**ОРГАНИЗАЦИОННО**-**МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ КОНТРОЛЯ**

**ЗА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬЮ СТУДЕНТОВ БГПУ**

*Балай А.А., Сущенко Г.Н., Кукель А.А.*

*г. Минск,**Беларусь*

*To control the physical preparedness, heterogeneous set of tests is proposed to be used, allowing to determine the dynamics of the physical condition of BSPU students in precise quantitative terms.*

Актуальность.Объективные данные о деятельности различных систем и функций организма студента, характере изменений, происходящих под воздействием физических нагрузок, уровне развития отдельных физических качеств могут дать средства педагогического контроля.

Построение системы педагогического контроля должно быть соответствующим образом обосновано. Важным в этой проблеме является выбор контрольных показателей [1,2].

Цель работы– обосновать использование комплекса тестов для контроля за уровнем физической подготовленности студентов БГПУ.

Для выполнения поставленной цели нами решались следующие задачи:

- изучить виды контрольных испытаний для определения уровня физического состояния студентов,

- определить уровень физического состояния студентов БГПУ,

- выявить информативные и надежные тесты для оценки физической подготовленности студентов БГПУ.

Предметом исследования являлась система педагогического контроля за уровнем физического состояния студентов БГПУ.

Объектом исследования были студенты I курса основного и подготовительного отделений БГПУ.

Методы и организация исследования.Применялись следующие методы: анализ научно-методической литературы, анализ и обобщающая обработка дневников здоровья студентов, журналов учёта учебной работы по физической культуре, педагогическое наблюдение, методы оценки и контроля физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студентов, методы оценки надёжности и информативности тестов, используемых для определения физического состояния студентов, а также методы математической статистики.

В 2010-2011 учебном году была изучена и проанализирована специальная литература по исследуемой проблеме и были трижды обследованы (сентябрь, декабрь 2010 г., май 2011) 663 студента I курса основного и подготовительного отделений по следующим контрольным показателям []: рост, вес, росто-массовый 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 4×9 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 (девушки), подтягивание в висе на перекладине (юноши) (силовые способности), шестиминутный бег (общая выносливость).



Результаты и их обсуждение. Используемые в практической работе тесты для определения уровня физической подготовленности студентов БГПУ являются достаточно информативными и надежными (r = 0,45 - 0,71, различия индивидуальных результатов повторных измерений несущественны).

Контрольные упражнения «бег на 30 м», «прыжок в длину с места» и «челночный бег 4×9 м» имеют наибольшие значения корреляции как с суммой баллов по разделу физической подготовленности (r = -0,71, r = 0,69, r = -0,66), так и с общей суммой баллов по разделам физического развития, функционального состояния и физической подготовленности (r = -0,60, r = 0,61, r = -0,57), при сравнении с тестами «бег на 100 м», «шестиминутный бег», «сгибание-разгибание туловища из положения лежа на спине», «подтягивание в висе на перекладине» (r = 0,50 - 0,58). Наименьшие значения корреляции как с суммой баллов по разделу физической подготовленности (r = 0,48), так и с общей суммой баллов по разделам физического развития, функционального состояния и физической подготовленности (r = 0,45) имеет контрольное упражнение «наклон вперёд из положения сидя на полу».

Следует отметить, что тесты для определения уровня скоростных способностей обладают высокой степенью информативности и надежности, причем контрольное упражнение «бег на 30 м» имеет большие значения корреляции как с суммой баллов по разделу физической подготовленности (r = -0,71), так и с общей суммой баллов по разделам физического развития, функционального состояния и физической подготовленности (r = -0,60), при сравнении с тестом «бег на 100 м» (r = -0,62 и r = -0,56 соответственно).

На наш взгляд, для объективной оценки уровня развития скоростных способностей студентов целесообразнее использовать тест «бег на 30 м». Это обосновано как с позиций физиологических механизмов возникновения взаимосвязи (в частности с уровнем общей физической подготовленности), так и подтверждается, как говорилось выше, бесспорными количественными данными о степени взаимосвязи. Это также согласовывается с Государственным физкультурно - оздоровительным комплексом Республики Беларусь [4], в котором в качестве теста, характеризующего скоростные способности девушек и юношей 19-22 лет используется контрольное упражнение «бег на 30 м».

Необходимо также учитывать, что такой тест, как «бег на 100 м», информативно отражает скоростные способности спортсмена высокой квалификации, пробегающего эту дистанцию быстрее 11,0 с (у юношей) и быстрее 12,0 с (у девушек). Если же говорить о студентах, достижения которых на этой дистанции – 12,0 с и более (у юношей) и 13,0 с и более (у девушек): для них это тест скоростной выносливости. С этой точки зрения, для получения достоверной информации о скоростных способностях студентов БГПУ, имеющих, в большинстве своём, не достаточно высокую спортивную квалификацию, также целесообразнее использовать контрольное упражнение «бег на 30 м».

Проведенное исследование свидетельствует, что для определения уровня физической подготовленности студентов БГПУ целесообразно использовать выявленные информативные и апробированные тесты, исключив из комплекса контрольных упражнений тест «бег на 100 м». Таким образом, гетерогенный комплекс контрольных показателей не будет перегружен эквивалентными тестами, что, в какой-то мере, упорядочит работу преподавателей и позволит в точном количественном выражении определять динамику физического состояния обучающихся.

Выводы: 1. Используемые в практической работе тесты для определения уровня физической подготовленности студентов являются достаточно информативными и надежными (r = 0,45 - 0,71, различия индивидуальных результатов повторных измерений несущественны). 2. Для контроля за физической подготовленностью предлагается использовать гетерогенный комплекс тестов (исключив эквивалентный тест «бег на 100 м»), позволяющий в точном количественном выражении определять динамику физического состояния студентов БГПУ.

*Литература*

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физической культуры: (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): учебник для институтов физической культуры/ Л.П.Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
2. Годик, М.А. Спортивная метрология: учебник для институтов физической культуры/ М.А.Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1988. -192 с.
3. Балай, А.А. Дневник здоровья: (контроль за состоянием здоровья студента) / А.А.Балай, И.Ф.Зайцев, Г.Н.Сущенко. – Минск: БГПУ, 2010.-28 с.
4. Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь/ Утверждено Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 24.06.2008г. № 17. – Минск, 2008.- 49с.