DOI: 10.17117/na.2016.08.01.100

<http://ucom.ru/doc/na.2016.08.01.100.pdf>

Поступила (Received): 10.08.2016

Быков В.С., Громов В.А., Шайхетдинов Р.Г. Преодоление отставленного эффекта в стрельбе (ГТО)

Bykov V.S., Gromov V.A., Shaykhetdinov R.G.
Overcoming of the set aside effect in shooting (GTO)

Комплекс (ГТО) в университете является дополнением существующей системы физического воспитания студентов. Сформированные умения в спортивных секциях по специализациям имеют влияние на более существенные сдвиги в отдельных физических качествах. Стрельба (комплекса ГТО) является сложным новым координационным действием. Созданный остаточный тренировочный эффект не всегда имеет положительное воздействие на формирование новых умений

Ключевые слова: студенты, отставленный эффект, стрельба (ГТО)

The complex (GTO) at university is addition of the existing system of physical training of students. The created abilities in sports sections on specializations have influence on more essential shifts in separate physical qualities. Shooting (GTO complex) is difficult new coordination action. The created residual training effect not always has positive impact on formation of new abilities

Key words: students, set aside effect, shooting (GTO)

Быков Виктор Степанович

Доктор педагогических наук, профессор
Южно-Уральский государственный университет
г. Челябинск, пр. Ленина, 76

Bykov Viktor Stepanovich

Doctor of Pedagogic Sciences, Professor
Southern Ural state university
Chelyabinsk, Lenin ave., 76

Громов Виктор Александрович

Кандидат педагогических наук, доцент
Южно-Уральский государственный университет
г. Челябинск, пр. Ленина, 76

Gromov Viktor Aleksandrovich

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor
Southern Ural state university
Chelyabinsk, Lenin ave., 76

Шайхетдинов Рашид Гильметдинович

Старший преподаватель
Южно-Уральский государственный университет
г. Челябинск, пр. Ленина, 76

Shaykhetdinov Rashit Gilmetdinovich

Senior teacher
Southern Ural state university
Chelyabinsk, Lenin ave., 76

Комплексность подготовки к испытаниям ГТО выставляет всё более широкие требования. Тренировка и воспитание спортсмена – это динамический процесс [1, с. 38]. Внедрение новых средств и методов сумели сделать его более эффективным. Необходимо развивать новые виды физкультурных специализаций с учётом возрастной доступности [8, с. 249].

По проведённым опросам студентов получены следующие результаты. В школьные годы в спортивных специализациях занимались 61,5% респондентов: в начальной школе – 24,2%, в средней школе уже – 48,6%. По данным за

2013-2016 годы систематически занимались спортивными специализациями в 9,10,11 классах до 26,3%. Освобождённых от сдачи нормативов по физической культуре в школе составляло 16,9% [3, с. 47].

Таблица 1. Участие студентов-спортсменов в стрельбе (ГТО) за 4 семестра

Виды спорта	Виды специализаций	Мужчины М±m (%)	Женщины М±m (%)
Игровые	Все (подвижные)	23±1,2	15±2,4
Циклические	Лёгкая атлетика (беговые)	6±0,7	5±0,2
	Лыжные гонки, биатлон	4±0,3	2±0,5
	Плавание	2±0,2	6±1,3
Силовые	Все	13±2,9	4±0,7
Единоборства	Все	31±3,3	8±1,5
Координационные	Гимнастика, акробатика	6±1,1	17±2,3
	Спортивные танцы (все)	2±0,7	26±3,2
Экстремальные	Спортивный туризм	3±0,3	6±1,9
Технические	Все	2±0,2	1±0,3
И другие	Все вне списка	5±0,4	9±1,8

В последние годы учёбы в средней школе резко падает количество участвующих в спортивной деятельности более 6 месяцев. Объясняется подготовкой к поступлению в университеты. Данную категорию в университете определили как студенты-спортсмены. Исследования проводились по результативности обучения в стрельбе из пневматической винтовки (СПВ) по условиям ГТО для студентов спортивных специализаций. Полученный обзор результатов констатирующих экспериментов по стрельбе (ГТО) показал, что студентов-спортсменов можно распределить на три группы. Группы освоения СПВ распределились: «лучшие» – технические, игровые виды и единоборства; «средние» – лёгкая атлетика, спортивные танцы, гимнастика и акробатика; «худшие» – «другие» виды, лыжные гонки, силовые виды и плавание.

В ходе поисковых экспериментов в 2015 году выявлено, что наибольший скачок прироста средних результатов «не фильтрованных» групп обучения по СПВ составил 51,5% со сроком обучения месяц (9 занятий). Выполнение испытаний СПВ (ГТО) в этих группах составил достойный результат (69,7%). Разработанная программа подготовки по выполнению упражнения по стрельбе (ГТО) на месяц взята за основу [4, с. 408]. А в констатирующем эксперименте результаты оказались на уровне 18,3% выполнения норм СПВ. Это показало психофизическую неподготовленность к стрельбе. Конечно, такие результаты не могут нас удовлетворять. К тому же показатель по физической подготовленности в группах «спортсменов», выполнивших испытания ГТО по основным упражнениям, составил 76,4%; что значительно выше групп «не фильтрованных». Однако эти результаты распределены среди спортсменов по видам не равномерно. Решено было сгруппировать по видам спорта на три группы: «лучшие», «средние», «худшие». Добиться сдвигов через отношение производительности системы к приросту используемых ресурсов [4, с. 408]. Учтены предполагаемые ос-

новные отрицательные влияния тренировочного остаточного эффекта. Искомый результат можно получить в процессе деятельности [9, с. 16]. Группы занимались по скорректированным программам, а контрольная группа (КГ) – по устоявшейся программе. Показатели учитывались после проведения месячного обучения (таблица 2).

Таблица 2. Результаты обучения стрельбе (ГТО) (n=157)

Результаты стрельбы у студентов-спортсменов	М±m (очки)		Выполнили ГТО (%)			
	До	После	1	2	3	всего
Лучшие	15±1,6	20±1,8	11	26	41	78
Средние	10±2,8	18±1,7	12	18	42	72
Худшие	7±2,1	15±1,8	9	25	34	68
«не фильтрованные»	9±1,4	16±1,5	10	12	37	69

Примечание: 1,2,3 – степени ГТО; М – средняя; m – ошибка средней

Сложный комплекс влияния отставленного эффекта просматривается больше до проведения обучения, после 9 занятий показатели сглаживаются. Многократные тренировки давали возможность преодолеть «барьер» [6, с. 303]. Представители различных специализаций осваивают начальные умения в стрельбе СПВ (ГТО) разными темпами. Сокращение мышц в слишком быстром темпе сложное действие [2, с. 108]. Специально-направленное воздействие в обучении СПВ (ГТО) для преодоления отрицательного влияния ранее сформированных качеств и умений повысил результаты стрельбы (ГТО). Роль преподавателя становится решающей, «цементирующей» и направляющей [5, с. 16]. Повысив результаты СПВ у студентов-спортсменов, опираясь на высокие показатели физической подготовленности и функциональные возможности, можно заключить о прорыве в заданном секторе подготовленности и в освоении упражнений комплекса ГТО в целом.

Выводы. Обучение стрельбе из пневматической винтовки по условиям ГТО в группах по специализациям доступно для освоения всеми категориями студентов-спортсменов. Учёт влияния остаточного тренировочного эффекта на тренировках значительно повысит результативность. Студенты-спортсмены, подтвердив высокие результаты физической подготовленности, закрепят успех в испытаниях по стрельбе (ГТО).

Список используемых источников:

1. Быков В.С., Громов В.А., Целищев В.Ю. Организация учебно-тренировочного процесса в образовательном учреждении // Современное общество, образование и наука. 2015. № 4. С. 38-40.
2. Громов В.А. Повышение результативности в спортивных метаниях // Научный альманах. Тамбов, 2016. № 5-2 (19). С. 108-112.
3. Громов В.А. Влияние масштабируемости физических нагрузок на результативность студентов ВУЗов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2013. № 2. С. 44-50.
4. Громов В.А., Шайхетдинов Р.Г. Проведение стрельбы по условиям комплекса ГТО в ВУЗе // Научно-методическое обеспечение и сопровождение системы физического воспитания и спортивной подготовки в контексте внедрения комплекса ГТО. МНПК. Челябинск: ЮУрГУ, 2015. С. 405-409.

5. Громов В.А., Шайхетдинов Р.Г., Тяжельников И.В. Алгоритм организации физической культуры со студентами факультета военного обучения // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. 2015. №3. С. 10-18.
6. Тяжельников И.В., Шайхетдинов Р.Г., Громов В.А. Преемственность алгоритмов физических комплексов // Научный альманах. 2016. № 4-2 (18). С. 302-305.
7. Шайхетдинов Р.Г., Громов В.А. Достижение выпускником университета психофизической готовности к профессиональной деятельности // Теория и практика физической культуры. М., 2016. № 3. С. 26-28.
8. Шайхетдинов Р.Г., Громов В.А., Тяжельников И.В., Скутин А.В. Взаимосвязи массовости физической культуры в университете // Вестник научных конференций, 2016. № 4-5 (8). С. 248-249.
9. Chelli S. The competency-based approach in high education. 2010. Vol. 14. N. 8. P. 16-28.
URL: <http://elwahat.univ-ghardaia.dz>

© 2016, Быков В.С., Громов В.А., Шайхетдинов Р.Г.
Преодоление отставленного эффекта в стрельбе
(ГТО)

© 2016, Bykov V.S., Gromov V.A., Shaykhetdinov R.G.
Overcoming of the set aside effect in shooting (GTO)