

РЕТРОСПЕКТИВНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ АБИТУРИЕНТОВ – БУДУЩИХ УЧИТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Светлана Рафаэлевна Шарифуллина

Казанский (Приволжский) федеральный университет,
Елабуга, Россия

Кандидат педагогических наук, доцент кафедры теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности,
тел.: +7(85557)7-03-00, e-mail: radlana@mail.ru,
ORCID: 0000-0003-4569-2525

Аннотация. Физическая подготовленность абитуриентов играет важную роль при поступлении в вуз для получения профессиональных компетенции учителя физической культуры и безопасности жизнедеятельности. Целью нашей статьи стала ретроспективная оценка уровня физической подготовленности абитуриентов за период с 2014 по 2019 годы. Для оценки уровня физической подготовленности в Елабужском институте Казанского федерального университета применялись тесты «Бег на 100 метров», «Бег на 100 метров», «Подтягивание из виса на высокой перекладине» (у мужчин), «Поднимание туловища из положения лежа на спине за минуту» (первые несколько лет) и «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» (у женщин). Сравнение средних результатов уровня физической подготовленности абитуриентов проводилось не только друг с другом, но и с нормами ВФСК «ГТО». Оценив уровень физической подготовленности, мы пришли к выводам, что комплекс испытаний не мог в полной мере дать оценку физической подготовленности абитуриентов, в тестах были внесены обоснованные изменения для уравнивания шансов на поступление для мужчин и женщин, в целом уровень физической подготовленности варьировался по нормам ГТО на уровне серебряного и бронзового знака.

Ключевые слова: абитуриент, физическая подготовленность, учитель физической культуры, учитель безопасности жизнедеятельности, тест, оценка, компетенция, ретроспективный анализ, поступление, будущий учитель.

Для цитирования: Шарифуллина С.Р. Ретроспективный анализ физической подготовленности абитуриентов – будущих учителей физической культуры и безопасности жизнедеятельности // Культура физическая и здоровье. 2022. № 3 (83). С. 98–101. DOI: 10.47438/1999-3455_2022_3_98

Введение

Проблема нахождения эффективных программ подготовки учителей по физической культуре и спорту является стабильно актуальной [Шабалина, Абдуллоев], так как требования общества весьма изменчивы. Неизменным является то, что одним из важных показателей компетентности учителя физической культуры и безопасности жизнедеятельности [Кисляков, 35] является его умение демонстрировать физические упражнения, поэтому при отборе на получение профессиональных компетенций учителя физической культуры в вузах тестируется уровень физической подготовленности абитуриентов. Помимо демонстрации физических упражнений двигательная активность способствует формированию устойчивого психоэмоционального состояния человека, что особенно необходимо в педагогической деятельности [Черных, Сысоев, Сысоева, Усцеломова].

В различных вузах существует своя программа и свой перечень вступительных испытаний, которые обновляются в соответствии с новыми требованиями [1, Пономарев]. При поступлении на профессиональное обучение по направлению 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) профиль «Физическая культура, безопасность жизнедеятельности» проводили вступительный экзамен, определяющий

уровень физической подготовленности абитуриентов. С 2020 года оценка уровня физической подготовленности для потенциальных учителей физической культуры и безопасности жизнедеятельности перестала проводиться, было введено тестирование теоретических знаний, что в свою очередь было вызвано требованиями министерства науки и высшего образования об установлении равных возможностей при поступлении всех абитуриентов. Так как в Елабужский институт КФУ стали поступать граждане иностранных государств, то такая форма способствует уравниванию шансов при поступлении. Однако, на наш взгляд, это не дает полноценно оценить физические возможности поступающих, которые так важны для подготовки будущих учителей физической культуры и безопасности жизнедеятельности.

В нашей статье мы провели ретроспективный анализ физической подготовленности абитуриентов, которые на сегодняшний день либо являются дипломированными бакалаврами, либо продолжают обучение. В дальнейшем исследование продолжиться, чтобы отследить различия уровня физической подготовленности поступавших в вуз с учетом их физических возможностей и студентов, поступивших по теоретическим знаниям.

Материалы и методы исследования

Физическая подготовленность в Елабужском институте КФУ оценивалась по трем тестам: бег на 100 метров, бег на 1000 метров и поднимание туловища в по-

ложении лежа на спине за минуту для девушек до 2016 года, с 2017 года сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу для девушек, подтягивание из виса на высокой перекладине для юношей. Изменение испытания для девушек было обусловлено тем, что юноши находились в заведомо невыгодных условиях (согласно бальным оценкам) на вступительных экзаменах относительно девушек, так как выполнение испытания по подъему туловища обеспечивало получение максимального количества баллов у подавляющего числа абитуриентов.

Кроме теста бег на 1 000 метров все остальные входят в перечень тестов ГТО, поэтому оценку уровня физической подготовленности можно проводить не только по установленным критериям в вузе, согласно утвержденным требованиям программы вступительных испытаний, но и требованиям ГТО [Сайт ГТО].

Тестирование физической подготовленности проводилось на специализированном стадионе и спортивном зале, оснащенных необходимым оборудованием: беговые дорожки, турники, маты.

В исследовании приняли участие абитуриенты 2014, 2015, 2016, 2017, 2018, 2019 годов. На очную

форму обучения (ОО) в 2014 году поступали 18 девушек и 63 юноши, в 2015 – 22 девушки и 20 юношей, в 2016 - 31 девушка и 28 юношей, в 2017 – 17 девушек и 21 юноша, в 2018 году – 16 девушек и 20 юношей, в 2019 году – 20 девушек и 30 юношей. На заочную форму обучения (ОЗО) в 2014 году поступали 12 женщин и 28 мужчин, в 2015 – 14 женщин и 34 мужчин, в 2016 - 13 женщин и 23 мужчин, в 2017 – 14 женщин и 27 мужчин, в 2018 году – 21 женщина и 31 мужчина, в 2019 году – 24 женщины и 22 мужчины.

Результаты

Анализируя полученные данные, мы разделили абитуриентов на тех, кто поступали на заочную форму обучения (мужчины и женщины) и очную (юноши и девушки), что обусловлено их возрастными особенностями: на дневное отделение обычно поступают лица, которые недавно закончили среднее общеобразовательное учреждение, на заочное отделение поступают лица с более широким возрастным диапазоном.

Представленные в таблице 1 результаты испытаний показывают, что наиболее стабильным упражнением у абитуриентов всех форм обучения, является бег на 100 метров (см. таблицы 1 и 2).

Таблица 1 – Средние результаты физической подготовленности абитуриентов (юноши и мужчины)

Испытание	Год	Форма обучения	
		ОЗО	ОО
Бег на 100 м	2014	13,95286±0,757	13,63±0,802
	2015	13,84029±0,907	13,415±0,93
	2016	13,5913±0,987	13,33571±0,886
	2017	13,22593±0,694	13,54429±1,228
	2018	14,43548±0,971	13,735±0,578
Бег на 1000 м	2014	3,533571±0,362	3,247±0,167
	2015	3,772353±0,531	3,273±0,361
	2016	3,349565±0,331	3,375±0,369
	2017	3,697037±0,510	3,271429±0,241
	2018	3,677742±0,646	3,3255±0,313
Подтягивание из виса на высокой перекладине	2014	3,484545±0,401	3,661667±0,611
	2015	9,107143±1,571	9,306±1,807
	2016	9,029412±2,540	9,55±1,395
	2017	16,30435±9,697	13,92857±5,374
	2018	12,03704±6,931	14,71429±6,166
	2019	9,387097±5,690	10,95±3,79
	2019	13,22727±5,255	9,7±5,627

Как видно из первой таблицы ухудшение результатов у мужчин, поступавших на заочную форму обучения произошло с 2018 года. Необходимо отметить, что несмотря на то, что в 2019 году средний результат у них улучшился в сравнении с 2018 годом, отмечается большая колеблемость результатов скоростных способностей абитуриентов, что говорит о значительной разноразмерной подготовки поступавших в 2019 году.

У юношей, поступавших на очную форму обучения в 2019 году, результат в беге на 100 метров значительно снизился в сравнении с предыдущими годами, при этом следует отметить общую тенденцию для всех абитуриентов-юношей в этом испытании. Сравнивая средние показатели данного теста с нормативами ГТО, можно отметить, что до 2018 года юноши показывали результаты на серебряный знак, а в 2019 году результат упал до уровня бронзового знака.

Средний результат в беге на 1000 метров у абитуриентов-юношей и у абитуриентов-мужчин изменился аналогично средним результатам предыдущего теста. Однако, если рассматривать результаты коэффициентов вариации, то можно отметить, что у поступавших на заочную форму обучения средняя колеблемость результатов встречается во все годы поступления, в отличие от абитуриентов, поступавших на очную форму обучения.

Средние результаты силовых показателей верхней части туловища в испытании «Подтягивание из виса на высокой перекладине» продемонстрировали не только значительную изменчивость в разные годы поступления, но и высокий уровень колеблемости, как у мужчин, так и у юношей. Если сравнивать средние результаты с нормативами ГТО, то можно отметить, что юноши в 2017 году выполняли тест на золотой знак, в 2016 году – на серебряный знак, а в иные годы – на бронзовый.

Средние данные у мужчин, поступающих на заочную форму обучения, нами с нормами ГТО не сравнивались в связи с тем, что во вступительных испытаниях участвовали разновозрастные группы. У женской половины поступающих сравнение средних показателей по уровню физической подготовленности с нормами ГТО стало возможно, так как возрастные рамки поступающих не превышали 24 лет.

Во второй таблице представлены средние результаты женщин, поступавших на заочную форму обучения и девушек, поступавших на очную форму. В беге на 100 метров женщины продемонстрировали ежегодные, значительно изменяющиеся в разные стороны результаты, при этом следует отметить нормальную (2014, 2015, 2017, 2019 годы поступления) и среднюю колеблемость (2016 и 2018 годы поступления). Соответственно можно говорить, что в целом абитуриентки де-

монстрируют общий уровень подготовленности по данному тесту. У девушек в беге на 100 метров все годы отмечается нормальная колеблемость и средний результат на уровне серебряного знака ГТО по данному испытанию. Необходимо отметить, что средний резуль-

тат в беге на 100 метров у женщин, поступавших на заочную форму обучения не опускался ниже показателя бронзового знака ГТО.

Таблица 2 – Средние результаты физической подготовленности абитуриентов (девушки женщины)

Испытание	Год	Форма обучения	
		ОЗО	ОО
Бег на 100 м	2014	17,37417±1,173	16,774±1,6
	2015	15,79786±0,856	16,28±1,061
	2016	17,5±3,145	16,23871±0,988
	2017	16,27786±1,466	16,19412±1,279
	2018	17,40952±1,939	16,34375±1,384
	2019	16,96667±1,647	17,07±1,483
Бег на 1000 м	2014	4,680833±0,522	4,502±0,682
	2015	4,367143±0,273	4,993±2,356
	2016	5,063077±1,617	4,56129±0,672
	2017	4,692857±0,704	4,185882±0,386
	2018	4,68619±0,724	4,565625±0,609
	2019	4,330833±1,109	4,337±1,122
Поднимание туловища в положении лежа на спине за минуту	2014	31,41667±1,782	36,833±4,475
	2015	31,714±3,148	31,5±3,913
	2016	40,15385±6,504	37,83871±7,09
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	2017	17,14286±7,824	18,76471±10,078
	2018	8,47619±8,268	13,8125±9,635
	2019	11,95833±8,559	13,6±11,637

В беге на 1000 метров девушки и женщины демонстрировали результаты, колеблемость которых преимущественно носила умеренный характер. Абитуриентки, поступавшие на очное отделение, показали результаты лучше, чем женщины, поступавшие на заочную форму обучения.

Перемена вида испытания для девушек и женщин с поднимания туловища на сгибание и разгибание рук в упоре лежа привела к тому, что выровняла шансы при поступлении с мужчинами и юношами, а также демонстрации силовых показателей верхней части туловища. У абитуриенток в упражнении «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» отмечалась значительная колеблемость данных. Если сравнивать средние результаты с нормативами ГТО, то можно отметить, что только в 2018 году у женщин результат был ниже, чем норматив на бронзовый знак. У девушек, поступающих на очную форму обучения, средний результат был в рамках серебряного и золотого знаков ГТО.

Выводы

На основании полученных данных и их анализа, можно сделать следующие выводы:

– испытания ориентированы в основном на оценку уровня силовых способностей и общей вынос-

ливости, что не давало в должной мере оценить иные физические качества абитуриентов;

– смена вида испытания у девушек и женщин с поднимания туловища на разгибание и сгибание рук в упоре лежа, показало выравнивание оценки физических показателей не только по баллам, но и по нормам ГТО. Следует отметить, что изначально было принято неверное решение, сравнивать уровни физической подготовленности по тестам, оценивающим готовность разных групп мышц;

– наиболее стабильными тестами являются «Бег на 100 метров» и «Бег на 1000 метров», что, на наш взгляд, вызвано тем, что в школьной программе большое внимание уделяется беговым упражнениям.

В целом уровень средних показателей физической подготовленности абитуриентов находится на уровне серебряных и бронзовых знаков, что говорит о необходимом уровне физической подготовленности для формирования профессиональных компетенций будущих учителей физической культуры.

Конфликт интересов

Автор декларирует отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Кисляков, П.А. Готовность педагога обеспечивать социальную безопасность субъектов образования: теоретико-методологические основы. Монография. Шуя, 2012. 148 с.
2. Нормы ГТО // Официальный сайт «Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». URL: <https://www.gto.ru/#gto-method> (дата обращения: 09.08.2022)
3. Пономарев, И.Е., Стриева, Л.Ю. Физкультурно-спортивная деятельность как средство оптимизации подготовки профессионально-педагогических кадров // Государственное и муниципальное управление. Ученые записки. 2018. №3. С. 212-216.
4. Собина, В.А., Алаев, М.В., Дудкина, Ю.И., Сысоева, Е.Ю., Кульгачев, И.П. Анализ уровня физической подготовленности абитуриентов, поступавших в вуз по направлению подготовки «Физическая культура», по критериям ВФСК ГТО // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2020. №10 (188). С. 338–343.
5. Сысоев, Ю.В., Сысоева, Е.Ю. Здоровье и физическая подготовленность современного учителя // Педагогическое образование и наука. 2018. № 3. С. 109-112.
6. Сысоева, Е.Ю., Сысоев, Ю.В. Физическая подготовленность учителей России в современных условиях // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. 2018. № 6. С. 34.
7. Усцеломова, Н.А., Иванова, Е.А. Физкультурно-спортивная деятельность как средство формирования у будущих бакалавров физической культуры профессиональной устойчивости // Вестник ОГУ. 2017. №3 (203). С. 20-24.
8. Черных, З.Н., Степанова, Г.А. Физическая культура как фактор формирования готовности студентов к профессиональной педагогической деятельности // Ученые записки. Электронный научный журнал Курского государственного университета. 2016. № 3 (39). С.145-150.

9. Шабалина, О.Л. Подготовка учителя физической культуры как педагогическая проблема // Вестник Магнитского государственного университета. 2009. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podgotovka-uchitelya-fizicheskoy-kultury-kak-pedagogicheskaya-problema> (дата обращения: 08.09.2022).
10. Шарапов, Ш.А., Абдуллоев, Ш.У. Современные факторы профессиональной подготовки специалистов физического воспитания // Ученые записки Худжандского государственного университета им. академика Б. Гафурова. Серия гуманитарно-общественных наук. 2017. № 1 (50). С. 162-165.

References

1. Kislyakov, P.A. (2012) *Gotovnost' pedagoga trebuyet obespecheniya bezopasnosti sub'yektov obrazovaniya: teoretiko-metodologicheskiye osnovy. Monografiya*. Shuya, 148. (In Russian)
2. Normy GTO (2022). *Ofitsial'nyy sayt «Vserossiyskiy fizkul'turno-sportivnyy kompleks «Gotov k trudu i oborone»*. URL: <https://www.gto.ru/#gto-method> (data obrashcheniya: 09.08.2022). (In Russian)
3. Ponomarev, I.Ye., Striyeva, L.YU. (2018) Fizkul'turno-sportivnaya deyatel'nost' kak sredstvo optimizatsii podgotovki professional'no-pedagogicheskikh kadrov // *Gosudarstvennoye i munitsipal'noye upravleniye. Uchenyye zapiski*. (3), 212-216. (In Russian)
4. Sobina, V.A., Alayev, M.V., Dudkina, Y.I., Sysoyeva, Y.Y., Kul'gachev, I.P. (2020) Analiz urovnya fizicheskoy podgotovlennosti abiturientov, postupavshikh v vuz po napravleniyu podgotovki «Fizicheskaya kul'tura», po kriteriyam VFSK GTO. *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*. (10), 338–343. (In Russian)
5. Sysoyev, YU.V., Sysoyeva, Ye.YU. (2018) Zdorov'ye i fizicheskaya podgotovlennost' sovremennogo uchitelya. *Pedagogicheskoye obrazovaniye i nauka*. (3), 109-112. (In Russian)
6. Sysoyeva, Ye.YU., Sysoyev, YU.V. (2018) Fizicheskaya podgotovlennost' uchiteley Rossii v sovremennykh usloviyakh. *Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka*. (6), 34. (In Russian)
7. Ustselemonova, N.A., Ivanova, Ye.A. (2017) Fizkul'turno-sportivnaya deyatel'nost' kak sredstvo formirovaniya u budushchikh bakalavrov fizicheskoy kul'tury professional'noy ustoychivosti. *Vestnik OGU*. (3), 20-24. (In Russian)
8. Chernykh, Z.N., Stepanova, G.A. (2016) Fizicheskaya kul'tura kak faktor formirovaniya gotovnosti studentov k professional'noy pedagogicheskoy deyatel'nosti. *Uchenyye zapiski. Elektronnyy nauchnyy zhurnal Kurskogo gosudarstvennogo universiteta*. (3), 145-150. (In Russian)
9. Shabalina, O.L. (2009) Podgotovka uchitelya fizicheskoy kul'tury kak pedagogicheskaya problema. *Vestnik Magitskogo gosudarstvennogo universiteta*. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/podgotovka-uchitelya-fizicheskoy-kultury-kak-pedagogicheskaya-problema> (data obrashcheniya: 08.09.2022). (In Russian)
10. Sharapov, SH.A., Abdulloev, SH.U. (2017) Sovremennyye faktory professional'noy podgotovki spetsialistov fizicheskogo vospitaniya. *Uchenyye zapiski Khudzhandskogo gosudarstvennogo universiteta im. akademika B. Gafurova. Seriya gumanitarno-obshchestvennykh nauk*. (1), 162-165. (In Tadzhikistan)

Поступила в редакцию 15.07.2022
Подписана в печать 29.09.2022

Original article
UDC 37.037
DOI: 10.47438/1999-3455_2022_3_98

RETROSPECTIVE ANALYSIS OF PHYSICAL FITNESS OF APPLICANTS – FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION AND LIFE SAFETY

Svetlana R. Sharifullina¹

Kazan (Volga region) Federal University¹
Elabuga, Russia

¹ PhD, Associate Professor,
tel.: (85557) 7-03-00, e-mail: radlana@mail.ru,
ORCID: 0000-0003-4569-2525

Abstract. The physical fitness of applicants plays an important role when entering a university to obtain professional competence as a teacher of physical education and life safety. The purpose of the article was a retrospective assessment of the level of physical fitness of applicants for the period from 2014 year to 2019 year. To assess the level of physical fitness among the applicants of the Yelabuga Institute of Kazan Federal university the tests “100-meters race”, “modified pull-up” (for men), “lifting the body from a supine position in a minute” (the first few years) and “dip up” (for women) were used. Comparison of the average results of the level of physical fitness of applicants was carried out not only with each other, but also with the standards of the All-Russian Physical Culture and Sports Complex “Ready for Labor and Defense”. After evaluating the level of physical fitness the conclusion was the following: the set of tests could not fully assess the physical fitness of applicants. Reasonable changes were made in the tests to balance the chances of entrance for men and women, in general, the level of physical fitness varied according to the “Ready for Labor and Defense” standards by silver and bronze badge level.

Keywords: applicant, physical fitness, physical education teacher, life safety teacher, test, assessment, competence, retrospective analysis, admission, future teacher.

Cite as: Sharifullina S. R. (2022) Retrospective analysis of physical fitness of applicants – future teachers of physical education and life safety. *Physical Culture and Health*. (3), 98–101. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2022_3_98.

Received 15.07.2022
Accepted 29.09.2022