65

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ БССР
МИНСКИЙ ОРДЕНА ТРУДОВОГО КРАСНОГО ЗНАМЕНИ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ им. А. М. ГОРЬКОГО

На правах рукописи

КОНСТАНТИНОВ
Василий Васильевич

ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДОПРИЗЫВНОЙ МОЛОДЕЖИ 16—17 ЛЕТ В СВЕТЕ СОВРЕМЕННЫХ НОРМАТИВНЫХ ТРЕБОВАНИЙ К АРМЕЙСКОЙ СЛУЖБЕ

(По материалам Свердловской области)

13.00.04 — Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки

Автореферат
диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Минск, 1975

Диссертация выполнена на кафедре теоретических основ физического воспитания Московского областного педагогического института им.Н.К.Крупской и на кафедре теоретических основ физического воспитания Свердловского Государственного педагогического института.

Научные руководители:

кандидат педагогических наук, доцент А.Н.МАКАРОВ
кандидат медицинских наук, доцент И.А.ШКЛОВСКИЙ

Официальные оппоненты:

доктор биологических наук, профессор Н.А.ФОМИН
кандидат педагогических наук, доцент В.Ф.ЛОМЕЙКО

Ведущее учреждение - Всесоюзный научно-исследовательский институт физической культуры.

Автореферат разослан "25" ..марта..1975 г.

Защита диссертации состоится "24" апреля 1975 г. в 15 часов на заседании Совета по присуждению ученых степеней Минского ордена Трудового Красного Знамени Государственного педагогического института им.А.М.Горького (Минск, Советская, 18, главный корпус, актовый зал)

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке института.

Ученый секретарь Совета
профессор

Т.М.Куриленко

"... Все, что создано народом, должно быть надежно защищено. Укреплять советское государство – это значит укреплять и его Вооруженные Силы, всемерно повышать обороноспособность нашей Родины. И пока мы живем в неспокойном мире, эта задача остается одной из самых главных ..."

(Из доклада Л.И.Брежнева на XXIУ съезде КПСС)

Вопросы военно-патриотического и военно-физического воспитания молодежи нашли свое отражение в решениях партийных и комсомольских съездов. Так, в отчетном докладе ЦК партии XXIУ съезду КПСС говорится: "Большое значение имеет подготовка молодежи к защите Родины, которая проводится комсомолом, ДОСААФ, а также другими организациями и спортивными обществами".[1]

За последние годы опубликовано немало статей, освещающих различные аспекты военно-патриотического воспитания молодежи, подготовки ее к службе в рядах Вооруженных Сил, воспитанию на революционных, боевых и трудовых традициях советского народа (Р.Я. Малиновский, 1962; И.Х.Баграмян, 1963, 1968; С.С.Зайцева, 1964; К.Мартьянова, 1964; А.Скривицкий, 1956; Я.С.Дзюба, 1965; А.А. Епишев, 1965, 1967; А.Арона, 1967; Н.П.Бычихин, Г.С.Шуров, 1967; В.М.Видрин, 1967; Ф.К.Гаврилов, Г.А.Кохин, 1967; Я.Е.Идельчик, 1967; Н.М.Конжиев, 1967; В.Важенов, 1968; А.А.Гетман, 1968; Д.Кармолин, 1968; Н.Николаев, 1968 и др.).

Большинство авторов в своих работах раскрывают сущность, задачи и формы военно-патриотического воспитания с различными возрастными группами и категориями молодежи.

Большую работу по подготовке молодежи к военной службе проводит Ленинский комсомол.

---

[1] Л.И.Брежнев. Отчетный доклад ЦК КПСС. Правда, 31 марта 1971 г.

Комсомол, руководствуясь ленинскими идеями о защите социалистического отечества и выполняя призыв ЦК КПСС: "... Свято выполнять ленинский завет - готовить себя не только к труду, но и к обороне, овладевать военными знаниями, всегда быть начеку, как заницу ока беречь завоевания Великого Октября, всемерно укреплять обороноспособность Советской Армии и военно-Морского флота..." [1]

XI и XII съездами ВЛКСМ (март 1949, март 1954) отмечено, что задача комсомола - воспитать молодежь физически выносливой, сильной, способной самоотверженно трудиться и быть готовой к защите своего социалистического отечества. Для решения этой задачи комсомольцы должны активно участвовать в организации физкультурной и спортивной работы, сдавать нормы на значок ГТО, овладевать военными знаниями, оказать помощь школьным коллективам физической культуры по развитию таких видов спорта как легкая атлетика, лыжный, конькобежный, водный и стрелковый спорт, туризм.

XII съезд ВЛКСМ ввел дополнительный пункт устава: " Член ВЛКСМ обязан закалять себя физически, заниматься спортом ...". Этим дополнением съезд повысил личную ответственность каждого комсомольца за улучшение своей физической подготовленности, необходимости занятий физической культурой и спортом.

Физическая подготовленность молодежи на современном этапе развития социалистического общества имеет большое государствен -

---

[1] Материалы XXII съезда ВЛКСМ "Молодая гвардия", 1970, стр. 5.

ное значение.-

Социальные функции и некоторые другие вопросы роли физического воспитания освещены в работах разных авторов (Г.И.Кукушкин, 1950, 1966; А.Д.Новиков, 1961; Н.И.Пономарев, 1971 и др).

А.Д.Новиков (1961) писал, что характер современного труда требует отличной физической подготовленности человека, обеспечивающей высокий уровень, прежде всего, ответных реакций на быстро меняющиеся ситуации и слаженных, ловких действий в условиях скоростей управляемых процессов. Эти слова исключительно точно передают значение физической подготовленности молодежи не только к трудовой деятельности, а особенно для прохождения военной службы.

Преемственность задач физического воспитания в школах, ГПТУ, в производственных коллективах, в Советской Армии и Военно-Морском флоте должна обеспечивать выполнение требований к физической подготовленности молодежи. Насколько возросли эти требования к физической подготовленности будущих защитников Родины свидетельствуют такие факты. Считается, что для обеспечения работоспособности орудийного расчета необходимо, чтобы каждый артиллерист мог подтянуться 10-12 раз, поднять штангу на грудь весом не менее 80-85 кГ, пробежать 400 м за 65-70 сек., кросс 3 км - за 13 мин. (А.А.Орел, 1971). Следовательно, постановка физического воспитания молодежи в школах, ГПТУ, производственных коллективах должна обеспечивать такую физическую подготовленность юношей, которая позволит им выполнить те требования, которые предъявляются современным уровнем боеспособности Советской Армии и Военно-Морского Флота.

В методических рекомендациях по военно-патриотическому воспитанию Министерства просвещения РСФСР (1972) указывается на

военно-прикладную направленность физической подготовки школьников. Отмечается, что в развитии у учащихся физической выносливости, ловкости, сметроты, сноровки, скорости, координации движений, точности, наблюдательности, быстроты реакции, умения преодолеть преграды, стрелять, метать гранаты в цель и на дальность, ориентироваться на местности и т.д. играет система физического воспитания в школе. На базе общей физической подготовки школа может средствами акробатики, плавания, гимнастики, спортивных игр, упражнений на батуте, качелях и др. закладывать основы специализированной физической подготовленности, вырабатывая у юношей стойкость к укачиванию, кислородному голоданию, высокую работоспособность в длительных статических соотношениях.

В то же время Ю.А. Чернов (1971) указывается, что призываемые в армию юноши, физическая подготовленность которых далека от оптимума, доставляют немало хлопот своим командирам. Не только в первые дни службы, но порой и в течение всего периода прохождения в воинской части, их относят к числу слабых солдат. Нередко они являются тормозом для всего подразделения при выполнении поставленных перед ним задач.

А.А. Гузненков (1971) отмечает, что основная масса их курсантов - это вчерашние школьники. Говорит о том, что ни один из них в первые месяцы учебы не справляется даже с минимальными нормативами военно-спортивного комплекса. Работать приходиться очень много и очень тяжело, чтобы преодолеть разрыв между требованиями школы и армии.

К. Онежина (1971) отмечает, что физическая нагрузка, которую получают школьники на уроках физической культуры, недостаточна, особенно по объему и интенсивности, по их влиянию на двигательные анализаторы.

Если в школе недостаточная физическая подготовленность – явление нежелательное, то в армии она абсолютно нетерпима.

Как видно из приведенных примеров существуют некоторые противоречия между требованиями, предъявляемыми к физической подготовленности, физическому развитию допризывной молодежи и их практической реализацией.

Учитывая актуальность и большое теоретическое и практическое значение физического развития и физической подготовленности молодежи к службе в армии и на флоте мы и избрали темой диссертационной работы: "Исследование физического развития и физической подготовленности допризывной молодежи 16-17 лет в свете современных требований (по материалам Свердловской области)".

В процессе исследований решались следующие задачи:

1. Теоретически обосновать значение военно-физической подготовки допризывной молодежи и показать роль Ленинского комсомола в этой работе.

2. Изучить уровень и динамику физического развития допризывной молодежи (учащихся общеобразовательных школ г.Свердловска и области, учащихся ГПТУ и рабочих подростков) в сравнительном плане с имеющимися данными о физическом развитии свердловской молодежи прошлых лет.

3. Дать сравнительную оценку соответствия уровня физической подготовленности допризывной молодежи 16-17 лет с требованиями школьной программы для учащихся 10 классов, нормативными требованиями II ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" и с нормативными требованиями для личного состава всех видов Вооруженных Сил и родов войск СССР.

4. Изучить влияние учебно-тренировочных занятий на уровень физической подготовленности юношей 17 лет и определить наиболее

эффективное сочетание физической и начальной подготовки в условиях военно-спортивного лагеря.

Для решения поставленных задач изучили научную и методическую литературу, произведения классиков марксизма-ленинизма, учение В.И.Ленина " О защите социалистического Отечества", решения и документы ЦК КПСС, ЦК ВЛКСМ, ЦК ДОСААФ, материалы Свердловского Обкома ВЛКСМ по вопросам военно-патриотического и физического воспитания, выступления руководящих деятелей Советского государства, практическую деятельность ряда общеобразовательных школ и ГПТУ, а также обобщили многолетний опыт нашей работы по организации военно-физической подготовки молодежи.

Для определения практической готовности молодежи к армейской службе было проведено массовое обследование физического развития и физической подготовленности допризывников различных контингентов: учащихся средних школ г.Свердловска, школ Свердловской области, учащихся профессионально-технических училищ и работающей молодежи (500 юношей 16-17 лет).

Физическое развитие определялось по следующим антропометрическим признакам: длина тела (рост в см), вес (в кГ), окружность грудной клетки (в см), сила мышц правой и левой кистей.

При выборе контрольных упражнений физической подготовленности мы положили в основу простые и доступные упражнения, характеризующие развитие двигательных качеств: силу, быстроту, выносливость, входящих в нормативные требования II ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" (бег 100 м и 1000 м, прыжки в высоту с разбега, метание гранаты и подтягивание на перекладине).

Показатели исследования снимались два раза в год: в начале и конце каждого года. Педагогические наблюдения велись систематически Раб.подростки не проходили предварительной физ-кой под-ки. Результаты

физической подготовленности фиксировались на зачетных соревнованиях по комплексу ГТО.

Кроме этого в июле-августе 1971 года мы провели педагогическое наблюдение за юношами, находившимися в спортивном лагере Свердловского завода резино-технических изделий. В исследовании участвовало 74 юноши в возрасте 17 лет, условно разделенных на 3 группы (взвода). Для выявления изменения спортивно-технической подготовленности были приняты те же тесты, что и в массовом исследовании учащихся школ, ГПТУ и рабочих подростков.

Нами так же проведен анкетный опрос 312 учащихся 9-10 классов, беседы с работниками военкоматов, органов народного образования, учителями физического воспитания и начальной военной подготовки, командирами и начальниками физической подготовки воинских частей и подразделений.

Полученные данные физического развития и физической подготовленности обрабатывались методом математической статистики (И.А.Ойвин, 1960; Л.С.Каминский, 1964 и др.) и осуществлялась счетно-вычислительным центром Свердловского государственного педагогического института.

Для оценки уровня физического развития мы расчитали индексы Эрисмана (пропорциональность развития грудной клетки) и силовой индекс (относительная сила мышц кисти по Д.Ф.Дешицу, 1965).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

1. Физическое развитие

В процессе физического воспитания происходит "морфологическое и функциональное совершенствование организма человека",[1] проявляющиеся, прежде всего, в изменении целого ряда признаков физического развития и показателей двигательной деятельности.

Степень этих изменений зависит как от возраста, так и физической активности обследованных. Последнее обстоятельство позволяет методом антропометрических исследований определять оптимальные варианты физических нагрузок для различных возрастно-половых групп.

М.Г.Антропова, В.В.Анисимова, Г.П.Сальникова (1959); О.И. Гаспаркене, З.Ю.Иванова, В.П.Стакионене (1960); О.И.Галицкая, Н.П.Замятина (1962); А.И.Гольфред, В.С.Соловьева, И.Д.Большакова (1956); Г.П.Сальникова (1962); А.Г.Сухарев, Г.В.Фетисов (1968) особое внимание в своих исследованиях обратили на изучение показателей физического развития детей и подростков в различных районах Советского Союза.

Особый интерес для нас представили исследования физического развития уральской молодежи (А.Шевелев, 1936; Т.К.Буткина, 1958; В.Н.Розенблат, С.М.Бриль, 1958,1960; Э.Г.Чигринская, 1959,1962; Л.Б.Мезенина, Э.Г.Чигринская, А.И.Шнейдман, 1963), в которых показана динамика физического развития детей и подростков г.Свердловска и Свердловской области за различные промежутки времени.

---

[1] А.Д.Новиков с соавт. Теория и методика физического воспитания. Над-во "Физкультура и спорт", М., т.1, стр.7.

В большинстве указанных работ авторы с большой научной достоверностью раскрывают закономерности, влияние социальных факторов, занятий физической культурой и спортом на уровень физического развития различных категорий детей и молодежи.

Используя наши и литературные данные физического развития юношей 16–17 лет мы проанализировали динамику показателей их антропометрических измерений по трем тотальным размерам тела за последние 27 лет.

В нашем исследовании, как видно из таблицы 1, средние показатели роста у разных возрастных групп и категорий юношей 16–17 лет имеют существенные различия.

Таблица 1.

Средние показатели роста (в см)

№ пп	Контингент	Возраст 16 лет N	Возраст 16 лет M ± m	Возраст 17 лет N	Возраст 17 лет M ± m	Абсолютный прирост	t	P
1.	Учащиеся школ Свердловской области	100	167.34 ± 0.66	100	170.06 ± 0.64	2.72	2.95	< 0.01
2.	Учащиеся школ г.Свердловска	100	171.52 ± 0.66	100	172.80 ± 0.60	1.28	1.42	~0.01
3.	Учащиеся ГПТУ	100	164.92 ± 0.84	100	167.04 ± 0.79	2.12	1.83	< 0.05
4.	Рабочие подростки	100	167.39 ± 0.75	100	170.49 ± 0.83	3.10	3.14	< 0.01

Анализируя показатели роста у различных контингентов юношей 16–17 лет мы установили, что наиболее высокий рост имеют учащиеся 16 и 17 лет школ г.Свердловска. Школьники 16 лет, проживающие в г.Свердловске выше на 3,18 своих сверстников, проживающих в Свердловской области, на 6,6 см – учащихся ГПТУ и на 4,13

см – рабочих подростков.

Аналогичные результаты и у подростков 17 лет. Свердловчане выше своих сверстников, проживающих в Свердловской области, на 2,74 см, на 5,76 см – учащихся ГПТУ и на 2,31 см – рабочих подростков.

В то же время абсолютный прирост длины тела за год наиболее ярко выражен у рабочих подростков – 3,10 см ($t = 3,14$); 2,72 см у учащихся Свердловской области ($t = 2,95$); 2,12 см у учащихся ГПТУ ($t = 1,83$) и 1,28 см у учащихся школ г.Свердловска ($t = 1,42$).

Таким образом наибольшие средние показатели длины тела имеют как 16, так и 17-летние учащиеся школ г.Свердловска, затем рабочие подростки, учащиеся школ Свердловской области и учащиеся ГПТУ.

Вес подростков 16–17 лет по сравнению с ростом является более лабильным показателем их физического развития, быстрее и заметнее поддается влиянию различных внутренних и внешних факторов (В.П.Стакионене, 1969).

По изменению показателей веса можно судить о положительном или отрицательном реагировании организма на влияние отдельных факторов внешней среды.

Анализируя полученные данные средних показателей веса подростков 16–17 лет можно отметить общую закономерность. Учащиеся 16 лет школ г.Свердловска имеют вес на 4,59 кГ больше, чем учащиеся школ Свердловской области, на 7,72 кГ – учащиеся ГПТУ и на 2,24 кГ – рабочих подростков.

Юноши 17 лет, проживающие в г.Свердловске также имеют вес на 3,24 кГ, 7,23 кГ и 1,42 кГ больше, чем, соответственно, юноши Свердловской области, учащиеся ГПТУ и рабочие подростки.

Одним из существенных показателей физического развития подростков является показатели окружности грудной клетки в покое.

Сравнивая полученные данные окружности грудной клетки мы видим, что показатели учащихся 16 лет школ Свердловской области на 3,06 см больше, чем у учащихся школ г.Свердловска, на 1,37 см - у учащихся ГПТУ и на 1.17 см - у рабочих подростков.

У юношей 17 лет такие лучшие показатели окружности грудной клетки имеют учащиеся школ Свердловской области, у которых окружность грудной клетки на 1,73 см больше С.Г.К. учащихся школ г.Свердловска, на 3,09 см - учащихся ГПТУ и на 1,63 см - рабочих подростков.

Показатели величины мышечной силы рук является одним из показателей физического развития. Некоторые авторы отмечают, что между показателями мышечной силы кистей рук и весом имеется определенная закономерность (в частности, по Д.А.Дешицу, 1965 силовой индекс у мужчин = 65,75% к весу тела).

Наибольшие показатели силы мышц правой кисти имеют 16-летние учащиеся школ Свердловской области - 44,15 кГ (силовой индекс - 74%), затем рабочие подростки - 42,96 кГ (72,5%), учащиеся школ г.Свердловска - 39,45 кГ (63%).

Анализируя показатели силы мышц правой и левой кистей видно, что лучше показатели имеют как 16-ти, так и 17-летние учащиеся школ Свердловской области и рабочие подростки Наименьшие различия в показателях силы мышц правой и левой кистей имеют 16 и 17-летние рабочие подростки (1,99 кГ и 3,25 кГ). У остальных категорий подростков разлия показателей силы мышц правой и левой кистей более значительны. Учащиеся школ Свердловской области - 3,35 кГ правой и 3,97 кГ левой, учащиеся школ г.Свердловска - 4,37 кГ и 3,48 кГ; учащиеся ГПТУ - 2,26 кГ и 4,48кГ.

Таким образом лучшие показатели физического развития имеют учащиеся школ Свердловской области (окружность грудной клетки, сила, правой и левой кистей) и учащиеся школ г.Свердловска (росто-весовые данные). Наименьшие-по всем указанным парамет - рам у учащихся ГПТУ.

Анализируя данные физического развития различных категорий подростков мы исходили из указаний В.В.Бунака (1946) о том, что при разработке показателей физического развития необходимо у учитывать территориальность, а также разницу в физическом развитии детей городской и сельской местности и между отдельными группами населения: учащиеся школ, РУ, рабочие подростки и т.д. Цейтлин А.Г. (1963) указывает на заметное различие в росте у школьников городских и сельских школ, это объясняется влиянием условий быта, питания, длительности пребывания на свежем возду - хе, характером трудовой деятельности.

Так лучше ростовые показатели имеют школьники г.Свердловска, но они имеют наименьший широтный показатель (ОГК), а учащиеся Свердловской области имеют лучший показатель окружности грудной клетки, учащиеся ГПТУ - худшие показатели роста. В то же время школьники-свердловчане имеют наибольший годовой прирост в окружности грудной клетки (4,54 см), а рабочие подростки в ростовых показателях (3,10 см).

Увеличение темпов прироста росто-весовых показателей и ок - ружности грудной клетки, силы мышц правой и левой кистей могут быть объяснены влиянием ряда факторов социальной среды, питанием, жилищно-бытовыми условиями, постановкой физического воспитания в школах, ГПТУ и в производственных коллективах, личными потреб - ностями каждого подростка в активной физической деятельности.

Сравнивая полученные показатели физического развития с оце-

ночными таблицами физического развития подростков г.Свердловска, разработанными под редакцией В.В.Розенблата, Л.И.Безединой, З.Г. Чигринской, А.И.Кнейдман (1968), можно сделать вывод, что физи - ческое развитие подростков 16 и 17 лет, учащихся ГПТУ - школ г.Свердловска соответсвует среднему уровню физического развития.

2. Физическая подготовленность

Всесторонняя физическая подготовка предполагает в первую очередь, достижение оптимального уровня и гармонического разви тия быстроты, силы, выносливости, ловкости.

По данным А.В.Коробкова, 1958,1962; В.С.Фарфеля, 1960; В.Т.Яковлева, 1965; Н.В.Сахарова, 1969 и др. с возрастом (7-20 лет) различные характеристики быстроты улучшаются. На - иболее интенсивное развитие быстроты происходит в возрасте до 13-15 лет. В последующий период рост ее замедляется, а иногда вообще прекращается.

Это объясняется тем, что рост быстроты происходит до 15- -16 лет. И при отсутствии специальной тренировки в упражнениях скоростно-силового характера результаты остаются на прежнем уров- не, а затем даже начинают снижаться. Таким образом, можно рас - сматривать показатели максимальной скорости бега на 100 м у юношей 16-17 лет как определенный "потолок" естественного возрастного развития.

Выносливость к длительной мышечной работе является одним из основных качеств человека, необходимых в жизни, спортивной, трудовой и военной деятельности.

В нашем исследовании контрольным нормативом для определения выносливости был бег на 1000 м.

Сравнительные данные в беге на 1000 м

пп	Контингент	Возраст 16 лет		Возраст 17 лет		Абсолютн. прир. за год (в сек)	t	P
		n	M ±	n	M ±			
1.	Учащиеся школ Свердловской области	100	14.07 ±0.10	100	13.89 ±0.08	-0,18	1,45	0,1
2.	Учащиеся школ г.Свердловска	100	13.99 ±0.09	100	13.99 ±0.08	0	0,02	0,5
3.	Учащиеся ГПТУ	100	14.16 ±0.06	100	14.12 ±0.06	-0,04	0,44	0,5
4.	Рабочие подростки	100	14.39 ±0.07	100	14.28 ±0.07	-0,11	1,10	0,2

Среди 16-летних юношей лучшие показатели имеют школьники Свердловской области, что на наш взгляд вполне закономерно, так как занятия по физической культуре в большинстве случаев проводятся на открытых площадках , в естественных условиях. Большое значение для развития физического качества выносливости имеют и бытовые условия, участие в трудовой деятельности (заготовки дров, сена, участие в уборке урожая и т.д.).

Школьники Свердловской области имеют средние данные в беге на 1000 м на 6,6 сек. лучше, чем учащиеся ГПТУ, на 18,1 сек. - школьников г.Свердловска и на 21,3 сек. - рабочих подростков.

17-летние школьники Свердловской области также превосходят своих сверстников в развитии выносливости. Они имеют результат на 7,1 сек. лучше, чем учащиеся ГПТУ, на 26,2 сек, - чем рабочие подростки и на 27,2 сек. - чем школьники г.Свердловска.

Сравнивая полученные результаты в беге на 1000 м у различных контингентов видно, что у 16-летних подростков худшие данные в развитии выносливости имеют рабочие подростки и учащиеся

Сравнительные данные в беге на 1000 м

№ пп	Контингент	Возраст 16 лет n	16 лет M ± σ	Возраст 17 лет n	17 лет M ± σ	Абсолютн. прир. за год (в сек)	t	P
1.	Учащиеся школ Свердловской области	100	3.23,8 ± 0.03	100	3.17,5 ± 0.02	-5,3	1,54	> 0,1
2.	Учащиеся школ г.Свердловска	100	3.41.1 ± 0.03	100	3.34.7 ± 0.03	-6,4	1,55	0,1
3.	Учащиеся ГПТУ	100	3.29,6 ± 0.04	100	3.24,6 ± 0.03	-5,0	0,99	0,2
4.	Рабочие подростки	100	3.44,3 ± 0.03	100	3.33,7 ± 0.01	-10,6	3,07	0,01

школ г.Свердловска. У 17-летних школьников-свердловчан результат даже ниже на 1 сек., чем у рабочих подростков. На наш взгляд, это объясняется тем, что большинство занятий по физической культуре в школе проходят в зале и школьная программа недостаточно обеспечивает развитие качества выносливости, содержание и методика уроков по физической культуре мало способствует воспитанию этого качества, а рабочие подростки не имея систематически организованной формы занятий также менее выносливы к динамической работе.

Наибольшие сдвиги за год в развитии качества выносливости имеют рабочие подростки (10,6 сек, 3%). Школьники г.Свердловска улучшили результаты на 1,9%, Свердловской области - на 1,7% учащиеся ГПТУ - на 1,1%.

Метание гранаты является обязательным упражнением III ступени комплекса ГТО и требует хорошей подвижности и координационной способности к работе "взрывного" характера.

В нашем исследовании лучшие показатели в этом виде упражне-

ний среди 16-летних юношей имеют учащиеся ГПТУ, средние результаты которых лучше на 1,89 см, чем у рабочих подростков, на 1,95 см - школьников г.Свердловска и на 3,16 см - учащихся школ Свердловской области.

А у 17-летних - лучшие показатели в метании гранаты имеют школьники-свердловчане, превосходящие в своих результатах учащихся ГПТУ на 1,43м, рабочих подростков на 1,92 м и учащихся школ Свердловской области на 3,32 м.

Высокий процент прироста показали школьники г.Свердловска - 13,4% ($t = 6,13$), рабочие подростки - 7,7% ($t = 2,49$) и учащиеся школ Свердловской области - 7,0% ($t = 2,36$), а учащиеся ГПТУ улучшили результаты на 3,4% ($t = 1,76$) хотя абсолютные средние показатели относительно высокие (37,18 м и 38,27 м).

№ пп	Контингент	Возраст 16 лет n	16 лет M ± m	Возраст 17 лет n	17 лет M ± m	Абсолютн. прир. (Δ_M)	t	P
1.	Учащиеся школ Свердловской области	100	34,02 ±0.66	100	36.38 ±0.51	+2,36	2,78	< 0,01
2.	Учащиеся школ г.Свердловска	100	35.23 ±0.48	100	39.70 ±0.55	+4,47	6,13	< 0,001
3.	Учащиеся ГПТУ	100	37.18 ±0.51	100	38.27 ±0.35	+1,09	1,76	> 0,05
4.	Рабочие подростки	100	35.29 ±0.50	100	37.78 ±0.43	+2,49	3,77	< 0,001

Подтягивание на перекладине - упражнение силового характера с преодолением веса тела.

В этом упражнении у юношей 16 лет лучшие показатели имеют школьники-свердловчане и рабочие подростки, а у 17-летних юно -

шей - школьники Свердловской области, учащиеся ГПТУ и рабочие подростки.

Лучший абсолютный прирост за год имеют школьники Свердловской области (2,14 раза, $t = 4,51$) и учащиеся ГПТУ (1,23 раза $t = 3,33$), у 17-летних школьников-свердловчан результат в подтягивании на перекладине уменьшается на 0,43 раза, что, видимо, объясняется их большим весом. Исследованием ряда авторов показано, что существует отрицательная зависимость между достижениями в подтягивании на перекладине и собственным веса тела (Н.З.Аверкович, 1970 и др.).

№ пп	Контингент	Возраст 16 лет		Возраст 17 лет		Абсолютн. прирост (в м)	t	P
		V	M ± m	V	M ± m			
1.	Учащиеся школ Свердловской области	100	7.90 ±0.29	100	10.04 ±0.38	+2.14	4,51	< 0,001
2.	Учащиеся школ г.Свердловска	100	9.19 ±0.22	100	8.76 ±0.26	-0,43	1,26	> 0,2
3.	Учащиеся ГПТУ	100	8.40 ±0.25	100	9.63 ±0.27	+1,23	3,33	< 0,001
4.	Рабочие подростки	100	9.03 ±0.19	100	9.40 ±0.23	+0,40	1,21	> 0,2

Анализируя данные физической подготовленности юношей 16-17 лет можно отметить, что у различных контингентов молодежи существует большой диапазон различий в развитии физических качеств силы, быстроты и выносливости. Лучшие результаты в беге на 100 м и 1000 м, прыжках в высоту с разбега, метании гранаты и подтягивании на перекладине имеют учащиеся школ г.Свердловска и Свердловской области.

Имея более низкие антропометрические показатели, учащиеся ГПТУ 16-17 лет превосходят своих сверстников рабочих подростков в результатах бега на 100 и 1000 м, в прыжках в высоту с разбега, в метании гранаты и у 17-летних - подтягивании на перекладине.

Видимо, систематические занятия по физическому воспитанию определяют необходимость дифференцированного подхода в процессе обучения различных категорий молодежи, стимулировании потребностей в активной физической деятельности, овладению жизненно необходимыми умениями и военно-прикладными навыками.

С целью выяснения потребностей к организационным формам занятий и подтверждения некоторых выводов мы опросили 312 учащихся 8-10 классов школ г.Свердловска. 244 школьника (78,2%) высказались за увеличение уроков физкультуры и увеличения нагрузки на уроках.

На вопрос "Ваш любимый предмет в школьной программе?" 89,7% опрошенных учащихся на второе место после математики поставили физическую культуру. Отвечая на этот вопрос один учащийся написал так: "Я люблю математику и физкультуру. Математику за то, что она учит думать и решать, а физкультуту за то, что она делает меня здоровым и развивает физически".

Ответы на остальные поставленные вопросы представлены в табл.

№ пп	Поставленные вопросы	Кол-во уч-ся	%
1.	Занимаются физической культурой и спортом систематически	116	34
2.	Не систематически и не занимаются	196	66
3.	не умеют плавать	20	6,3
4.	Не умеют стрелять	30	9,4
5.	не умеют управлять автомашиной или мотоциклом	248	79,5

Анализ ответов показывает, что только 34% (116 чел.) систематически занимаются физическими упражнениями, большая же часть 66% (196 чел.) юношей 8-10 классов не занимаются физической культурой и спортом или занимаются не систематически, не умеют плавать, т.е. не владеют одним из важнейших жизненно необходимым прикладным навыков 20 учащихся 9-10 классов (6,3%).

С принятием нового "закона о всеобщей воинской обязанности" (1966) в школах повсеместно введен предмет "Начальная военная подготовка". Но из опрошенных учащихся 9-10 классов 30 человек (9,4%) не умеют стрелять.

В связи с отсутствием в школах достаточной материально-технической базы 248 юношей (79,5%) не владеют навыками вождения автомашиной или мотоциклом.

Сравнительная оценка уровня физической подготовленности юношей 16-17 лет с нормативными и программными требованиями

И.Н.Белоконев (1970) отмечает, что сила, быстрота, ловкость, выносливость, умение выполнять различные двигательные действия помогают чувствовать себя более уверенно в жизни, в труде, в бою. Для учащихся необходимо создавать такие неожиданные жизненные ситуации, которые потребовали бы от них полностью проявить свои знания, умения и способности, приобретенные на уроках физической культуры, начальной военной подготовки и на внеклассных занятиях.

Однако практика показывает, что не все школьники, учащиеся ГПТУ и рабочие подростки могут выполнять установленные нормативы III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество".

С этой целью в нашем исследовании мы сопоставили полученные результаты физической подготовленности юношей 16-17 лет различ-

них категорий с нормативными требованиями III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество", нормативами для солдат первого года службы и нормативами школьной программы для учащихся 9-10 классов

Сопоставление нормативных требований школьной программы, III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" и нормативных требований для солдат первого года службы

№ пп	Контингент		Нормативные требования: Бег 100м (в сек.)	Бег 1000м (м/сек.)	Прыжки в высоту с разбега (в см)	Метание гранаты (в м)	Подтягивание на перекладине (к-во раз)
1.	Нормативы школьной программы		14,6	3.35,0	125	35,0	7,0
2.	Нормативы III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество	серебр. знач.	14,2	3.30,0	125	35,0	8,0
		золот. знач.	13,5	3.20,0	135	40,0	12,0
3.	Нормативные требования для солдат 1года службы	уд.	15,4	4.05,0	-	35,0	8,0
		хор.	14,4	3.36,0	-	40,0	10,0
		отл.	13,8	3.20,0	-	45,0	12,0

Сравнение полученных данных с требованиями III ступени комплекса ГТО в беге на 100 м показало, что нормативы "серебряного" значка могут сдать 75% юношей 16 лет и 71% - 17 лет, обучающих в ГПТУ; 63% 16-летних и 17-летних школьников г.Свердловска; 61% школьников 16 лет и 72% 17 лет, обучающихся в школах Свердловской области. Только 51% рабочих подростков 16 и 17 лет могут уложиться в этот норматив.

Требования "золотого" значка в беге на 100 м могут выполнить соответственно 32% и 34% 16 и 17-летних школьников

Свердловской области; 31% и 29% - учащихся-свердловчан, 10% и 16% - рабочих подростков и 9% и 13% - учащихся ГПТУ.

В 10 классах не все школьники справляются с нормативами школьной программы в беге на 100 м : 16% учащихся общеобразовательных школ Свердловской области и 22% школьников г.Свердловска имеют результаты в беге на 100 м хуже 14,6 сек.

От 3% до 5% исследуемых контингентов 17 лет не справляются с минимальными требованиями на оценку "удовлетворительно" для солдат первого года службы; 78% школьников Свердловской области, 73% учащихся г.Свердловска, 72% учащихся ГПТУ и 57% рабочих подростков выполняют этот норматив на оценку "хорошо" и, соответственно, 46%, 65%, 30% и 29% - на оценку "отлично".

Норматив в беге на 1000 м оказался более доступным для учащихся 16 лет школ Свердловской области: 76% школьников могут уложиться в норматив "серебряного" и 23% - в норматив "золотого" значков; 62% учащихся ГПТУ могут сдать этот вид комплекса на "серебряный" и 36% - на "золотой" значок и только 38% школьников г.Свердловска и 30% рабочих подростков укладываются в норматив "серебряного" и, соответственно, 13% и 12% в норматив "золотого" значков. несколько большее количество юношей 17 лет могут выполнить норматив "серебряного" значка. Учащиеся школ Свердловской области - 66%, школьники г.Свердловска - 57%, учащиеся ГПТУ - 65% и рабочие подростки - 42%. На "золотой" - 50%, 26%, 50% и 14% соответствующих контингентов.

Интересно отметить, что 32% 17-летних школьников г.Свердловска не справляются с нормативными требованиями школьной программы для учащихся 10 классов (3мин. 35 сек.), тогда как 90% учащихся школ Свердловской области успешно выполняют этот норматив.

Норматив для солдат первого года службы на оценку "удовлетворительно" не выполняют 5% школьников г.Свердловска, Свердловской области и учащихся ГПТУ; 90% школьников области, 68% школьников свердловчан, 65% учащихся ГПТУ и 54% рабочих подростков имеют результаты на оценку "хорошо". Норматив на оценку "отлично" соответствует нормативу "золотого" значка.

В прыжках в высоту с разбега среди 16-летних юношей лучшие показатели имеют школьники-свердловчане: 77% сдают на "серебряный" значок и 24% - на "золотой", учащиеся Свердловской области, соответственно, - 66% и 37%, учащиеся ГПТУ - 44% и 22%, рабочие подростки - 41% и 19%.

У 17-летних юношей результаты в прыжках в высоту с разбега значительно улучшились как при сдаче нормативов на "серебряный" так и нормативов на "золотой" значки. Эти нормативы успешно выполняют 85% и 60% учащихся г.Свердловска, 80% и 41% - школьников Свердловской области; 82% и 24% - учащихся ГПТУ; 78% и 26% - рабочих подростков.

Норматив школьной программы по прыжкам в высоту с разбега равен требованиям "серебряного" значка комплекса ГТО. В нормативных требованиях для солдат первого года службы прыжки в высоту с разбега отсутствуют.

Требования "серебряного" значка комплекса ГТО по метанию гранаты идентичны требованиям удовлетворительной оценки для солдат первого года службы и нормативам школьной программы. Этот норматив оказался наиболее трудным для учащихся общеобразовательных школ Свердловской области и г.Свердловска. Так только 52% и 66% 16 и 17-летних школьников Свердловской области, 80% и 86% учащихся школ г.Свердловска выполняют эти требования. Тогда, как 79% и 89% учащихся ГПТУ, 61% и 81% рабочих подрост -

ков успешно с ними справляются.

Требования "золотого" значка выполняют 17% и 27% школьников Свердловской области, 19% и 55% - учащихся-свердловчан, 38% и 42% - учащихся ГПТУ, 11% и 37% - рабочих подростков.

Требования на оценку "хорошо" среди 17-летних юношей выполняют: 55% - школьников-свердловчан, 42% - учащихся ГПТУ, 37% - рабочих подростков и 27% - учащихся Свердловской области. Норматив на оценку "отлично" выполняют значительно меньшее количество юношей 17 лет. Так, всего 28% учащихся ГПТУ, 15% школьников-свердловчан, 6% учащихся Свердловской области и 5% рабочих подростков смогут показать результат лучше 45 м.

В собственно силовом виде упражнений - подтягивании на перекладине требования комплекса ГТО ("серебряный" значок) и для солдат первого года службы (на оценку "удовлетворительно") совпадают (8 раз).

Эти требования выполняют 81% и 79% рабочих подростков, 80% и 79% рабочих подростков, 80% и 75% школьников-свердловчан, 72% и 82% учащихся ГПТУ и 82% и 77% учащихся Свердловской области 16-17 лет.

Нормы "золотого" значка идентичны нормативам на оценку "отлично" и их выполняют значительно меньшее количество юношей 16-17 лет. Учащиеся Свердловской области - 13% и 31%, школьники-свердловчане 15%, учащиеся ГПТУ - 10% и 10%, рабочие подростки - 8% и 9%.

Требования школьной программы несколько занижены (7 раз), но их выполняют всего 81% учащихся 10 классов г Свердловска и 84% - школьников области.

Таким образом, результаты проведенного исследования физической подготовленности и сравнение их с нормативными требованиями

комплекса ГТО и нормами солдат первого года службы позволяют сделать вывод, что уровень физической подготовленности молодежи 16–17 лет различных контингентов, различен. Наиболее подготовленными являются юноши – школьники. Они демонстрируют свое превосходство физической подготовленности перед остальными контингентами почти по всем показателям (за исключением подтягивание на перекладине). Школьники Свердловска успешнее справляются с нормами комплекса ГТО в прыжках в высоту, в метании гранаты. Школьники области успешнее выполняют беговые виды комплекса (бег на 100 м и, особенно бег на 1000 м). Учащиеся ГПТУ лучше справляются с нормативными требованиями комплекса в метании гранаты, в прыжках в высоту и в подтягивании на перекладине. Рабочие подростки недостаточно подготовлены в беговых нормативах комплекса, но имеют хорошие силовые показатели, при средних результатах в прыжках в высоту с разбега и метании гранаты.

Наиболее трудно выполнимыми видами для всех контингентов молодежи являются: бег на 100 и 1000 м (за исключением бега на 1000 м для школьников Свердловской области). Это обстоятельство, на наш взгляд объясняется некоторым завышением нормативных требований комплекса ГТО по сравнению со школьной программой и требованием по физической подготовке и спорту для личного состава всех видов Вооруженных Сил и родов войск СССР. Устранение этого противоречия будет больше стимулировать учащихся и преподавателей в работе по комплексу ГТО.

В то же время, следует отметить, что организованная школьно-урочная система физического воспитания способствует лучшей физической подготовленности допризывной молодежи, которые легче справляются с нормативными требованиями для солдат первого года службы, особенно в беговых видах. Однако, школьники Свердловской об-

ласти труднее выполняют нормативы в метании гранаты и подтягивании на перекладине.

Для анализа физической подготовленности юношей 17 лет нами были использованы условные уровни оценки спортивно-технических результатов. Так, за высокий уровень физической подготовленности были использованы требования III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" "золотого" значка и выше; за средний - требования программы средней школы и выше; за низкий - результаты ниже нормативных требований школьной программы.

Из обследованных юношей 17 лет (400 чел.) 14% юношей в подтягивании на перекладине, 19% - в прыжках в высоту с разбега; 21,6% - метании гранаты, 24,3% - в беге на 100 м и 29% - в беге на 1000 м имеют низкие результаты.

Нормативы школьной программы (средний уровень) выполняют от 34,7% в беге на 1000 м до 62,8% в подтягивании на перекладине.

Требования III ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" (высокий уровень) в беге на 100 м выполняют 23% юношей всех контингентов 17 лет; 23,2% - в подтягивании на перекладине; 36,3% - в беге на 100 м; 37,5% - в прыжках в высоту с разбега и 40,2% в метании гранаты.

Таким образом, полученные данные оценки спортивно-технических результатов юношей 17 лет, дают возможность установить заметные различия двигательной подготовленности разных категорий юношей и наводят на мысль о необходимости учета этого обстоятельства при выборе средств и методов физического воспитания допризывной молодежи. Так, для школьников г.Свердловска, необходимо особое внимание обратить на воспитание таких качеств как выносливость и сила, что будет в известной степени, способствовать раз -

витию качества быстроты. Для школьников Свердловской области необходимо больше внимания обратить на развитие скоростно-силовых качеств (воспитание "взрывной" силы), от развития которых зависят результаты в прыжках и метаниях.

Около одной трети исследуемых учащихся ПТУ и рабочих подростков показали низкие результаты почти во всех видах испытания (за исключением подтягивания на перекладине). Видимо, следует значительно пересмотреть программы по физическому воспитанию для училищ профтехобразования, приблизив их содержание к современным требованиям и отвечающим подготовке молодого поколения к высокопроизводственному труду и успешной службе в армии.

Система физического воспитания рабочих подростков в этом плане требует коренного пересмотра и улучшения.

Призыв в армию производится с 18 лет. Большая часть школьников после окончания общеобразовательной школы приходят на производство и от окончания школы до призыва в армию в значительной степени утрачивают физическую подготовленность, приобретенную в школе в системе классно-урочных занятий по физическому воспитанию. Это подтверждается исследованиями А.А.Гузиенкова, 1971 г., Б.А.Чернова, 1971 г. и др. Призываемые в армию имеют еще недостаточно физически подготовленных некоторые из них в первый год службы не справляются с минимальными требованиями военно-спортивного комплекса.

Значительную роль в этом плане призваны сыграть военно-спортивные лагери. Организация этой работы в настоящее время получила широкое распространение в нашей области. Мы разработали специальную программу военно-физической подготовки для допризывников, проходящих подготовку в военно-спортивных лагерях.

Учебная работа была расчитана на повышение физической и военно-прикладной подготовленности допризывной молодежи, приобретение необходимых двигательных навыков в тех видах физических упражнений, которые входили в комплексы ГСР и ГТО.

Создание военно-спортивных лагерей в г.Свердловске и Свердловской области способствовало более качественной подготовке молодежи к службе в рядах Советских Вооруженных Сил.

Из таблицы видно, что с увеличением количества военно-спортивных лагерей значительно повысился % допризывной молодежью выполнивших нормы ГСР и ГТО.

Показатели	Годы, % выполнивших нормативы			
	1966 г.	1967 г.	1968 г.	1969 г.
1. Количество лагерей	57	64	78	93
2. Подготовлено значкистов ГСР и ГТО из числа прошедших подготовку в военно-спорт.лагерях	60,4	78,2	97,3	92,9

В подтверждение высокой эффективности подготовки допризывной молодежи в военно-спортивных лагерях приводим результаты педагогических наблюдений, организованных с 14 августа по 3 сентября 1971 г. в военно-спортивном лагере Свердловского завода резино-технических изделий. Цель нашего исследования в том, чтобы определить наиболее эффективные формы сочетания физической подготовки с приобретением военно-прикладных навыков и выявить изменения спортивно-технической подготовленности за период лагерного сбора. Под наблюдением находились юноши 17 лет в количестве 74 человек, разделенные на 3 группы (взвода), имеющих в начале лагерного сбора примерно равную физическую подготовленность. В программу занятий во всех группах были включены: занятия по легкой атлетике, плаванию, гимнастике, стрельбе, начальная воен-

ная подготовка, военизированные игры на местности. Определение уровня физической подготовленности проходило в начале и в конце лагерного сбора в форме соревнований.

На физическую подготовку во всех группах отводилось 18 часов в неделю. Но в первой группе занятия проводились ежедневно (по 2 часа), во второй группе - через день (по 4 часа), в третьей - ежедневно 2 раза в день по одному часу. Во всех группах проводилась утренняя специализированная зарядка, включающая в себя бег, скоростно-силовые и силовые упражнения и игры. Недельный учебный план по физической подготовке представлен в таблице.

группы	Кол-во час. в неделю	утренняя зарядка (в час)	Физическая подготовка			
			л/а	плавание	гимн.	Кол-во занятий в неделю
1	18	6	6	4	2	6
II	18	6	6	4	2	4
III	18	6	6	1	2	12

В учебно-тренировочных занятиях был использован широкий круг средств для совершенствования двигательных навыков с одновременным развитием основных физических качеств. При этом подбор упражнений согласовывался с видом деятельности (видом спорта) и максимально отвечал требованию комплексного использования различных средств общей физической подготовки.

Исследованиями последних лет показано, что уровень развития физических качеств в тренировке юношей выше, если их формирование происходит комплексно, но с преимущественным развитием быстроты или скоростно-силовых качеств. В нашем исследовании преимущественным направлением была так же скоростно-силовая подготовка.

Мы считали, что в этом случае тренировка наиболее разносторонее адаптирует организм: она хорошо развивает потенциальные возможности для проявления качеств быстроты, силы и выносливости.

Наши исследования показали, что за период лагерных сборов юноши 17 лет по всем изучаемым параметрам физической подготовленности показали высокие приросты особенно в силовых упражнениях: в подтягивании от 16 до 23,6% , в метании гранаты от 11,6% до 13,1%. Значительно улучшилась выносливость (от 4,4 до 7,6%) и скорость (от 2,9 до 5,6%). В прыжках в высоту прирост составил от 1,6 до 5,0%.

Рассматривая результаты физической подготовленности в группах следует отметить, что у юношей, занимающихся по программе первой группы (занятия проводились ежедневно по 2 часа) результаты в беге на 100 м улучшились на 4% по сравнению с исходными, в беге на 1000 м - на 6,2%, в прыжках в высоту с разбега - на 4,6%, в метании гранаты - на 12,1%, в подтягивании на перекладине - на 20,3%. Несколько иные сдвиги по указанным видам показали юноши второй группы, (занятия проводились через день по 4 часа) соответственно - 2,9%, 4,4%, 1,6%, 11,6%, 16%.

Сопоставляя показанные результаты первой и второй группы можно отметить, что режим занятий первой группы более благоприятно влиял на улучшение спортивно-технической подготовки, особенно в развитии скоростно-силовых качеств.

Более значительные сдвиги в средних показателях были у юношей третьей группы (занятия проводились два раза в день по 1 часу). Так, в беге на 100 м результаты улучшились на 0,82 сек. (8,4%), в беге на 1000 м - на 15,6 сек (7,6%), в прыжках в высоту - на 6,6 см (5,0%), в метании гранаты - 4,68 м (13,1%)

и в подтягивании на перекладине - на 2,14 раз (23,6%).

Таким образом, на качество физической подготовки юношей влияет не только применяемые средства, но и их рациональное распределение в режиме учебного дня военно-спортивного лагеря в сочетании с другими видами деятельности.

Нам представляется, что на улучшение уровня физической подготовленности во всех группах в значительной степени повлияло, прежде всего, организованная форма учебно-тренировочных занятий, их эмоциональность, соблюдения режима, сочетание различных видов учебных занятий и соревновательная направленность.

В этом плане наиболее целесообразным распределением средств военно-физической и спортивно-технической подготовки является такое, по которому занималась третья группа, т.е. ежедневные занятия по физической подготовке по одному часу два раза в день в сочетании с теоретическим и практическим обучением по основам военной техники и тактики.

Таким образом, учет результатов наших исследований в практике работы с юношами допризывного возраста различных контингентов может оказаться полезным при конкретизации средств для лучшей дифференцировки в выборе приемов и методов физического воспитания различных контингентов занимающихся.

Вместе с тем, полученные данные, заставляют критически подойти к соответствующей системе физического воспитания учащихся ГПТУ и рабочих подростков.

1. Коммунистическая партия на протяжении всей истории советс - кого государства воспитывает молодежь в духе постоянной готовности к защите социалистической Родины. Особенно значительна роль в этом принадлежит Ленинскому комсомолу, который организует работу по военно-патриотическому и физическому воспитанию, подготовке к службе в рядах Советских Вооруженных Сил.

Комсомол является организатором всесоюзного туристического похода комсомольцев и молодежи по местам боевой и трудовой славы советского народа; всесоюзных военно-спортивных игр "Зарница" и "Орленок"; смотра спортивной и оборонно-массовой работы первичных комсомольских организаций и экзамена по физической и военно-тех - нической подготовке; инициатором создания военно-спортивных ла - герей для допризывной молодежи по подготовке ее к военной службе.

Изучение опыта работы районных и городских комсомольских ор - ганизаций, деятельности общеобразовательных школ, ГПТУ и произ - водственных коллективов по военно-физической подготовке молодежи позволяет констатировать, что воспит[illegible] у молодежи высоких мо - ральных качеств, чувства гордости быть защитником Родины - одна из важнейших задач комсомольских организаций общеобразовательных школ, ГПТУ и производственных коллективов. Подготовке молодежи к службе в армии способствуют: нравственно-политическое просвеще - ние, взаимосвязь и сочетание различных форм и методов идейного воспитания с привитием практических военно-прикладных навыков и совершенствованием физической подготовленности.

2. Проведенный нами сравнительный анализ основных антропомет - рических данных показал, что с 1945 г. по 1957 г. физическое раз - витие учащихся ГПТУ и рабочих подростков имеет тенденцию к посто-

янному увеличению росто-весовых и других параметров физического развития.

Так, например, рост 16-летних учащихся ГПТУ увеличился на 13,7 см, вес - 12,1 кГ, окружность грудной клетки - на 10,1 см, у 17-летних, соответственно, - на 10,5 см, на 12 кГ и 9,9 см.

С 1957 г. по 1971-72 гг. в показателях физического развития наблюдается тенденция к их стабилизации.

3. Сравнение физического развития школьников за последние 16 лет показало, что современные школьники г.Свердловска и Свердловской области по росту, весу и силе мышц кистей значительно превосходят своих сверстников 50 годов, а по окружности грудной клетки несколько уступают им.

4. Городские юноши превосходят своих сверстников из области по показателям роста и веса, но уступают им по окружности грудной клетки и силе мышц кистей. Особенно ощутима разница в пропорциональности развития грудной клетки. Учащиеся ГПТУ уступают своим сверстникам почти во всем антропометрическим параметрам.

5. Физическая подготовленность юношей 16-17 лет различных контингентов имеет большой диапазон различий в развитии физических качеств. Лучшую двигательную подготовленность демонстрируют юноши-школьники. Они показывают свое превосходство перед остальными контингентами почти по всем показателям (за исключением подтягивания на перекладине).

Школьники г.Свердловска успешнее справляются с нормами II ступени комплекса ГТО "Сила и мужество" в прыжках в высоту, в метании гранаты; школьники Свердловской области - в беговых номерах комплекса.

Учащиеся ГПТУ и рабочие подростки недостаточно подготовлены в беговых номерах комплекса, но имеют хорошие силовые показатели

(в подтягивании на перекладине). Наиболее трудновыполнимыми видами из III ступени комплекса ГТО для всех контингентов юношей является бег на 100 м и 1000 м (за исключением бега на 1000 м для школьников Свердловской области).

6. Школьники г.Свердловска и области в большинстве случаев справляются с нормативными требованиями для солдат первого года службы, особенно в беговых номерах военно-спортивного комплекса. Однако, учащиеся школ Свердловской области трудное выполняют нормативы в метании гранаты и в подтягивании на перекладине; школьники-свердловчане и учащиеся ГПТУ - в подтягивании на перекладине; рабочие подростки - в метании гранаты.

7. Нормативные требования III ступени комплекса ГТО, школьной программы и для солдат первого года службы в целом обеспечивают выполнение требований к физической подготовленности молодежи, их практической готовности к службе в рядах Советской Армии. Однако некоторые нормативные требования необходимо привести в соответствие с физическими возможностями 16 - 17 лет. В беге на 100 м и 1000 м нормативные требования для солдат первого года службы занижены, а в ГТО III ступени - завышены.

8. Анализ полученных данных дает возможность установить различия в двигательной подготовленности различных контингентов юношей 16-17 лет. В связи с этим необходимо: для школьников г.Свердловска особое внимание обратить на воспитание выносливости и силы, что будет в известной степени способствовать развитию качества быстроты; для школьников Свердловской области - на воспитание скоростно-силовых качеств. На наш взгляд, следует значительно пересмотреть программы по физическому воспитанию для учащихся ГПТУ, т.к. этот контингент юношей значительно уступает по физической подготовленности учащимся общеобразовательных школ.

Вместе с тем, полученные данные заставляют критически подойти к существующей системе физического воспитания рабочих подростков.

9. Более эффективной формой военно-физической подготовки является военно-спортивные лагери, проводимые для допризывной молодежи.

Наши исследования показали, что за период лагерных сборов юноши 17 лет по всем изучаемым параметрам физической подготовленности показали высокие приросты, особенно в силовых упражнениях: в подтягивании от 16 до 23,6%, в метании гранаты от 11,6 до 13,1%. Значительно улучшилась выносливость (от 4,4 до 7,6%) и скорость (от 2,9 до 5,6%).

Более значительные сдвиги в средних показателях были у юношей третьей группы (занятия проводились два раза в день по 1 часу). Так, в беге на 100 м результаты улучшились на 5,4%, в беге на 1000 м на 7,6%, в прыжках в высоту на 5,0%, в метании гранаты на 13,1% и в подтягивании на перекладине на 23,6%.

Таким образом, на качество физической подготовки юношей влияет не только применяемые средства, но и их рациональное распределение в режиме учебного дня военно-спортивного лагеря в сочетании с теоретическим и практическим обучением по основам военной техники и тактики.

Выполненное нами исследование не исчерпывает изучаемой проблемы: некоторые стороны физической подготовленности допризывной молодежи требуют еще дополнительного изучения и анализа

С П И С О К
работ, опубликованных по теме диссертации

I. Мужество рождается за партой (из опыта работы по военно-патриотическому воспитанию учащихся школ города Верхняя Салда Свердловской области). Сборник работ "Отчизны верные сыны". Свердловск, 1971.

2. Деятельность Ленинского комсомола в реализации учения В И.Ленина "О защите социалистического Отечества". Сборник работ обкома комсомола. Свердловск, 1973.

3. Сравнительная оценка физической подготовленности учащихся 10 классов с нормативными требованиями. Материалы республиканской научной конференции "Вопросы психологии и физиологии физического воспитания и спорта", ч.I, Казань, 1974.

4. Исследование физического развития юношей 16–17 лет (на материалах г.Свердловска и Свердловской области). Сборник работ по физическому воспитанию молодежи. Свердловск, 1974.

5. Исследование развития физических качеств быстроты и выносливости у юношей 16–17 лет. Сборник работ по физическому воспитанию молодежи. Свердловск, 1974.

6. Изменение динамики некоторых показателей физической подготовленности у студентов I курса за летний период. Сборник работ по физическому воспитанию молодежи. Свердловск, 1974.