения коэффициента Тгр при $P > 0,05$ уровне значимости во всех случаях выше меньшей суммы рангов, что подтверждает достоверность изменений.

Таким образом, нами было подтверждено предположение о том, что специально организованные секционные занятия по допризывной подготовке эффективно влияют на уровень физической подготовленности старших школьников.

Заключение. Данные проведенного теоретического и экспериментального исследования показывают, что уровень физической подготовленности юношей старшего

школьного возраста повысится, если будут организованы секционные занятия по допризывной подготовке; секционная работа организована с учетом содержания и календарного плана спортивных соревнований и военно-патриотических мероприятий; в содержании занятий включены упражнения направленные на сопряженное развитие основных физических качеств и совершенствование двигательных навыков.

В заключение отметим, что допризывная подготовка представляет собой систему взаимосвязанных элементов, где особое место занимает физическое воспитание. При организации спортивной секции для допризывников необходимо предусмотреть множество факторов, особое внимание уделяя содержанию занятий, направленного на поддержание интереса и побуждающего школьников к участию в военно-патриотических мероприятиях и соревнованиях.

Литература

1. Берднев А.Б., Разыков Т.С. Физическое воспитание школьников в системе подготовки молодежи к службе в рядах вооруженных сил // Территория науки, Воронежский экономико-правовой институт – 2017. – №3, С. 47–52.
2. Чермит К.Д., Кутепов Н.И., Чернышенко К.Ю., Чернышенко Ю.К. Основы концепции спортивно ориентированной допризывной физической подготовки молодежи // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2018. – №4, С.3–9.
3. Ионова Я.П., Чистякова Е.Г. Роль физической культуры в подготовке допризывников к службе в армии //Мотивационные аспекты физической активности: Материалы IV Всероссийской междисциплинарной конференции. 14 февраля 2020 г. Великий Новгород / отв. редактор, к.м.н., доцент КНФ, Р. Я.Власенко; НовГУ им. Ярослава Мудрого. – Великий Новгород, 2020. – С.30–35.
4. Щеголев В.А., Русских А.В. Оздоровительно-прикладная физическая подготовка молодежи к военной службе в условиях муниципального физкультурно-оздоровительного центра // Научно-теоретический журнал «ученые записки» – 2011. – № 12(82), С. 199–206.
5. Мезенцев В.В. Физическая подготовка юношей к военной службе в армии на основе применения психомоторных упражнений. // Научно-теоретический журнал «ученые записки» – 2012. – № 2 (84), С.93–97.

ОЛИМПИАДА КАК ИННОВАЦИОННЫЙ ПОДХОД К ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Ю.С. Каплуновская

**Витебский областной центр физического воспитания и спорта
учащихся и студентов, Республика Беларусь**

Предметные олимпиады являются одним из важнейших критериев развития личности и повышения учебной мотивации учащихся. Непосредственное участие в олимпиадах способствует формированию самоуважения, росту уверенности в себе, повышению стрессоустойчивости. Таким образом участие в школьных олимпиадах является не только проверкой школьных знаний, но и отличный способ повышения саморазвития учащихся.

Ключевые слова: предметная олимпиада, физическая культура и здоровье, учащиеся; анкетирование

В современном мире олимпиадное движение активно развивается и пользуется большой популярностью среди учащихся учреждений образования. Успешное выступление на олимпиадах поднимает престиж не только учреждения образования, но и всего региона в целом. Она стимулирует участников образовательного процесса к новым достижениям. Для обучающихся олимпиада предоставляет возможность проверить свои