

# АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ 1-4 КУРСОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ В НАЧАЛЕ УЧЕБНОГО ГОДА

**В.В.Тимошенко**

Белорусский государственный технологический университет, Беларусь [timv46@tut.by](mailto:timv46@tut.by)

**Введение.** Студенты имеющие отклонения в состоянии здоровья отнесены к специальному учебному отделению (СУО) и на протяжении всех лет обучения в вузе, согласно директивных документов Минвуза, обязаны повышать свои физические кондиции. В этой связи мы провели изучение физической подготовленности студентов занимающихся по состоянию здоровья в СУО.

**Организация и методы исследования.** Исследования были проведены в БГТУ, в сентябре 2012 г., в которых приняло участие 760 студента с 1-го по 4-й курсы отнесенных по состоянию здоровья к СУО, из них: юношей - 208 и девушек – 452.

Были применены педагогические тесты для изучения физической подготовленности студентов по основным их физическим способностям предусмотренных учебной программой «Физическая культура» (2008 г.): гибкость - наклон вперед из положения сидя и выносливость – бег и ходьба 6 мин [1]. Силовые способности определялись по подниманию туловища из положения лежа на спине, где шкала оценок была специально разработана для юношей и девушек СУО на кафедре физического воспитания БГТУ.

**Результаты исследования.** Сравнительный анализ физической подготовленности студентов СУО, юношей, с 1-го по 4-й курс, представлен в таблице 1 и на рис. 1-2, в которых по учебной программе оценивались тесты по «5» балльной шкале оценок. Для наглядности анализа цифровой материал в работе представлен в балльных оценках.

Анализ цифровых данных представленных в таблице 1 и на рис.1 показал, что у студентов-юношей СУО, в начале учебного года, на всех курсах были низкие результаты в беге на 6 минут от 1-го до 2-х баллов. В тесте на гибкость результаты составляли от 2-х до 4-х баллов и наибольшие были на 2-м - 4-м курсах. В силовом тесте (поднимание туловища из положения лежа на спине) результаты также были не высокими, где наибольший прирост был на 2-м курсе - 4 балла.

Таблица 1

Сравнительный анализ физической подготовленности студентов-юношей 1-4 курсов СУО всех факультетов, в начале учебного года (n=208)

Тесты	Курсы								Различия между курсами, в баллах		
	1		2		3		4				
	n=54		n=53		n=77		n=24		1-2	1-3	1-4
	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка			
<b>Бег 6 мин., м</b>	985,0	1	1120,4	2	1143,1	2	1182,3	2	1	1	1
<b>Гибкость, см</b>	5,5	2	10,9	4	12,4	4	12,4	4	2	2	2
<b>Поднимание туловища, раз</b>	41,1	3	51,4	4	38,2	2	45,7	3	1	-1	0
<b>Средний балл:</b>	2,0		3,3		2,7		3,0		1,3	0,7	1,0

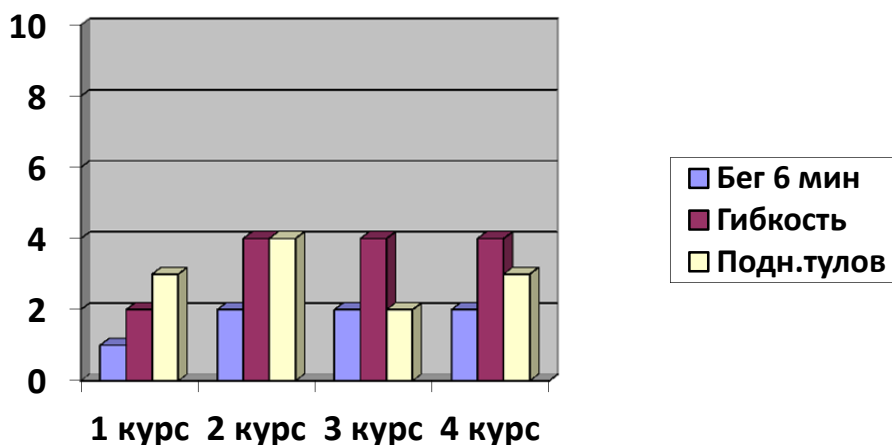


Рис.1. Динамика физической подготовленности студентов-юношей СУО, в баллах, с 1-го по 4-й курсы в начале учебного года

Полученный цифровой материал свидетельствует о том, что у изучаемых студентов-юношей средний балл (сумма всех баллов по тестам деленная на их количество) составлял: на 1-м курсе – 2,0; на 2-м – 3,3; на 3-м – 2,7 и на 4-м – 3,0 (рис.2). Анализ средних значений баллов по физической подготовке студентов-юношей свидетельствует о волнообразном колебании, где наивысшие показатели были выявлены на 2-м курсе – 3,3 и 4-м – 3,0.

В целом следует отметить, что физическая подготовка студентов-юношей, имеющих отклонения в состоянии здоровья, с 1-го по 4-й курсы была организована рационально, т.к. средний балл к 4-му курсу возрос на 1,0 или 43,5%.

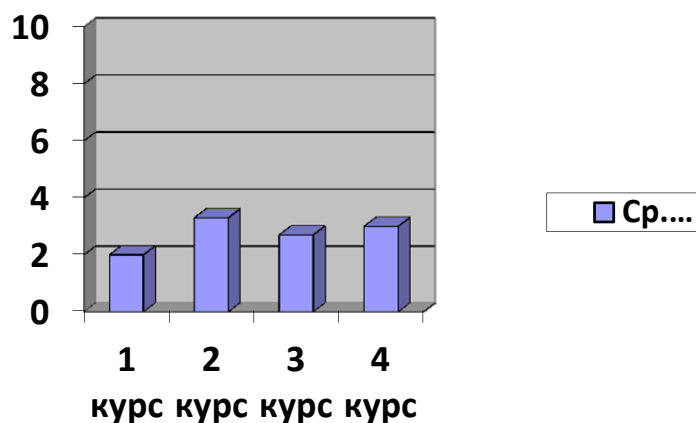


Рис.2. Динамика физической подготовленности студентов-юношей СУО, по среднему баллу, с 1-го по 4-й курсы в начале учебного года

Цифровые данные представленные в таблице 2 и на рис. 3-4 показали, что у студенток-девушек СУО в тесте бег 6 минут на 3-м курсе наиболее высокий результат составил - 4 балла. В тесте на гибкость результаты составляли от 3-х до 4-х баллов и наибольшие были на 2-м и 3-м курсах. В тесте «Поднимание туловища из положения лежа на спине» результаты были такие: наибольший прирост был на 3-м и 4-м курсах – по 4 балла (рис.3)

Таблица 2

Сравнительный анализ физической подготовленности студенток-девушек 1-4 курсов СУО всех факультетов, в начале учебного года (n=452)

Тесты	Курсы								Различия между курсами, в баллах		
	1		2		3		4		1-2	1-3	1-4
	n=89		n=149		n=131		n=83				
	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка	Р-т	О-ка			
<b>Бег 6 мин., м</b>	854,8	2	970,4	3	1033,4	4	959,7	3	1	2	1
<b>Гибкость, см</b>	12,8	3	18,6	4	15,0	4	13,9	3	1	1	0
<b>Поднимание туловища, раз</b>	37,2	3	39,4	3	46,3	4	47,2	4	0	1	1
<b>Средний балл:</b>	2,3		3,3		4,0		3,3		0,7	1,3	0,7

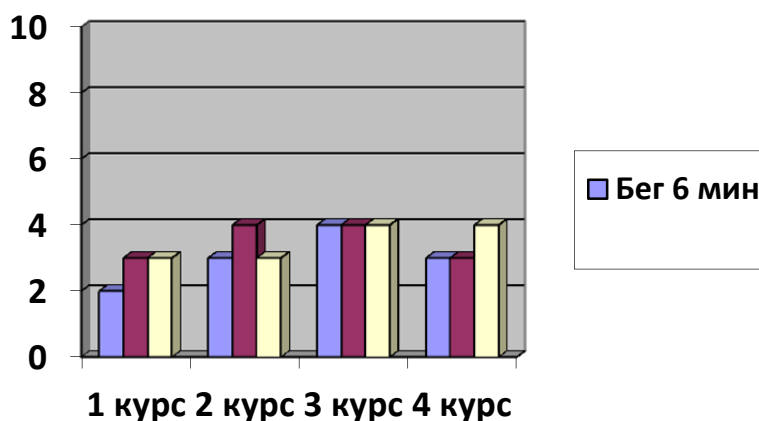


Рис.3. Динамика физической подготовленности девушек-студенток СУО, в баллах, с 1-го по 4-й курсы в начале учебного года

Полученный цифровой материал, по средним значениям, в баллах, свидетельствует о том, что у студенток-девушек СУО он составлял: на 1-м курсе – 2,3; на 2-м – 3,3; на 3-м – 4,0 и на 4-м – 3,3 (рис.4). Анализ цифровых значений свидетельствует о том, что прослеживается повышение физической подготовленности к 3-му курсу на 1,3 балла и с понижением к 4-му – на 0,7.

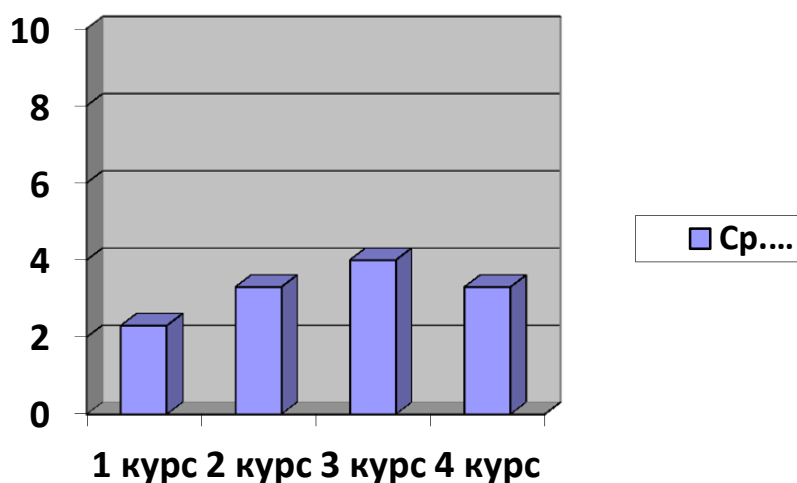


Рис.4. Динамика физической подготовленности студенток-девушек СУО, по среднему баллу, с 1-го по 4-й курсы в начале учебного года

В целом следует отметить, что физическая подготовка студенток-девушек СУО с 1-го по 4-й курсы была организована методически рационально, т.к. средний балл к 4-му курсу возрос на 1,0 или 43,5%.

**Обсуждение результатов.** Представленный в работе цифровой материал по студентам-юношам 1-4 курсов СУО, в начале учебного года, свидетельствует о том, что физическая способность выносливость (бег 6 мин) возрастала у них на 2-4 курсе на 1 балл, гибкость (наклон вперед из положения сидя) – на 2-4 курсах – на 2 балла и силовая (поднимание туловища из положения лежа на спине) – на 2-м курсе – на 1 балл.

Цифровой материал по студентам-девушкам 1-4 курсов, в начале учебного года, свидетельствует о том, что физическая способность выносливость (бег 6 мин) возрастала у них к 3-му курсу до 4 баллов, гибкость (наклон вперед из положения сидя) – на 2-3 курсах до 4 баллов силовая (поднимание туловища из положения лежа на спине) – на 3-м и 4-м курсах – до 4 баллов.

Приведенный цифровой материал по физической подготовке студентов, юношей и девушек СУО с 1-го по 4-й курсы, в начале учебного года, свидетельствует о высокой квалификации профессорско-преподавательского состава работающего с этим сложным контингентом.

В целом полученный цифровой материал и выявленные различия по физической подготовленности студентов, юношей и девушек, установил различия в динамике, что необходимо учитывать в учебно-тренировочном процессе.

**Выводы.** В целях успешной подготовки студентов СУО к сдаче тестов по физической подготовке необходимо решать следующие основные задачи.

1. Создавать у студентов мотивацию к активным занятиям физическими упражнениями.
2. Создавать у студентов потребность при сдаче тестов на максимуме возможных физических возможностей, с учетом заболеваний.
3. В целях объективности оценки уровня физической подготовленности студентов, ввести средний балл по тестам, которые будут способствовать к стимулированию их физических кондиций.
4. Применять разработанную таблицу 3 для оценки уровня общей физической подготовленности студентов, по среднему баллу, с учетом количества выполненных ими тестов при выставлении зачета по дисциплине «Физическая культура».

Таблица 3

Оценка уровня общей физической подготовленности студентов 1-4 курсов СУО по сумме баллов, в зависимости от количества выполняемых тестов (по 5-ти балльной шкале оценок)

Кол-во тестов	Уровень ОФП, в баллах				
	Очень низкий	Низкий	Средний	Высокий	Очень высокий
	1	2	3	4	5
2	2	4	6	8	10
3	3	6	9	12	15

Примечание: при некоторых заболеваниях студентам не рекомендуется выполнять указанные в программе тесты, поэтому их количество может уменьшаться до двух.

#### Литература:

1. Физическая культура: типовая учеб. программа для высш. Учеб. заведений /сост.: В.А.Коледа [и др.]; под. ред. В.А.Коледы. –Минск: РИВШ, 2008. –60 с.