

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ  
ШКОЛЬНИКОВ БРЕСТСКОЙ ОБЛАСТИ ЗА 25 ЛЕТ.**

**В.Ф.Степуть, В.П.Артемьев**

С начала семидесятых годов в Брестской области /с активным участием областного Института усовершенствования учителей и впервые открытого факультета физического воспитания пединститута/ была разработана и стала реализовываться специфическая комплексная физкультурно-оздоровительная программа, существенной составной частью которой являлось тщательное изучение физического развития и физической подготовленности учащихся школ и студенческой молодёжи.

К этому же периоду относится выполнение задания Госкомитета по науке и технике Совмина СССР, полученное через НИИ физиологии детей и подростков АПН СССР и заключающееся в проведении тотального обследования учащихся Брестского региона /одновременно с другими 25 регионами территории Советского Союза/ с целью изучения их физического развития и подготовленности.

Уникальность законченного в 1975 году обследования этих показателей заключалась в чрезвычайно широких масштабах его: многочисленности коллектива исследователей и большом объёме полученных результатов.

Кстати, об объёме информации можно судить по такому факту: для предварительной обработки её группе специалистов-математиков, полностью освобождённых от других поручений, понадобилось около месяца работы на ЭМ.

Значимость этого: этапного – по нашему убеждению, исследования заключалась в следующем.

1. Впервые в Брестской области были подготовлены "Таблицы" количественных уровней результатов физической подготовленности<sup>а</sup> для каждой социально-возрастно-половой группы учащихся основной медицинской группы.
2. Определены критические периоды развития физических качеств школьников /Таблица I/

Анализ благоприятности возраста к проявлению уровня моторики дал нам право судить о том, что следует говорить о целесообразности региональной характеристики критических периодов, существенно отличающихся от общереспубликанских.

Таблица I.

Критические периоды развития двигательных способностей школьников Брестской области /длинные исследования кафедры теории и методики физического воспитания Брестского педагогического института, 1975 г./

Возрастные периоды	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Виды подготовки										
Сила кисти	Г : М : С : Г : О : Д :							XXXXXXXXXX	XXXXX	
Прыжки в длину с места	Г : М : С : И : Г : Д : О :		XXX	PPPP	XXXXX		XXXXXXXXXXXXXXXXXX	XXXXXX	XXXXXX	
Метание набивного мяча /1кг мяча/	Г : М : С : Г : О : Д :						XXXXX	XXXXXXXXXXXXXXXX	XXXXXX	
Бег 30-60м	Г : М : С : Г : О : Д :	XXX				XXXXX		PPPP		

Условные обозначения:

- И-мальчики;
- Д-девочки;
- Г-городские;
- С-сельские.

Довольно подробный анализ проведённого обсуждения полученных результатов важен и уместен с позиций приоритета и причастности к серьёзным выводам, сделанным в конце 70-х годов В.К.Шурухиной и Э.И.Кузнецовой, и заключающихся в следующем:

1. Развитие различных двигательных качеств происходит разновре-  
менно.
2. Величины годовых приростов различны в разные возрастные пе-  
риоды и неодинаковы для мальчиков и девочек, а также отлича-  
ются по относительным величинам, если сравнивать приросты ра-  
ных двигательных качеств.
3. У большинства детей школьного возраста показатели разных дви-

гательных качеств различные по своему уровню.

Следующее обширное обследование школьников было завершено в 1987 году.

Наряду с традиционными выводами, следующими из анализа вновь полученных результатов, впервые появилась возможность их сравнения с 1975 годом /Таблица 2/.

РАЗЛИЧИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИИ  
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ГО-  
РОДСКИХ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ /ОСЕНЬ  
1975-1987 гг/

Таблица 2

Физич. развитие и подгото-товл.	: Тесты	: Пол	: Средняя арифметическая	: $\bar{X}$ -критерий при $\alpha = 0,05$	: Заключение о значимости	
	:	:	: X	: ТАБЛ.: ПИБЛ.:	: сти	
	:	:	: 1975г. : 1987 г.:	:	:	
Физическое разв:	Рост	: М	: 142,57	: 144,54	: 1,64: 0,56	: Незначимы
		: Д	: 147,28	: 145,09	: 1,64: 0,32	: Незначимы
	Масса тела	: М	: 41,78	: 38,15	: 1,64: 0,68	: Незначимы
		: Д	: 40,93	: 39,51	: 1,64: 0,31	: Незначимы
	Окружн. груди:	: М	: 72,81	: 70,60	: 1,64: 1,64	: Незначимы
		: Д	: 72,48	: 66,66	: 1,64: 1,54	: Незначимы
	клетки:	:	:	:	:	:
Физическая подгото-товлен-ность	Бег на 30 м:	: М	: 6,33	: 6,67	: 1,64: 0,92	: Незначимы
		: Д	: 6,43	: 6,60	: 1,64: 1,19	: Незначимы
	Прыжки в длину:	: М	: 167,30	: 158,38	: 1,64: 0,66	: Незначимы
		: Д	: 147,64	: 151,49	: 1,64: 0,36	: Незначимы
	с места:	:	:	:	:	:

Мы уже говорили о том, что, начиная с 1972 года, в Брестской области стала реализовываться комплексная система физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня, особой частью которой явились "подвижные" перемены, гимнастика до учебных занятий, оригинальным образом организованные занятия в группах и школах продлённого дня, а также - широкое использование нестандартного спортивного оборудования и инвентаря. И всё это - в сочетании с традиционными внеклассными и общешкольными мероприятиями.

Следует заметить, что именно эта упорядоченная совокупность форм физического воспитания была положена в основу программы оздоровления школьников в Белоруссии, конечной целью

которой являлось стремление государства сохранить и повысить их уровень физического развития и двигательной подготовленности.

Реализация программы, а также - организационные мероприятия органов образования, позволили избежать опасных заметных негативных тенденций в физическом развитии и проявлении скоростных, силовых, скоростно-силовых способностей, если хотите - выносливости в зоне максимальной мощности./ именно эти двигательные качества определяются с помощью тестов: бег на 30 м и прыжки в длину с места/, имеющих на это период времени место в некоторых других зонах СССР.

В соответствии с договорённостью Госкомспорта СССР и Президентского Совета США по физической подготовке и спорту о взаимном тестировании школьников, в Брестской области, по инициативе областного центра физического воспитания, оно было проведено в 1988 году 8,7% учащихся выполнили тесты американской программы.

1995 год - следующее массовое обследование школьников /Таблица 3,

Таблица 3

**ЗНАЧИМОСТЬ РАЗЛИЧИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ  
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ШКОЛЬНИКОВ  
/1975-1995 гг/**

Тесты	Пол	Сравниваемые периоды	U-критерий	Статистическая значимость различий	
			Табл.: Набл.:		
Прыжки в длину с места	М	1975 - 1979	2,12	0,02	Незначимы
		1979 - 1988	2,12	0,21	Незначимы
		1988 - 1995	2,12	0,80	Незначимы
	Д	1975 - 1979	2,12	0,27	Незначимы
		1979 - 1988	2,12	1,63	Незначимы
		1988 - 1995	2,12	2,06	Незначимы
Челночный бег	М	1988 - 1995	2,10	2,01	Незначимы
		Д	2,10	1,47	Незначимы
Подтягивание на перекл.	М	1988 - 1995	2,10	1,82	Незначимы
Поднимание туловища	Д	1988 - 1995	2,10	6,39	Значимы
Наклон вперёд	М	1988 - 1995	2,10	2,75	Значимы
		Д	2,10	1,48	Незначимы

Появилась новая уникальная возможность для сравнения физической подготовленности /к сожалению, данные физического развития школьников на данном этапе и в дальнейшем - не изучались/.

Возможность эта, правда, оказалась неполной. Дело в том, что с 1992 года в Республике Беларусь действует новая тестовая система определения уровня развития двигательных качеств учащихся, и по таким упражнениям, как челночный бег 4x9 м, подтягивание на перекладине, поднимание туловища и наклон вперед, данные были получены лишь вторично, а сравнение стало возможным в основном с 1988 годом.

Полученные вновь данные, на первый взгляд, в целом - благополучные, настораживают:

- на протяжении многих лет не происходит улучшения развития основных двигательных способностей;
- начиная с 1988 года обнаруживается ухудшение силовой выносливости девочек и гибкости мальчиков, в наибольшей мере проявившееся в последние годы.

И, наконец, очень опасная тенденция, проявляющаяся на протяжении последних лет и следующая из анализа фактического материала, полученного областным центром физического воспитания /Таблица 4/

Таблица 4

КОЛИЧЕСТВО УЧАЩИХСЯ ШКОЛ, ОТНЕСЕННЫХ ПО СОСТОЯНИЮ ЗДОРОВЬЯ К ПОДГОТОВИТЕЛЬНОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКИМ ГРУППАМ.

Регион	Год, количество учащихся / в процентах/					
	1991	1992	1993	1994	1995	1996
Подготовительная медицинская группа						
Столинск. р-н:	6,8	6,3	4,6	10,5	7,9	6,9
Брестская обл:	4,2	5,4	5,0	6,7	6,8	6,6
Специальная медицинская группа						
Столинск. р-н:	2,0	1,7	1,2	3,7	2,6	3,4
Брестск. обл :	2,8	2,6	2,2	3,0	3,1	3,2

Из года в год увеличивается число учащихся подготовительной и специальной медицинских групп.

Не останавливаясь на более основательном теоретическом обобщении полученных материалов, следует в заключение сказать о некоторых организационных моментах, которые должны быть положены в основу для дальнейшей работы по изучению этого исключительно важного вопроса.

1. Существует настоятельная потребность изучения физического развития школьников, причём по показателям и методике, принятым в обследовании 1975 года /для возможности сравнения/.
2. Продолжая изучение физической подготовленности, дающей возможность оценивать уровень проявления двигательных качеств, следует обратить особое внимание на разработку региональных нормативов физической подготовленности школьников: общегосударственные /широкомасштабные/ программы не имеют практической значимости и интересны лишь в методологическом плане.
3. Должны быть подготовлены единые тесты физической подготовленности, соответствующие Международным стандартам, с тем, чтобы существовала возможность сравнения уровней проявления физических способностей белорусских школьников с другими.
4. В связи с существенными межнациональными различиями в методике тестирования, существующие рекомендации по организации учебного процесса по физическому воспитанию учащихся должны быть тщательно пересмотрены и приведены в соответствие с международными нормами.