

волили дифференцировать развитие определённых физических качеств и существенно их увеличить.

– Позволили оценить рациональность и качество учебного процесса.

– Использовать полученные данные как основу планирования учебного процесса, а также оказывать помощь в эффективности выбора средств для улучшения уровня физической подготовленности.

УДК796.012.1-057.875:378.66(476)

Н.Н. Филиппов, д-р пед. наук, зав. кафедрой  
(БГТУ, г. Минск)

### **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ 1 КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ОРГАНИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ БГТУ**

Важнейшим стратегическим достоянием любого государства является здоровье его граждан. Физическая культура в учреждениях высшего образования Республики Беларусь проводится в соответствии с типовой учебной программой, утвержденной Министерством образования Республики Беларусь 27 июня 2017 года [1]. Контрольные нормативы у студентов основного учебного отделения согласно типовой учебной программы оцениваются по 10-бальной шкале.

Тестирования физической подготовленности проводились у студентов 1 курса факультета органических веществ учреждения образования «Белорусский государственный технологический университет». В исследовании приняли участие студенты 1 курса основного и подготовительного отделения факультета органических веществ УО «БГТУ» в количестве 220 человек (юношей – 78, девушек – 142 человека).

Тестирование студентов проводилось в начале и в конце учебного года. Динамика результатов физической подготовленности студентов-юношей представлена в таблице 1.

Анализ динамики результатов тестирования юношей 1 курса студентов факультета ТОВ УО «БГТУ» в 2024/2025 учебном году показал, что у студентов 1 курса к концу учебного года улучшились показатели в подтягивании на высокой перекладине, в беге на 30 м, в челночном беге 4х9 м, в прыжке в длину с места. Незначительное снижение результатов было выявлено в беге на 100 и 3000 м, поднимании туловища из положения лежа на спине за 60 с. и в сгибании и разгибании рук в упоре лежа.

Динамика результатов тестирования, представленная в таблице 2, выявила, что у студентов-девушек основного учебного отделения на 1 курсе физическая подготовленность улучшается к концу учебного года в челночном беге 4х9 м. и в беге на 1500 м., а остальные результаты остаются без изменений или ухудшаются.

В заключении необходимо отметить, что в результате анализа показателей физической подготовленности студентов первого курса

**Таблица 1 – Динамика физической подготовленности студентов-юношей 1 курса факультета органических веществ в 2024-2025 учебном году**

Тесты	1 курс n=78			
	осень		весна	
	результат	оценка	результат	оценка
1. Прыжок в длину с места, см	232,9	5,9	244,5	7,9
2. Бег 30 м, с	4,6	6,0	4,5	8,0
3. Челночный бег 4×9 м, с	9,4	7,0	9,0	8,9
4. Бег 100 м, с	14,0	5,4	14,1	4,9
5. Бег 3000 м, мин. с	15,00	1,5	15,10	1,4
6. Подтягивание на высокой перекладине, к-во раз	9	3,0	12	5,5
7. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, к-во раз	42	4,4	41	4,0
8. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, к-во раз	30	4,0	23	1,9

Белорусского государственного технологического университета выявлена следующая закономерность:

1. Показатели физической подготовленности студентов, как у юношей, так и у девушек варьируются в течении 2 семестров.

2. В процессе учебы в вузе прослеживается общая тенденция недостаточной физической подготовленности у юношей в подтягивании на высокой перекладине и беге на 3000 м. У девушек – в беге на 100 и 1500 м. и в сгибании и разгибании рук в упоре лежа.

3. Тестирование также показало, что различные формы организации физического воспитания, применяемые для развития физических качеств, в полной мере не дают желаемого результата и требуется дальнейший поиск путей совершенствования учебного процесса по физической культуре.

Динамика физической подготовленности девушек 1 курса факультета органических веществ Белорусского государственного технологического университета представлена в таблице 2.

В результате проведенного тестирования у девушек в основном показатели физической подготовленности на протяжении года не изменились.

**Таблица 2 – Динамика физической подготовленности студентов-девушек 1 курса факультета органических веществ в 2024-2025 учебном году**

Тесты	1 курс n=142			
	осень		весна	
	ре- зуль- тат	оценка	ре- зуль- тат	оценка
1. Прыжок в длину с места, см	174,4	6,4	170,9	5,9
2. Бег 30 м, с	5,4	8,0	5,6	6,0
3. Челночный бег 4×9 м, с	10,9	7,7	10,3	9,5
4. Бег 100 м, с	17,0	3,9	17,0	3,9
5. Бег 1500 м, мин. с	8,40	3,5	8,20	3,9
6. Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, к-во раз	41	5,5	41	5,5
7. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, к-во раз	6	4,0	8	5,0

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Физическая культура. Типовая учебная программа для учреждений высшего образования / сост. В.А. Коледа [и др.]; – Минск: РИВШ, 2017. 33 с.

УДК 796.012.1-057.875:378.662

И.И. Хадасевич, ст. преп.,  
П.А. Кириченко, ст. преп.,  
А.В. Карпиевич, ст. преп.,  
С.С. Макавчик, ст. преп. (БГТУ, г. Минск)

#### **УРОВЕНЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА НА ФАКУЛЬТЕТАХ БГТУ**

Физическая подготовка занимает ключевое место в общем развитии личности, оказывая влияние на укрепление здоровья, повышение работоспособности и формирование положительных личностных качеств у студентов. В условиях современного мира, характеризующегося быстрым ритмом жизни и высоким уровнем стрессовых нагрузок, особое значение приобретает забота о поддержании и развитии физической формы молодежи, особенно во время обучения в высших учебных заведениях. Студенты первого курса сталкиваются с новыми