

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования
«Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

**ЗДОРОВЬЕ
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ:
ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ,
СПОРТА И ТУРИЗМА НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ**

Сборник научных статей

Минск 2011

УДК 61-057.87
ББК 51
3465

Редколлегия:

кандидат филологических наук, доцент *М.М. Круталевич*;
кандидат биологических наук, доцент *Н.Г. Соловьева*;
кандидат педагогических наук, доцент *С.Я. Юранов*;
кандидат педагогических наук *В.Е. Васюк*;
кандидат педагогических наук, доцент *А.Р. Борисевич* (отв. ред.)

Рецензенты:

кафедра спортивных игр БГУФК;
доктор педагогических наук, профессор *Н.К. Степаненков*

Здоровье студенческой молодежи: организация физической культуры, спорта и туризма на современном этапе : сб. науч. ст. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. М.М. Круталевич, Н.Г. Соловьева, А.Р. Борисевич (отв. ред.) и др. – Минск : БГПУ, 2011. – 278 с.

ISBN 978-985-501-929-0.

В сборнике представлены статьи по актуальным проблемам физического воспитания, спорта и туризма. Рассматриваются подходы, идеи и перспективы решения проблем оздоровления обучающихся средствами физической культуры, студенческого спорта в учебных заведениях. Предлагаются пути совершенствования двигательной активности, формирования потребностей и интересов студентов в сфере физической культуры и спорта. Раскрываются вопросы подготовки специалистов в области физической культуры, спорта и туризма.

Адресуется преподавателям, студентам, магистрантам и аспирантам вузов.

УДК 61-057.87
ББК 51

ISBN 978-985-501-929-0

© БГПУ, 2011

ЗАНЯТИЯ В ГРУППАХ ПОДДЕРЖКИ – ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА СТУДЕНТОВ

Аксютнич Е.В., Бессмертная Е.А., г. Минск, Беларусь

In the course of research data on influence of employment in support group on development of communicative abilities are revealed. Approbation of pedagogical experiment, toolkit of an estimation of success: pedagogical supervision, poll and testing of students.

Черлидинг (англ. *cheer* – веселье, одобрительное приветствие, восклицание и *lead* – вести, управлять) как вид спорта приобрел широкое распространение в 70-е гг. XX в. в США. Около десяти лет назад черлидинг появился в России. В декабре 2007 г., благодаря поддержке клуба современного танца «Black Fox» в Министерстве юстиции Республики Беларусь было официально зарегистрировано общественное объединение «Белорусская федерация черлидинга и команд поддержки», что способствовало активному развитию и росту популярности этого вида физкультурной деятельности в нашей республике.

Черлидинг включает два направления. Первое – это популярный во многих странах мира командный вид спорта, по которому проводятся чемпионаты Мира и Европы. Второе – выступления групп поддержки, которые представляют собой зажигательное, эмоциональное и азартное зрелище, где танцевальные элементы гармонично сочетаются с элементами гимнастики и акробатики.

По результатам изучения интереса студентов Академии управления к данному виду физкультурной деятельности в 2008/2009 учебном году была создана группа поддержки из 20 студенток 3–4 курсов преимущественно специальных медицинских групп. Создавая группу поддержки на базе данного контингента (СМГ), основными задачами являлись:

- разнообразие досуга студенток;
- привлечение их к активной двигательной деятельности;
- повышение интереса к занятиям физическими упражнениями;
- достижение позитивных изменений в функциональном состоянии организма на фоне регулярных дополнительных занятий в группе поддержки.

Апробация педагогического эксперимента продолжалась в течение года. Инструментарием оценки ее успешности явились: педагогические наблюдения, опрос и тестирование студенток.

Анализ полученных данных показал в 100 % случаев высокую мотивированность студенток к посещению занятий группы поддержки (на основании результатов опроса и посещаемости занятий). Компоненты мотивации при этом были различны: 60 % занимающихся считают, что участие в группе поддержки влияет на повышение интереса к ним со стороны противоположного пола; 35 % участниц нравится выполнять упражнения под музыкальное сопровождение, а также возможность пополнения двигательного арсенала танцевальными движениями, которые им необходимы для посещения дискотек; 15 % нравятся выступления перед публикой.

СОДЕРЖАНИЕ

Аксютин Е.В., Бессмертная Е.А. ЗАНЯТИЯ В ГРУППАХ ПОДДЕРЖКИ – ЭФФЕКТИВНЫЙ СПОСОБ ОРГАНИЗАЦИИ ДОСУГА СТУДЕНТОВ	3
Амвросьева С.П., Гусева Е.А., Лысый Б.В. ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ.....	5
Аринович И.С. НЕКОТОРЫЕ АСПЕКТЫ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА ПО СПЕЦИАЛИЗАЦИИ «МЕНЕДЖМЕНТ ТУРИЗМА»	6
Аринович И.С. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМЫХ КАЧЕСТВ МЕНЕДЖЕРА ПО ТУРИЗМУ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ	9
● Балай А.А., Сущенко Г.Н. МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ОУО I КУРСА БГПУ В 2008/2009 УЧЕБНОМ ГОДУ	11
● Балай А.А., Сущенко Г.Н., Туркина Е.А. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ОУО I КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ БГПУ В 2008/2009 И 2009/2010 УЧЕБНОМ ГОДУ.....	14
Барановская Д.И., Врублевская В.И. ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ИНТЕРАКТИВНОГО ОБУЧЕНИЯ.....	18
Барановская Д.И., Прилуцкий П.М., Булыгина И.И. ПУЛЬСОВАЯ СТОИМОСТЬ СОРЕВНОВАТЕЛЬНЫХ И ТРЕНИРОВОЧНЫХ НАГРУЗОК У СТУДЕНТОК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФУТБОЛОМ	20
Бурак Р.И., Кожух Л.П., Лавринович С.С. ОПРЕДЕЛЕНИЕ И ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ	25
Бурнос М.А., Дулькина Г.И., Тростинецкая Н.Г. СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ, ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК СМО РАЗНЫХ ТИПОВ ТЕЛОСЛОЖЕНИЯ.....	27
Бутько А.В., Грушник А.В. ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫХ МЕТОДИК ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СО СТУДЕНТАМИ ТВОРЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ.....	29
Винник В.А., Кольцова Е.В., Пономарчук В.А. РОЛЬ СЕМЬИ В СИСТЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ.....	32
Власенко Н.Э. ЗНАЧЕНИЕ ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ИНФОРМАЦИИ В СИСТЕМЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ	34
Войнило С.В., Глинский С.А. СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ В УСЛОВИЯХ УЧЕБНОГО ЗАВЕДЕНИЯ.....	37
Волков Ю.О., Солтанович Л.Л. МАТЕМАТИКО-СТАТИСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПРИ СОЗДАНИИ ТЕСТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «СПОРТИВНАЯ МЕТРОЛОГИЯ»	38
Воронцовская Л.Н. РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ КАК ОСНОВА ОБУЧЕНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИМ ТЕХНОЛОГИЯМ.....	41
Воронович Ю.В., Лавшук Д.А. БИОМЕХАНИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ТЕХНИКИ РЫВКА В ТЯЖЕЛОЙ АТЛЕТИКЕ	43
Головач М.В., Малкоч А.М., Залетенко Д.А. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ТИПОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ КРОВООБРАЩЕНИЯ У СТУДЕНТОВ БИОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА БРЕСТСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА.....	45

Гордеева И.В. О ФОРМИРОВАНИИ КОММУНИКАТИВНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ У БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ ТУРИСТСКО-РЕКРЕАЦИОННОЙ СФЕРЫ	47
Грачева О.С. ИННОВАЦИОННЫЕ МЕТОДЫ В СИСТЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ МОТИВАЦИИ СТУДЕНТОВ К АКТИВНЫМ ЗАНЯТИЯМ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ.....	49
● Григоревич И.В., Желнерович В.Г., Вашкевич А.А. УРОВНИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ БГПУ	51
Гуткина Т.Е., Сердюкова Е.Н. СТЕП-АЭРОБИКА В ВУЗЕ.....	54
Дубинин А.В., Саплин А.В. ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ЦЕЛЕНАПРАВЛЕННОГО РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ	55
● Досин Ю.М., Лысый Б.В., Игоница Е.Н. ИНТЕГРАТИВНАЯ ОЦЕНКА ГОРМОНАЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ЩИТОВИДНОЙ ЖЕЛЕЗЫ КАК КРИТЕРИЙ ЗДОРОВЬЯ.....	58
Екимов В.Ю., Крижевич Т.О. СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ПРЕПОДАВАНИЯ БИОМЕХАНИКИ В БГПУ	60
Злотников А.А. МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ АНАЛИЗА СПОРТИВНОЙ АКТИВНОСТИ.....	64
Иванов В.Г., Мазько С.Г. МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ТЕСТИРОВАНИЯ АЭРОБНЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА	66
Иванов В.Г., Шутов В.В. ЭКСПРЕСС-ТЕСТИРОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ.....	67
Игоница Е.Н. ТУРИЗМ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ И СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ.....	69
Кааиб Имад Р.М., Плыгань Г.А., Шумаков С.Г. НЕКОТОРЫЕ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНЫЕ ДАННЫЕ О ПУТЯХ РЕАЛИЗАЦИИ СЕНСОРНО-МОТОРНОЙ АКТИВНОСТИ В БЕГЕ НА СКОРОСТЬ.....	72
Карнейчик В.В., Барановская Д.И., Врублевская В.И. ПУТИ АКТИВИЗАЦИИ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ.....	75
Кветинский С.С., Бардюков Н.П., Суворов А.С. ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ НАПИСАНИЯ КУРСОВЫХ И ДИПЛОМНЫХ РАБОТ	77
Киоселев В.М., Азарова Е.А. ЛЫЖНАЯ ПОДГОТОВКА И ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ.....	79
Ключников А.В., Нарский Г.И. К ВОПРОСУ ОБ УПРАВЛЕНИИ КОМПЛЕКСНОЙ ПОДГОТОВКОЙ СТУДЕНТОВ В УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ВУЗЕ	81
Кобзев В.Ф., Соловьева Н.Г., Горещнякова Н.Н. ФИЗИЧЕСКАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ КАК КРИТЕРИЙ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ.....	83
Коваленко М.В., Боровицкая Н.О. ГАНДБОЛ В СТРУКТУРЕ СПОРТИВНЫХ ИГР В ВУЗЕ	87
● Котов И.В. БОЛЕЗНИ КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ У СТУДЕНТОВ БГПУ: ДИНАМИКА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ, ПРОБЛЕМЫ УЧЕТА.....	88
● Круталевич М.М., Балай А.А. СТАН I ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТТЯ ФИЗИЧНАЙ КУЛЬТУРЫ I СПОРТУ У БДПУ	89

мнемических способностей; высокий уровень развития переключения и распределения внимания; способность влиять на окружающих.

Среди необходимых личностных качеств, интересов и склонностей современного менеджера туризма выделим следующие: энергичность, эрудированность; терпимость, интерес и уважение к людям; оригинальность, находчивость, разносторонность; артистизм; наблюдательность; тактичность, воспитанность; стремление к саморазвитию; уверенность в себе, принимаемых решениях; целеустремленность, настойчивость; творческое начало; гибкость; упорядоченность; наличие развитой интуиции.

Адекватное требованиям рынка труда профессиональное образование обеспечивает успешное развитие туризма как отрасли экономики. В профессиональной подготовке специалистов в сфере туристской деятельности особое место занимает учебно-производственная практика. Именно во время учебно-производственной практики в туристских предприятиях студенты наглядно знакомятся со многими тонкостями и нюансами профессии.

Существующая в настоящее время учебно-производственная практика студентов вуза в туристских фирмах носит, как правило, кратковременный характер и не обеспечивает освоение всех сторон деятельности менеджера туризма. Анализ существующей практики студентов в туристских фирмах говорит о том, что основными недостатками ее организации и содержания являются следующие: неразработанность критериев отбора туристских фирм и руководителей практики из числа специалистов турфирм; организация практики в учебное время, – как правило, наименее активный период в деятельности туристской фирмы; кратковременное пребывание студентов на практике и др. Все это снижает эффективность такого важного средства подготовки специалистов для сферы туристской деятельности.

Учебно-производственная практика студентов в туристской фирме должна решать следующие задачи: сформировать и закрепить профессионально значимые качества менеджера по туризму; способствовать их профессиональному росту и сокращению сроков адаптации к трудовой деятельности.

Они могут быть успешно решены в том случае, если:

- будет разработана структура учебно-производственной практики, учитывающая ее продолжительность; взаимосвязь со специальными знаниями и умениями, полученными в процессе обучения;
- будет соответствующий педагогический и квалификационный уровень руководства практикой со стороны специалистов фирмы;
- содержание видов деятельности студентов во время практики будет соответствовать уровневой системе освоения профессионального труда сотрудников туристской фирмы;
- формы обучения будут способствовать формированию профессионально значимых качеств, характерных для специалиста туристской сферы деятельности.

Сфера туристской деятельности нуждается в специалистах на уровне высшего образования, готовых к самостоятельной творческой деятельности по своему направлению и имеющих углубленную профессиональную специализацию. Поскольку рынок

труда нуждается в основном в специалистах, имеющих специальное образование и узкую специализацию (то есть «свое» направление), следует активно корректировать образовательный процесс с целью развития необходимых навыков и умений, а также качеств личности, позволяющих в дальнейшем применять теоретические знания в практической деятельности и быстро осваивать новые технологии и направления туристской сферы деятельности.

Профессиональная подготовка по основным специальностям в области туризма обеспечивается многими дисциплинами учебного плана. Опыт подготовки менеджеров туризма показывает, что в методике преподавания специальных дисциплин в области туризма наблюдается разрыв между теорией и практикой в обучении. На изучение некоторых дисциплин выделено недостаточное количество учебного времени, в новых учебных планах некоторые дисциплины объединены с ущербом для системы профессиональной подготовки менеджеров туризма. Содержание подготовки специалистов туристского профиля предполагает органическую связь различных областей знаний в сфере туризма, что позволит выпускникам туристических вузов работать в качестве руководителей и организаторов в различных подразделениях туристских фирм. Новые учебные программы направлены между тем на подготовку руководителей сферы туризма.

Туризм имеет большое значение и в воспитании подрастающего поколения. Педагог, владеющий навыками и умениями организатора туризма и экскурсий, сумеет не только расширить детский кругозор, но и сформировать эстетические вкусы учащихся.

Литература

1. Скоробогатова, Л.Г. Методические основы учебно-производственной практики в процессе профессиональной подготовки менеджера туризма: дис. ... канд. пед. наук / Л.Г. Скоробогатова. – М., 2000. – 126 с.
2. Травова, М.К. Педагогические условия формирования профессионального общения как фундаментальной компетенции менеджера: дис. ... канд. пед. наук / М.К. Травова. – Калининград, 2008. – 191 с.

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ОУО I КУРСА БГПУ В 2008/2009 УЧЕБНОМ ГОДУ

Балай А.А., Сущенко Г.Н., г. Минск, Беларусь

For management optimization by a physical condition of students by an organic part of educational process on physical training there should be constant regular diagnostics socially-personal students.

Физическое состояние – изменяющаяся во времени совокупность ощущений, признаков и свойств, присущих человеку, которая выражается его самочувствием, отношением к какой-либо физической деятельности и возможностями ее осуществления.

Физическое состояние определяется уровнем функциональных возможностей систем, обеспечивающих взрывную силу мышц, подвижность суставов, мышечную силу

и силовую выносливость, координационные способности, подвижность нервных процессов и аэробную производительность. Это те системы, от состояния которых зависит физическое здоровье человека.

Для оптимизации управления физическим состоянием студентов органической частью учебного процесса по физическому воспитанию должна быть постоянная регулярная диагностика социально-личностных компетенций студентов, включающая:

- определение объекта диагностики;
- выявление факта учебных достижений студента с помощью критериально-ориентированных тестов, контрольных тестов физического развития и физической подготовленности, итоговых результатов спортивной деятельности и других средств диагностики;
- измерение степени соответствия учебных достижений студента требованиям стандарта;
- оценивание результатов выявления и измерения соответствия учебных достижений студента требованиям стандарта.

Целью данного исследования являлось изучение эффективности системы управления физическим состоянием студентов БГПУ.

Для выполнения поставленной цели решались следующие задачи:

- определить индивидуальные уровни физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студентов ОУО I курса БГПУ в 2008/2009 учебном году;
- выявить динамику физического состояния студентов в 2008/2009 учебном году;
- дать оценку эффективности системе управления физическим состоянием студентов БГПУ.

Предметом исследования являлась система управления физическим состоянием студентов БГПУ. Объектом исследования были студенты ОУО I курса БГПУ в 2008/2009 учебном году.

В ходе настоящего исследования применялись следующие методы: анализ и обобщение специальной литературы, логическое и количественное моделирование структуры физического состояния исследуемого контингента студентов, контрольно-педагогические испытания для определения физического развития, функционального состояния и физической подготовленности, методы математической статистики.

В октябре и мае 2008/2009 учебного года были обследованы студенты ОУО I курса (953 и 1207 студентов соответственно) по наиболее простым, доступным, обладающим высокой степенью информативности и надежности тестам [1–2]: рост, вес, ростомассовый показатель (физическое развитие); ЧСС в покое, проба на дозированную нагрузку, пробы Штанге и Генчи – (функциональное состояние); бег на 30 и 100 м (скоростные способности), челночный бег 4х9 м (координационные способности), прыжок в длину с места (скоростно-силовые способности), наклон вперед из положения сидя на полу (гибкость), сгибание-разгибание туловища из положения лежа на спине,

подтягивание в висе на перекладине (силовые способности), шестиминутный бег (общая выносливость).

Результаты и их обсуждение. Установлено (рисунок 1), что количество студентов с «очень высоким» и «низким» уровнем физического развития и функционального состояния за исследуемый период времени незначительно увеличилось на 2,5 % и 1,3 % соответственно. Количество студентов с «высоким» и «средним» уровнем снизилось на 3,4 % и 0,4 %.

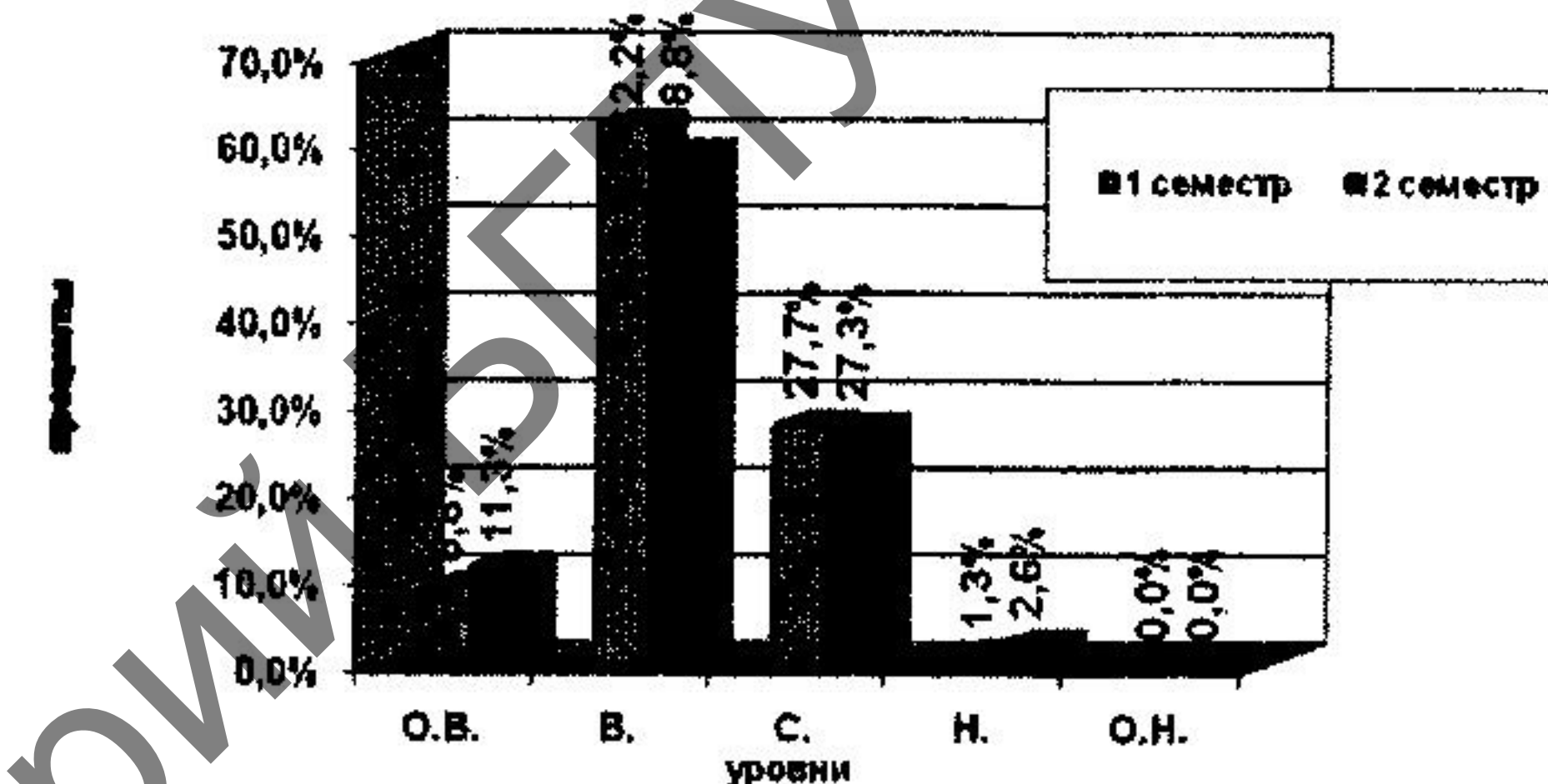


Рисунок 1 – Уровни физического развития и функционального состояния студентов ОУО I курса БГПУ в 2008/2009 учебном году

Изменения уровней физической подготовленности студентов имеют более выраженный характер. Так, количество студентов с «очень высоким» и «высоким» уровнем физической подготовленности за учебный год (рисунок 2) увеличилось на 1,5 % и 6,6 % соответственно. Количество студентов со «средним» и «низким» уровнем физической подготовленности к концу учебного года уменьшилось на 1,8 % и 6,0 %.

Физическое состояние студентов БГПУ к концу 2-го семестра также улучшилось (рисунок 3). Количество студентов с «очень высоким» и «высоким» уровнем физического состояния за исследуемый период времени увеличилось на 1,1 % и 8,0 % соответственно. Количество студентов со «средним» и «низким» уровнем снизилось на 7,4 % и 1,6 %.

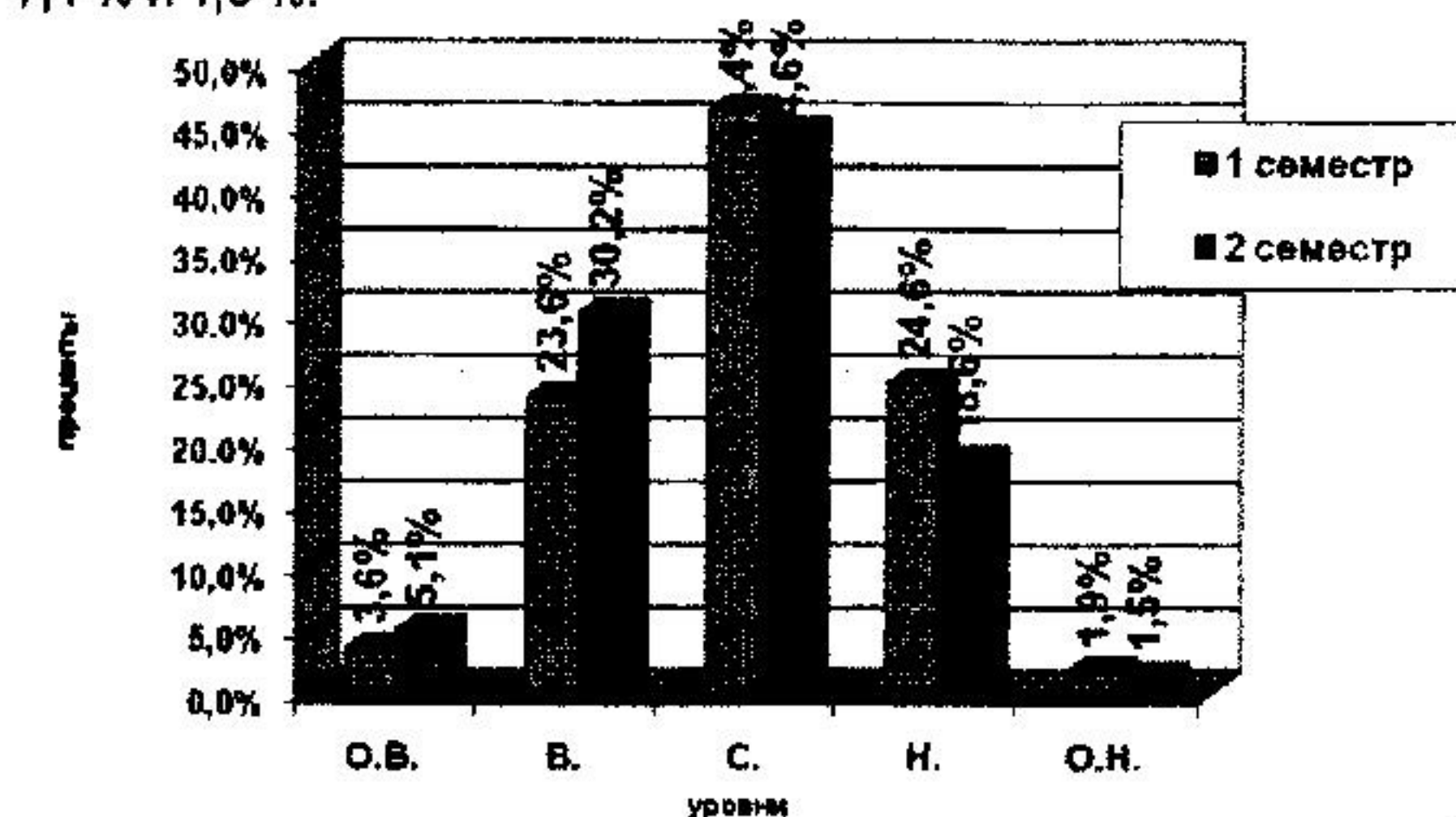


Рисунок 2 – Уровни физической подготовленности студентов ОУО I курса БГПУ в 2008/2009 учебном году

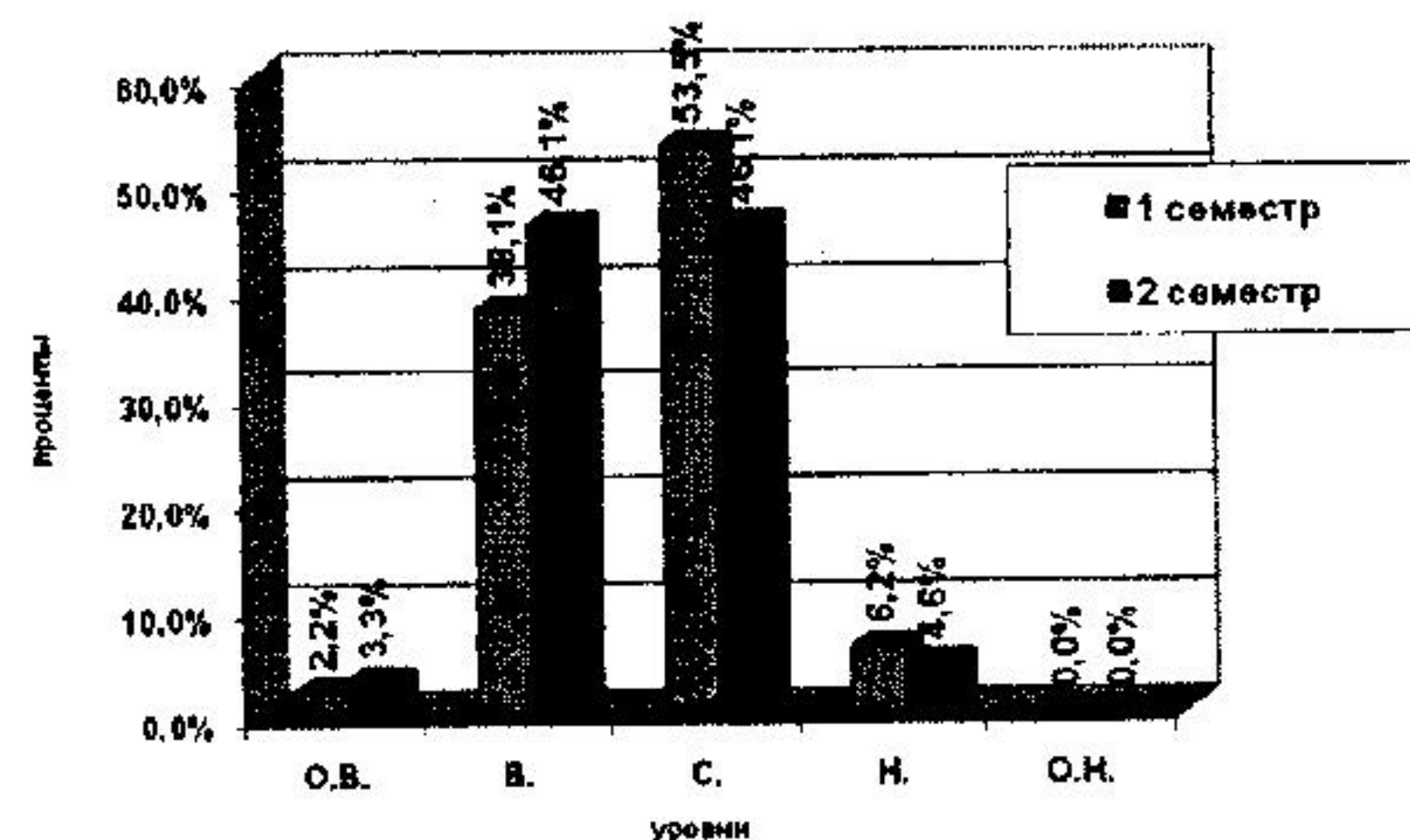


Рисунок 3 – Уровни физического состояния студентов ОУО I курса БГПУ в 2008/2009 учебном году

Выводы:

1. Анализ результатов исследования позволяет констатировать, что физическое состояние студентов ОУО I курса БГПУ за учебный год улучшилось. Количество студентов с «высоким» уровнем физического состояния увеличилось на 8,0 %, а количество студентов со «средним» уровнем снизилось на 7,4 %. Это подтверждается тем, что в данный период преподаватели кафедры осуществляли должный контроль за физическим состоянием студентов (информационная обратная связь через журнал учета учебной работы по физическому воспитанию).

2. Введение в систему управления физическим состоянием студентов БГПУ дополнительного контура обратной связи через журнал учета работы по физическому воспитанию позволяет утверждать, что такая 3-х контурная система управления физическим состоянием студентов является эффективной.

Литература

1. Физическая культура: типовая учебная программа для высших учебных заведений / сост.: В.А. Коледа [и др.]. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.
2. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь / отв. за вып.: Н.Н. Батаева. – Минск, 2008. – 52 с.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ОУО I КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ БГПУ В 2008/2009 И В 2009/2010 УЧЕБНЫХ ГОДАХ

Балай А.А., Сущенко Г.Н., Туркина Е.А., г. Минск, Беларусь

For the purpose of education of motivational, functional and impellent readiness of students to the healthy way of life, steady sports activity the physical training and sports chair develops and introduces in practice of work a health diary.

Одна из задач физического воспитания – формирование у студентов устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, сознательно-активного отношения к физической культуре.

Анкетный опрос студентов 9 вузов Республики Беларусь (БГПУ, БГУ, БНТУ, БГУИР, БГЭУ, БАТУ, БГУФК, БГУК, МГЭИ) позволил выявить неустойчивость физкультурной

активности респондентов, низкую самостоятельность и общественную активность студенческой молодежи. Анализ устойчивости физкультурной активности свидетельствует, что средства физической культуры от случая к случаю используют 11,8 % опрошенных, 1–2 раза в неделю – 53,6 %, 3–4 раза – 19,3 %, 5–6 раз – 9,1 %, еженедельно – 4,7 %. В целом у менее половины опрошенных студентов (48 %) длительность занятий отвечает требованиям рационального двигательного режима [1].

С целью воспитания мотивационной, функциональной и двигательной готовности студентов к здоровому образу жизни, устойчивой физкультурной активности кафедрой физического воспитания и спорта разработан и внедрен в практику работы дневник здоровья (биологическая обратная связь в системе управления физическим состоянием студентов).

Систематическое ведение дневника здоровья предусматривает:

- получение студентами знаний в области физической культуры, (по основам воспитания двигательных способностей и особенностям функционирования организма человека);
- овладение умениями определять и оценивать в динамике уровень своего физического состояния по показателям физического развития, функционального состояния, физической подготовленности, а также составлять, обосновывать и проводить комплексы физических упражнений для воспитания двигательных способностей;
- воспитание осознанной необходимости в занятиях физической культурой, самостоятельных занятиях и самоконтроле;
- укрепление здоровья, повышение уровня физической подготовленности и работоспособности студентов за счет увеличения бюджета времени на физическую культуру;
- привитие устойчивого интереса и потребности к повседневным занятиям физическими упражнениями, спортом через индивидуализацию выбираемых видов и форм физической деятельности;
- привитие навыков самостоятельной организации своей мышечной деятельности.

Целью исследования являлось изучение эффективности системы управления физическим состоянием студентов факультета психологии БГПУ.

Задачи исследования:

1. Определить индивидуальные уровни физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студентов ОУО I курса факультета психологии в 2008/2009 и в 2009/2010 учебных годах.
2. Выявить динамику физического состояния студентов ОУО I курса факультета психологии в 2008/2009 и в 2009/2010 учебных годах.
3. Дать оценку эффективности системы управления физическим состоянием студентов факультета психологии БГПУ.

Методы исследования – анализ и обобщение научно-методической литературы, контрольно-педагогические тесты для определения физического развития, функционального состояния и физической подготовленности, методы математической статистики.

В октябре и мае 2008/2009, 2009/2010 учебных годов были обследованы студенты ОУО I курсов факультета психологии (соответственно 73 и 115 студентов, что состав-