

МОНИТОРИНГ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ФАКУЛЬТЕТА ЕСТЕСТВОЗНАНИЯ БГПУ

**С.В. Малахов, И.В. Григоревич, Б.Н. Калюнов,
Н.Н. Саликова, А.А. Вашкевич, О.В. Белоус**

*Белорусский государственный педагогический университет
им. М. Танка*

В соответствии с тестами «Дневника здоровья студента БГПУ» нами были проведены исследования, *целью* которых являлось определение способов оптимизации физического воспитания студентов на основе сравнительного анализа исходных данных физического состояния студентов, поступивших на первый курс факультета естествознания в текущем и прошлом учебном году.

Задачи исследования:

- определить исходные данные физического состояния студентов;
- определить исходные данные физической подготовленности студентов;
- определить исходные данные функционального состояния студентов;
- сравнить полученные данные методами математической статистики;
- провести сравнительный анализ статистических данных.

Методы и средства исследования:

– антропометрия; хронометрия; пульсометрия; педагогическое тестирование; анкетирование; математико-статистическая обработка; математико-статистический и педагогический анализ.

Исследования проводились в идентичных условиях в процессе прохождения студентами раздела программы по лёгкой атлетике.

В обследовании приняло участие в 2006 году 162 человека (28 студентов и 86 студенток основной и подготовительной групп, 7 студентов и 41 студентка специальной медицинской группы). В 2007 году 195 человек (38 студентов и 116 студенток основной и подготовительной групп, 9 студентов и 32 студентки специальной медицинской группы).

Математико-статистической обработке подверглись показатели только тех студентов, кто прошёл тестирование по всем тестам физического развития, физической подготовленности и функционального состояния.

Данные статистической обработки представлены в следующих таблицах.

Таблица 1

Достоверность различий в показателях ФС студентов 1 курсов (06/07)
(для неравных дисперсий и неравных выборок)

t-крит. Стьюдента	X ср. 2006 г.	X ср. 2007 г.	n1	n2	V	тесты
0,03	178,3	178	28	38	64	Длина тела, см.
7,4	71	67,1	28	38	64	Масса тела, кг.
9,3	65	59	28	38	64	Проба Штанге, сек.
2,9	41	38	28	38	64	Проба Генчи, сек.
21,8	63	58	28	38	64	ЧСС в состоянии покоя, уд./мин.
1,46	4,5	4,9	28	38	64	Бег 30 м., сек
1,8	14,1	14,8	28	38	64	Бег 100 м., сек
325	1482	1403	28	38	64	Шестиминутный бег., м.
0,06	9,8	9,7	28	38	64	Челночный бег 4*9 м., сек.
2,06	227	225	28	38	64	Прыжок в длину с места, см.
0,40	8,31	7,7	28	38	64	Подтягивания на перекладине, раз
10,1	7,2	10,5	28	38	64	Наклон вперёд, см.

Таблица 2

Достоверность различий в показателях ФС студенток 1 курсов (06/07)
(для неравных дисперсий и неравных выборок)

t-крит. Стьюдента	X ср. 2006 г.	X ср. 2007 г.	n1	n2	V	тесты:
2,42	165	167	86	116	200	Длина тела, см.
1,76	58	56,6	86	116	200	Масса тела, кг.
5,5	43	40	86	116	200	Проба Штанге, сек
2,7	39	37	86	116	200	Проба Генчи, сек
5,3	63	61	86	116	200	ЧСС в состоянии покоя, уд./мин.
0,0	5,71	5,72	86	116	200	Бег 30 м., сек.
0,0	17,5	17,6	86	116	200	Бег 100 м., сек
49	1187	1159	86	116	200	Шестиминутный бег, м.
1,2	10,7	11,1	86	116	200	Челночный бег 4*9 м., сек.
17,8	174	167	86	116	200	Прыжок в длину с места, см.
0,0	45,1	45,2	86	116	200	Поднимание туловища, к-во раз
13,0	12	9	86	116	200	Наклон вперёд, см.

Таблица 3

Достоверность различий в показателях ФС студентов СМГ 1 курсов (06/07)
(для неравных дисперсий и неравных выборок)

t- крит. Стьюдента	X ср. 2006 г.	X ср. 2007 г.	n1	n2	V	тесты
0,39	167	168	41	32	71	Длина тела, см.
1,71	56,5	58,3	41	32	71	Масса тела, кг.
26	48	39	41	32	71	Проба Штанге, сек.
3,3	31	34	41	32	71	Проба Генчи, сек.
19,8	68	63	41	32	71	ЧСС в состоянии покоя, уд./мин.
15,5	23,8	25,01	41	32	71	Спортивная ходьба, мин., сек.
6,3	26	24	41	32	71	Отжимания, к-во раз
698	968	848	41	32	71	Шестиминутный бег, м.
7,12	13,3	12,1	41	32	71	Челночный бег ,4*9 м., сек.
22,83	146	156	41	32	71	Прыжок в длину с места, см.
47,40	29	21	41	32	71	Поднимания туловища, к-во раз
25,41	13,2	8	41	32	71	Наклон вперед, см.

По результатам мониторинга выявлена тенденция ухудшения исходных показателей физического состояния студентов, поступающих на факультет естествознания. Эта тенденция наблюдается как в показателях физического развития и физической подготовленности, так и в показателях функционального состояния студентов-первокурсников и, видимо, свидетельствует об ослаблении физического здоровья абитуриентов.

Процесс развития физических качеств, формирования двигательных умений и навыков и, как следствие, воспитания физической культуры личности будущих педагогов, должен быть скорректирован и адаптирован с учётом обозначившихся тенденций, имеющих объективных условий (обстоятельств и средств проведения занятий). В заданном стандартном временном объёме, отводимом на физическое воспитание, основными варьируемыми составляющими являются методы проведения и формы организации занятий.

Таким образом, основными способами оптимизации, т.е. коррекции и адаптации, процесса в конкретных условиях, по нашему мнению, являются разработка методики воспитания комплекса

физических качеств, учитывающих индивидуальные особенности состояния физического здоровья каждого из студентов-первокурсников – с одной стороны и увеличение доли значимости самостоятельных занятий студентов с учётом их способностей, возможностей и стремлений – с другой стороны.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ

Т.А. Глазко, З.Н. Суша, И.А. Лепешинская

Минский государственный лингвистический университет

Главной задачей профессионально-прикладной физической подготовки будущего педагога является физическое воспитание, обеспечивающее формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для его предстоящей профессиональной деятельности.

Профессия специалиста-педагога связана с большим нервным напряжением при постоянном контакте с аудиторией слушателей, а также с большим напряжением мышц-сгибателей туловища обусловленным поддержанием вынужденной рабочей позы, сопровождающимся отрицательными застойными явлениями в области таза и нижних конечностей. Кроме того, профессия педагога предполагает наличие определенных организаторских навыков, выдержки, самообладания, решительности, инициативы и настойчивости.

У педагога внимание, нервно-психическая сфера чрезвычайно напряжены и легко ранимы. Отрицательные эмоции, встречающиеся в работе учителя, оказывают неблагоприятное влияние на состояние нервной системы. В то же время высокие требования предъявляются к гортани и голосовому аппарату, зрению и слуху. Это является основной причиной патологических состояний нервно-психической сферы педагогов, заболеваний у них органов дыхания, зрения и слуха. Также установлено, что у учителей имеется высокий уровень сердечно-сосудистой патологии, обусловленной эмоциональными факторами.