

На правах рукописи

УДК: 796.011.3

Райзих Артем Андреевич

**Физическое воспитание юношей допризывного возраста в условиях
реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса
«Готов к труду и обороне»**

5.8.4. Физическая культура и профессиональная физическая подготовка
(педагогические науки)

АВТОРЕФЕРАТ

диссертации на соискание ученой степени
кандидата педагогических наук

Санкт-Петербург
2024

Работа выполнена на кафедре теории и методики физической культуры, гимнастики и безопасности жизнедеятельности федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Удмуртский государственный университет»

Научный руководитель: **Петров Павел Карпович**
доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры теории и методики физической культуры, гимнастики и безопасности жизнедеятельности федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Удмуртский государственный университет»

Официальные оппоненты: **Лубышева Людмила Ивановна**
доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры психологии, философии и социологии федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский университет спорта "ГЦОЛИФК"»

Синявский Николай Иванович
доктор педагогических наук, профессор, профессор, заведующий кафедрой теории и методики физического воспитания бюджетного образовательного учреждения высшего образования Ханты-Мансийского автономного округа - Югры «Сургутский государственный педагогический университет»

Ведущая организация:
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Чайковская государственная академия физической культуры и спорта»

Защита состоится «17» июня 2024 года в 11:00 часов на заседании Совета по защите диссертации на соискание ученой степени кандидата наук, на соискание ученой степени доктора наук 33.2.018.19, созданного на базе Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена» по адресу: 192007, г. Санкт-Петербург, Лиговский пр. д.275, ауд.503

С диссертацией можно ознакомиться в фундаментальной библиотеке Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена»

https://disser.herzen.spb.ru/Preview/Vlojenia/000001014_Disser.pdf

Автореферат разослан «___» апреля 2024 года

Ученый секретарь
диссертационного совета,
кандидат педагогических наук

Скорохватова Галина Владимировна

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Общеизвестно, что социально-экономическое развитие государства во многом определяется уровнем здоровья населения, в том числе учащейся молодежи, которая формирует трудовой, репродуктивный и культурный потенциал общества. Именно поэтому забота о здоровье учащихся является главным приоритетом той части социальной политики государства, которая основными своими направлениями ориентирована на то, чтобы корректно и эффективно сформировать непререкаемую оздоровительную базу, в основе которой должна лежать идеология здорового образа жизни в масштабах всей страны, а также на то, чтобы создать такие условия жизни населения, которые необходимы для успешного выполнения им здоровьесберегающей деятельности, что соответствует новым запросам и потребностям общества и государства в целом.

Введение в действие Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (от 24.03.2014 г. № 172) (далее – комплекс ГТО) обусловило необходимость пересмотра подходов к нормативному, организационному, научному и, что немаловажно, методическому обеспечению осуществляемого в рамках общего образования процесса физического воспитания, в том числе имеющего непосредственное отношение к уровню среднего общего образования. Это привело к тому, что в настоящее время существует достаточное количество принятых и опубликованных правовых и нормативных актов, которые направлены на обеспечение и сопровождение процесса реализации комплекса ГТО в системе общего школьного образования. Так, например, в 2022 г. вступили в силу и начали действовать Федеральные государственные образовательные стандарты (от 12.08.2022 г. № 732) (далее – ФГОС) для начального, основного общего и среднего общего образования, которые установили необходимость обеспечения результатов учебного предмета «Физическая культура», направленного на поддержание и укрепление физического и психического здоровья учащихся, их физического развития и совершенствования, повышения их физической и умственной работоспособности, а также среди прочего – условий для подготовки к выполнению нормативов, заявленных в комплексе ГТО. Необходимо также сказать, что в содержании федеральной образовательной программы среднего общего образования по учебному предмету «Физическая культура» отмечается, что «развивающая направленность определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, повышением его надёжности, защитных и адаптивных свойств», а «предполагаемым результатом данной направленности становится достижение обучающимися оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности, готовности к выполнению нормативных требований комплекса ГТО».

Естественно, что рекомендации и использование указанных документов требуют научного обоснования и методического сопровождения, некоторые подходы к которым пытались обеспечить специалисты, занимающиеся физическим воспитанием юношей, возраст которых не достиг призывного, такие как В.Н. Сосницкий (2000); Р.В. Жур (2001); А.Г. Капустин (2003); Т.Г. Арутюнян (2006); О.С. Калядин (2006); В.Г. Швецов (2006); В.В. Коваль (2008); Ш.А. Шамсутдинов (2008); В.А.

Мезенцев (2012); А.А. Попков (2014), но все указанные авторы публиковали свои работы до введения в практику физического воспитания школьников физкультурно-спортивного комплекса ГТО. Позднее появились работы по обоснованию средств и методов физической подготовки обучающихся общеобразовательных организаций, нацеленных на выполнение обучающимися нормативных требований комплекса ГТО и применимых к нему: В.В. Вавилов (2015); В.А. Уваров (2014-2024); В.В. Бобков, О.В. Булгакова, Е.В. Гинжул (2020); А.А. Бенидзе (2021); С.С. Галанова (2022), однако практически все они были посвящены подготовке к выполнению нормативов, установленных в рамках комплекса ГТО для младших школьников и школьников средних классов.

Всё сказанное выше доказывает актуальность необходимости совершенствования образовательного процесса в рамках физического воспитания юношей, чей возраст относится к допризывному, и обуславливает его необходимость. Целью совершенствования указанного процесса является повышение уровня физической подготовки и физического развития у юношей исследуемой нами возрастной группы (16–17 лет), а также формирование и систематизация у них достаточного общего уровня теоретических знаний по учебному предмету «Физическая культура», которые необходимы для службы в ВС РФ (Вооружённых силах Российской Федерации), для подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения России и обучению в них, а также для выполнения требований комплекса ГТО, утвержденных на государственном уровне, – в отдельности и в совокупности.

Степень научной разработанности проблемы. Изучение состояния проблемы по теме работы показало, что уже продолжительное время активно ведутся педагогические исследования по следующим направлениям: проблемы физического воспитания юношей, не достигших призывного возраста, раскрытые в работах: В.Н. Сосницкий (2000); Р.В. Жур (2001); А.Г. Капустин (2003); Т.Г. Арутюнян (2006); О.С. Калядин (2006); В.Г. Швецов (2006); В.В. Коваль (2008); Ш.А. Шамсутдинов (2008); В.А. Мезенцев (2012); А.А. Попков (2014); особенности физической подготовки обучающихся общеобразовательных организаций для выполнения ими требований комплекса ГТО, установленных на государственном уровне: В.В. Вавилов (2015); В.В. Бобков, О.В. Булгакова, Е.В. Гинжул (2020); А.А. Бенидзе (2021); С.С. Галанова (2022).

В этой связи наиболее актуальным является поиск новых возможностей, реализующих организацию образовательного процесса, направленного на физическое воспитание юношей, чей возраст относится к допризывному, на основе анализа ряда научных разработок по указанной проблематике: А.В. Стафеева (2002); И.Ф. Черкасов (2005); К.В. Чедов (2006); И.А. Гордияш (2009); Т.А. Миронова, Д.В. Фонарев (2012); В.В. Новокрещенов, Н.Г. Соколова (2022); Н.И. Синявский (2023).

Однако исследователями уделяется недостаточное внимание изучению и практической реализации возможностей использования в процессе физического воспитания школьников старших классов элементов системы многофункционального тренинга – кроссфит в совокупности с информационно-коммуникационными технологиями, способствующими формированию у обучающихся теоретических знаний в области физической культуры. Обращение особого внимания на это, по

нашему мнению, могло бы значительно усилить эффект применения стандартных средств и методов физического воспитания и модернизировать их.

Резюмируя сказанное, следует отметить, что в настоящее время в области реализации комплекса ГТО существуют следующие **противоречия**:

– между нормативными требованиями комплекса ГТО и низким уровнем физической подготовленности обучающихся к их выполнению, полученной в результате традиционных подходов к процессу физического воспитания и фрагментарному использованию появившихся в последние годы современных систем функционального тренинга, разработанных с учетом комплексной физической подготовки занимающихся;

– между теми требованиями, которые появились в недавнее время и которые зафиксированы в государственных отраслевых документах, таких как ФГОС, примерная программа и пр., направленных на совершенствование системы физического воспитания в общеобразовательных организациях, а также на реализацию необходимости создания достаточных условий для подготовки учащихся к выполнению нормативов комплекса ГТО, с одной стороны, и недостаточностью уже имеющегося, разработанного ранее программно-методического обеспечения исследуемого нами процесса, с другой.

На основе вышеуказанных противоречий была обозначена **проблема исследования**, которая заключается в поиске наиболее рациональных, доступных и современных подходов, обеспечивающих эффективную организацию занятий по физическому воспитанию, физическому развитию и физической культуре, которые проводятся в учебное время у юношей, возраст которых относится к допризывному, и целью которых является в том числе подготовка учащихся указанной нами возрастной группы (16–17 лет) к выполнению ими нормативных, установленных на государственном уровне требований комплекса ГТО, что делает актуальным решение одной из важнейших научных задач – разработку и научное обоснование экспериментальной методики подготовки юношей с использованием современных средств, методов и форм организации учебных занятий на основе применения элементов многофункционального тренинга – кроссфита.

Все выше сказанное позволило определить тему научного исследования – «Физическое воспитание юношей допризывного возраста в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"».

Гипотеза исследования: существенное улучшение ситуации и повышение эффективности занятий, направленных на физическое воспитание юношей, возраст которых относится к допризывному, может быть обеспечено:

– разработкой модели организации физического воспитания юношей допризывного возраста и внедрением экспериментальной методики подготовки к выполнению ими требований комплекса ГТО, установленных на государственном уровне;

– использованием в процессе физической подготовки обучающихся элементов системы многофункционального тренинга – кроссфита и информационно-коммуникационных технологий, целью которых является формирование у обучающихся теоретических знаний по искомому вопросу – предметной области «Физическая культура».

Объект исследования: процесс физического воспитания юношей допризывного возраста в общеобразовательной организации.

Предмет исследования: содержание и формы организации физического воспитания юношей допризывного возраста на основе реализации ВФСК (ГТО).

Цель исследования: разработать и научно обосновать модель организации физического воспитания и методику подготовки юношей допризывной возрастной группы на основе реализации комплекса ГТО.

Задачи исследования:

1) выявить основные направления и содержание образовательного процесса по физическому воспитанию у юношей допризывного возраста в общеобразовательной организации;

2) разработать модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе общеобразовательной организации;

3) разработать экспериментальную методику подготовки юношей допризывного возраста с использованием функционального тренинга – кроссфит;

4) обосновать эффективность разработанной модели физического воспитания юношей допризывного возраста и экспериментальной методики подготовки к выполнению Государственных требований комплекса ГТО.

Теоретико-методологическую основу исследования составили:

– теория физической культуры (Матвеев Л.П., Зациорский В.М., Платонов В.Н., Курамшин Ю.Ф., Шолых М.) и физического воспитания школьников (Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., Лях В.И., Матвеев А.П., Палехова Е.С.);

– концепции спортивно ориентированного физического воспитания (Бальсевич В.К., Лубышева Л.И., Манжалей И.В.);

– исследования уровней физической подготовленности школьников, проходящих обучение в общеобразовательных организациях, и их готовность к выполнению требований комплекса ГТО, утвержденных на государственном уровне (Галанова С.С., Вавилов В.В., Бенидзе А.А., Бобков В.В., Гинжул Е.В., Булгакова О.В., Серова Т.В., Федосеев А.М.);

– концепции развития физических способностей (Гужаловский А.А., Гуревич И.А., Вейдер Д., Захаров Е.Н., Карасев А.В., Сафонов А.А., Делавье Ф.).

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение данных научной и методической литературы, опрос, педагогическое тестирование, педагогический эксперимент, математико-статистическая обработка результатов исследования.

Информационной базой исследования являются Указ Президента РФ № 172 от 24.03.2014 г., ФЗ № 329 от 04.12.2007 г. (ред. от 29.06.2015 г.), Постановление Правительства РФ № 540 от 11.06.2014 г., требования ФГОС и федеральная программа по физическому воспитанию. Кроме того, были использованы материалы исследований научных журналов, электронных научных изданий, материалы научных конференций и семинаров, посвященные проблемам физического воспитания учащихся допризывного возраста в общеобразовательных организациях.

Положения, выносимые на защиту:

1) совершенствование физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе общеобразовательной организации было осуществлено на основе подготовки к выполнению нормативов комплекса ГТО и на

основе его соответствия требованиям ФГОС среднего общего образования, требующего внедрения современных средств и методов подготовки;

2) модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе общеобразовательной организации поделена на четыре взаимосвязанных блока: *целевой* блок предусматривает совершенствование системы физического воспитания в образовательной организации в соответствии с основополагающими нормативно-правовыми документами, в *содержательном* блоке представлены структурные элементы учебной программы, *реализационный* блок включает в себя содержание экспериментальной методики подготовки юношей допризывного возраста, *результативный* блок определяет эффективность разработанной модели;

3) экспериментальная методика подготовки юношей допризывного возраста с использованием элементов кроссфита для повышения уровня физической подготовленности и информационно-коммуникационных технологий для формирования теоретических знаний по предмету «Физическая культура» в ходе проведенного эксперимента получила подтверждение своей эффективности.

Научная новизна результатов исследования заключается в следующем:

- разработана и апробирована модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе общеобразовательной организации, эта модель включает в себя совокупность компонентов, которые составляют содержание целевого, содержательного, реализационного и результативного блоков;

- определены условия апробации экспериментальной методики подготовки в рамках модели физического воспитания юношей допризывного возраста;

- экспериментально доказана эффективность применения элементов многофункционального тренинга – кроссфита в процессе физической подготовки юношей и информационно-коммуникационных технологий при формировании теоретических знаний по предмету «Физическая культура».

Отличие результатов, полученных автором, от результатов других исследователей состоит в основных подходах к изучаемой проблеме. В исследованиях по физическому воспитанию юношей, чей возраст не относится к призывному, отражены лишь отдельные стороны данной проблемы, не в полной мере охватывающие процесс организации физического теоретического и практического воспитания учащихся старших классов.

В данном диссертационном исследовании была разработана и обоснована модель организации физического воспитания юношей, не достигших призывного возраста, в образовательном процессе общеобразовательной организации, которая позволила осуществить процесс подготовки юношей, возраст которых не является призывным, к выполнению требований комплекса ГТО, являющихся нормативными.

Теоретическая значимость результатов исследования заключается в дополнении теории и методики физического воспитания юношей допризывного возраста научными данными, представляющими собой знания:

- о совершенствовании образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста в общеобразовательных организациях;

– об эффективности использования информационно-коммуникационных технологий в формировании теоретических знаний по предметной области «Физическая культура» согласно требованиям ФГОС;

– о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий учащихся путем формирования знаний по предметной области «Физическая культура» с использованием современных информационных технологий.

Практическая значимость исследования обусловлена следующим:

– разработана модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе общеобразовательной организации на основе реализации Всероссийского физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне»;

– разработана экспериментальная методика подготовки юношей допризывного возраста, повышающая уровень физической подготовленности к выполнению государственных требований комплекса (ГТО) и теоретических знаний по предметной области «Физическая культура» согласно предъявляемым требованиям ФГОС;

– выявлены и достигнуты такие результаты исследовательской работы, которые станут основой для дальнейшего совершенствования физического воспитания в общеобразовательных организациях РФ с учетом рационально использованных образовательных программ и времени учебных занятий;

– получены результаты, которые могут быть использованы специалистами в области преподавания физической культуры в общеобразовательных организациях.

Достоверность и обоснованность выводов и результатов исследования обеспечена применением современных методов исследования, соответствующих цели, объекту, предмету, задачам экспериментальной работы, участием в ней испытуемых экспериментальной и контрольной групп, корректной и точной математико-статистической обработкой полученных экспериментальных данных.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные практические и научные результаты представлены на конференциях различных уровней – как на Всероссийских, так и на Международных практических конференциях (с 2014 по 2023 гг.).

Результаты исследований внедрены в практику следующих образовательных организаций г. Ижевска: МБОУ «Гуманитарно-юридический лицей № 86»; МБОУ «Социально-экономический лицей № 45»; МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 31», а также МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 1» в г. Чайковском.

Основные положения и результаты диссертационного исследования представлены на международных (Чебоксары (2014); Челябинск (2015)) и всероссийских (Екатеринбург (2014); Киров (2016); Ижевск (2016, 2017, 2018, 2019); Сочи (2017); Казань (2018); Санкт-Петербург (2022)) научно-практических конференциях.

По теме диссертационного исследования было опубликовано 16 научных работ, общим объемом – 8,85 п.л. (лично автором – 6,65 п.л.); из них 5 статей, входящих в актуальный на данный момент перечень рецензируемых научных изданий, рекомендованных ВАК РФ, общий объем – 3,3 п.л. (лично автором – 2,2 п.л.); в

статьях других журналов, сборниках научных трудов, материалах конференций – 11 статей, общий объем – 5,55 п.л. (лично автором – 4,45 п.л.).

Структура и объем диссертации. Диссертационная работа состоит из введения, четырех глав, заключения, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Содержание работы изложено на 146 страницах, работа включает 8 таблиц и 28 рисунков. Список литературы состоит из 149 источников, из них 11 источников – это работы, опубликованные на иностранных языках.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обоснована актуальность темы, представлен анализ состояния научной разработанности проблемы исследования, сформулированы цель, объект, предмет, задачи, гипотеза, охарактеризованы методы и этапы исследования, раскрыта научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы, сформулированы положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Теоретический анализ и обобщение научно-методической литературы по теме исследования» представлен подробный аналитический материал по теме исследования, систематизированы основные формы и методы физического воспитания в общеобразовательных организациях на современном этапе, выявлены недостатки его организации, снижающие двигательную активность и заинтересованность учащихся в физическом самосовершенствовании.

Таким образом, актуальным является совершенствование физического воспитания обучающихся в образовательном процессе общеобразовательной организации с целью повышения уровня физической подготовленности и формированию общего уровня знаний по предметной области «Физическая культура», необходимых для выполнения нормативных требований комплекса ГТО.

Вторая глава «Методы и организация исследования» включает научно-теоретический и методологический аппарат исследования. Дана характеристика каждому этапу научного исследования:

1 этап (2014–2015 гг.): была изучена и проанализирована нормативная база; осуществлен детальный и содержательный анализ специальной научной и методической литературы по теме представленного исследования; рассмотрены вопросы организации образовательного процесса в общеобразовательной организации; сформулированы объект, предмет, цель, задачи и гипотеза исследования;

2 этап (2015–2016 гг.): были выбраны образовательные организации для проведения педагогического эксперимента; осуществлен опрос учителей, проводивших занятия по физической культуре, который содержал вопросы о состоянии внедрения и продвижения комплекса ГТО в системе общего школьного среднего образования, реализующегося в Удмуртской Республике; разработана модель организации физического развития и воспитания юношей, не достигших призывного возраста, в образовательном процессе общеобразовательной организации и экспериментальная методика подготовки; сформированы контрольная и экспериментальная группы учащихся, участвовавших в эксперименте;

3 этап (2016–2017 гг.): был определен исходный уровень физической подготовленности юношей, возраст которых не является призывным, на соответствие знакам отличия комплекса ГТО и оценены их теоретические знания по учебному

курсу «Физическая культура»; реализована модель организации физического воспитания юношей, чей возраст не достиг призывного, и экспериментальная методика подготовки (педагогическом эксперименте было задействовано 60 юношей, чей возраст не является призывным);

4 этап (2017–2021 гг.): была осуществлена проверка эффективности модели организации физического воспитания юношей, которые не достигли призывного возраста; проведены статистическая обработка и анализ результатов педагогического эксперимента; оформлено диссертационное исследование; сформулированы основные выводы; разработаны практические рекомендации; опубликованы статьи в журналах, рецензируемых ВАК.

В третьей главе «Разработка модели физического воспитания юношей допризывного возраста и экспериментальной методики подготовки» была проведена следующая работа.

В первый параграф вошла обработка результатов, полученных в ходе опроса учителей физической культуры, на основании которых нами была проведена оценка процесса организации комплекса ГТО в общеобразовательных организациях, выявлены сдерживающие факторы реализации комплекса и дана оценка активности обучающихся в отношении выполнения комплекса ГТО.

В ходе проявленного нами интереса к личному мнению учителей физической культуры была выявлена реальная картина реализации комплекса ГТО в общеобразовательных организациях г. Ижевска. Большинство учителей, их число составило 94,6 %, положительно оценивают идею возрождения комплекса ГТО, результаты опроса представлены на рисунке 1.

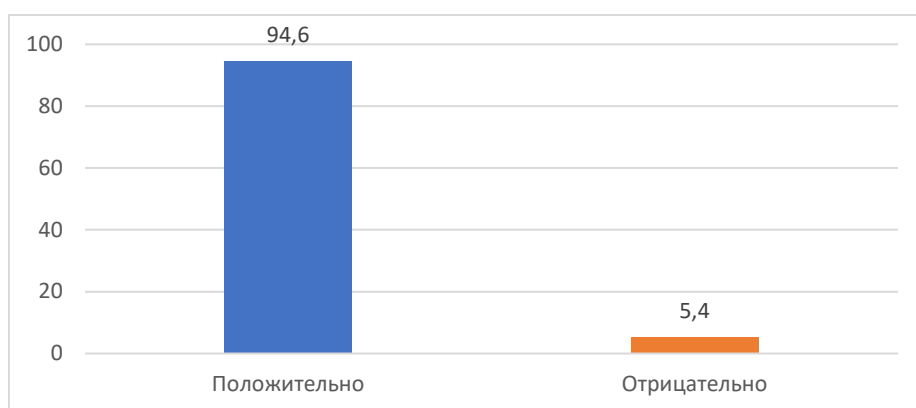


Рисунок 1. Результаты опроса об оценке идеи возрождения современного Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»

На вопрос о факторах, препятствующих реализации комплекса ГТО, 30,6 % респондентов отметило низкую мотивацию у обучающихся к получению знака отличия; 20,2 % респондентов указало на высокую нагрузку учителей, связанную с необходимостью выполнять документальную работу; ещё 18,1 % учителей отметило отсутствие четкого взаимодействия общеобразовательных организаций с центрами тестирования ГТО. Одинаковое количество респондентов отметило отсутствие свободного времени у обучающихся, их количество составило 15,9 %, и

интереса у администрации общеобразовательной организации, их количество составило 15,2 %, таблица 1.

Таблица 1. Факторы, препятствующие реализации комплекса ГТО

№	Укажите факторы, препятствующие реализации комплекса ГТО в системе общеобразовательных организаций	%
1	Отсутствие свободного времени у обучающихся	15,9
2	Отсутствие взаимодействия общеобразовательной организации с центрами тестирования ГТО	18,1
3	Высокая нагрузка на учителей, связанная с документальной работой	20,2
4	Отсутствие мотивации у обучающихся к получению знака отличия	30,6
5	Отсутствие интереса у администрации общеобразовательной организации	15,2

Интересуясь формами организации занятий, направленных на подготовку обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО, большинство респондентов, их число составило 56,9 %, отметило, что основной формой физической подготовки являются в первую очередь учебные занятия, приводящиеся по предмету «Физическая культура». Ещё 30,5 % опрошенных отметило, что ими используются обе формы организации занятий, и только 2,6 % интервьюируемых указало, что используют внеурочные формы занятий, результаты представлены на рисунке 2.

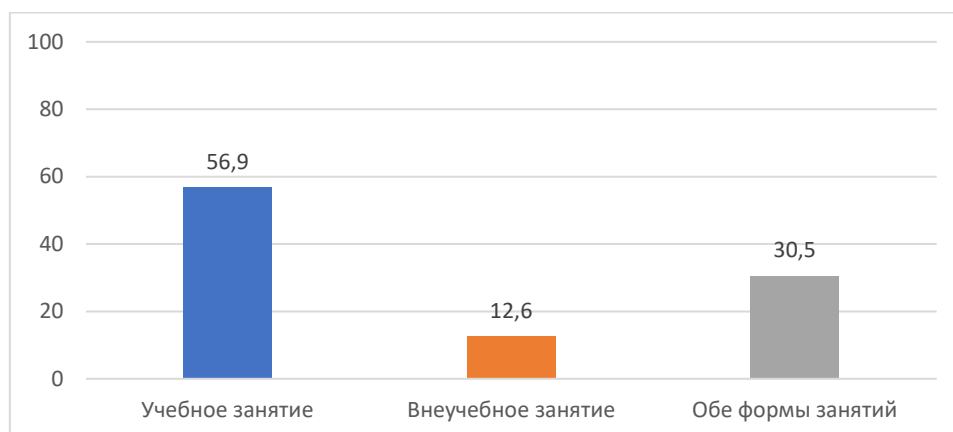


Рисунок 2. Результаты ответов об организационных формах подготовки обучающихся к выполнению нормативов комплекса ГТО

Интересуясь активностью обучающихся к выполнению государственных требований комплекса ГТО, мы попросили экспертов оценить данную активность по десятибалльной шкале – у младшего школьного возраста (1–4 классы), у среднего школьного возраста (5–9 классы) и у старшего школьного возраста (10–11 классы), рисунок 3.

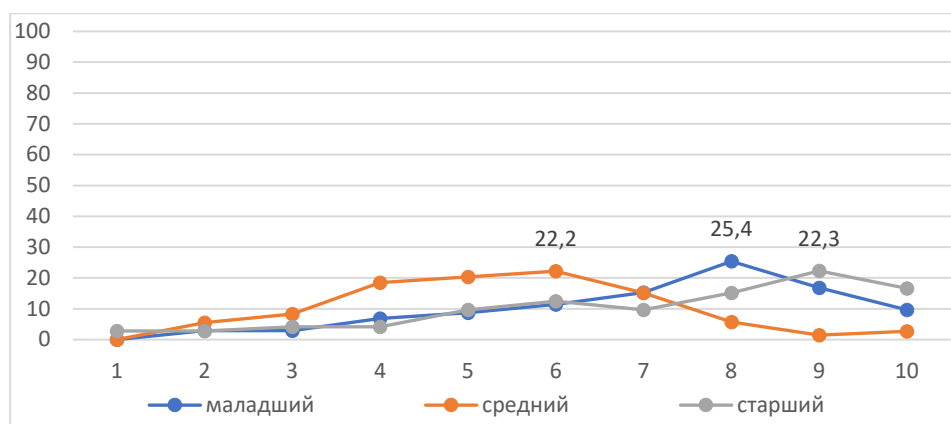


Рисунок 3. Активность выполнения нормативов ГТО школьниками младшего, среднего и старшего школьного возраста

Анализ полученных данных показал, что 25,4 % респондентов оценило наибольшую активность выполнения нормативов комплекса ГТО обучающимися школьниками младшего возраста на 8 баллов из десятибалльной шкалы, 2,9 % респондентов оценило наименьшую активность обучающихся на 2 и 3 балла.

В среднем школьном возрасте активность обучающихся снижается: 22,2 % респондентов оценило наибольшую активность обучающихся к выполнению требований комплекса ГТО на 6 баллов, а 5,5 % оценило наименьшую активность обучающихся на 2 балла.

Анализируя результаты активности обучающихся старшего школьного возраста к выполнению требований комплекса ГТО, 22,3 % респондентов оценило наибольшую активность обучающихся на 9 баллов, а 2,8 % респондентов оценило наименьшую активность обучающихся на 1 и 2 балла.

Во втором параграфе представлены результаты физической подготовленности юношей контрольной группы (далее – КГ) и экспериментальной группы (далее – ЭГ), полученные в начале эксперимента, таблица 2.

Таблица 2. Физическая подготовленность юношей (16–17 лет) КГ и ЭГ в начале эксперимента

Контрольная группа (n-29)	Экспериментальная группа (n-31)	t _{фактич.}	t _{критич.}	p
Обязательные испытания (тесты)				
1) бег на 100 метров				
14,2±0,15	14,3±0,14	0,58	2,04	>0.05
2) бег на 3000 м				
842,4±0,23	846,0±0,14	0,22	2,04	>0.05
3) потягивание на высокой перекладине				
8,0±0,88	8,0±0,65	0,4	2,04	>0.05
4) наклон из положения стоя				
10,9±1,88	11,3±1,58	0,3	2,04	>0.05
Испытания по выбору				
5) прыжок в длину с места				
224,5±2,46	219,2±2,56	1,5	2,04	>0.05
6) поднимание туловища из положения лежа на спине				
49,0±1,40	48,0±1,09	0,82	2,04	>0.05

Из показателей, содержащихся в таблице, видно, что в обязательных видах испытаний результаты, показанные обучающимися КГ и ЭГ, в начале эксперимента одинаковы. Межгрупповые достоверные различия нами не выявлены, погрешность составляет ($p > 0,05$). Аналогичная ситуация наблюдается в тестовых испытаниях по выбору, где результаты, показанные юношами, чей возраст не достиг призывного, – участниками эксперимента, входящими в экспериментальную и контрольную группы, также одинаковы при ($p > 0,05$).

В результате проверки теоретических знаний по предмету «Физическая культура» количество правильных ответов у юношей обеих групп находится на одном уровне в КГ – 45 %, в ЭГ – 46,4 %, рисунок 4.

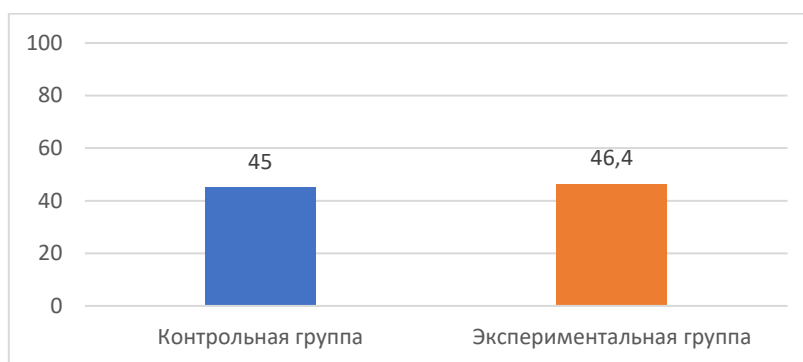


Рисунок 4. Уровень теоретических знаний участников КГ и ЭГ в начале эксперимента

На основании данных, полученных нами в ходе проведения констатирующего этапа педагогического эксперимента, мы можем говорить о том, что в настоящее время требуется осуществление серьезной работы по созданию модели организации физического воспитания юношей допризывного возраста и экспериментальной методики подготовки, направленной на повышение уровня теоретических знаний и физической подготовленности обучающихся.

В третьем параграфе представлена разработанная нами модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста в образовательном процессе, включающая в себя четыре блока: *целевой, содержательный, реализационный* и *результативный*, рисунок 5.

Целевой блок является первым из рассматриваемых нами. В качестве основополагающего документа он включается в себя Постановление Правительства Российской Федерации от 11.06.2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне"», определяющее цель и задачи комплекса.

Основной целью комплекса является повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, в воспитании патриотизма и в обеспечении преемственности в осуществлении физического воспитания населения.

В соответствии с целью комплекс предусматривает ряд задач, одной из которых является совершенствование системы физического воспитания в общеобразовательных организациях, что и легло в основу разработки модели.

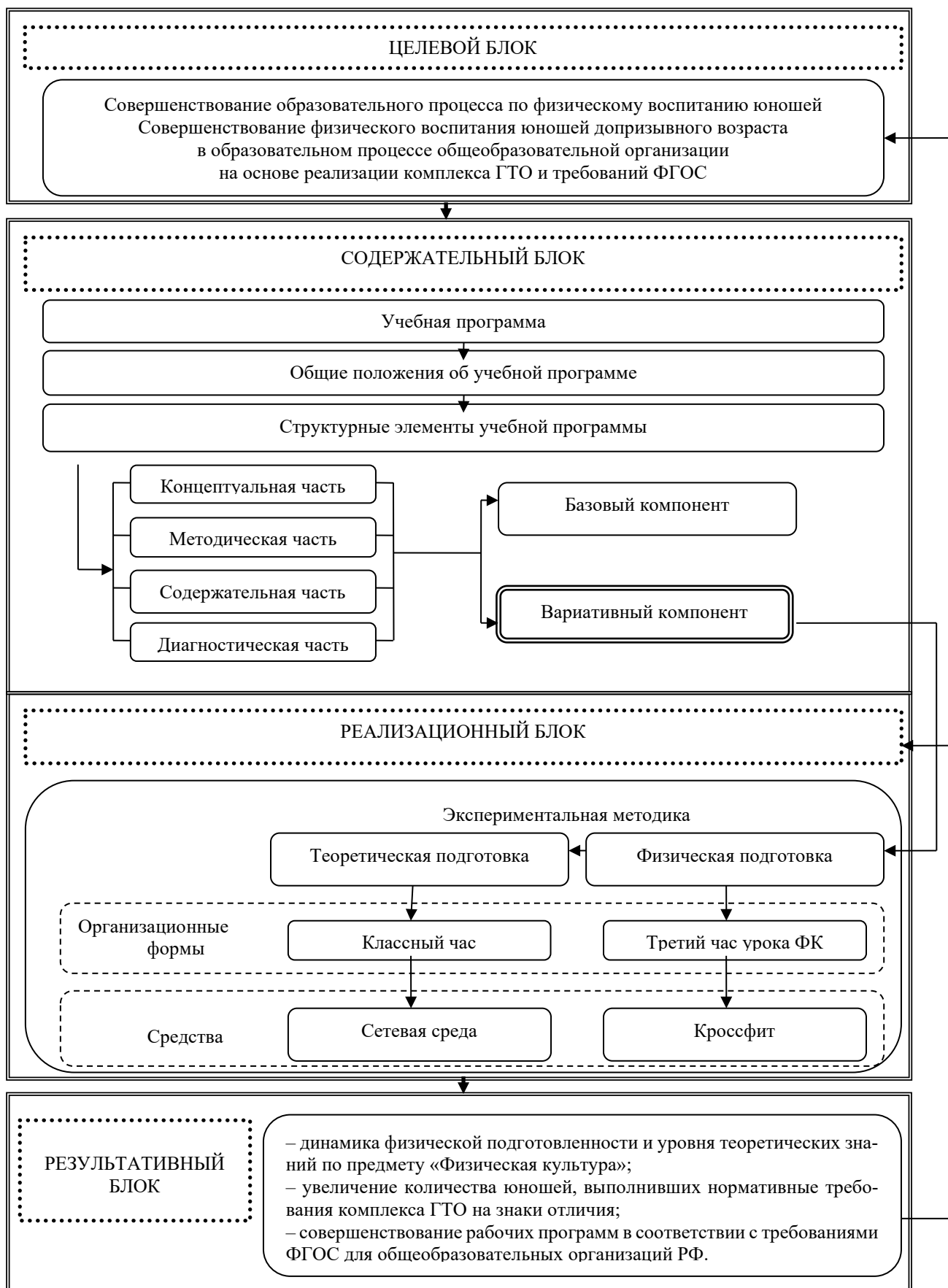


Рисунок 5. Модель организации физического воспитания юношей допризывного возраста (16–17 лет) в образовательном процессе

Содержательный блок является вторым блоком. Он рассматривает общие положения учебной программы и ее структурные элементы, с помощью которых осуществлялась реализация экспериментальной методики подготовки.

Реализационный блок включает в себя содержание экспериментальной методики подготовки юношей допризывного возраста, которая представлена в третьем параграфе.

Результативный блок определяет эффективность экспериментальной методики подготовки юношей, чей возраст не достиг призывного, которая представляется следующими показателями:

- динамикой физической подготовленности юношей допризывного возраста, определяющейся в соответствии с Приказом Министерства обороны РФ от 31 июля 2013 г. № 560 «Об утверждении наставлений по физической подготовке в Вооруженных силах РФ»;

- повышением уровня теоретических и практических знаний у юношей допризывного возраста по предметной области «Физическая культура» о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием информационных технологий, определяющихся Указом Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне (ГТО)» и Постановлением Правительства РФ от 11 июня 2014 г. № 540;

- увеличением доли обучающихся, систематически занимающихся физической культурой и спортом, что выполняет требования Указа Президента РФ от 07.05.2018 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года» и «Стратегии развития физической культуры и спорта на период актуализация мотивов до 2030 г.» от 24 ноября 2020 г. № 3081-р, утвержденной Председателем Правительства М. Мишустиным;

- увеличением количества юношей, выполнивших испытания комплекса ГТО на знаки отличия в рамках «Федерального проекта "СПОРТ – норма жизни"», входящего в «Национальный проект "Здравоохранение"» и «Национальный проект "Демография"».

Все эти показатели связаны друг с другом причинно-следственными отношениями и в совокупности своей позволяют правильно оценить результаты проведенного эксперимента и эффективность экспериментальной программы, особенно если учитывать долгосрочную перспективу действия указанного выше федерального проекта и упомянутых национальных программ.

Основными **педагогическими условиями** реализации разработанной нами модели являются:

- актуализация мотивов, основанных на познавательных потребностях и интересах, систематических занятиях физической культурой и перспективно-побуждающих мотивах самосовершенствования, основанных на понимании значимости освоения учебного предмета и выполнения государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

- опора на общие дидактические основы учебно-воспитательного процесса в общеобразовательной организации, на базовые принципы, средства, методы и формы организации физического воспитания и самосовершенствования с учетом

особенностей физического развития и физических возможностей подростков, а также материально-технической базы образовательной организации».

В четвертом параграфе рассматривается содержание экспериментальной методики подготовки юношей допризывного возраста, состоящей из двух разделов – *теоретическая* и *физическая* подготовка, предусматривающих методику организации и проведение учебных занятий.

Теоретическая подготовка

В ходе педагогического эксперимента с юношами ЭГ проводились занятия по формированию теоретических знаний по предмету «Физическая культура» в условиях проведения классного часа с использованием сетевой среды, рисунок 6.



Рисунок 6. Сетевая среда учебного процесса

Обучающий материал теоретической подготовки был составлен с учетом и при соблюдении требований Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования от 17.05.2012 г. № 413.

Для оценки уровня знаний учащихся в начале и в конце эксперимента использовалась мультимедийная контролирующая программа, разработанная в Удмуртском государственном университете, руководителями которой являются доктор педагогических наук, профессор П.К. Петров, доктор педагогических наук, профессор В.В. Новокрещенов, кандидат технических наук, доцент Э.Р. Ахмедзянов. Программа прошла апробацию на Всероссийском фестивале «Готов к труду и обороне» в г. Белгороде (2015 г.) и в г. Владимире (2016 г.).

Физическая подготовка

Физическая подготовка юношей экспериментальной группы осуществлялась в рамках третьего часа урока физической культуры в школе.

Каждый тренировочный комплекс включал в себя 8–10 упражнений, состоявших из 2–3 упражнений, взятых из каждого типа нагрузки – G, W, M. Продолжительность выполнения каждого упражнения – 40–60 секунд, на отдых и переход к следующему упражнению выделялось 10–15 секунд. Количество серий – 3, отдых после каждой серии – 2–3 минуты.

- Тип нагрузки «G» – упражнения с собственным весом (калистеника):
 - сгибание, разгибание рук в упоре лежа (классические, с опорой);
 - подтягивания;
 - отжимания на брусьях;

- упражнения на пресс (статические и динамические упражнения);
- упражнения с многофункциональными петлями TRX;
- приседания / болгарские выпады (по 30 сек. на каждую ногу);
- тяга Кинга (с собственным весом тела).

- Тип нагрузки «W» – упражнения из силовых видов спорта:

- жим (гантели по 10/12,5/15 кг или штанги – «гриф» 20 кг + съемные металлические диски по 5/10 кг) на горизонтальной наклонной скамье;
- становая тяга (гантели по 12,5/15 кг или гири по 16 кг);
- жим гантелей сидя, стоя (гантели по 3–5 кг);
- «шраги» с гантелями (гантели по 10/12,5/15 кг);
- приседания с гирей «гоблет» (гири 16 кг).

- Тип нагрузки «M» – упражнения с кардионагрузкой:

- прыжки на скакалке (двойные);
- «берби» (различные варианты);
- челночный бег (5x10 и 10x10);
- прыжки на или через «короб».

Построение комплексов упражнений кроссфита для учебных занятий было осуществлено нами с учетом следующих критериев:

- универсальность – критерий, характеризующий физические упражнения, которые подходят для всех занимающихся; это такой критерий, который подразумевает обязательность выполнения физических упражнений всеми участниками эксперимента в равном объеме;

- индивидуальность – критерий, использующийся с учетом индивидуального уровня физической подготовленности каждого занимающегося и функциональных особенностей его организма; это такой критерий, который подразумевает выполнение физических упражнений участниками эксперимента в неравном объеме;

- вариативность – критерий, позволяющий выполнять разнообразие комплексов упражнений, направленных на реализацию как общей, так и индивидуальной физической подготовки учащихся;

- доступность – критерий, позволяющий выполнять общеобразовательные стандарты, являющиеся обязательными для всех обучающихся и заложенные в нормативных актах, а также строить учебные занятия, предусматривающие использование уже сформированных у школьников теоретических и практических знаний, двигательных умений и навыков.

В заключительной части занятия была направленность на развитие у учащихся гибкости, которая вырабатывается во время выполнения упражнений на растягивание, прежде всего *динамических* (пружинистые, маховые и т.п.) и *статических* упражнений.

В четвертой главе «Результаты обоснования эффективности модели физического воспитания юношей допризывного возраста и экспериментальной методики подготовки» представлена динамика и сравнительный анализ результатов педагогического эксперимента.

Итоговое выполнение нормативных требований комплекса ГТО осуществлялось в конце учебного года. Результаты педагогического эксперимента представлены в таблице 3.

Таблица 3. Динамика физической подготовленности юношей (16–17 лет) КГ и ЭГ в начале и конце эксперимента (n-60)

Этап эксперимента	Контрольная группа (n-29)	Экспериментальная группа (n-31)	t _{фактич.}	t _{критич.}	p
Обязательные испытания					
1) бег на 100 м					
начало	14,2±0,15	14,3±0,14	0,58	2,04	> 0,05
конец	14,1±0,15	13,7±0,11	2,3	2,04	< 0,05
2) бег на 3000 м					
начало	842,4±0,23	846,0±0,14	0,22	2,04	> 0,05
конец	792,0±0,21	754,8±0,14	2,5	2,04	< 0,05
3) подтягивание из виса на высокой перекладине					
начало	8,2±0,88	7,8±0,65	0,4	2,04	> 0,05
конец	9,1±0,94	11,9±0,78	2,3	2,04	< 0,05
4) наклон из положения стоя					
начало	10,9±1,88	11,3±1,58	0,3	2,04	> 0,05
конец	11,8±1,26	14,4±1,36	2,1	2,04	< 0,05
Испытания по выбору					
5) прыжок в длину с места толчком двумя ногами					
начало	224,5±2,46	219,2±2,56	1,5	2,04	> 0,05
конец	228,3±2,01	235,5±1,89	2,6	2,04	< 0,05
6) понимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.)					
начало	49,1±1,40	47,7±1,09	0,82	2,04	> 0,05
конец	55,9±1,30	60,8±1,27	2,8	2,04	< 0,05

Анализ результатов тестирования показал, что произошло достоверное улучшение всех изучаемых показателей как в контрольной, так и в экспериментальной группе. Однако наиболее существенные изменения произошли в ЭГ.

Результат испытания «бег на 100 м»: в КГ показатель изменился не существенно, что соответствует уровню серебряного знака отличия, в ЭГ результат улучшился на 4,1 % и стал соответствовать золотому знаку отличия.

Показатель испытания на выносливость «бег на 3000 м»: уровень выносливости повысился в КГ на 5,9 % и остался соответствовать уровню серебряного знака отличия, в ЭГ он улучшился на 10,8 % и стал соответствовать золотому знаку отличия.

В испытании «подтягивание из виса на высокой перекладине» наблюдается достоверное улучшение результатов при ($p < 0,05$): в КГ прирост составил 10,9 %, что осталось соответствовать бронзовому знаку отличия, в ЭГ результат улучшился до 52,5% и достиг уровня серебряного знака отличия.

В испытании на гибкость «наклон вперед из положения стоя» выявлены достоверные изменения в обеих группах при ($p < 0,05$): у юношей КГ – 0,9 см, это улучшение на 8,2 %, что соответствует уровню серебряного знака отличия, а в ЭГ юноши улучшили результат до уровня золотого знака отличия на 3,1 см, результат улучшился на 27,4 %.

В испытании «прыжок в длину с места толчком двумя ногами» юноши КГ и ЭГ выполнили испытание на серебряный знак отличия, в конце педагогического

эксперимента юноши КГ улучшили свой результат на 1,6 %, что соответствует уровню серебряного знака отличия; юноши ЭГ улучшили свой результат на 7,4 % и повысили его до уровня золотого знака отличия.

В испытании «поднимание туловища из положения лежа на спине» количество раз за 1 минуту обе группы улучшили результат до уровня золотого знака отличия: в КГ – на 13,8 %, в ЭГ – на 28,0%, изменения в обеих группах носили достоверный характер при ($p < 0,05$).

На рисунке 7 представлена динамика уровня теоретических знаний по предмету «Физическая культура» среди юношей допризывного возраста КГ и ЭГ.

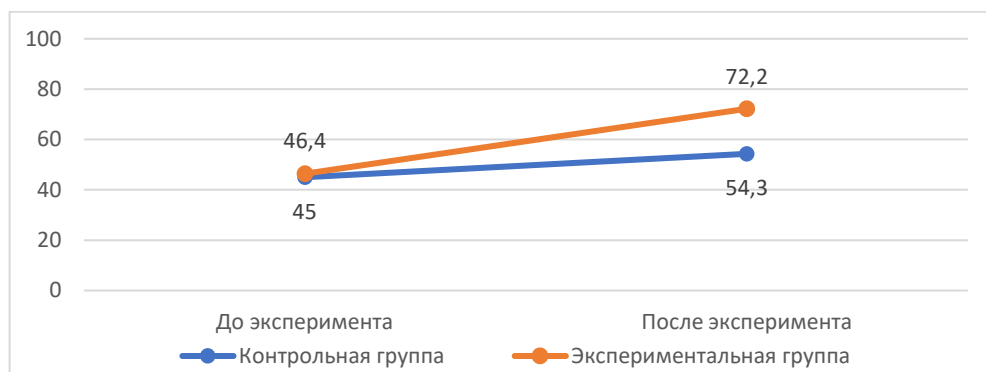


Рисунок 7. Динамика уровня теоретических знаний КГ и ЭГ в начале и конце эксперимента

В начале педагогического эксперимента результаты обеих групп одинаковы: среднее значение правильных ответов составило в КГ – 45,0 %, в ЭГ – 46,4 %. В конце педагогического эксперимента динамика уровня теоретических знаний произошла в обеих группах: среднее значение количества правильных ответов в ЭГ достигло 72,2 %, что значительно выше, чем в КГ, где результат составил 54,3 %.

На рисунке 8 представлена динамика количества юношей КГ и ЭГ, выполнивших нормативные требования комплекса ГТО на знаки отличия, в начале и конце педагогического эксперимента.

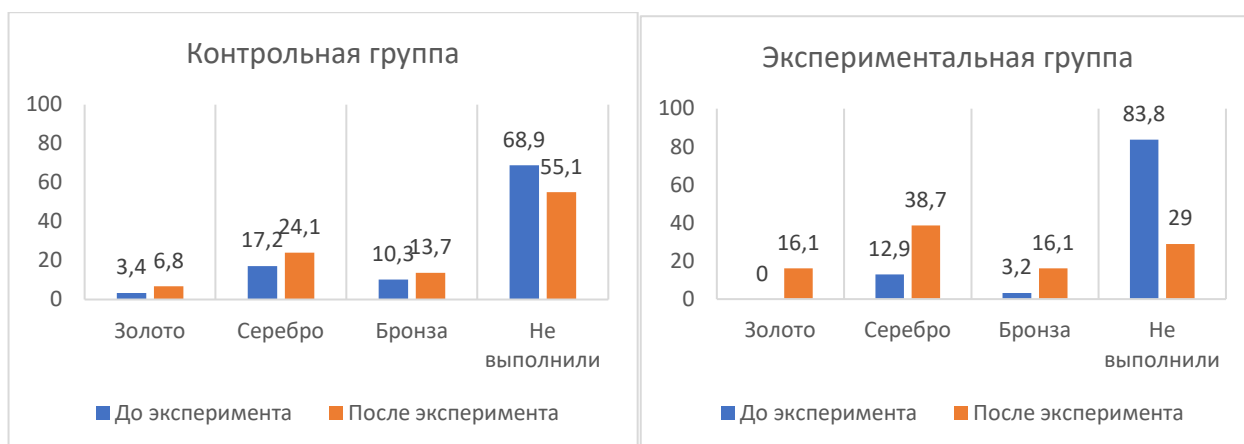


Рисунок 8. Динамика количества юношей (16–17 лет) КГ и ЭГ, выполнивших испытания комплекса ГТО на знак отличия, в начале и конце эксперимента

Динамика юношей, выполнивших виды испытаний на знаки отличия, показала, что в начале педагогического эксперимента на золотой знак отличия способно выполнить все виды испытаний в КГ 3,4 % юношей, в ЭГ – 0. На серебряный знак отличия в КГ выполнило 17,2 % юношей, в ЭГ – 12,9 %. На бронзовый: в КГ – 10,3 %, в ЭГ – 3,2 %. Зафиксировано большое количество испытуемых, не выполнивших нормативные требования комплекса ГТО: в КГ – 68,9 % юношей, в ЭГ – 83,8 %.

В конце педагогического эксперимента динамика количества испытуемых, выполнивших нормативные требования, произошла в обеих группах: на золотой знак в КГ выполнило 6,8 % юношей, в ЭГ – 16,1%, на серебряный знак отличия в КГ выполнило 24,1 %, в ЭГ – 38,7 %, на бронзовый знак отличия в КГ выполнило 13,7 %, ЭГ – 16,1 %. Количество не выполнивших нормативные требования сократилось в КГ на 13,8 % (снизилось до 55,1 %), в ЭГ – на 54,8 % (упало до 29,0 %).

Проанализировав результаты, полученные в конце педагогического эксперимента, мы пришли к выводу, что у юношей допризывного возраста экспериментальной группы произошли более существенные изменения показателей физической и теоретической подготовленности по сравнению с юношами контрольной группы.

При выявлении достоверности межгрупповых различий у юношей экспериментальной группы произошло достоверное улучшение результатов при $p < 0,05$ по всем видам испытаний, наиболее существенный прирост результатов физической подготовленности юноши экспериментальной группы показали в испытаниях, связанных с проявлением силовых способностей: в испытании «подтягивание из виса на высокой перекладине» прирост составил 50,0 %, в испытании «наклон вперед и положения стоя» – 27,4 %, в испытании «поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин.)» – 27,0 %.

Увеличилось количество юношей, выполнивших нормативные требования комплекса (ГТО) пятой ступени на знаки отличия: в контрольной группе прирост составил 13,8 %, а в экспериментальной группе – 54,8 %.

Наблюдалась положительная динамика в повышении уровня теоретической подготовленности юношей допризывного возраста: в контрольной группе прирост составил 9,3 %, в экспериментальной – 25,8 %.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

По результатам исследования были сделаны следующие выводы:

1. Теоретический анализ, изучение нормативно-правовых документов и обобщение практического опыта показали, что в настоящее время традиционные формы проведения учебных занятий по физической культуре в общеобразовательных организациях не всегда в полной мере решают проблемы подготовки юношей допризывного возраста к выполнению нормативных требований комплекса ГТО.

Была выявлена и установлена необходимость совершенствования процесса физического воспитания обучающихся старших классов общеобразовательных организаций, базирующегося на основе реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».

2. Разработанная модель организации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста позволила планомерно реализовать экспериментальную методику подготовки юношей допризывного возраста к выполнению нормативных требований комплекса ГТО как условия физического воспитания в общеобразовательной организации.

3. Разработана и апробирована экспериментальная методика подготовки юношей допризывного возраста к выполнению нормативных требований комплекса ГТО, включающая в себя метод многофункционального тренинга в процессе физической подготовки и информационно-коммуникационные технологии при формировании теоретических знаний по предметной области «Физическая культура» в условиях сетевой среды.

4. Результаты педагогического эксперимента показали эффективность модели организации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста, которая обеспечила существенное усиление содержания и организацию процесса, позволив повысить уровень физической подготовленности юношей ЭГ, о чем свидетельствует достоверная динамика результатов от исходного уровня и значимые их отличия по сравнению с КГ (при $p < 0,05$) в таких тестах, как: бег на 100 м (с) – на 4,1 %; бег на 3000 м (с) – на 10,8 %; подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) – на 52,2 %; наклон вперед из положения стоя (от уровня скамьи, см) – на 27,4 %; прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) – на 7,4 %; поднимание туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин.) – на 28,0 %, и значительно увеличить уровень теоретических знаний по предметной области «Физическая культура»: у юношей ЭГ – на 25,8 %, тогда как у юношей КГ – на 9,3%.

Динамика физической подготовленности юношей допризывного возраста способствовала увеличению количества юношей, выполнивших нормативные требования Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» на знаки отличия: в КГ на золотой знак выполнили 6,8 %, в ЭГ – 16,1 %; на серебряный знак отличия в КГ выполнили 24,1 %, в ЭГ – 38,7 % юношей, на бронзовый знак отличия выполнили в КГ 13,7 %, в ЭГ – 16,1 % юношей.

Количество не выполнивших нормативные требования комплекса ГТО уменьшилось в КГ на 13,8 % (с 68,9 % до 55,1 %) юношей, в ЭГ – на 54,8 % (с 83,8 % до 29,0 %).

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В целях повышения эффективности образовательного процесса в общеобразовательной организации по предметной области физическая культура и п. 6.4.1.1 Приказа Минобразования России от 16.07.2002 г. № 2715/227/166/191 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации» рекомендуем использовать разработанную модель организации образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста.

2. Тестирование осуществлять в порядке, установленном приказом Минспорта России от 28.01.2016 г. № 54 «Об утверждении Порядка организации и проведения тестирования по выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"».

3. Для повышения уровня физической подготовленности юношей допризывного возраста к выполнению государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» рекомендуем использовать практическую часть экспериментальной методики подготовки на основе элементов многофункционального тренинга – кроссфита.

Объем и интенсивность упражнений необходимо варьировать в зависимости от уровня физической подготовленности и индивидуальных особенностей обучающихся.

4. В соответствии с п. 16 Положения ВФСК (ГТО) рекомендуется предусматривать минимальный объем различных видов двигательной деятельности, необходимый для самостоятельной подготовки к выполнению нормативов испытаний (тестов), развития физических качеств, сохранения и укрепления здоровья. Рекомендуется в образовательном процессе проводить учебные занятия по формированию теоретических знаний по предметной области физическая культура.

Список работ, опубликованных по теме диссертационной работы:

Научные работы, опубликованные в рецензируемых журналах и изданиях, рекомендованных ВАК

1. Райзих А.А. Анализ физической и теоретической подготовленности допризывной молодежи 16–17 лет на соответствие нормативным требованиям всероссийского физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне» / П.К. Петров, А.А. Райзих, Э.Р. Ахмедзянов // *Современные проблемы науки и образования.* – 2015. – № 4. – 243с. (0,3 п.л./0,9 п.л.)

2. Райзих А.А. Моделирование физического воспитания юношей допризывного возраста в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» / А.А. Райзих, П.К. Петров // *Вестник Удмуртского университета, Серия «Философия. Психология. Педагогика».* – 2016. – Т. 26. – вып. 4. – С. 134–139. (0,35 п.л./0,7 п.л.)

3. Райзих А.А. Эффективность модели физического воспитания допризывной молодежи по выполнению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» / А.А. Райзих, П.К. Петров // *Теория и практика физической культуры.* – 2017. – №1. – С. 47–49. (0,2 п.л./0,35 п.л.)

4. Райзих А.А. Физическое воспитание юношей допризывного возраста в условиях реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / А.А. Райзих // *Научно-теоретический журнал «Наука и спорт: современные тенденции».* – 2018. – №4(21). – С. 102–108. (0,9 п.л.)

5. Райзих А.А. Модернизация образовательного процесса по физическому воспитанию юношей допризывного возраста в условиях реализации

комплекса (ГТО) / А.А. Райзих // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2023. – №5. – С.44–46. (0,45 п.л.)

Статьи, опубликованные в других рецензируемых журналах, сборниках научных трудов и материалах конференций:

6. Райзих А.А. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: проблемы и пути реализации / А.А. Райзих, Н.Б. Райзих // История, состояние и перспективы развития олимпийского движения, физической культуры и спорта: материалы XXVI Всеуральской Олимпийской научной сессии молодых ученых и студентов «Олимпизм, олимпийское движение, Олимпийские игры (история и современность)». – Екатеринбург, 2014 – С. 232–235. (0,25 п.л./0,45 п.л.)

7. Райзих А.А. Анализ результатов физической подготовленности допризывной молодежи 16–17 лет на соответствие нормативным требованиям Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса (ГТО) / А.А. Райзих // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: Международная научно-практическая конференция. – Чебоксары, 2014 – С. 145–148. (0,45 п.л.)

8. Райзих А.А. Физическое воспитание допризывной молодежи: современные требования Российской армии и Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» А.А. Райзих // Научно-методическое обеспечение и сопровождение системы физического воспитания и спортивной подготовки в контексте внедрения комплекса ГТО: материалы международной научно-практической конференции (26–27 ноября 2015 года) / под общ. ред. В.В. Эрлиха, А.П. Исаева, А.И. Федорова. – Челябинск: Издательский центр ЮУрГУ, 2015. – С. 440–445. (0,45 п.л.)

9. Райзих А.А. Программа подготовки юношей допризывного возраста к выполнению государственных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО / А.А. Райзих // Возрождение Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО: проблемы, опыт, перспективы: сборник научно-методических статей по итогам Всероссийской научно-практической конференции с международным участием / под ред. А. Г. Капустина, О. В. Анфилатовой. – Киров: Изд-во ВятГГУ, 2016. – С. 103–106 (0,45 п.л.)

10. Райзих А.А. Реализация Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГТО» в общеобразовательных школах г. Ижевска / А.А. Райзих // Совершенствование системы профессионального физкультурного образования и повышение квалификации специалистов по физической культуре и спорту в рамках реализации федеральной целевой программы развития образования на 2016–2020 годы: Материалы Всероссийской научно-практической конференции 19–21 октября 2016 года, посвященной 85-летию Удмуртского государственного университета / Под общ. ред. докт. пед. наук, профессора Петрова П.К. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2016. – С. 237–242. (0,7 п.л.)

11. Райзих А.А. Роль Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» в системе физического и патриотического воспитания молодежи России / А.А. Райзих, Н.Б. Райзих // Молодежь – науке-VIII. Актуальные

проблемы туризма, спорта и бизнеса: Материалы Всерос. науч.-практ. конф. студентов, аспирантов и молодых ученых, г. Сочи, 26–28 апреля 2017 г. В 2-х томах. [Электронное издание] / отв. ред. к.п.н., доц. К.Г. Томилин. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВО «СГУ», 2017. – Т. 2. – С. 602–604. (0,2 п.л./0,35 п.л.)

12. Райзих А.А. Физическое воспитание юношей допризывного возраста в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» / А.А. Райзих, П.К. Петров // Гуманитарное образование и наука в техническом вузе: Сборник докладов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Ижевск, 24–27 октября 2017 г.). – Ижевск: Изд-во ИжГТУ им. М. Т. Калашникова, 2017. – С. 878–882. (0,3 п.л./0,6 п.л.)

13. Райзих А.А. Экспериментальная программа физической подготовки структурно-содержательной модели физического воспитания юношей допризывного возраста в условиях внедрения Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" / А.А. Райзих, П.К. Петров // Проблемы и перспективы физического воспитания, спортивной тренировки и адаптивной физической культуры: Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Казань: Поволж. ГАФКСиТ, 2018. – С. 551–555. (0,3 п.л./0,6 п.л.)

14. Райзих А.А. Формирование теоретико-методических знаний с использованием ИКТ в предметной области физическая культура учащихся 10–11 классов общеобразовательных школ / А.А. Райзих // Конвергенция в сфере научной деятельности: проблемы, возможности, перспективы: материалы Всероссийской научной конференции / Отв. ред. А.М. Макаров. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2018. – С. 297–300. (0,45 п.л.)

15. Райзих А.А. Инновационные подходы к системе физического воспитания учащихся старших классов (на примере юношей допризывного возраста) / А.А. Райзих // Приоритеты стратегии научно-технологического развития России и обеспечение воспроизводства инновационного потенциала высшей школы: материалы Всероссийской научной конференции / Отв. ред. А.М. Макаров. – Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2019. – С. 356–359. (0,45 п.л.)

16. Райзих А.А. Оценка уровня физической подготовленности юношей допризывного возраста на основе выполнения государственных требований ВФСК (ГТО) / А.А. Райзих // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития, Санкт-Петербург, 28 апреля 2022. – Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, 2022. – С. 88–91. (0,45 п.л.)