

# МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ И ОЦЕНКА КАЧЕСТВА УСПЕВАЕМОСТИ УЧАЩИХСЯ СПУ

Т.И. Ломовцева

Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма, Россия

**Актуальность.** Физическое воспитание и спорт являются одним из важнейших средств укрепления здоровья, достижения физического совершенства, формирования моральных и волевых качеств, эстетического воспитания подрастающего поколения и молодежи.

Анализ специальной научно– методической литературы, освещающей проблему здоровья студенческой молодежи, показал, что за последние годы она стала еще более актуальной. Отмечается увеличение веса, количества случаев заболеваний, распространенность гиподинамии среди студентов (В.А. Уваров, Н.К. Ковалев, Т.А. Буланова, 2000)

Важным направлением в физическом воспитании является повышение качества здоровья будущих специалистов. Использование факторов физической культуры положительно сказывается на любом виде профессиональной деятельности (В.П. Полянский, 1999).

**Цель исследования** – изучить уровень и качество физической подготовленности учащихся, обучающихся в профессионально–техническом училище.

В исследовании принимали участие учащиеся юноши 1–3 курсов, отнесенных к основной медицинской группе в количестве 39 человек, обучающихся в 2005– 2007г.г. Физическая подготовленность учащихся оценивалась по результатам контрольно– педагогических испытаний (тестов), предусмотренных государственной программой по физическому воспитанию для профессиональных училищ.

**Результаты исследования** показали, что двигательная активность учащихся снижается с первого к третьему курсу. Уроки по физической культуре проводятся три раза в неделю по 45 минут.

На первом курсе на физическую культуру отводится 110 часов, на втором 100 часов и 85 часов на третьем курсе.

Проведенное исследование свидетельствует о неравномерном и неравнозначном развитии физических качеств учащихся при положительной их динамике в целом.

В физической подготовленности учащихся наблюдается дисгармония в развитии отдельных физических качеств, незначительный и неравномерный их прирост в отдельных проявлениях.

Таблица 1 – Показатели физической подготовленности учащихся СПУ

Контрольные упражнения	Возраст (лет), курс		
	15лет – 1 курс	16 лет– 2 курс	17лет – 3 курс
100м (с)	14.67	14.2	14.2
1000м (мин)	4.48.0	4.03.0	4.11.0
Прыжок в длину с места (см)	205,8	208,9	198,7
Подтягивание на перекладине (раз)	7,94	9,13	9,3

Показатели скоростных способностей учащихся улучшились только на втором курсе, прирост составил 3,2%.

В беге на выносливость прослеживается положительная динамика результатов. Зафиксирован самый высокий результат 4.03.0 с и прирост

результатов в беге на 1000метров на втором курсе 10,26%. На третьем курсе результаты ниже, чем на втором курсе.

Скоростно–силовые показатели изменяются неравномерно и неравнозначно. Так в прыжках в длину с места прирост результатов на втором курсе составил 3,1см (3,45%), а на третьем курсе результат снизился на 10,1см (4,86%) относительно второго курса.

Сила мышц верхних конечностей учащихся увеличивается к третьему курсу, однако, прирост показателей в проявлении силы мышц верхних конечностей неодинаковый и неравнозначный. В подтягивании на перекладине зафиксирован лучший результат на третьем курсе, а наибольший прирост результатов на втором курсе 14,5%.

Статистическая обработка полученного материала свидетельствует о неодинаковом приросте результатов в проявлении физических качеств, выявлен и различный характер этих изменений. Так в беге на 100метров, в прыжках в длину с места, беге на 1000метров имеется положительная динамика только на втором курсе. В подтягивании на перекладине с первого к третьему курсу. Отрицательная динамика результатов в беге на 1000метров, прыжках в длину с места на третьем курсе.

В проявлении физических качеств за трехлетний период обучения произошел различный прирост результатов. Самый высокий прирост зафиксирован в подтягивании на перекладине 12,5% и в беге на выносливость 8,25%. В скоростных и скоростно–силовых видах прирост результатов невысокий.

Опирируя средними величинами можно зафиксировать результаты и проследить их динамику и прирост для данной группы занимающихся, однако, за средними показателями скрывается конкретная физическая подготовленность учащихся по физической культуре. По предмету физическая культура выставляются оценки от 2 до 5 в соответствии с нормативами государственной программы.

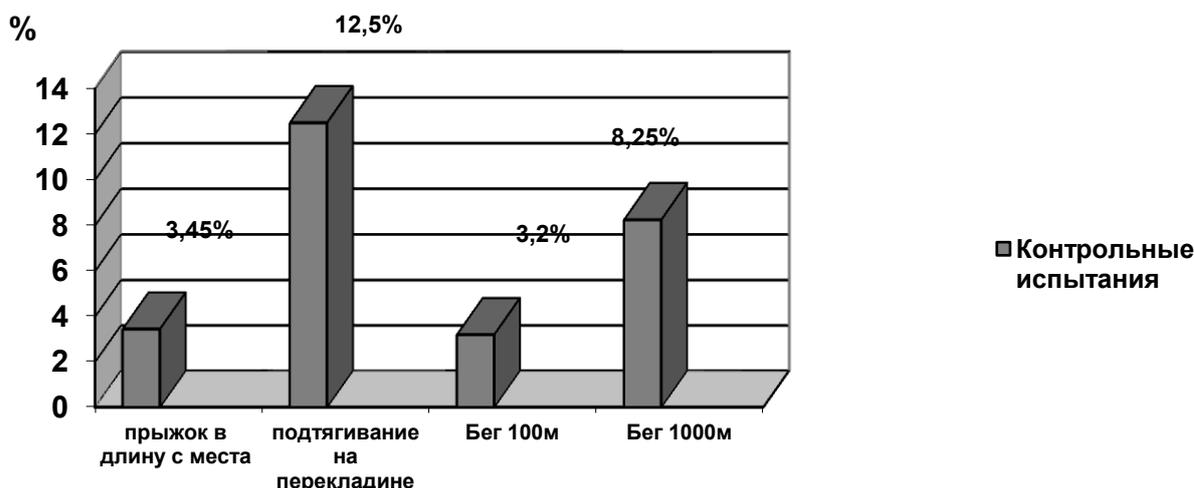


Рисунок – Относительный прирост показателей физической подготовленности учащихся 1–3 курсов СПУ за период обучения

Анализ успеваемости показал, что не все учащиеся справляются с нормативами государственной программы. У учащихся в различных видах программы оценки неоднозначны. Баланс положительных оценок (4 и 5) изменяется неравнозначно. Так в беге на 100метров с нормативами успешно справляются все учащиеся. 87,2%; 71,8%; 84,6% оценок «пять» на 1–3 курсах соответственно при незначительном количестве «три» и «четыре».

В прыжках в длину с места на первом курсе у учащихся только положительные оценки с преобладанием оценок «три» 43,6%, а «пять» и «четыре» по 28,2% соответственно. На втором и третьем курсах не справляются с нормативом программы 15,4% и 23% учащихся соответственно. На втором курсе увеличивается число оценок «четыре» до 41%, но уменьшается оценок «пять» до 15,4%, «три» до 28,2%. На третьем курсе результаты на оценку «пять» показывают только 12,8% учащихся, а на оценку «четыре» и «три» 25,6% и 38,5% соответственно.

Таблица 2 – Качественный показатель результатов контрольных тестов учащихся и неуспевающих(%)

Курс	100 м	1000 м	Прыжок в длину с места	Подтягивание на перекладине
1 курс	92,3	28,2	56,4	58,9
2 курс	84,6	15,4	56,4	41
3 курс	87,2	18	38,4	66,7
КП за 3 года	88	20,5	50,4	55,5
% неуспевающих	–	41,9	19,2	35

В подтягивании на перекладине не справляются с нормативами программы 30,8%; 48,7%; 25,6%; учащихся соответственно. К третьему курсу уменьшается оценок «пять», но увеличивается оценок «четыре».

В беге на 1000метров с нормативами не справляются 41% учащихся 1–2 курсов и 43,6% третьего курса. Среди положительных оценок преобладают оценки «три» 30,8%; 43,6%; 38,5% на 1–3 курсах соответственно.

Качественный показатель (КП) успеваемости учащихся СПУ самый высокий в беге на 100метров, а самый низкий в беге на 1000метров. В прыжках в длину с места и в подтягивании на перекладине КП выше 50%. Неуспевающих в тестируемых видах больше всего в беге на 1000метро и в подтягивании на перекладине.

**Выводы.** Следует отметить, что в СПУ в настоящее время нет должных условий для проведения занятий по физической культуре, отсутствие спортивной базы, недостаток инвентаря не способствуют улучшению качества учебного процесса. В сложившейся ситуации большое значение

приобретает самостоятельная работа. Но данная проблема не будет решена без убеждения учащихся в необходимости самостоятельных занятий для повышения состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности. Важнейшей задачей физического воспитания является перевод учащихся из состояния управления в самоуправление. На это должны быть ориентированы учебные программы.

Для улучшения физического состояния учащихся СПУ следует на занятиях включать кроме материала обязательной программы дополнительные упражнения, способствующие воспитанию физических качеств. Особое внимание следует уделять развитию качества силы и выносливости. Для более качественной и полной оценки уровня физической подготовленности необходимо чаще проводить тестирование с целью объективной информации о состоянии подготовленности учащихся, контроля и коррекции. Для отстающих учащихся следует разработать и рекомендовать выполнять специальные комплексы домашних заданий.

### **Литература:**

1. Полянский В.П. Теоретико–методические основы совершенствования прикладной физической культуры (ее содержание и формы) в современном обществе: автореф. дис... д–ра пед. наук. / В.П.Полянский – М., 1999. – 62 с.

2. Уваров В.А. Анализ изменения физической подготовленности, физического развития и здоровья студентов за последнее десятилетие (1989–1999)/ В.А.Уваров, Н.К.Ковалев, Т.А. Булавина //Организация и методика учебного процесса, физкультурно–оздоровительной и спортивной работы: Материалы международной конференции. Часть 1.–Ростов–на–Дону, 2000.–С.138–144.