

## **ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ У СТУДЕНТОВ СУО ПРИ СКОЛИОЗЕ I СТЕПЕНИ**

В настоящее время рост числа студентов, направляемых для занятий физической культурой в специальные медицинские группы, определяет и складывающуюся тенденцию к расширению средств и методов лечебно-профилактического характера для более быстрого восстановления здоровья и трудоспособности занимающихся в этих группах, предупреждения последствий патологического процесса. Внедрение средств и методов лечебной физической культуры в практику занятий со специальными медицинскими группами должно быть тесно связано с государственным и научным развитием системы физического воспитания, так как физическая активность, регламентированная в соответствии с медицинскими показаниями, является важнейшим фактором коррекции образа жизни человека.

Полноценное развитие подростков, имеющих нарушение ОДА, невозможно без физического воспитания, обеспечивающего не только необходимый уровень физического развития, но и коррекцию отклонений различных сфер деятельности ОДА подростка.

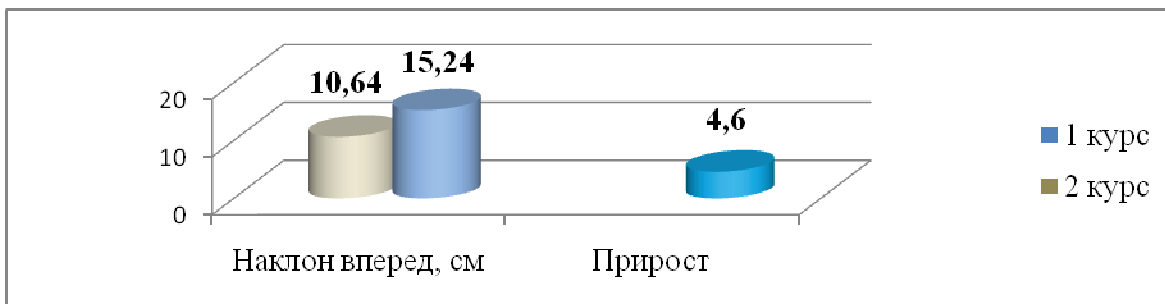
В специальном учебном отделении (СУО) тестировалось 112 студентов имеющих сколиоз I степени (девушек 1 курса – 28, 2 курса – 28; юношей 1 курса – 28, 2 курса – 28 человек).

Представленный цифровой материал – результат мониторинга уровня физических способностей студентов юношей и девушек 1 и 2 курсов.

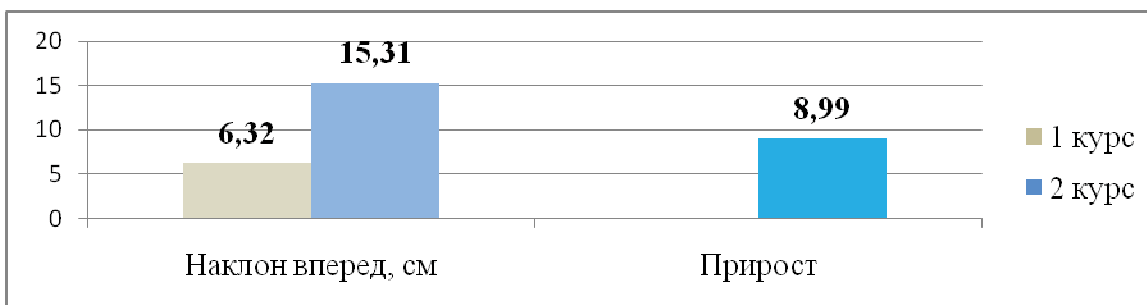
Настоящее исследование заключалось в тестировании студентов обучающихся в специальном учебном отделении (СУО) имеющих сколиоз I степени с использованием тестов, предусмотренных учебной программой по физической культуре в СМГ (2017 г.), в которой представлены оценки основных физических способностей.

В качестве методов исследования использовались педагогические тесты для определения физической подготовленности студентов – наклон вперед и поднятие туловища (Рисунки 1, 2, 3, 4).

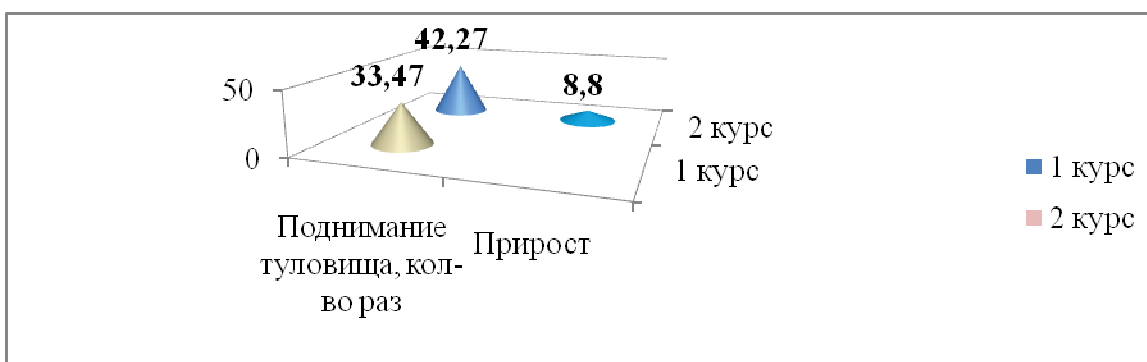
Ведущим средством профилактики студентов при сколиозе I степени является применение специальных или корригирующих физических упражнений. Физические упражнения оказывают благотворное влияние на позвоночник, укрепляя мышцы туловища, позволяют добиться корригирующего эффекта, улучшить осанку, функцию внешнего дыхания и внутренних органов, оказать общеукрепляющее действие.



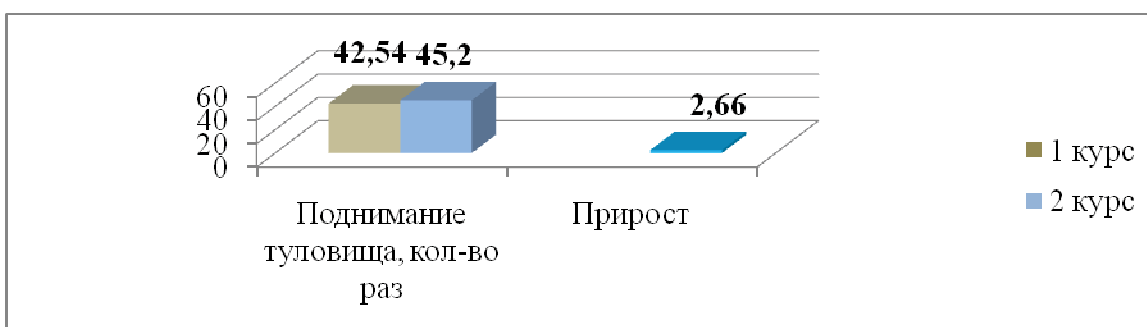
**Рисунок 1 – Показатели гибкости позвоночного столба у девушек**



**Рисунок 2 – Показатели гибкости позвоночного столба у юношей**



**Рисунок 3 – Показатели силовой выносливости мышц брюшного пресса у девушек**



**Рисунок 4 – Показатели силовой выносливости мышц брюшного пресса у юношей**

Применение дифференцированного использования комплексов корригирующих упражнений в учебном процессе у студентов специальных медицинских групп, имеющих сколиоз I степени, позволило достоверно увеличить показатели физической подготовленности

в тестах: «Наклон вперед», «Поднимание туловища» это видно на представленных рисунках.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что дифференцированное использование комплексов корригирующих упражнений в учебном процессе по физическому воспитанию в специальных медицинских группах при прохождении основных разделов программы являются достаточно эффективными.

Коррекция движений и последовательное повышение двигательных возможностей таких людей, с учетом их физических и психических особенностей как в рамках отдельно взятого занятия физической культуры, так и в системе физического воспитания в целом, возможны за счет расширения арсенала доступных им физических упражнений, что в конечном итоге позволяет решать все более сложные образовательные задачи.

УДК 796.32

И. В. Григоревич, канд. пед. наук, доц.; Д. А. Игнатович, ст. преп.;  
О. П. Круталевич, ст. преп.; Т. В. Хорошилова, ст. преп.  
(БГПУ, г. Минск)

## **РЕЗУЛЬТАТЫ ВЫСТУПЛЕНИЯ КОМАНД ИГРОВЫХ ВИДОВ СПОРТА БГПУ В РЕСПУБЛИКАНСКОЙ УНИВЕРСИАДЕ**

*Введение.* Центральное место в системе массового студенческого спорта занимает республиканская универсиада. Она проводится с целью привлечения студентов учреждений высшего образования к регулярным занятиям физической культурой и спортом, пропаганды спорта как важного средства укрепления здоровья и приобщения обучающихся учреждений высшего образования к здоровому образу жизни, повышения эффективности их физического воспитания.

В программу Республиканской универсиады включено много игровых видов спорта, которые пользуются большим интересом у студентов. Так в 2019 году в соревнованиях по волейболу и баскетболу среди мужчин участвовало 37 и 35 команд, по волейболу среди женщин – 31, по мини-футболу и футболу среди мужчин - 30 и 29 и по волейболу пляжному среди мужчин и женщин по 26 команд.

*Цель исследования.* Проанализировать результаты выступления команд игровых видов спорта БГПУ в Республиканской универсиаде с 2015 по 2019 г. и предложить эффективные организационные меры по достижению максимальных показателей.

*Методика и организация исследования.* В работе применялись следующие методы исследования: теоретическое обоснование, анализ