**Иван Владимирович ГРИГОРЕВИЧ, Анатолий Антонович БАЛАЙ, Виктор Антонович ТЕРЕНЯ**

Республика Беларусь, Минск, УО «Белорусский государственный

педагогический университет имени Максима Танка»

**УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ**

**ПЕРВОГО КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ**

**БГПУ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА**

**Summary.** First-year students in the Faculty of Natural basically have "high" and "medium" level of physical development and functional status. Physical training boys is "high", "medium" and "low" level. The physical condition of a vast majority of students corresponds to the "average" level.

**Резюме.** Студенты-первокурсники факультета естествознания в основном имеют «высокий» и «средний» уровни физического развития и функционального состояния. Физическая подготовленность юношей находится на «высоком», «среднем» и «низком» уровнях. Физическое состояние у преобладающего большинства студентов соответствует «среднему» уровню.

**Актуальность.** От состояния здоровья, физического развития и физической подготовленности студенческой молодёжи зависит будущее нашей страны. Объективная информация об уровне физического состояния позволяет корректировать средства и методы педагогического воздействия на организм студентов.

**Цель работы.** Определить уровень физического развития, функционального состояния и физической подготовленности студентов первого курса факультета естествознания БГПУ.

**Методы и организация исследования**. В работе использовались следующие методы исследования: педагогическое наблюдение, тестирование и оценка физического состояния студентов, статистическая обработка полученных данных. Обследовались юноши первого курса факультета естествознания в 2010-2011 учебном году (сентябрь 2010, май 2011 г.).

Физическое развитие определялось по росту и массе тела; функциональное состояние по пробам Штанге и Генчи, пробе на дозированную нагрузку, частоте сердечных сокращений в покое; физическая подготовленность – по шести контрольным нормативам, характеризующим основные двигательные способности студентов.

По разработанным на кафедре физического воспитания и спорта нормативным требованиям результаты тестирования оценивались в баллах от 1 до 10. В зависимости от набранной суммы баллов и количества выполненных тестов уровень физического развития и функционального состояния, уровень физической подготовленности, а также уровень общего физического состояния тестируемых определялся как "очень высокий", "высокий", "средний", "низкий" и "очень низкий".

**Результаты и их обсуждение.**  Установлено (рис.1), что количество

|  |
| --- |
| Рис. 1. Уровни физического развития и функционального состояния  студентов I курса факультета естествознания БГПУ |

студентов со «средним» уровнем физического развития и функционального состояния уменьшилось с 47% в первом семестре до 37% - во втором, а количество студентов с «высоким» уровнем - возросло с 41% в первом семестре до 53% во втором. «Очень высокий» уровень имели 3% и 1% юношей (соответственно в 1 и 2 семестрах).

|  |
| --- |
| Для определения уровня физической подготовленности испытуемых  использовались следующие тесты: бег на 30 м (скоростные способности), прыжок в длину с места (скоростно-силовые способности), челночный бег 4х9 м (координационные способности), шестиминутный бег (общая выносливость), наклон вперед из положения сидя (гибкость), подтягивание на перекладине (силовые способности). Результаты приведены на рисунке 2. |

Рис. 2. Уровни физической подготовленности студентов I курса

факультета естествознания БГПУ

Количество студентов с «очень низким» уровнем физической подготовленности уменьшилось за учебный год с 17% до 8%, а с «низким» уровнем с 36% до 31%. Больше стало студентов со «средним» и «высоким» уровнем подготовленности во втором семестре (39 и 21% соответственно). «Очень высокий» уровень физической подготовленности имели 1 % юношей.

Уровень общего физического состояния определялся в зависимости от количества выполненных тестов путём суммирования баллов по разделам: физическое развитие, функциональное состояние и физическая подготовленность (рис. 3).

Физическое состояние студентов факультета естествознания к концу 2-го семестра также улучшилось. Количество студентов с «низким» уровнем физического состояния стало на 14% меньше, а со «средним» и «высоким» уровнем к концу учебного года увеличилось соответственно на 12% и 3%. Таким образом, за учебный год в уровне физического состояния студентов первого курса факультета естествознания произошли положительные изменения.

|  |
| --- |
|  |

Рис. 3. Уровни физического состояния студентов I курса

факультета естествознания БГПУ

**Выводы**. 1.Анализ результатов исследования позволяет сделать заключение, что студенты-первокурсники факультета естествознания в основном имеют «высокий» и «средний» уровни физического развития и функционального состояния. Физическая подготовленность юношей, в большинстве своём находится на «высоком», «среднем» и «низком» уровнях. Физическое состояние, преобладающего большинства студентов соответствует «среднему» уровню.

2.Физическое состояние студентов за учебный год улучшилось. Количество студентов с «высоким» и «средним» уровнем физического состояния увеличилось на 3% и 12% соответственно, а с «низким» уровнем снизилось на 14%. Это свидетельствует о том, что в данный период времени преподаватели кафедры физического воспитания и спорта осуществляли должный контроль за физическим состоянием студентов и своевременно корректировали средства и методы педагогического воздействия (информационная обратная связь через журнал учёта учебной работы по физическому воспитанию).