

ПРОБЛЕМА ПРЕЕМСТВЕННОСТИ КОНТРОЛЬНЫХ НОРМАТИВОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Горовой В.А.¹, Фурманов А.Г.²

¹ Мозырский государственный педагогический университет
им. И.П. Шамякина

(Мозырь, Республика Беларусь)

² Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

Сохранение преемственности и целостности образовательной среды относится к числу важнейших приоритетов развития образования в Республике Беларусь. Под преемственностью понимают построение единой содержательной линии, обеспечивающей эффективное поступательное развитие учащегося, его успешный переход на следующую ступень образования. Процесс преемственности обучения рассматривается как педагогическая система, которая содержит следующие основные компоненты: содержательный, методический, организационный и компонент развития личности.

Проведенное нами исследование выявило отсутствие преемственности нормативов, изложенных в учебных программах для учреждений дошкольного, общего, среднего и высшего образования, что позволяет говорить о необходимости разработки и научного обоснования возрастных контрольных нормативов и дифференцированной оценки показателей непрерывной физической подготовленности детей и молодежи.

Сопоставительный анализ контрольных нормативов, школьников и студентов выявил отсутствие преемственности в ряде случаев. Как видно из таблицы, учащиеся 6 лет и студенты 17–18 лет должны показать более высокий результат, чем старшие по возрасту.

Таблица – Сравнение контрольных нормативов по физической подготовленности учащихся и студентов различных возрастных групп

Возраст, лет	Прыжок в длину с места (см)		Наклон вперед из положения сидя (см)	
	мальчики/ юноши	девочки/ девушки	мальчики/ юноши	девочки/ девушки
6	102–128	97–123	3–8	5–9
7	119–122	110–112	–2 – +1	1–3
17–18		170–178		11–15
19–22		165–174		12–14

Проведя сравнительный анализ нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса (ГФОК) Республики Беларусь с контрольными нормативами школьной программы по физической культуре было выявлено несоответствие практически по всем показателям. Рассматривая нормативы,

соответствующие 5 баллам (средний уровень развития физических качеств), 2 тестовых упражнений, которые присутствуют во всех возрастных группах – прыжок в длину с места и наклон вперед из положения сидя. Соответствие было выявлено только по показателю прыжка в длину с места у девочек 8 лет. Помимо того, выявлено снижение нормативов ГФОК с возрастом. Так, в 9 лет наклон вперед у мальчиков на 5 баллов составляет 5 см, в 10 лет – 4 см, в 11 лет – 3,5 см. В связи с вышеизложенным необходимо контрольные нормативы школьной программы и ГФОК привести в соответствие.

В итоге проведенных исследований появилась необходимость разработать аутентичные тесты, характеризующие валидность, надежность, точность и прогностичность развития физических качеств, лежащих в основе физической подготовленности учащихся и студентов.

ПУТИ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА ФИЗИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ПРИ ОСТЕОХОНДРОЗЕ ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА

Дворянинова Е.В.

Белорусский государственный университет физической культуры
(Минск, Республика Беларусь)

В связи с тем, что функциональные нарушения позвоночника обуславливаются врожденной либо приобретенной недостаточностью мышечно-связочного аппарата, конечная цель всех реабилитационных мероприятий заключается в его укреплении и создании условий для полноценного функционирования позвоночника [1].

На основании данных научно-методической литературы и результатов собственных исследований нами была выявлена зависимость между характером изменения физиологической кривизны шейного отдела позвоночника и состоянием мышечно-связочного аппарата у лиц с шейным остеохондрозом позвоночника [1].

Целью исследования является разработка методики восстановления двигательной функции шейного отдела позвоночника у лиц зрелого возраста с учетом дифференцированного подхода при выборе средств физической реабилитации. Методика включает следующие средства и формы физической реабилитации: лечебную гимнастику, массаж, биомеханическую стимуляцию и самостоятельные занятия в период ремиссии.

Предлагаемая нами методика восстановления двигательной функции шейного отдела позвоночника у лиц зрелого возраста имеет следующие особенности:

– построение занятия лечебной гимнастики и процедуры массажа с учетом индивидуальных анатомо-биомеханических нарушений позвоночника;