

УДК 796.015

Н.Н. Филиппов, зав. кафедрой, д-р пед. наук (БГТУ, г. Минск)
**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА**

Здоровье нации – категория экономическая, политическая, определяющая социальную стабильность. Только здоровые люди могут производить материальные блага, успешно учиться и стать работоспособными специалистами. Физическая культура в высших учебных заведениях Республики Беларусь в современных социально-экономических условиях направлена на сохранение и укрепление здоровья студенческой молодежи и привлечение ее к здоровому образу жизни. Одним из обязательных компонентов в управлении физическим состоянием студентов на учебных занятиях по физической культуре является контрольный раздел, который определяет дифференцированный и объективный учет процесса и результатов учебной деятельности студентов.

Цель исследования – технологическое обоснование динамики с первого по четвертый курс физической подготовленности студентов технического вуза.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение нормативно-правовых документов, контрольные испытания, математико-статистические методы анализа и обобщения результатов исследования.

Физическая подготовленность студентов является результатом физической подготовки и определяется степенью развития физических качеств. Повышение уровня развития физических качеств одна из основных задач, решаемых в процессе занятий со студентами в вузе. Контрольные испытания студентов основного учебного отделения оценивались по «10» бальной шкале оценок (Типовая учебная программа 2008 г.), по следующим тестам: бег 100 м. (юноши, девушки), бег 1000 м. (юноши), бег 500 м. (девушки), прыжок в длину с места (юноши, девушки), подтягивание на перекладине (юноши), поднимание туловища из положения лежа на спине (девушки).

Исследования проводились в 2014/2015 учебном году профессорско-преподавательским составом кафедры. В исследованиях приняли участие студенты факультета технологии органических веществ Белорусского государственного технологического университета в количестве 404 студента (юношей-111, девушек-293 человека).

Сравнительный анализ результатов тестирования, представленный в таблице 1 выявил, что у студентов-юношей основного учебного

отделения в беге на 1000 м. на втором, третьем и четвертом курсах происходит снижение результатов (таблица 1).

Таблица 1 – Сравнительный анализ физической подготовленности студентов-юношей 1-4 курсов факультета ТОВ в 2014/2015 учебном году

Тесты	1 курс, n = 15		2 курс, n = 30		3 курс, n = 35		4 курс, n = 31	
	результат	оценка	результат	оценка	результат	оценка	результат	оценка
Бег 100 м., с	13,6	7	14,1	4	13,9	5	13,9	5
Бег 1000 м. мин., с	3,41	2	4,39	0	4,15	0	4,04	0
Подтягивание на перекладине, к-во	11	6	9	4	10	5	10	5
Прыжок в длину с места, см	229	4	237	6	232	5	237	6

Сравнительный анализ результатов тестирования у девушек показатели в беге на 100 м. на 3 и 4 курсах снижаются.

Исходя из полученных результатов, можно констатировать, что скоростно-силовые качества у студентов в процессе занятий по физической культуре развивались значительно лучше, чем силы и особенно выносливости.