

Григоревич, И.В. Оценка физического состояния студентов БГПУ/ И.В. Григоревич, Г.В. Поляков, В.А. Тереня // Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов [Электронный ресурс] : материалы междунар. науч.- практ. онлайн-конф., Респ. Беларусь, Минск, 28 янв. 2021 г. / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: Ю. И. Масловская (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2021. С.83-85

УДК 611.1 – 057

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ БГПУ

И. В. Григоревич, Г. В. Поляков, В.А. Тереня

*Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка
г. Минск, Республика Беларусь
E-mail: GrigorIvanVlad@gmail.com*

Введение. В системе физкультурного образования под физическим состоянием принято понимать совокупность показателей, характеризующих физическое развитие, функциональное состояние организма и физическую подготовленность.

Высокий уровень физического состояния будущего специалиста создает благоприятные условия для успешной профессиональной деятельности, опосредованно проявляясь в ней, главным образом, через такие факторы, как состояние здоровья, общая выносливость, умственная работоспособность и т.д. [1].

Цель исследования. Проанализировать физическое состояние студентов юношей БГПУ и найти эффективные средства для улучшения его в процессе физического воспитания в университете.

Методика и организация исследования. В работе использовались следующие методы исследования: тестирование физического состояния студентов, статистическая обработка результатов и их анализ.

В работе представлены результаты тестирования юношей четырех факультетов и института психологии. Для анализа были взяты результаты тестирования юношей основного и подготовительного учебных отделений второго курса в первом и четвертом семестрах.

Физическое развитие исследовалось по показателям роста, массы тела с последующим расчетом росто-массового показателя.

Функциональное состояние студентов определялось следующими пробами: ортостатическая проба, проба на дозированную нагрузку, пробы с задержкой дыхания на вдохе (Штанге) и выдохе (Генчи).

Физическая подготовленность определялась следующими тестами: бег 30 и 1500 метров, прыжок в длину с места, челночный бег 4×9 метров, наклон туловища вперед из положения сидя, подтягивание на высокой перекладине, плавание [2].

Результаты исследования и их обсуждение. Оценки физического состояния студентов, принявших участие в исследовании на протяжении двух лет обучения в университете, представлены на рисунке 1.

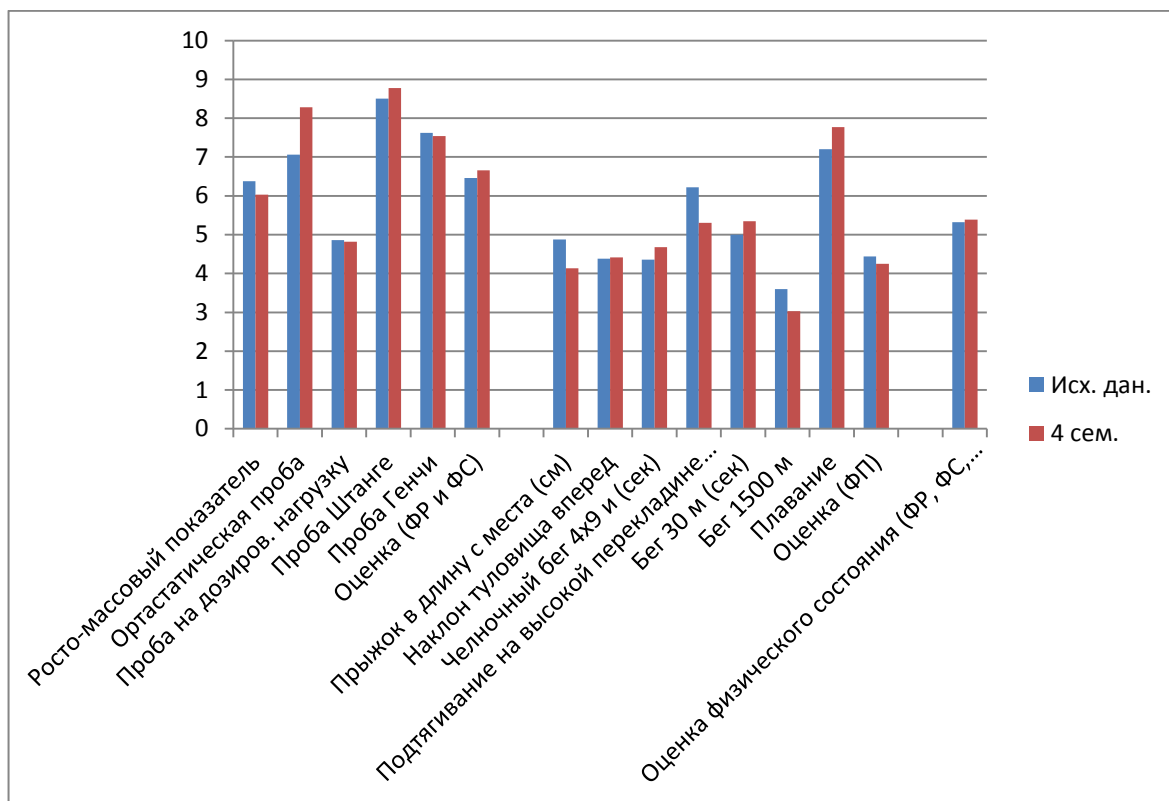


Рисунок 1. Оценки физического состояния студентов

Оценка физического развития (росто-массового показателя) в первом семестре у студентов была больше (6,4 балла), чем в четвертом (6,0 баллов). Ниже были оценки в четвертом семестре в пробе на дозированную нагрузку (4,9 и 4,8 соответственно), а также в пробе Генчи (7,6 и 7,5 баллов). Выше были оценки в четвертом семестре в ортоstaticической пробе (7,1 и 8,3) и пробе Штанге (8,5 и 8,8 баллов соответственно).

Общая оценка физического развития и функционального состояния юношей университета составила 6,5 балла в первом семестре и 6,7 баллов в четвертом. На основании этого можно резюмировать, что у студентов к концу 4 семестра произошли небольшие улучшения этих показателей.

Оценка физической подготовленности к концу четвертого семестра уменьшилась на 0,2 балла, с 4,4 в первом семестре до 4,2 во втором. Это произошло в основном из-за трех тестов (прыжка в длину с места (оценки 1 и 4 семестров - 4,9 и 4,1 соответственно), подтягивания (6,2 и 5,3) и бега на 1500 метров (3,6 и 3,0)).

Оценка физического состояния (физического развития, функционального состояния, физической подготовленности) юношей БГПУ им. М. Танка улучшилась на 0,1 балла (5,3 балла в первом семестре и 5,4 балла в четвертом). Улучшение оценки физического состояния произошло из-за более высоких баллов физического развития и функционального состояния.

Заключение. Анализ тестирования студентов структурных подразделений университета позволяет констатировать, что общая оценка физического состояния юношей БГПУ в период обучения с 1 по 2 курс относительно низкая и наблюдается закономерность к незначительному росту ее к концу четвертого семестра обучения в университете. Для улучшения физического состояния студентов БГПУ преподавателями кафедры физического воспитания и спорта ведется поиск соответствующих средств и форм занятий.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Григоревич, И.В. Физическое состояние студентов БГПУ / И.В. Григоревич, Ю.А. Авхимович, О.С. Чулкова // Теория и практика физической культуры, спорта и туризма: педагогические чтения: сб. науч. ст. / редкол.: А.Р. Борисевич (пред.) [и др.] – Минск: РИВШ, 2018. - С.16 - 18.

2. Григоревич, И.В. Показатели физической подготовленности студентов юношей БГПУ. / И.В. Григоревич, А.А. Кукель // Общественные и гуманитарные науки : материалы 83-й науч.-техн. конференции профессорско-преподавательского состава