

# Сравнительный анализ уровня специальной физической подготовки студентов элективного направления «Волейбол»: до- и постпандемийный периоды

## Comparative Analysis of the Level of Special Physical Training of Students in the Elective Direction “Volleyball”: Before- and Post-Pandemic Periods

Получено 30.04.2023 Одобрено 10.05.2023 Опубликовано 25.10.2023

УДК 796

DOI: 10.12737/1998-1740-2023-11-5-40-42

**Л.А. НЕПОВИННЫХ,**  
Старший преподаватель КФК Россия,  
ФГБОУ ВО «Петрозаводский государственный  
университет», г. Петрозаводск

e-mail: Ludok1983.07@mail.ru

**L.A. NEPOVINYKH,**  
Senior lecturer of KFU Russia,  
Petrozavodsk State University,  
Petrozavodsk

e-mail: Ludok1983.07@mail.ru

### Аннотация

Систематический педагогический контроль на всех этапах образовательного процесса является важным и обязательным компонентом деятельности преподавателя, без которого невозможны эффективное управление, оценка результативности и эффективности педагогического процесса. В этом году этот предварительный мониторинг составлял еще более важную задачу, так как ему предшествовали два года дистанционного обучения, когда все образование реализовывалось в сложных дистанционных условиях, что явилось сложной задачей для практико-ориентированной дисциплины «Физическая культура», когда не было возможности полноценно развивать физические качества обучающихся и тем более полноценно овладевать двигательными действиями. Цель исследования – сравнить и проанализировать результаты уровня специальной физической подготовленности (СФП) волейболисток в до- и постпандемийный периоды. Для достижения поставленной цели решались задачи: провести тестирование уровня СФП студенток элективного направления «Волейбол», сравнить уровень развития до пандемии (2020) и сегодняшний (2023), оценить последствия дистанционного формата в физическом развитии студенток, предложить пути учета данных мониторинга в учебно-тренировочном процессе. Полученные в результате тестирования данные были качественно и количественно обработаны и представлены в данной статье.

**Ключевые слова:** физические качества, физическое развитие, специальная физическая подготовка, двигательная активность.

### Abstract

Teachers of the Department of Physical Culture annually monitor the assessment of the level of special physical fitness (SPP) of students of the elective direction “volleyball”. This year, this monitoring was an even more important task, since it was preceded by two years of distance learning, when education in this area was implemented in difficult remote conditions and there was no opportunity to fully develop these physical qualities. The purpose of our study is to compare and analyze the results of testing the SFP of volleyball players in the pre- and post-pandemic period. To achieve this goal, we were faced with the task of analyzing and comparing the control standards for TFP among second-year students before the pandemic in 2020 and after the pandemic in 2023, to determine the consequences of a break in the training process. The data obtained as a result of testing were qualitatively and quantitatively processed, and presented in this article.

**Keywords:** physical qualities, physical development, special physical training, motor activity.

Дистанционный формат обучения, на который были вынуждены перейти все образовательные учреждения страны (и мира) из-за пандемии Covid-19, несмотря на желание педагогов нивелировать отличия, не мог не сказаться на качестве обучения, особенно в такой практико-ориентированной дисциплине, как «Физическая культура». Перерывы в учебно-тренировочном процессе, естественно, негативно сказались на физическом состоянии обучающихся, на уровне развития всех двигательных качеств: координации, быстроты, гибкости и других. В этой связи актуальным стал вопрос о предварительной диагностике имеющегося уровня развития специальных физических качеств, их сравнения с данными 2020 г., анализа и оценки, корректи-

ровки содержания, форм, методов дальнейшего обучения студентов.

Для оценивания СФП волейболисток использовались три испытания: бег на 20 м, прыжок вверх с места (по В.М. Абалакову), прыжок в длину с места. В тестировании приняли участие 25 девушек элективного направления «Волейбол» второго курса обучения, тестирование проводилось в феврале 2023 г. Полученные результаты были обработаны, сравнивались с аналогичными данными 2020 г.

### Организация и результаты исследования

1. Бег 20 м. Испытуемому предоставляется две попытки, лучшая из которых учитывается.

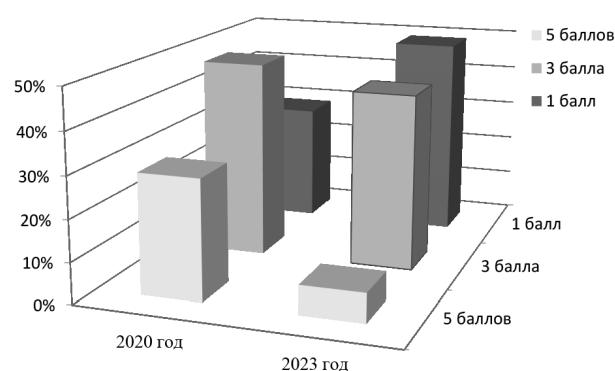
Тест выполняется с высокого старта. Критерии оценивания в таблице 1.

Таблица 1  
Оценка бега на 20 м

| 5 баллов         | 3 балла      | 1 балл           |
|------------------|--------------|------------------|
| 3,4 сек. и менее | 3,5–3,8 сек. | 3,9 сек. и более |

Сравнительный анализ результатов представлен в диаграмме 1.

Диаграмма 1  
Результаты оценки бега на 20 м у девушек (в %)



Анализ диаграммы показывает, что в 2023 учебном году почти 50% студенток не справились с данным нормативом и только 7% справились на «отлично» (в 2020 г. – более 25%). Средний уровень развития демонстрируют примерно одинаковое количество студенток и в 2020, и в 2023 гг.

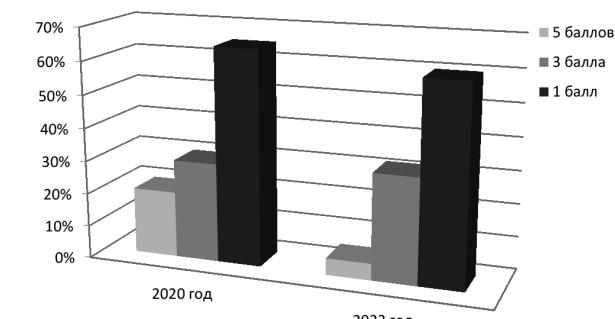
2. Прыжок вверх с места (по В. М. Абалакову). Критерии оценивания в таблице 2, анализ результатов в диаграмме 2.

Таблица 2  
Оценка прыжка вверх с места у девушек

| 5 баллов      | 3 балла  | 1 балл   |
|---------------|----------|----------|
| 45 см и более | 41–44 см | 35–40 см |

Диаграмма 2

Результаты оценки прыжка вверх с места у девушек (в %)



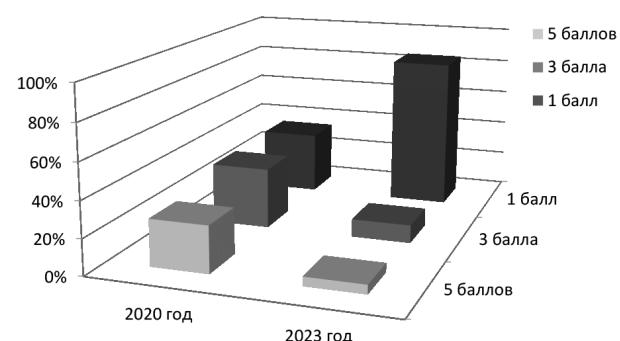
Как видно, более 50% студенток ПетрГУ и в 2020, и в 2023 гг. демонстрировали низкий уровень развития данного качества, но высокий уровень (на 5 баллов) в 2020 г. показывали большее количество студенток. Средний уровень развития, как и в предыдущем испытании, демонстрируют примерно одинаковое количество студенток и в 2020, и в 2023 гг.

3. Прыжок в длину с места. Представлялось три попытки, засчитывается лучший результат. Критерии оценивания в таблице 3, анализ результатов в диаграмме 3.

Таблица 3  
Оценка прыжка в длину с места (см)д

| 5 баллов    | 3 балла | 1 балл  |
|-------------|---------|---------|
| 195 и более | 180–194 | 160–179 |

Диаграмма 3  
Результаты оценки прыжка в длину с места



Полученные в результате тестирования студентов данные свидетельствуют о крайне низком развитии скоростно-силовых качеств студентов, занимающихся на элективном направлении «Волейбол» в 2023 учебном году (80% девушек про демонстрировали неудовлетворительный результат и только 5% справились с данным тестом и сдали норматив на «отлично», получив 5 баллов). Также существенно уменьшилось количество отличных результатов тестирования в данном виде испытаний.

Таким образом, сравнительный анализ полученных в результате тестирования данных студенток Петрозаводского государственного университета элективного направления «Волейбол» выявил снижение уровня специальной физической подготовки, что обусловлено сложностями реализации дисциплины «Физическая культура» в дистанционном формате. Особенно резкие отличия зафиксированы между результатами на «отлично» и «неудовлетворительно». Средний уровень развития физических качеств претерпел

меньшие изменения. Полученные данные обязывают внести существенные корректировки в содержание программы элективного направления «Волейбол», изменить требования к контрольно-

измерительным материалам для прохождения текущей, промежуточной, итоговой аттестации студентов с учетом снижения исходного уровня развития.

#### Список литературы

1. Солодовник Е.М. Оценочные средства в спортивных играх (учебно-методическое пособие) [Электронный ресурс] / Е.М. Солодовник, А.С. Кариаули, И.В. Солодовник. – Петрозаводск ПетрГУ, 2019. – 30 с.
2. Солодовник Е.М. Анализ уровня развития специальной физической подготовки баскетболисток первого и второго года обучения [Текст] / Е.М. Солодовник // Вопросы педагогики. – М., 2021. – № 2-1. – С. 167–172.
3. Колосов Г.Н. Аналитический обзор физического развития студентов в Петрозаводском государственном университете [Текст] / Г.Н. Колосов, В.Н. Кремнева, А.А. Чуринов // Научно-практический журнал «Глобальный научный потенциал». – СПб., 2018. – № 10 (91). – С. 18–23.

#### References

1. Solodovnik E.M. Evaluation tools in sports games (educational and methodical manual) [Electronic resource]/E.M.Solodovnik,A.S.Kariauli, I.V.Solodovnik. Petrozavodsk PetrSU, 2019. 30 p.
2. Solodovnik E.M. Analysis of the level of development of special physical training of basketball players of the first and second year of study [Text] / E.M. Solodovnik // Questions of pedagogy. Moscow, 2021. № 2-1. pp. 167–172.
3. Kolosov G.N. Analytical review of physical development of students at Petrozavodsk State University [Text] / G.N. Kolosov, V.N. Kremneva, A.A. Churinov // Scientific and practical journal “Global scientific potential”. St. Petersburg, 2018. № 10 (91). Pp. 18–23.