

УДК 612.019: 796/799

УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И РАЗВИТИЕ ДВИГАТЕЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В ГОРОДСКОЙ И СЕЛЬСКОЙ ШКОЛЕ

Грабовская Е. Ю., Белозуб Н. В., Архангельская Е. В.

*Таврическая академия (структурное подразделение) ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В. И. Вернадского», Симферополь, Республика Крым, Россия
E-mail: grabovskaya13@mail.ru*

Изучен уровень развития основных двигательных качеств и уровень физической подготовленности у детей среднего школьного возраста, обучающихся в городской и сельской школе. Было обследовано 85 детей, мальчиков и девочек. Для оценки уровня физической подготовленности детей среднего школьного возраста избрали «Президентские состязания», которые включают, в частности, спортивное многоборье. Проведенные исследования показали, что у детей городской и сельской школы уровень физической подготовленности и развитие основных двигательных качеств находятся на разном уровне.
Ключевые слова: физическая подготовленность, двигательные качества, средний школьный возраст, городская школа, сельская школа.

ВВЕДЕНИЕ

Проблеме физической подготовки и возрастного развития физических качеств школьников посвящены работы специалистов в области физической культуры [1, 2], считающих, что двигательная подготовленность является важным компонентом здоровья учащихся, а ее улучшение – одной из главных задач физического воспитания в школе. Многие авторы отмечают, что физическое воспитание детей школьного возраста эффективно стимулирует положительные функциональные и морфологические изменения в формирующемся организме и активно влияет на развитие двигательных способностей [3, 4].

В настоящее время под физической подготовленностью понимают состояние человека, которое приобретает в результате физической подготовки и характеризуется высокой физической работоспособностью, хорошим развитием физических качеств, разносторонним двигательным опытом. Каждый школьник должен знать свою медицинскую группу, физическое развитие, уровень физической подготовленности. Человек, имеющий хорошую физическую подготовленность, обладает достаточной устойчивостью к стрессовым ситуациям, к воздействию неблагоприятных условий внешней среды и различным заболеваниям. У него хорошо развиты системы дыхания, кровообращения и энергообмена. Внимание, память и мышление устойчивы и менее подвержены процессу утомления. Все эти свойства позволяют человеку достигать высоких результатов в учебной трудовой и

соревновательной деятельности [3]. Высокая физическая работоспособность достигается развитием физических (двигательных) качеств человека. Основными физическими качествами являются быстрота, сила, выносливость, гибкость, ловкость (координация).

Рост учебной нагрузки, значительное снижение двигательной активности детей и подростков во внеурочное время, снижение количества школьников, посещающих дополнительные физкультурно-спортивные мероприятия, приводят к ухудшению физических кондиций и снижению физической подготовленности современных школьников по сравнению с их сверстниками 20–30 лет назад [5]. Физическая подготовка подрастающего поколения возлагается в настоящее время в основном на школу. Для большинства школьников уроки физической культуры являются не только основной, но часто и единственной формой их физического воспитания [5, 6]. Многочисленные исследователи пишут о том, что в современной школе совершенствуются образовательные системы физической подготовки, внедряются инновационные технологии обучения, разнообразнее используется современное спортивное оборудование, квалифицированное осуществляется подготовка профессиональных специалистов в данной области деятельности, но тем не менее физическая подготовка выпускников средних школ остается на низком уровне [5].

В настоящее время исследованием данной проблемы занимаются многие специалисты, пытающиеся найти новые возможности качественного улучшения физической подготовленности обучающихся [7, 8]. К сожалению, школьная практика показывает, что уровень состояния физической подготовленности и результаты физической активности школьников, обучающихся в городской и сельской школах разные. В связи с этим возникла проблема практического исследования состояния физической подготовленности учащихся среднего школьного возраста обучающихся в разных школах: городской и сельской.

Цель работы – изучить и оценить уровень физической подготовленности детей среднего школьного возраста, обучающихся в городской и сельской школе.

МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследовательская часть работы проводилась на базе двух школ: городской и сельской. Было обследовано 85 детей среднего школьного возраста: 45 детей, обучающихся в городской школе, занимались дополнительно спортом, а 40 школьников, обучающихся в сельской школе, спортом не занимались.

В дальнейшем обучающиеся городской школы были разделены на 4 подгруппы в соответствии с возрастными и гендерными признаками: 1 группа (Г-1) – мальчики 7 класса, 2 группа (Г-2) – мальчики 8 класса, 3 группа (Г-3) – девочки 7 класса, 4 группа (Г-4) – девочки 8 класса. Обучающиеся из сельской школы аналогичным образом были разделены на 4 подгруппы: 5 группа (Г-5) – мальчики 7 класса, 6 группа (Г-6) – мальчики 8 класса, 7 группа (Г-7) – девочки 7 класса, 8 группа (Г-8) – девочки 8 класса. Возраст всех обследуемых школьников – 12–14 лет. Вес испытуемых-мальчиков составил 45–70 кг, рост – 150–176 см. Вес испытуемых-девочек составил 40–60 кг, рост – 140–168 см. Все обследуемые имели медицинский

допуск к занятиям физической культурой и спортом. Исследования проводились в школах на уроках физической культуры.

В группах обследуемых проводилась оценка уровня физической подготовленности. Оценивались основные физические качества организма: сила, быстрота, гибкость, выносливость, ловкость (координационные способности).

Для оценки уровня физической подготовленности детей среднего школьного возраста избрали «Президентские состязания», которые включают, в частности, спортивное многоборье (тесты). Для оценки скоростных способностей использовали показатель «бег на 30 метров» (Б30М); силовых способностей – показатель «подтягивание на перекладине» (ППер.); ловкости (координационных способностей) – показатель «челночный бег 3х10 метров» (ЧБ); скоростно-силовых способностей – показатель «прыжок в длину с места» (ПДМ); гибкости – показатель «наклоны вперед» (НВ); выносливости – показатель «шестиминутный бег» (ШБ). Эти виды упражнений соответствуют тестам, определенным в Указе Президента РФ № 948 от 30 июля 2010 г. «О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников» [9], Постановлении Правительства РФ от 29. 12. 2001 г. № 916 «Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи» [10].

Расчеты и графическое оформление полученных в работе данных проводились с использованием программы Microsoft Excel и программного пакета «STATISTICA 10.0». Использовались параметрические методы, достоверность различий полученных результатов определялась с помощью t-критерия Стьюдента. Статистически значимыми считались различия при $p \leq 0,05$.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Проведенные исследования показали, что у детей городской и сельской школы уровень физической подготовленности и развитие основных двигательных качеств находятся на разном уровне. Так, показатель «бег на 30 м», характеризующий скоростные качества обучающихся из двух разных школ, был следующим: у мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) он составил $4,84 \pm 0,11$ с, что указывает на более высокий уровень развития скоростных способностей в сравнении с их сверстниками из сельской школы (Г-5), где показатель был несколько хуже – $5,16 \pm 0,09$ с. Показатели группы Г-1 соответствуют высокому уровню подготовленности, а группы Г-5 являются показателями среднего уровня подготовленности. Разница показателей между группами Г-1 и Г-5 составила 6,6 % ($p < 0,05$) (рис. 1). У девочек этого же возраста городской школы (Г-3) показатель составил $5,18 \pm 0,06$ с, что соответствует высокому уровню подготовленности, а у девочек сельской школы (Г-7) показатель был хуже на 5,4 % ($p > 0,05$) и составил $5,46 \pm 0,07$ с, что свидетельствует о среднем уровне подготовленности (рис. 1). Полученные результаты говорят о том, что у мальчиков и девочек 7 класса, обучающихся в городской школе, скоростные способности развиты лучше и достигают высокого уровня подготовленности.

Величина показателя «бег на 30 м» у мальчиков 8 класса городской школы (Г-2) составила $4,86 \pm 0,10$ с, а у мальчиков сельской школы (Г-6) – $4,70 \pm 0,08$ с. Это

свидетельствует о высоком уровне развития скоростных способностей и высоком уровне подготовленности (рис. 1). У девочек городской (Г-4) и сельской школы (Г-8) исследуемый показатель практически не отличался и составил $5,40 \pm 0,24$ с и $5,44 \pm 0,14$ с соответственно, что свидетельствует о среднем уровне подготовленности. Следовательно, можно говорить о том, что у детей среднего школьного возраста высокий и средний уровень развития скоростных способностей. Причем самые высокие показатели зафиксированы у мальчиков и девочек 7 класса городской школы (группы Г-1 и Г-3) по сравнению с детьми сельской школы. Уровень подготовленности этих школьников соответствует высокому. У детей 8 класса существенных различий в уровне развития скоростных способностей не обнаружено, их уровень подготовленности соответствует среднему.

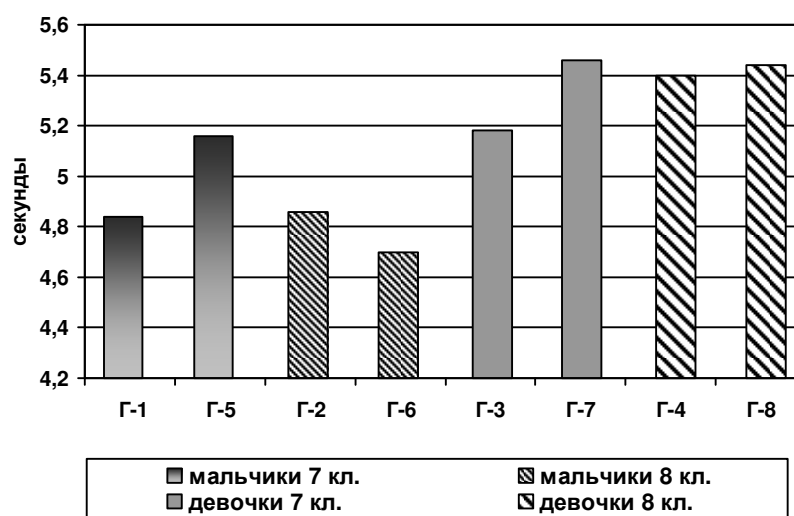


Рис. 1. Величина показателя «бег на 30 м» (секунды) у мальчиков и девочек 7–8 классов городской и сельской школ

Примечания здесь и далее: Г-1 – мальчики 7 класса городской школы, Г-2 – мальчики 8 класса городской школы, Г-3 – девочки 7 класса городской школы, Г-4 – девочки 8 класса городской школы, Г-5 – мальчики 7 класса сельской школы, Г-6 – мальчики 8 класса сельской школы, Г-7 – девочки 7 класса сельской школы, Г-8 – девочки 8 класса сельской школы

Уровень развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста, обучающихся в городской и сельской школе, также оказался различным. Величина показателя «подтягивания на перекладине» у мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) составила $2,0 \pm 0,1$ раз, сельской школы (Г-5) – $1,0 \pm 0,2$ раз, что соответствует низкому уровню подготовленности. При этом разница показателей в группе Г-1 и Г-5 составила 67 % ($p \leq 0,01$) (рис. 2). Таким образом, уровень развития силовых способностей у мальчиков 7 класса городской гимназии достоверно выше, чем у обучающихся сельской школы. Однако несмотря на это уровень развития силовых способностей в обеих группах очень низкий. У девочек 7 класса городской школы

(Г-3) показатель «отжимание от пола» составил $11,6 \pm 0,8$ раз, что соответствует среднему уровню подготовленности, а у девочек сельской школы (Г-7) – $5,0 \pm 1,0$ раз, что соответствует низкому уровню подготовленности. Разница между группами Г-3 и Г-7 составила 80 % ($p \leq 0,01$) (рис. 2). По всей вероятности, именно занятия спортом могли привести к более существенному развитию силы у девочек 7 класса городской школы.

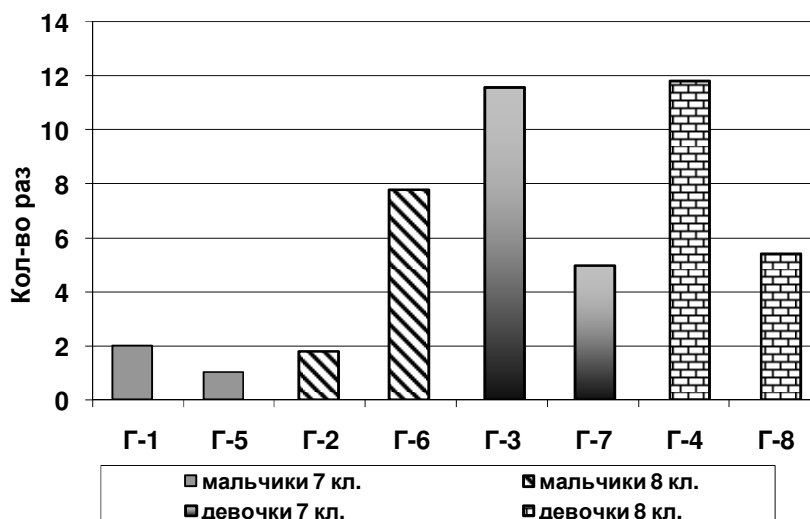


Рис. 2. Величина показателя «подтягивания на перекладине» (мальчики, кол-во раз) и «отжимание от пола» (девочки, кол-во раз) у обучающихся 7–8 классов городской и сельской школ

Величина показателя «подтягивания на перекладине» у мальчиков 8 класса городской школы (Г-2) составила $1,8 \pm 0,3$ раз, что говорит о низком уровне подготовленности. У мальчиков сельской школы (Г-6) этот показатель был гораздо выше (на 136 %, $p \leq 0,001$) и составил $7,8 \pm 0,6$ раз, что свидетельствует о среднем уровне подготовленности (рис. 2). Следовательно, силовая подготовка у мальчиков 8 класса сельской школы значительно лучше, чем в городской школе. Показатель «отжимание от пола» у девочек 8 класса городской школы (Г-4) составил $11,8 \pm 0,9$ раз, что соответствует среднему уровню подготовленности, а в сельской школе (Г-8) – $5,4 \pm 0,7$ раз, этот показатель соответствует «низкому» уровню силовой подготовленности. Разница между группами Г-4 и Г-8 составила 78 % ($p \leq 0,01$). Таким образом, исследования показали низкий и средний уровень развития силовых способностей у детей среднего школьного возраста. Причем самый высокий показатель зафиксирован у мальчиков 8 класса сельской школы (Г-6). У девочек 7 и 8 классов городской школы (группы Г-3 и Г-4) уровень развития силовых способностей также достаточно высокий и соответствует среднему уровню

физической подготовленности. В остальных группах показатели силовых способностей соответствуют низкому уровню подготовленности.

Исследования показали наличие достаточно широкого диапазона уровня развития координационных способностей у детей среднего школьного возраста, обучающихся в городской и сельской школах. Координационные способности у обучающихся проверялись по показателю «челночный бег 3х10 м». Так, у мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) показатель составил $8,0 \pm 0,1$ с, что свидетельствует о высоком уровне подготовленности, а у мальчиков сельской школы (Г-5) показатель был несколько хуже и составил $8,7 \pm 0,1$ с, что соответствует среднему уровню развития координационных способностей. Разница показателей в группах Г-1 и Г-5 составила 8 % ($p \leq 0,05$) (рис. 3).

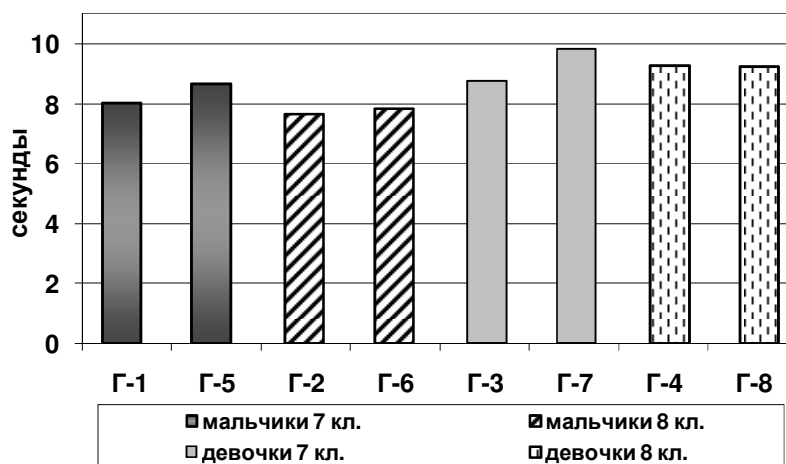


Рис. 3. Величина показателя «челночный бег 3х10 м» (секунды) у мальчиков и девочек 7–8 классов городской и сельской школы

У девочек городской школы (Г-3) показатель составил $8,8 \pm 0,3$ с, что свидетельствует о высоком уровне подготовленности, а в сельской школе (Г-7) – $9,8 \pm 0,2$ с, что свидетельствует о низком уровне развития координационных способностей (рис. 3). Разница между группами Г-3 и Г-7 составила 12,3 % ($p \leq 0,05$). Таким образом, у школьников 7 класса городской школы – и мальчиков, и девочек – координационные способности развиты лучше и достигают «высокого» уровня подготовленности. У мальчиков 8 класса и городской школы (Г-2), и сельской школы (Г-6) показатель был практически на одном уровне и составил $7,7 \pm 0,2$ с и $7,8 \pm 0,1$ с соответственно. В обеих группах уровень развития координационных способностей высокий (рис. 3). У девочек 8 класса и городской школы (Г-4), и сельской школы (Г-8) исследуемый показатель также практически не отличается и свидетельствует о среднем уровне развития их координационных способностей. Величина показателя составила $9,3 \pm 0,4$ с и $9,2 \pm 0,1$ с соответственно (рис. 3). Таким

образом, исследования показали, что у детей среднего школьного возраста, обучающихся в 7 и 8 классах, отмечается высокий, средний и низкий уровень развития координационных способностей. Высокие показатели зафиксированы у мальчиков и девочек 7 класса городской школы (группы Г-1 и Г-3) в сравнении с детьми сельской школы. Уровень подготовленности этих школьников соответствует высокому. У мальчиков 8 класса как в городской, так и в сельской школе существенных различий в уровне развития координационных способностей не обнаружено, их уровень подготовленности соответствует высокому. У девочек 8 класса также зафиксирован практически одинаковый уровень развития координационных способностей, который соответствует среднему уровню подготовленности.

Уровень развития скоростно-силовых способностей у детей среднего школьного возраста определялся с помощью теста «прыжок в длину с места». Показатель у мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) составил $166,8 \pm 5,4$ см, что указывает на средний уровень развития скоростно-силовых способностей. У их сверстников из сельской школы (Г-5) величина показателя была несколько хуже и составила $160,4 \pm 4,1$ см, что также показывает средний уровень развития скоростно-силовых способностей. Разница показателей в группе Г-1 и в группе Г-5 составила 4 % ($p > 0,05$) (рис. 4).

Показатель у девочек 7 класса городской школы (Г-3) составил $156,6 \pm 1,8$ см, что соответствует среднему уровню, а у девочек сельской школы (Г-7) – $140,0 \pm 2,9$ см, что характеризует низкий уровень развития силовых способностей. Разница между группами Г-3 и Г-7 достигла 11 % ($p \leq 0,01$) (рис. 4). Полученные результаты свидетельствуют о том, что у мальчиков из обеих школ скоростно-силовые способности находятся на среднем уровне, а вот у девочек ситуация иная: в городской школе у девочек скоростно-силовые способности развиты лучше и достигают среднего уровня подготовленности, а у девочек сельской школы показатель находится на низком уровне.

У мальчиков 8-х классов в городской школе (Г-2) показатель составил $201,0 \pm 2,7$ см, в сельской школе (Г-6) показатель был ниже на 5 % ($p > 0,05$) и составил $191,6 \pm 3,3$ см. В обеих группах это соответствует среднему уровню развития скоростно-силовых способностей (рис. 4). У девочек 8 класса городской школы (Г-4) исследуемый показатель составил $155,0 \pm 1,3$ см, что свидетельствует о среднем уровне подготовленности, а у девочек сельской школы (Г-8) прыжок в длину с места был гораздо хуже (на 9 %, $p \leq 0,05$) и составил $141,8 \pm 1,1$ см, что указывает на низкий уровень подготовленности. Таким образом, исследования показали, что у детей среднего школьного возраста – средний и низкий уровень развития скоростно-силовых способностей. У мальчиков 7 и 8 классов городской и сельской школы (группы Г-1, Г-5, Г-2, Г-6) развитие скоростно-силовых способностей соответствует среднему уровню подготовленности. У девочек ситуация совсем иная: в 7 и 8 классах городской школы уровень подготовленности средний, а у девочек сельской школы – низкий.

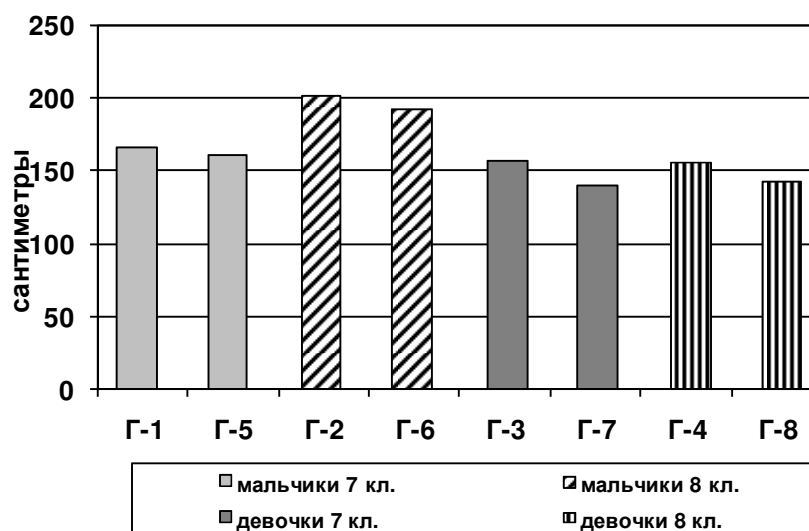


Рис. 4. Величина показателя «прыжки в длину с места» (сантиметры) у мальчиков и девочек 7–8 классов в городской и сельской школе

Величина показателя «наклон вперед» (НВ) характеризует уровень развития гибкости у детей из двух разных школ. У мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) величина НВ составила $3,00 \pm 0,77$ см, а у их сверстников в сельской школе (Г-5) – $1,40 \pm 0,57$ см, что соответствует среднему и низкому уровню подготовленности. Разница показателей в группе Г-1 и Г-5 составила 73 % ($p \leq 0,01$) (рис. 5). У девочек 7 класса городской школы (Г-3) показатели составили $11,40 \pm 1,12$ см, что соответствует среднему уровню, а у девочек сельской школы (Г-7) показатель составил $4,00 \pm 0,49$ см, что является низким уровнем развития гибкости. Разница между группами Г-3 и Г-7 составила 99 % ($p \leq 0,01$) (рис. 5). Полученные результаты свидетельствуют о том, что у мальчиков и девочек городской школы гибкость развита на среднем уровне, а у их сверстников из сельской школы – на низком уровне.

У мальчиков 8-х классов городской школы (Г-2) показатель НВ составил $7,60 \pm 2,75$ см, в сельской школе (Г-6) – $7,40 \pm 1,15$ см. В обеих группах уровень подготовленности является средним (рис. 5). У девочек 8 класса городской школы (Г-4) показатель НВ составил $11,0 \pm 1,08$ см, в сельской школе (Г-8) – $9,60 \pm 0,87$ см – это средний уровень развития гибкости. Разница между группами Г-4 и Г-8 составила 14 % ($p \leq 0,05$) (рис. 5). Следовательно, практически у всех обследованных школьников (группы Г-1, Г-2, Г-6, Г-3, Г-4, Г-8) развитие гибкости соответствует среднему уровню подготовленности, кроме детей 7 класса сельской школы (Г-5 и Г-7), где уровень развития гибкости низкий.

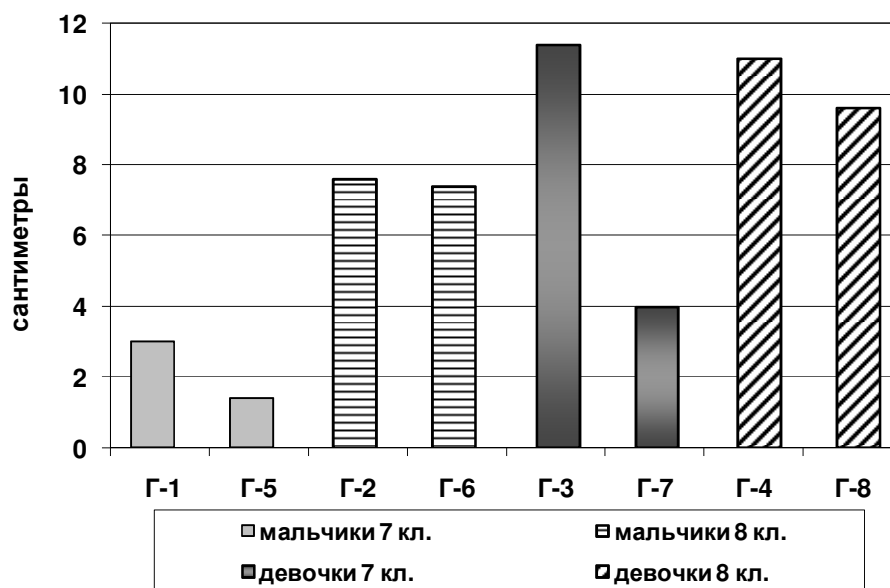


Рис. 5. Величина показателя «наклоны вперед» (сантиметры) у мальчиков и девочек 7–8 классов в городской и сельской школе

Уровень развития выносливости у детей среднего школьного возраста, обучающихся в городской и сельской школах, также несколько различен. Так, у мальчиков 7 класса городской школы (Г-1) показатель выносливости составил $1060,0 \pm 9,7$ м, что указывает на средний уровень подготовленности, а у их сверстников из сельской школы (Г-5) – $880,0 \pm 10,2$ м, что свидетельствует о низком уровне развития выносливости. Разница показателей в группе Г-1 и в группе Г-5 составила 19 % ($p \leq 0,05$) (рис. 6).

У девочек этого же возраста городской школы (Г-3) показатель составил $816,0 \pm 8,1$ м, что соответствует среднему уровню подготовленности, а у девочек сельской школы (Г-7) показатель составил $680,0 \pm 11,0$ м, что свидетельствует о низком уровне подготовленности (рис. 6). Разница между группами Г-3 и Г-7 составила 18 % ($p \leq 0,01$). Следовательно, у школьников 7-х классов городской школы – и мальчиков, и девочек – выносливость развита лучше и достигает среднего уровня подготовленности.

Величина показателя, характеризующего выносливость, у мальчиков 8 класса и городской (Г-2), и сельской (Г-6) школы была практически одинаковой и составила $1070,0 \pm 22,9$ м и $1060,0 \pm 17,0$ м соответственно, что свидетельствует о среднем уровне развития выносливости и подготовленности (рис. 6). У девочек городской (Г-4) и сельской (Г-8) школы исследуемый показатель также соответствовал среднему уровню подготовленности и составил $900,0 \pm 20,0$ м и $860,0 \pm 14,7$ м

соответственно. Практически у всех обследуемых (группы Г-1, Г-2, Г-6, Г-3, Г-4, Г-8) развитие выносливости достигло среднего уровня подготовленности, кроме 7 класса сельской школы (Г-5 и Г-7), где уровень выносливости низкий (рис. 6).

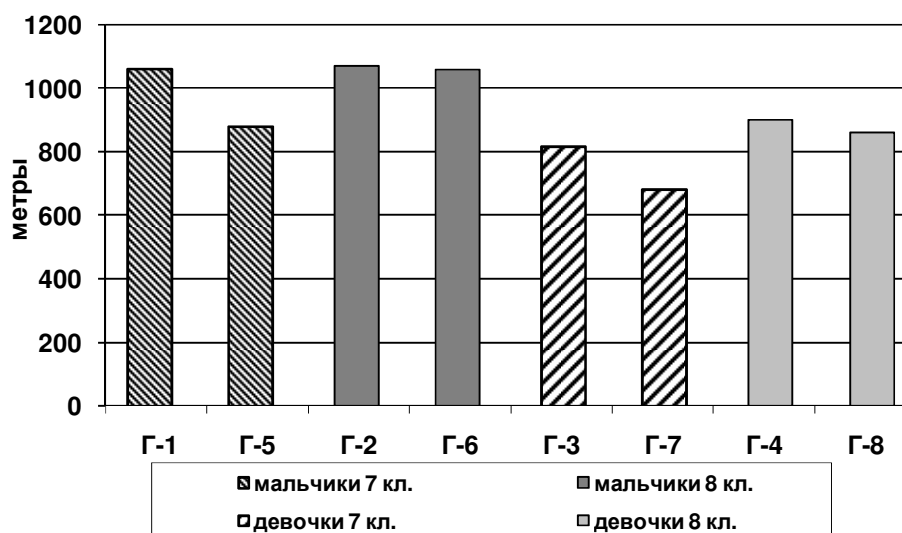


Рис. 6. Величина показателя «шестиминутный бег» (метры) у мальчиков и девочек 7–8 классов в городской и сельской школе

Таким образом, проведенные исследования показали, что у детей городской и сельской школы уровень физической подготовленности и развитие основных двигательных качеств находятся на разном уровне. Установлено, что у мальчиков городской школы как в 7, так и в 8 классе практически все показатели находятся на среднем и высоком уровне, за исключением показателя силы, который соответствует низкому уровню развития. У всех девочек городской школы уровень физической подготовленности еще лучше, т. к. все показатели находятся на высоком и среднем уровне. Для детей сельской школы ситуация иная: зафиксирован больший разброс в уровне развития отдельных двигательных качеств и более низкий общий уровень физической подготовленности. Однако отмечено существенное повышение уровня развития двигательных качеств и уровня физической подготовленности у мальчиков 8 класса по сравнению с 7 классом.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Проведенные исследования свидетельствуют о том, что у детей, обучающихся в городской и сельской школе, уровень физической подготовленности и развитие основных двигательных качеств находятся на разном уровне.
2. У школьников городской школы, обучающихся в 7 и 8 классе, как мальчиков (группы Г-1, Г-2), так и девочек (группы Г-3, Г-4), уровень развития скоростных, координационных, скоростно-силовых способностей, гибкости и выносливости был существенно выше ($p \leq 0,05 - 0,01$), чем у их сверстников в сельской школе (группы Г-5, Г-6, Г-7, Г-8).
3. Уровень развития силовых способностей у большинства обследованных школьников находился на низком уровне (группы Г-1, Г-2, Г-5, Г-7, Г-8), и только у девочек 7 и 8 класса городской школы (группы Г-3, Г-4) и мальчиков 8 класса сельской школы (группа Г-6) он достиг среднего уровня.

Список литературы

1. Кузнецова З. И. Как вести контроль за двигательной подготовленностью школьников / З. И. Кузнецова // Физкультура в школе. – 2000. – № 1. – С. 15–17.
2. Кузнецова М. Н. Динамика физического развития и функциональной подготовленности детей дошкольного возраста / М. Н. Кузнецова, С. Д. Поляков, И. Т. Корнеева [и др.] // Вопросы современной педиатрии. – М., 2010 – Т. 9, № 1. – С. 12–16.
3. Филин В. П. Основы юношеского спорта / В. П. Филин, П. А. Фомин. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 255 с.
4. Фомин Н. А. Физиологические основы двигательной активности / Н. А. Фомин, Ю. Н. Вавилов. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 224 с.
5. Бальсевич В. К. Здоровьеформирующая функция образования в Российской Федерации (материалы к разработке Национального проекта оздоровления подрастающего поколения России в период 2006–2026 гг.) / В. К. Бальсевич // Здоровье для всех – 2010. – № 5. – С. 45–50.
6. Бальсевич В. К. Физическая культура для всех и для каждого / В. К. Бальсевич. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 208 с.
7. Бедретдинов Ш. Х. Совершенствование физического состояния юношей учащихся 10 и 11 классов общеобразовательной школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук: защищена 20.04.2006 / Ш. Х. Бедретдинов. – М.: Изд-во Российской эконом. акад. им. Г. В. Плеханова, 2006 – 24 с.
8. Изаак С. И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности российских детей дошкольного возраста / С. И. Изаак, Т. В. Панасюк. // Педиатрия – 2005. – № 3. – С. 60–62.
9. О проведении всероссийских спортивных соревнований (игр) школьников [Электронный ресурс]: указ Президента РФ № 948 от 30 июля 2010 г. – Режим доступа: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/31523>.
10. Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи [Электронный ресурс]: пост. Правительства РФ от 29. 12. 2001 г. № 916. – Режим доступа: <http://base.garant.ru/12125274/>.

THE LEVEL OF PHYSICAL PREPAREDNESS AND DEVELOPMENT OF MOTOR SKILLS IN CHILDREN OF SECONDARY SCHOOL AGE IN URBAN AND RURAL SCHOOL

Grabovskaya E. Yu., Belogub N. V., Arkhangelskaya E. V.

*V.I. Vernadsky Crimean Federal University, Simferopol, Crimea, Russia
E-mail: grabovskaya13@mail.ru*

The growth of the educational load, a significant decrease in the motor activity of children and adolescents in overtime, a decrease in the number of students attending additional sports activities, leads to a deterioration in physical condition and a decrease in physical fitness of modern schoolchildren compared to their peers 20–30 years ago. The physical training of the younger generation is now largely confined to school. For the majority of schoolchildren physical education lessons are not only the main, but often the only form of their physical education. Numerous researchers write that in modern school educational systems of physical training are improved, innovative technologies of training are introduced, the modern sports equipment is more various used, training of professional experts in this field is more qualified, but, nevertheless, physical training of graduates of high schools remains at the low level.

Currently, the study of this problem are engaged in many professionals trying to find new opportunities to improve the quality of physical fitness of students. Unfortunately, school practice shows that the level of physical fitness and the results of physical activity of schoolchildren studying in urban and rural schools are different. In this regard, there was a problem of practical study of the physical fitness of students of secondary school age enrolled in different schools – urban and rural.

85 children of secondary school age were examined: 45 children enrolled in the city school were engaged in additional sports, and 40 pupils enrolled in the rural school were not engaged in sports. The age of all surveyed students 12 to 14 years. The physical fitness level was assessed in groups of subjects. The main physical qualities of the organism were evaluated: strength, speed, flexibility, endurance, dexterity (coordination abilities). To assess the level of physical fitness of children of secondary school age, they chose "Presidential competitions", which include, in particular, sports all-round (tests). All schoolchildren were evaluated speed abilities, power abilities, agility (coordination abilities), speed-power abilities, flexibility and endurance.

Studies have shown that children of urban and rural schools have different levels of physical fitness and development of basic motor skills. It is established that in boys of city school both in 7, and in 8 class practically all indicators are on "average" and "high" level, except for the indicator of force which corresponds to "low" level of development. The level of physical fitness is even better for all girls in urban schools, as all indicators are "high" and "medium". For rural school children the situation is different-there is a greater variation in the level of development of certain motor qualities and a lower overall level of physical fitness. However, there was a significant increase in the level of development of motor skills and physical fitness level among boys 8th grade, compared to 7 class.

Keywords: physical fitness, motor skills, middle school age, urban school, rural school

References

1. Kuznetsova Z. I., How to control the motor readiness of students, *Physical education at school*, **1**, 15, (2000).
2. Kuznetsova M. N., Polyakov S. D., Korneeva I. T. [i dr.], Dynamics of physical development and functional readiness of preschool children, *Current Pediatrics*, **9**, **1**, 12 (2010).
3. Filin V. P., Fomin P. A., *Fundamentals of youth sports*, 255 p, (Moscow, 1980).
4. Fomin N. A., Vavilov Y. N., *Physiological basis of motor activity*, 224 p, (Moscow, 1991).
5. Balsevich V. K., Health-Forming function of education in the Russian Federation (materials to development of the National project of improvement of rising generation of Russia during 2006–2026), *Health for all*, **5**, 45 (2010).
6. Balsevich V. K., *Physical culture for all and for everyone*, 208 p, (Moscow, 1988).
7. Bedretdinov S. H., Improving the physical status of the young men students of the 10th and 11th grades of secondary schools: author. dis. ... candidate of pedagogics: protected 20.04.2006, 24 p. (Moscow, 2004).
8. Izaak S. I., Panasyuk T. V., Monitoring of physical development and physical preparedness of Russian preschool children, *Pediatric*, **3**, 60 (2005).
9. About carrying out the all-Russian sports competitions (games) of school students [Electronic resource]: the decree of the President of the Russian Federation No. 948 of July 30, 2010, Access Mode: URL: <http://www.kremlin.ru/acts/bank/31523>.
10. About the all-Russian system of monitoring of a condition of physical health of the population, physical development of children, teenagers and youth [Electronic resource]: post. Of the RF government dated 29. 12. 2001, No. 916, Access Mode: URL: <http://base.garant.ru/12125274/>.