

УДК 796.011.3-057

**УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И
ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ БГПУ**

*Григоревич Иван Владимирович, кандидат педагогических наук, доцент,
Балабан Анна Петровна, старший преподаватель,
Белорусский государственный педагогический университет имени
Максима Танка, г. Минск, Республика Беларусь
GrigorIvanVlad@gmail.com*

Аннотация. В статье представлены уровни физического развития и функционального состояния девушек и юношей факультета социально-педагогических технологий БГПУ.

Ключевые слова: физическое развитие, функциональное состояние, уровень физического развития и функционального состояния.

**THE LEVEL OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND FUNCTIONAL
CONDITION OF STUDENTS OF THE FACULTY OF SOCIAL AND
PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES OF BSPU.**

Grigorevich Ivan Vladimirovich, candidate of pedagogical sciences, associate Professor, **Balaban Anna Petrovna**, senior lecturer, Belarusian State Pedagogical University named after Maxim Tank, Minsk, Republic of Belarus

Annotation. The article presents the levels of physical development and functional state of girls and boys of the Faculty of Social and Pedagogical Technologies of the Belarusian State Pedagogical University.

Keywords: physical development, functional state, level of physical development and functional state

Введение

Одной из главных задач физического воспитания в вузе является повышение уровня здоровья и физического состояния студентов.

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].

Объективная информация об уровне физического состояния позволяет корректировать средства и методы педагогического воздействия на организм студентов.

Цель работы. Определить уровень физического развития и функционального состояния студентов факультета социально-педагогических технологий 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 развития и функционального состояния студентов, статистическая обработка результатов и их анализ. Для анализа были взяты результаты тестирования девушек и юношей основного и подготовительного учебных отделений в первом и четвертом семестрах (осень 2020 г. и весна 2022 г.).

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

Функциональное состояние студентов определялось следующими пробами: ортостатическая проба, проба на дозированную нагрузку, пробы с задержкой дыхания на вдохе (Штанге) и выдохе (Генчи) [2].

Результаты тестирования оцениваются в баллах от 1 до 10 и затем определяется уровень физического развития и функционального состояния студентов. Уровень физического развития и функционального состояния тестируемого оценивается как "низкий" при выполнении теста на 1-2 балла, "ниже среднего" на 3-4 балла, "средний" на 5-6 баллов, "выше среднего" на 7-8 баллов и "высокий" на 9-10 баллов. В зависимости от набранной суммы

баллов и количества выполненных тестов определяется уровень физического развития и функционального состояния студентов.

Основная часть

В начале первого семестра 49% студентов основного и подготовительного учебных отделений факультета социально-педагогических технологий имели уровень физического развития и функционального состояния «выше среднего», 38,8% - «средний» и 10,2% - «ниже среднего» (рисунок 1).

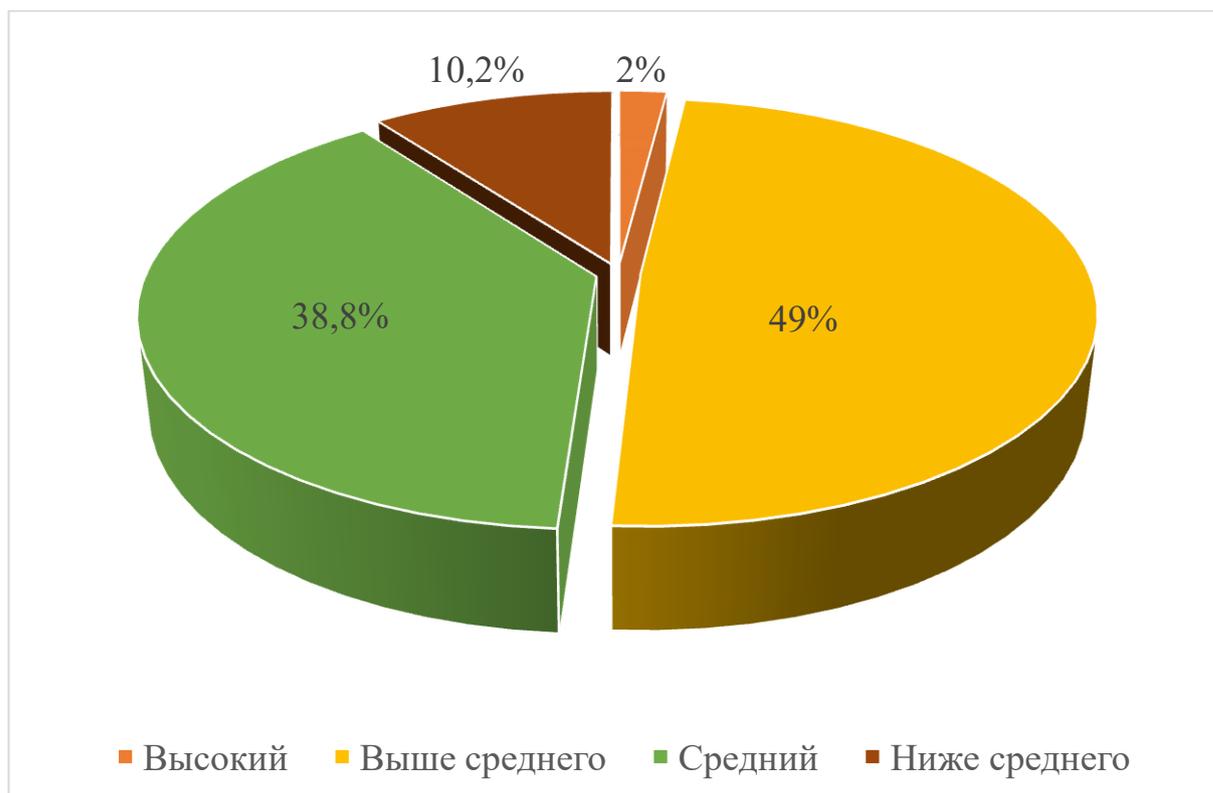


Рисунок 1 – Количество студентов I курса факультета в начале первого семестра по уровням физического развития и функционального состояния

На основе данных исследования можно считать, что уровень физического развития и функционального состояния организма около 88% студентов факультета социально-педагогических технологий находится в диапазоне от «среднего» до «выше среднего».

К концу четвертого семестра количество студентов с «высоким» уровнем увеличилось на 1,8% и «выше среднего» на 7,6% и их стало 56,6%

(рисунок 2). Улучшение некоторых показателей свидетельствует о положительном влиянии занятий физической культурой в вузе.

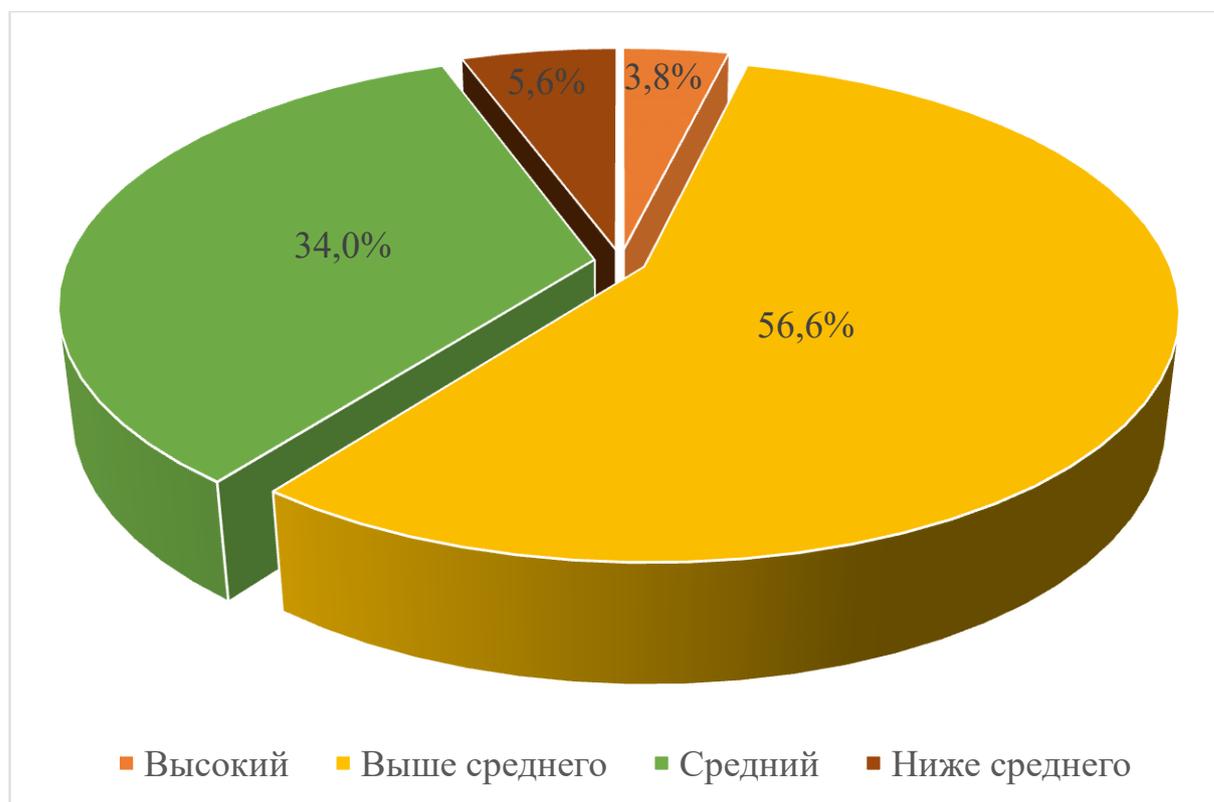


Рисунок 2 – Количество студентов II курса факультета в конце четвертого семестра по уровням физического развития и функционального состояния

В течение четырех семестров произошли небольшие позитивные изменения по большинству исследуемым показателям. Полученные результаты указывают, что необходимо придерживаться приоритетной оздоровительной направленности физического воспитания студентов, за счет использования оздоровительных технологий оптимизирующих функциональное состояние организма студентов.

Выводы

Анализ результатов тестирования студентов факультета социально-педагогических технологий к концу второго года обучения показывает улучшение некоторых показателей, что свидетельствует о положительном влиянии занятий физической культурой в вузе. Для достижения лучших результатов необходимо повышать мотивацию у студентов к систематическим занятиям физической культурой, обращать внимание

студентов на важность самостоятельных занятий физическими упражнениями, а также использовать оздоровительные технологии.

Литература

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, научных сотрудников и аспирантов (с международным участием), Минск, 4–15 февраля 2019 г. [Электронный ресурс] / отв. за издание И. В. Войтов; УО БГТУ. – Минск: БГТУ, 2019. С.215-216.