

## СОПОСТАВИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ С НОРМАТИВНЫМИ ТРЕБОВАНИЯМИ

**Махсудов Равшан Алиевич**

*Преподаватель Ферганский государственный университет, г. Фергана*

**Аннотация:** В статье представлены результаты экспериментальных исследований физической подготовленности выпускников средних общеобразовательных школ г.Ферганы и их сравнительный анализ с нормативными требованиями «Государственных стандартов по физическому воспитанию», требованиями по физической подготовленности допризывной молодежи тестов здоровья «Алпомии».

**Ключевые слова:** норматив, мониторинг, методика, инновации, педагогические технологии, допризывная молодежь, старшеклассники,

## ЮҚОРИ СИНФ ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ ЖИСМОНИЙ ТАЙЁРГАРЛИГИНИНГ НОРМАТИВ ТАЛАБЛАР БИЛАН ҚИЁСИЙ ТАХЛИЛ ҚИЛИШ

**Махсудов Равшан Алиевич**

*Фаргона давлат университети*

*ўқитувчиси, Фаргона шаҳар*

**Аннотация:** Мақолада Фаргона шаҳридаги умумий ўрта таълим мактаблари битирувчиларининг жисмоний тайёргарлиги бўйича ўтказилган экспериментал тадқиқотлар натижалари ва уларнинг “Жисмоний тарбия бўйича давлат таълим стандартлари”, чақирувгача ёшлар учун жисмоний тайёргарлик бўйича талаблар ва “Алпомии” саломатлик тестлари билан қиёсий таҳлили келтирилган.

**Калит сўзлар:** Меъёр, мониторинг, методика, инновация, педагогик технология, чақирувгача ёшлар, юқори синфлар.

## COMPARATIVE ANALYSIS OF PHYSICAL TRAINING OF UPPER CLASS PUPILS WITH REGULATORY REQUIREMENTS.

**Makhsudov Ravshan Aliyevich**

*teacher of Fergana State University, Fergana*

**Annotation:** The article presents the results of experimental studies of physical fitness of graduates of secondary schools in the city of Fergana and their comparative analysis with the regulatory requirements of the State standards for physical education, the requirements for physical fitness of young people and Alpomish health tests.

**Keywords:** *Standard, monitoring, technique, innovation, pedagogical technologies, ambush youth, high school students.*

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность современных научных исследований в педагогической науке о физическом воспитании и спорте определяется направленностью на дальнейшее совершенствование системы подготовки учащихся старшего школьного возраста общеобразовательных школ к службе в Вооруженных Силах Республики Узбекистан. Педагогический процесс по физическому воспитанию тесно связан, с внедрением инновационных педагогических технологий основанных на опыте ведущих школьных педагогических коллективов и опыта зарубежных стран, позволяющих совершенствовать теоретическую и практическую подготовку учащейся молодежи к сдаче нормативов по физической подготовке и службе в армии.

Актуальность. С введением в системе народного образования одиннадцати летнего образования актуальной проблемой педагогической науки в сфере школьного физического воспитания и требует существенной корректировки программно-нормативных документов, на основе которых осуществляется процесс их обучения и дальнейшей подготовки к службе в ВС.

Аналитический обзор специальной научно-методической литературы направленных, на совершенствование физической подготовленности учащейся молодежи выявил отсутствие комплексных научных исследований на юношах старшего школьного возраста проживающих в регионе с высокой внешней температурой окружающей среды.

Коренной пересмотр содержания образовательного процесса в соответствии с приоритетными задачами социально-экономического развития страны, обеспечения необходимых условий для подготовки к службе в ВС и отвечающих требованиям международных стандартов становится важнейшей задачей системы народного образования.

За годы независимости созданы условия для повышения эффективности процесса подготовки специалистов: совершенствуется материально-техническая база с оснащением современным оборудованием; восстановлено обязательное 11-летнее общее среднее образование; созданы Министерства инновационного развития и дошкольного образования; центр «Стратегия развития», где особая приоритетная роль отводится дальнейшему совершенствованию физической культуры и спорта. В принятой национальной программе по подготовке кадров в сферы физической культуры и спорта, отмечался слабый образовательный и профессиональный уровень подготовленности педагогического коллектива работающих в системе школьных образовательных учреждений.

Цель исследования. Обеспечение должного уровня физической подготовленности юношей до-призывного возраста является одной из актуальных, трудных и мало разработанных педагогических проблем.(1)

Задачи исследования. - анализ специальной научно-методической литературы направленных на совершенствование физической подготовленности учащейся старших классов к службе в Вооруженных Силах. Определить уровень двигательной подготовленности старшеклассников и сопоставить нормативными требованиями Наставления по физической подготовке (НФП-97)

Методы и организация исследования. Оценка уровня физической подготовленности юношей проводилось с помощью батареи тестов здоровья «Алпомиш», Наставления по физической подготовке (НФП-97) ВС Республики Узбекистан и Государственных стандартов по физической культуре предназначенных для учащихся X и XI классов общеобразовательных школ. В экспериментальных исследованиях принимали участие 32 учащихся X и 36 юношей XI классов общеобразовательных школ г.Фергана.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЙ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Ежегодный мониторинг двигательной подготовленности учащейся молодежи, их сопоставительная динамика с результатами экспериментальных данных полученных за последнее десятилетие показали, что в существующих государственных нормативных документах нет четкой преемственности, согласованности и единых требований к их физической подготовленности. Отсутствие единых нормативных требований к уровню двигательной подготовленности учеников старших классов общеобразовательных школ существенно влияет на систему подготовки к предстоящей службе в Вооруженных Силах.

Анализируя предварительные экспериментальные показатели силовых возможностей, было выявлено, что по данному тесту 25,61% процента юношей старших классов справляются с нормативами на оценку отлично, 35,54% сдали норматив на оценку хорошо, на удовлетворительно 40,24% и не смогли справиться с заданием 7,32% юношей. Другая картина наблюдалась в тесте подтягивание на перекладине где, 60,9% выпускников школ не смогли выполнить нормативы теста здоровья «Алпомиш». Более неприглядная картина в другом силовом упражнении - подъеме переворотом в упор являющийся одним из основных специальных нормативных упражнений (НФП-97). где 77,44% выпускников XI класса не справились с нормативным заданием.

При определении скоростных возможностей у юношей исследуемого контингента по результатам бега на 100 метров, установленный норматив на оценку отлично выполнили 65,24%, на хорошо 5,49%, удовлетворительный результат показали 21,34% и не смогли выполнить норматив 7,93% юношей.

Аналогичная картина наблюдалась при оценке физического качества выносливость, определяемая по результатам в беге на 3000м. Отличные результаты показали 79,27% юношей, на хорошо сдали 18,90%, удовлетворительно - 12,2% и лишь один ученик не справился с заданием.

В упражнениях скоростно-силового характера, как прыжки в длину с места и метание гранаты процент не выполнивших нормативы тестов здоровья «Алпомиш»



составил у учащихся X класса 62,11%У и 63,98%; X1 класса 35,98% и 47,56% соответственно. Нормативные требования НФП-97 выполнили 23,60% десятиклассников и 14,03% учеников X1 класса. в метании гранаты на "отлично" выполнили 23,60% десятиклассников и 14,03% учеников X1 класса; 20 десятиклассников и 31 учеников X1 класса метнули гранату на норматив "значок" теста здоровья «Алпомиш». ((Таблица 1)

Таблица 1

Результаты выполнения учебных нормативов по физическому воспитанию учащимися X классов (юноши) общеобразовательных школ г.Ферганы в %

№ п/п	Контрольное упражнение	Оценка						Неудовлетворительно
		отлично		хорошо		Удовлетворительно		
		Норматив	Выполнение в %	Норматив	Выполнение в %	Норматив	Выполнение в %	
1	2	4	5	6	7	8	9	10
1	Бег 100м.с	14,2	65,2	14,5	5,5	15,0	21,3	7,9
2	Бег 3000м.с	780,0	79,2	900,0	18,9	990,0	1,2	0,6
3	Прыжок в длину с/м. см	460	15,8	420	48,1	370	30,4	5,4
4	Метание гранаты (м)	38	18,9	32	33,5	26	40,2	7,3
5	Подтягивание (раз)	12	25,6	10	13,4	8	19,5	41,4
6	Подъем переворотом раз	4	7,9	3	14,6	2	18,9	58,5

В упражнениях скоростно-силового характера как прыжки в длину с места и метание гранаты на дальность процент не выполнивших нормативы теста здоровья «Алпомиш» составил у учащихся X класса 47,5% . Однако учебные нормативы школьной программы по физической культуре в прыжках в длину выполнили все ученики X и X1 классов (2).

Анализ выполнения каждым учеником всех пяти нормативов (шестой норматив - подъем переворотом не рассматривался, потому что, как следует из требований тестов здоровья «Алпомиш». для получения значка выполняется подтягивание или подъем переворотом показал, что в X классе 55,2% учеников не выполняют требования тестов здоровья «Алпомиш». Из них 12,4% не справились со всеми контрольными упражнениями.

В X1 классе 47,5% учеников не смогли выполнить нормативы одного, двух или нескольких упражнений; 18,3% не выполнили все нормы; 12,20% выполнили все нормы на «значок», 36,65% выполнили нормативы на уровне «значка» тестов здоровья «Алпомиш».

## ВЫВОДЫ

1. Выявлена недостаточная физическая подготовленность юношей-учащихся X-X1 классов, особенно в упражнениях, требующих проявления силы, скоростно-силовых качеств, являющиеся основным параметром при подготовке юношей к предстоящей службе в Вооруженных Силах.

**БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:**

1.Абдуллаев А. Жисмоний тарбия назарияси ва методикаси . Фаргона 2018-324 б.

2.Ханкельдиев Ш.Х. Физический статус учащейся молодежи. Ташкент монография 2018 - 434 с.