

УДК 796.42:796.015.865

## НОРМАТИВНЫЕ ОЦЕНКИ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ЮНЫХ ЛЕГКОАТЛЕТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ ПО СПОРТУ КЛАССАХ

*И.И. ТРОФИМОВИЧ, канд. пед. наук, доц. А.Г. НАРСКИН, доц. И.Г. ТРОФИМОВИЧ  
(Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины)*

*Приведены примеры выявленных недочетов в действующей системе оценок физической подготовленности юных спортсменов. Цель исследования – разработка критериев оценки общей физической подготовленности по десятибалльной шкале у юных легкоатлетов, занимающихся в специализированных по спорту классах. Представлены организация исследования и полученные результаты. После математической обработки результатов контрольно-переводных нормативов, показанных спортсменами 10–13 лет за последние несколько лет, были определены нормативные критерии оценки их общей физической подготовленности по десятибалльной шкале. Выявлено, что использование данной шкалы оценок позволяет более корректно оценивать уровень общей физической подготовленности в целом и степень развития отдельных физических качеств в частности у спортсменов, способствуя более качественному проведению педагогического контроля и улучшению учебно-тренировочного процесса на этапе начальной спортивной специализации.*

**Ключевые слова:** юные спортсмены, легкая атлетика, специализированные по спорту классы, общая физическая подготовленность, шкала оценок, контрольные испытания.

**Введение.** Общеизвестный факт, что общий уровень физической подготовленности, которым обладает спортсмен, непосредственно влияет на достижение им высокого спортивного результата. Выступая своеобразным фундаментом для освоения любого вида легкой атлетики, развитие и дальнейшее совершенствование уровня физической подготовленности является одной из наиболее важных задач при подготовке спортивного резерва в системе физической культуры и спорта [1; 2].

К настоящему времени, благодаря многолетним исследованиям [3–6] в области детско-юношеского спорта, изучены основные принципы физической подготовки, факторы, определяющие содержание и значение используемых средств и методов физической подготовки на начальных этапах многолетней тренировки юных спортсменов. В результате данных исследований было разработано большое количество практических пособий и методических рекомендаций по построению тренировочного процесса с учетом специфики избранного вида легкой атлетики, годичного цикла подготовки, возрастных и половых особенностей организма спортсмена [7; 8]. В данных научных работах авторы сходятся во мнении и отмечают необходимость проведения педагогического контроля в процессе подготовки юных спортсменов. Стоит упомянуть и о том, что согласно требованиям специализированных учебно-спортивных учреждений в конце каждого годичного цикла юные спортсмены обязаны сдавать контрольно-переводные нормативы, которые отражают уровень их физической подготовленности и при должном уровне позволяют перейти на следующий этап спортивной подготовки.

В современной практике оценка уровня физической подготовленности юных спортсменов проводится по результатам тестов, которые представлены в программах по видам легкой атлетики для специализированных учебно-спортивных учреждений и средних школ – училищ олимпийского резерва [9–11]. Данные программы, составленные в период с 2007 по 2013 гг., предусматривают оценку всех физических качеств спортсмена по пятибалльной шкале.

Физическая подготовленность занимающихся в специализированных по спорту классах также оценивается по результатам тестов, предложенных настоящими программами. Однако анализ содержания данных программ позволил определить, что при их составлении не учитывались особенности планирования учебной нагрузки и построения учебно-тренировочных занятий в условиях специализированных по спорту классов [12]. Кроме того, при детальном изучении нормативных оценок данных программ было выявлено, что диапазон результатов, соответствующих конкретному баллу, может достигать большой разбежки. Так, например, оценке в 3 балла при выполнении теста «Бег на 20 м» с высокого старта у юношей 13 лет соответствуют результаты в пределах от 3,51 до 3,90 с (разница в 0,39 с); при выполнении теста «Прыжок вверх» с места толчком двух ног мальчиками, достигшими 12-летнего возраста, показанные результаты в пределах от 32 до 38 см (разница 6 см) соответствуют оценке 4 балла; в беге на 5 мин у девочек 12 лет диапазон результатов от 766 до 915 м соответствует оценке 3 балла (разница 149 м). Данная тенденция, при которой наблюдается достаточно большой диапазон между верхней и нижней границами показателя, соответствующего конкретному баллу, присутствует во многих контрольных упражнениях, поэтому, по нашему мнению, использование пятибалльной шкалы оценок не дает возможности в полной мере объективно аттестовать уровень развития физических качеств юных спортсменов. Помимо этого, нормативные уровни составлены без учета фактора, при котором спортсмены,

занимающиеся в специализированных по спорту классах, обладают более высоким уровнем физической подготовленности (в сравнении со спортсменами учебно-тренировочных групп, занимающихся в специализированных учебно-спортивных учреждениях) [13; 14].

Полученные данные определили дальнейшее направление нашей работы, которое заключалось в разработке нормативных оценок физической подготовленности юных спортсменов, занимающихся в специализированных по легкой атлетике классах, с использованием десятибалльной шкалы, которая на данный момент успешно используется как в учебном [15–17], так и в учебно-тренировочном процессе [18].

*Цель исследования* – разработка критериев оценки общей физической подготовленности по десятибалльной шкале у юных легкоатлетов, занимающихся в специализированных по спорту классах.

**Организация исследования.** В процессе исследования использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы по проблематике исследования, педагогическое наблюдение, математико-статистическая обработка результатов контрольно-переводных нормативов.

В нашем исследовании приняли участие мальчики и девочки в возрасте от 10 до 13 лет, занимающиеся скоростно-силовыми видами (спринт, прыжки) легкой атлетике в учебно-тренировочных группах специализированных по спорту классов, открытых на базе: государственного учреждения «Городская детско-юношеская спортивная школа № 6 г. Гомеля»; учреждения «Гомельский областной центр олимпийского резерва по легкой атлетике»; учреждения «Гомельская детско-юношеская спортивная школа «Клен» ПОП ОАО «Гомель-древ»; государственного учреждения «Детско-юношеская спортивная школа № 3 Светлогорского района»; учреждения «Специализированной детско-юношеской школы олимпийского резерва № 2 г. Лиды».

Возрастной период спортсменов, участвующих в исследовании, охватывает этап начальной спортивной специализации. Выбор этого возрастного диапазона обусловлен тем, что деятельность специализированных по спорту классов начинается именно с данного этапа подготовки. Кроме того, педагогический контроль со стороны тренера-преподавателя именно на этом этапе становится более значимым, т.к. динамика результатов контрольных упражнений, которые необходимо проводить от 2 до 4 раз в год, отражает направленность тренировочного процесса и позволяет выявить его положительные или отрицательные эффекты.

В ходе эксперимента было проанализировано и обработано более 4000 результатов контрольно-переводных нормативов, показанных юными спортсменами, занимающимися в специализированных по спорту классах, за последние несколько лет. Полученные результаты для каждого контрольного упражнения распределялись как по паспортному возрасту, так и отдельно для юных спортсменов и спортсменок.

Оценка уровня общей физической подготовленности легкоатлетов проводилась по результатам контрольных упражнений, представленных в программах «Прыжки» и «Бег на короткие дистанции» и утвержденных тренерским советом специализированных учебно-спортивных учреждений. Комплекс контрольных упражнений позволял оценить скоростно-силовые и координационные способности, силу, быстроту, выносливость, а также гибкость. По результатам теста «Бег на 20 м» с высокого старта определялись скоростные способности юных легкоатлетов. «Бег 5 минут» характеризовал показатели общей выносливости у спортсменов, участвующих в исследовании. Для оценки уровня развития силовых способностей у мальчиков использовался тест «Подтягивание в висе на перекладине»; у девочек за оценку данного показателя отвечал тест «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа». «Прыжок вверх» с места толчком двух ног отражал скоростно-силовые качества юных спортсменов, а координационные способности оценивались на основании показателей контрольного упражнения «Бег 10 м змейкой». Уровень развития гибкости у мальчиков и девочек определялся при помощи теста «Наклон вперед» из положения сидя на полу.

В комплексе результаты данных контрольных упражнений позволяют определить уровень общей физической подготовленности у юных спортсменов. Следует подчеркнуть, что в случае использования показателей нескольких тестов для оценки общего уровня физической подготовленности полученные результаты необходимо представлять в виде оценок (баллов; процентов и т.п.), т.к. сравнение всех достижений по абсолютным величинам невозможно из-за того, что результаты контрольных упражнений, представленных в программах, измеряются в различных единицах (минутах, секундах, метрах, сантиметрах, количестве раз и т.д.).

Таким образом, полученные показатели контрольных упражнений были преобразованы нами в стандартизированную десятибалльную шкалу (шкалу стенов) на основании имеющихся рекомендаций [19]. Методика перевода показателей предполагает деление всего массива результатов на десять частей с интервалом 0,5 стандартного отклонения ( $\sigma$ ), причем в данной шкале среднее арифметическое значение приравнивается к 5,5, а расстояние между двумя соседними стандартными единицами равно 0,5 $\sigma$ .

**Результаты и их обсуждения.** Разработанная таким способом шкала оценок общей физической подготовленности юных спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах, представлена в таблицах 1 и 2.

После анализа полученных результатов нами было отмечено, что из года в год, с постепенным увеличением уровня физической подготовленности участников исследования, соответственно изменяется и диапазон максимальных и минимальных оценок контрольных упражнений.

Таблица 1. – Шкала оценок общей физической подготовленности (мальчики)

Контрольное упражнение	Возраст	Балл									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Бег 20 м, с	10 лет	3,97 и лучше	3,98–4,04	4,05–4,11	4,12–4,18	4,19–4,22	4,23–4,27	4,28–4,34	4,35–4,41	4,42–4,48	4,49 и хуже
	11 лет	3,75 и лучше	3,76–3,85	3,86–3,95	3,96–4,05	4,06–4,10	4,11–4,16	4,17–4,26	4,27–4,35	4,36–4,45	4,46 и хуже
	12 лет	3,54 и лучше	3,55–3,65	3,66–3,76	3,77–3,88	3,89–3,92	3,93–3,99	4,00–4,11	4,12–4,22	4,23–4,33	4,34 и хуже
	13 лет	3,22 и лучше	3,23–3,37	3,38–3,50	3,51–3,63	3,64–3,70	3,71–3,78	3,79–3,91	3,92–4,05	4,06–4,19	4,20 и хуже
Бег 5 мин, м	10 лет	970 и более	923–969	876–922	828–875	805–827	780–804	733–779	686–732	639–685	638 и менее
	11 лет	996 и более	949–995	902–948	855–901	831–854	807–830	760–806	713–759	666–712	665 и менее
	12 лет	1054 и более	1003–1053	952–1002	901–951	876–900	849–875	799–848	748–798	697–747	696 и менее
Бег 10 м змейкой, с	13 лет	1137 и более	1084–1136	1031–1083	978–1030	951–977	924–950	871–923	818–870	765–817	764 и менее
	10 лет	2,69 и лучше	2,70–2,80	2,81–2,91	2,92–3,02	3,03–3,08	3,09–3,14	3,15–3,25	3,26–3,36	3,37–3,47	3,48 и хуже
	11 лет	2,63 и лучше	2,64–2,73	2,74–2,84	2,85–2,95	2,96–3,00	3,01–3,06	3,07–3,17	3,18–3,28	3,29–3,39	3,40 и хуже
	12 лет	2,53 и лучше	2,54–2,64	2,65–2,75	2,76–2,85	2,86–2,91	2,92–2,96	2,97–3,07	3,08–3,18	3,19–3,29	3,30 и хуже
	13 лет	2,35 и лучше	2,36–2,47	2,48–2,59	2,60–2,71	2,72–2,77	2,78–2,84	2,85–2,96	2,97–3,08	3,09–3,20	3,21 и хуже
	10 лет	34 и более	31–33	29–30	26–28	25	23–24	20–22	18–19	15–17	14 и менее
Прыжок вверх, см	11 лет	36 и более	34–35	32–33	29–31	28	26–27	24–25	21–23	19–20	18 и менее
	12 лет	40 и более	37–39	35–36	33–34	31–32	29–30	27–28	24–26	22–23	21 и менее
	13 лет	44 и более	41–43	39–40	36–38	35	33–34	31–32	28–30	26–27	25 и менее
Подтягивание в висе на перекладине, кол-во раз	10 лет	9 и более	8	7	6	5	4	3	2	1	0
	11 лет	10 и более	8–9	7	6	5	4	3	2	1	0
	12 лет	10 и более	9	7–8	6	5	4	3	2	1	0
	13 лет	11 и более	10	8–9	7	6	5	4	3	1–2	0
Наклон вперед, см	10 лет	6 и более	4–5	3	1–2	0	-2–-1	-4–-3	-5	-7–-6	-8 и менее
	11 лет	8 и более	6–7	4–5	3	2	0–1	-1	-3–-2	-5–-4	-6 и менее
	12 лет	12 и более	10–11	8–9	6–7	5	3–4	2	0–1	-2–-1	-3 и менее
13 лет	15 и более	13–14	11–12	9–10	8	6–7	4–5	3	1–2	0 и менее	

Таблица 2. – Шкала оценок общей физической подготовленности (девочки)

Контрольное упражнение	Возраст	Балл									
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Бег 20 м, с	10 лет	3,97 и лучше	3,98-4,06	4,07-4,13	4,14-4,21	4,22-4,25	4,26-4,30	4,31-4,38	4,39-4,46	4,47-4,54	4,55 и хуже
	11 лет	3,77 и быстрее	3,78-3,87	3,88-3,98	3,99-4,08	4,09-4,13	4,14-4,19	4,20-4,30	4,31-4,40	4,41-4,50	4,51 и хуже
	12 лет	3,57 и лучше	3,58-3,68	3,69-3,79	3,80-3,90	3,91-3,95	3,96-4,01	4,02-4,12	4,13-4,22	4,23-4,32	4,33 и хуже
	13 лет	3,35 и лучше	3,36-3,48	3,49-3,61	3,62-3,74	3,75-3,81	3,82-3,88	3,89-4,01	4,02-4,14	4,15-4,27	4,28 и хуже
Бег 5 мин, м	10 лет	883 и более	842-882	802-841	761-801	741-760	719-740	679-718	638-678	598-637	597 и менее
	11 лет	947 и более	902-946	858-901	813-857	790-812	767-789	722-766	677-721	633-676	632 и менее
	12 лет	1015 и более	967-1014	919-966	871-918	847-870	822-846	774-821	725-773	677-724	676 и менее
Бег 10 м змейкой, с	13 лет	1052 и более	1007-1051	962-1006	917-961	895-916	871-894	826-870	781-825	736-780	735 и менее
	10 лет	2,70 и лучше	2,71-2,82	2,83-2,94	2,95-3,07	3,08-3,13	3,14-3,20	3,21-3,32	3,33-3,45	3,46-3,57	3,58 и хуже
	11 лет	2,65 и лучше	2,66-2,77	2,78-2,89	2,90-3,01	3,02-3,07	3,08-3,14	3,15-3,26	3,27-3,38	3,39-3,50	3,51 и хуже
	12 лет	2,62 и лучше	2,63-2,72	2,73-2,82	2,83-2,92	2,93-2,97	2,98-3,03	3,04-3,13	3,14-3,23	3,24-3,33	3,34 и хуже
Прыжок вверх, см	13 лет	2,54 и лучше	2,55-2,64	2,65-2,75	2,76-2,85	2,86-2,90	2,91-2,96	2,97-3,06	3,07-3,16	3,17-3,27	3,28 и хуже
	10 лет	32 и более	30-31	27-29	25-26	23-24	21-22	18-20	16-17	13-15	12 и менее
	11 лет	33 и более	31-32	28-30	26-27	25	23-24	20-22	18-19	16-17	15 и менее
	12 лет	39 и более	36-38	34-35	31-33	29-30	27-28	24-26	22-23	19-21	18 и менее
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	13 лет	40 и более	37-39	35-36	32-34	31	29-30	26-28	23-25	21-22	20 и менее
	10 лет	15 и более	13-14	11-12	10	8-9	7	5-6	4	2-3	1 и менее
	11 лет	20 и более	18-19	16-17	14-15	13	11-12	9-10	7-8	5-6	4 и менее
	12 лет	24 и более	21-23	19-20	17-18	15-16	13-14	11-12	9-10	6-8	5 и менее
Наклон вперед, см	13 лет	28 и более	26-27	23-25	21-22	19-20	18	15-17	13-14	11-12	10 и менее
	10 лет	8 и более	6-7	4-5	3	1-2	0	-2-1	-4-3	-6-5	-7 и менее
	11 лет	10 и более	8-9	6-7	4-5	3	1-2	-1-0	-3-2	-5-4	-6 и менее
	12 лет	14 и более	12-13	11	9-10	8	6-7	5	3-4	2	1 и менее
13 лет	17 и более	15-16	13-14	11-12	10	8-9	6-7	4-5	3	2 и менее	

Так, в упражнении «Бег на 20 м» диапазон, соответствующий максимальным и минимальным значениям (от 10 до 1 балла), у мальчиков 10 лет составляет 3,97–4,49 с; 11 лет – 3,75–4,46 с; 12 лет – 3,54–4,34 с; 13 лет – 3,22–4,20 с. Результаты, показанные девочками в данном упражнении, до 13-летнего возраста практически схожи с результатами мальчиков, поэтому диапазон распределения баллов для спортсменок, возраст которых составляет 10 лет, охватывает промежуток от 3,97 до 4,55 с; 11 лет – 3,77–4,51 с; 12 лет – 3,57–4,33 с; 13 лет – 3,35–4,28 с.

Диапазон баллов в упражнении «Бег 5 мин» соответствует следующим значениям: у юных спортсменов 10-летнего возраста – 638–970 м; у ребят 11-летнего возраста – 665–996 м; 12-летнего возраста – 696–1054 м; а для спортсменок 13-летнего возраста данный показатель находится в промежутке 764–1137 м. У девочек максимальные и минимальные значения для 10-летнего возраста соответствуют результатам от 597 до 883 м; для 11-летнего возраста – 632–947 м; для 12-летнего и 13-летнего возрастов – 676–1015 и 735–1052 м соответственно.

В беге на 10 м змейкой верхние и нижние границы оценочных показателей для спортсменов 10 лет соответствуют значениям 2,69–3,48 с; в 11 лет данный диапазон составляет 2,63–3,40 с; в 12 лет – 2,53–3,30 с; в 13 лет – 2,35–3,21 с. У юных спортсменок, чей возраст соответствует 10 годам, верхние и нижние границы оценочных показателей для данного упражнения располагаются в пределах от 2,70 до 3,58 с; в 11 лет – от 2,65 до 3,51 с; в 12 лет – 2,62–3,34 с; в 13 лет – 2,54–3,28 с.

При выполнении упражнения «Прыжок вверх» минимальная высота для спортсменов 10 лет, которая соответствует 1 баллу, составляет 14 см, а максимальная (соответствующая 10 баллам) – 34 см; для спортсменов 11-летнего возраста диапазон минимальных и максимальных баллов составляет от 18 до 36 см; для 12-летнего возраста – 21–40 см; для 13-летнего возраста – 25–44 см. Диапазон оценок от 1 до 10 баллов для девочек 10 лет соответствует результатам от 12 до 32 см; для возраста 11 лет – 15–33 см; для 12 лет – 18–39 см; для 13-летнего возраста – 20–40 см.

Результаты, показанные мальчиками при выполнении упражнения «Подтягивание в висе на перекладине», позволили рассчитать диапазон баллов, характеризующий силовые способности юных спортсменов, максимальные и минимальные значения которого для ребят 10 лет составляют 0–9 раз; для возраста 11 и 12 лет – 0–10 раз; для 13 лет – 0–11 раз. Необходимо подчеркнуть, что, несмотря на совпадающие верхние и нижние границы десятибалльной шкалы оценок для мальчиков 11–12 лет, промежуточные показатели оценок все же имеют отличия. У девочек в упражнении «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа» минимальные и максимальные значения для 10-летнего возраста располагаются в пределах от 1 до 15 раз, 11-летнего возраста – 4–20 раз; для спортсменок, чей возраст достиг 12 лет, – 5–24 раза; 13 лет – 10–28 раз.

Диапазон оценок, отражающий уровень гибкости, для юных легкоатлетов 10 лет располагается в пределах от -8 до 6 см; в 11 лет данный показатель соответствует результатам от -6 до 8 см; в 12 лет – от -3 до 12 см; в 13 лет – от 0 до 15 см. У девочек уровень развития гибкости выше, чем у мальчиков, а минимальные и максимальные значения для оценки данного физического качества в 10 лет охватывают промежуток от -7 до 8 см; в 11 лет – от -6 до 10 см; в 12 лет – от 1 до 14 см, в 13 лет – от 2 до 17 см.

**Заключение.** Проведенные нами исследования физической подготовленности позволили разработать десятибалльную шкалу оценок физической подготовленности для юных спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах, с учетом их избранной специализации (спринт, прыжки). Переход от пятик десятибалльной шкале оценок, по нашему мнению, обеспечивает более корректную оценку общего уровня физической подготовленности в целом и конкретных физических качеств в частности у спортсменов 10–13-летнего возраста. Используемая методика перевода полученных результатов контрольных нормативов в десятибалльную шкалу оценок (границы которой вычисляются путем прибавления (или вычитания) к среднему «сырых» долей стандартных отклонений, соответствующих тестовой шкале) позволяет избежать слишком значительной разбежки в результатах, соответствующих конкретному баллу.

Разработанная шкала оценок, применение которой дает возможность более корректно оценивать индивидуальные физические способности юных спортсменов, занимающихся в специализированных по спорту классах, несомненно, будет способствовать более качественному проведению педагогического контроля и улучшению учебно-тренировочного процесса на этапе начальной спортивной специализации. Также разработанные нормативные оценки общей физической подготовленности юных спортсменов могут быть использованы при создании программ по скоростно-силовым видам (спринт, прыжки) легкой атлетики для занимающихся в условиях специализированных по спорту классов или для коррекции действующих программ по видам спорта с учетом всех особенностей учебно-тренировочного процесса в данных классах.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Набатникова, М.Я. Теоретические аспекты исследования системы подготовки юных спортсменов / М.Я. Набатникова // Теория и практика физической культуры. – 1980. – № 4. – С. 21–22.
2. Никитушкин, В.Г. Методология исследования проблемы индивидуализации подготовки юных спортсменов / В.Г. Никитушкин // Сб. науч. тр. ВНИИФКа. – М., 1993. – С. 295–300.
3. Клименко, Т.Л. Показатели физической подготовленности как средство текущей коррекции нагрузок в тренировке юных спортсменов : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Т.А. Клименко ; МГАФК. – Малаховка, 1999. – 26 с.

4. Тшанов, А.К. Инновационная система подготовки спортивного резерва в училищах олимпийского резерва / А.К. Тшанов, Г.З. Карнаухов // Ученые записки. – 2010. – № 8 (66). – С. 91–94.
5. Кудинова, В.А. Стратегия многолетней подготовки юных легкоатлетов / В.А. Кудинова // Ученые записки ун-та им. П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 11 (81). – С. 80–83.
6. Геселевич, В.А. Проблемы преемственного научно-методического и медицинского обеспечения подготовки спортсменов высокого класса и ближайшего резерва / В.А. Геселевич // Науч. тр. ВНИИФК. – М., 1997. – С. 56–67.
7. Мирахмедов, Ф.Т. Организационно-методические особенности подготовки спортсменов в спортивных школах / Ф.Т. Мирахмедов // Молодой ученый. – 2017. – № 12 (146). – С. 581–583.
8. Никитушкин, В.Г. Современная подготовка юных спортсменов / В.Г. Никитушкин. – М. : Метод. пособие, 2009. – 112 с.
9. Программа «Бег на короткие дистанции» для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва : утв. приказом М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 09.12.2009, № 919. – Минск : Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2009. – 103 с.
10. Программа «Прыжки» для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва : утв. приказом М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 2009. – Минск : Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2009. – 125 с.
11. Программа «Олимпийские виды легкоатлетических метаний» для специализированных учебно-спортивных учреждений и училищ олимпийского резерва : утв. приказом М-ва спорта и туризма Респ. Беларусь, 07.06.2007, № 498. – Минск : Науч.-исслед. ин-т физ. культуры и спорта Респ. Беларусь, 2007. – 58 с.
12. Трофимович, И.И. Особенности организации учебно-тренировочного процесса в специализированных по спорту классах / И.И. Трофимович, А.Г. Нарский // Актуальные проблемы физического воспитания и спортивной тренировки : материалы II Междунар. заоч. науч.-прак. конф. студентов, магистрантов, аспирантов. – Гродно, 2020. – С. 281–285.
13. Об утверждении Положения о специализированных по спорту классах [Электронный ресурс] : постановление Совета Министров Респ. Беларусь, 8 июля 2014 г., № 18/23/97 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://www.pravo.by/document/?guid=3961&p0=W21429217>. – Дата доступа: 13.04.2021.
14. Трофимович, И.И. Анализ уровня физической подготовленности у юных легкоатлетов, занимающихся в учебно-тренировочных группах в специализированных по спорту классах / И.И. Трофимович, А.Г. Нарский, И.Г. Трофимович // Вестн. Гродн. гос. ун-та им. Янки Купалы. Сер. 3, Филология, педагогика, психология. – 2020. – Т. 10, № 2. – С. 110–117.
15. Ключников, А.В. Построение учебного процесса по предмету «Физическая культура» курсантов инженерных институтов Министерства по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / А.В. Ключников. – М., 2014. – 170 л.
16. О введении десятибалльной системы оценки результатов учебной деятельности учащихся в учреждениях, обеспечивающих получение общего среднего и профессионально-технического образования [Электронный ресурс] : постановление М-ва образования Респ. Беларусь, 24 мая 2002 г., № 21 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <https://pravo.by/document/?guid=3961&p0=W20208178>. – Дата доступа: 13.04.2021.
17. Красникова, О.С. Разработка критериев оценки физической подготовленности студентов Нижневартковского государственного университета / О.С. Красникова // Вестн. НВГУ. – 2016. – № 4. – С. 73–78.
18. Таэквондо: учебная программа для специализированных учебно-спортивных учреждений и средних школ – училищ олимпийского резерва / О.О. Ермалович, Е.Ю. Суховицкая. – М. : Республик. учеб.-метод. центр физич. воспитания населения, 2013. – 136 с.
19. Звонников, В.И. Современные средства оценивания результатов обучения : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / В.И. Звонников, М.Б. Чельщикова. – 3-е изд., стер. – М. : Академия, 2009. – 224 с.

Поступила 27.08.2021

## STANDARD EVALUATION OF ALL-ROUND FITNESS AMONG YOUNG ATHLETES PRACTISING TRACK-AND-FIELD IN SPECIALIZED SPORTS CLASSES

I. TRAFIMOVICH, A. NARSKIN, I. TRAFIMOVICH

*There are examples of detected shortcomings in the present evaluation system of all-round fitness of young athletes in the article. The goal of the study is to develop criteria for all-round fitness evaluation with the help of a ten-grade scale for young athletes practising track-and-field in specialized sports classes. The arrangement of the study and obtained results are presented in the main part. After mathematical processing of the results of control and transfer standards shown by 10–13-year-old young athletes over the past few years, the standard criteria for evaluating their all-round fitness were determined on a ten-grade scale. In addition, it was found out that using the above mentioned evaluation scale allows assessing more correctly the level of all-round fitness in general and the degree of development of physical qualities among athletes in particular. It contributes to the pedagogical control of a higher quality and improvement of educational and training process at the stage of initial sports specialization.*

**Keywords:** *young athletes, track-and-field, specialized sports classes, all-round fitness, evaluation scale, control test.*