

**Ряхина Марианна Игоревна**

преподаватель

**Пирожков Виктор Сергеевич**

студент

**Антонова Вера Владимировна**

студентка

ФГБОУ ВО «Нижегородский государственный

педагогический университет им. К. Минина»

г. Нижний Новгород, Нижегородская область

DOI 10.31483/r-100103

## **ТЕСТИРОВАНИЕ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАПРАВЛЕНИЙ С ЦЕЛЬЮ ОТБОРА В СПОРТИВНЫЕ СЕКЦИИ ВУЗА**

***Аннотация:** в статье рассматриваются основные качественные критерии отбора обучающихся высших учебных заведений в спортивные секции, а также затрагивается тема индивидуальной траектории на пути спортивного развития студентов.*

***Ключевые слова:** спортивная секция, физическая культура, общая физическая подготовка, критерий отбора, спортивное качество.*

Для успешного выполнения данных задач государство стимулировало создание гражданским обществом различных спортивных клубов и организаций. Положения, регламентирующие деятельность подобных организаций, подробно отражены в федеральном законе N 329-ФЗ от 04.12.2007 г. «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

Так, по поддержанной Президентом Российской Федерации Владимиром Путиным инициативе студентов, в 2013 году была создана Ассоциация студенческих спортивных клубов России.

Однако, кроме упомянутой возможности регистрации спортивных организаций и ассоциаций, описываемый нормативный правовой акт накладывает определенные требования на образовательные организации. В их числе необхо-

димось образовательной организацией проводить обязательные занятия физической культурой и спортом в пределах основных образовательных программ; формирование у обучающихся навыков физической культуры с учетом индивидуальных способностей и состояния здоровья; оказание содействия развитию и популяризации школьного спорта и студенческого спорта.

Данные функции реализуются в рамках дисциплины физическая культура, в том числе путем формирования спортивных секций по различным видам спорта с учетом конкретных желаний и потребностей студентов и направленностям студентов в области спорта.

Так, Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина, в отличие от многих других ВУЗов Российской Федерации, в лице преподавателей кафедры физического воспитания и спорта даёт обучающимся возможность выбрать понравившуюся им, вызывающую у них интерес к физической культуре и спорту секцию для занятий. Индивидуальный подход обеспечивает высокую степень заинтересованности в посещении спортивных секций среди студентов упомянутого университета.

Стоит также отметить разнообразие возможных для посещения спортивных секций. Подразделяясь на игровые и общеспортивные, они позволяют покрыть полный спектр индивидуальных потребностей студентов. На примере НГПУ им. К. Минина рассмотрим отбор в секцию по легкой атлетике.

Однако выбор спортивной секции должен быть обусловлен не только личным желанием обучающегося, но и его физическими способностями. Для этой цели существуют различные типы тестирований студента, которые позволяют определить степень развитости его физических качеств. Стоит отметить, что проведение тестирования должно проходить строго при присутствии профильного преподавателя. Рассмотрим на примере секции легкая атлетика.

1. Быстрота (бег). Данный тест применяется при отборе в секцию по легкой атлетике и позволяет определить скорость преодоления испытуемым определенной дистанции. По команде «На старт!» испытуемый становится в положение высокого старта. По команде «Марш!» он бежит 30м с максимально воз-

можной скоростью. Результатом является время бега, зафиксированное секундомером с точностью до десятой доли секунды (табл. 1).

Таблица 1

## Оценка теста 30 метров

Возраст (лет)	Пол	Оценка в баллах				
		1	2	3	4	5
17–18	мальчики	5,11 и >	5,10–5,00	4,99–4,70	4,69–4,31	4,30 и <
	девочки	6,10 и >	6,09–5,81	5,80–5,21	5,20–4,81	4,80 и <

2. Координация движений – челночный бег 3х10м (с). По команде «На старт!» испытуемый становится в положение высокого старта за стартовой чертой с любой стороны от набивного мяча. Когда он приготовился, следует команда «Марш!». Испытуемый пробегает 10м до противоположной черты, обегает с любой из сторон набивной мяч, лежащий в полукруге, бежит в третий раз 10м и финиширует. Результатом является время челночного бега (3х10м) с точностью до десятой доли секунды (табл. 2).

Таблица 2

## Оценка теста челночный бег

Возраст (лет)	Пол	Оценка в баллах				
		1	2	3	4	5
17–18	мальчики	8,10 и >	8,09–7,9	7,89–7,5	7,49–7,21	7,20 и <
	девочки	9,60 и >	9,59–9,4	9,39–8,7	8,69–8,41	8,40 и <

3. Взрывная сила – прыжок в длину с места (см). На полу рисуется линия, на расстоянии 80см идет отсчет через каждый сантиметр до 260см. В исходном положении ноги ставятся на ширине плеч; приседая, испытуемый делает замах руками, активно разгибает ноги и выполняет толчок. Приземление идет на две ноги, по ближнему следу к стартовой линии измеряется результат (табл. 3).

Таблица 3

## Оценка теста прыжок в длину с места

Возраст (лет)	Пол	Оценка в баллах				
		1	2	3	4	5
17–18	мальчики	190 и <	191–205	206–220	221–239	240 и >

	девочки	160 и <	161–170	171–190	191–209	210 и >
--	---------	---------	---------	---------	---------	---------

4. Сила – подтягивание на высокой (мальчики) и низкой (девочки) перекладине (количество раз). Подтягивание для мальчиков осуществляется на высокой перекладине в висе с хватом сверху. Упражнение выполняется до перехода подбородком перекладины, без пауз отдыха, раскачиваний, сгибаний ног в коленях. Тело прямое, ноги сомкнуты. При нарушении требований тест прекращается. Показатель силы – количество подтягиваний. Девочки выполняют тест из виса лежа на низкой (1м) перекладине. Данный тест позволяет оценить относительную силу мышц рук и плечевого пояса (табл. 4).

Таблица 4

*Оценка теста подтягивание*

Возраст (лет)	Пол	Оценка в баллах				
		1	2	3	4	5
17	мальчики	5 и <	6–8	9–10	11	12 и >
	девочки	6 и <	7–12	13–15	16–17	18 и >

Таким образом, можно сделать вывод о необходимости тестирования студентов при отборе в каждую секцию, учитывая не только их желания. Качественный отбор в спортивные секции позволит в дальнейшем добиваться наиболее высоких спортивных результатов.

**Список литературы**

1. Данилочкин А.Е. Возникновение и развитие студенческого спорта / А.Е. Данилочкин, И.Г. Дегтярев, И.А. Лобынцев // Наука-2020. – 2019. – №9.
2. Лебедева О.В. Электронная информационная образовательная среда и современный студент / О.В. Лебедева, Ф.В. Повshedная // Вестник Мининского университета. – 2021. – Т. 9, №4 (37).
3. Пашин А.А. Мониторинг физического развития, физической и функциональной подготовленности учащейся молодежи: учеб. пособие / А.А. Пашин, Н.В. Анисимова, О.Н. Опарина. – Пенза: ПГУ, 2015.

4. Устав Общероссийской молодежной организации «Ассоциация студенческих спортивных клубов России» [Текст]: утв. V внеочередным Съездом АССК России, Протокол от 20 сентября 2019 года (новая редакция). – М., 2019.

5. Федеральный закон от 04.12.2007 г. N 329-ФЗ (ред. от 02.07.2021) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» // Собрание законодательства РФ. – 2007.

6. Шарапова А.В. Становление студенческого спорта в России / А.В. Шарапова, Ю.В. Ворожко // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2020. – №4.