

## АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ИНЖЕНЕРНО-СТРОИТЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТА

**Ю. В. Сак, С. Т. Лисовский, И. Ф. Бернатович**  
(ГрГУ имени Я. Купалы, Гродно, Беларусь)

В статье представлены результаты экспертного оценивания технической лыжной подготовленности студентов-первокурсников специальности «Промышленное и гражданское строительство» в рамках требований учебной программы «Физическая культура и здоровье» для учащихся учреждений общего среднего образования.

Учет успеваемости позволяет педагогу сократить или увеличить время, отводимое на изучение того или иного элемента или лыжного хода в целом, использовать новые, более эффективные методы обучения, на основе прочного усвоения материала вовремя приступить к изучению неосвоенных движений. Данные предварительного учета используются для оперативного планирования образовательного процесса [1; 2].

Овладение правильной техникой передвижения на лыжах – это сложный аспект подготовки студентов. В этой связи исследование технической лыжной подготовленности будущих строителей является своевременным и актуальным.

*Цель исследования* заключалась в анализе качества владения техникой способов передвижения на лыжах будущими инженерами-строителями согласно требований программы по физической культуре и здоровью для учащихся учреждений общего среднего образования [3; 4].

*Результаты исследования и их обсуждение.* Основным методом исследования явилось экспертное оценивание техники способов передвижения на лыжах по пятибалльной шкале.

Исследование проведено на базе учреждения образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы» в 2018–

2019 учебном году с участием студентов инженерно-строительного факультета ( $n = 47$ ).

Для проведения экспертизы предварительно был осуществлен отбор трех экспертов из девяти специалистов в области лыжного спорта с помощью метода самооценки. Расчет эффективности оценочной деятельности экспертов производился по методике В.М. Зацюрского [5].

Оценивая технику передвижения на лыжах отдельными способами, эксперты учитывали количество и значимость ошибок у студентов, их влияние на скорость передвижения и структуру способа передвижения на лыжах в целом [6; 7].

Экспертная оценка была проведена по 38 показателям технической лыжной подготовленности.

Данные обрабатывались с помощью прикладной программы R version 3.0.2

Наиболее высокие оценки имели место у студентов за выполнение технически простых и доступных способов подъемов «полуелочкой» ( $3,63 \pm 0,5$  баллов), «елочкой» ( $3,61 \pm 0,5$  баллов), «лесенкой» ( $3,63 \pm 0,6$  баллов); способов спуска в основной стойке ( $3,39 \pm 0,5$  баллов), высокой стойке ( $3,31 \pm 0,5$  балла), низкой стойке ( $3,35 \pm 0,5$  баллов); поворотов на месте вокруг пяток лыж ( $3,19 \pm 0,5$  баллов) и вокруг носков лыж ( $2,90 \pm 0,4$  баллов). Обращает на себя внимание тот факт, что студенты недостаточно владели техникой скользящего шага – основой техники лыжных ходов ( $2,41 \pm 0,6$  баллов). В этой связи наиболее низкие экспертные оценки были зафиксированы за технику выполнения наиболее технически сложного и одного из основных способов передвижения – попеременного двухшажного хода ( $2,18 \pm 0,5$  баллов); одновременного одношажного (основной вариант) ( $2,28 \pm 0,6$  баллов); одновременного одношажного (скоростной вариант) ( $2,31 \pm 0,5$  баллов); одновременного двухшажного ( $2,45 \pm 0,6$  баллов). У студентов практически отсутствовали навыки владения попеременным четырехшажным ходом, коньковыми лыжными ходами, переходами с одновременных ходов на попеременные. Сходные результаты были получены при экспертном оценивании технической лыжной подготовленности у будущих учителей физической культуры [8].

По нашему мнению, данное положение объясняется в первую очередь слабой организацией образовательного процесса по лыжной подготовке в учреждениях общего среднего образования, неустойчивым снежным покровом на территории Республики Беларусь на протяжении последних лет.

*Выводы.* Данные исследования показали, что студенты по показателям технической подготовленности испытывают явные затруднения в выполнении технических действий на лыжах, входящих в содержание школьной программы по физической культуре и здоровью.

Полученные результаты также указывают на необходимость овладения «школой лыжника» будущими строителями в процессе проведения занятий по лыжной подготовке в силу их низкого уровня технической подготовленности.

### Список использованной литературы

1. Антонова, О. Н. Лыжная подготовка. Методика преподавания : учеб. пособие для студ. средн. пед. учеб. заведений / О. Н. Антонова, В. С. Кузнецов. – Москва : Академия, 1999. – 208 с.
2. Бутин, И. М. Лыжный спорт : учебн. для студ. пед. ин-тов. – Москва : Просвещение, 1983. – 336 с.
3. Физическая культура и здоровье (I–IV классы) : учебная программа. – Минск : НИО, 2009. – 34 с.
4. Физическая культура и здоровье (V–XI классы) : учебная программа. – Минск : НИО, 2009. – 80 с.
5. Спортивная метрология : учебн. для ин-тов физ. культуры / под ред. В. М. Зацюрского. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 256 с.
6. Барков, В. А. Оценка технической подготовленности школьников при занятиях лыжным спортом / В. А. Барков, Ю. В. Сак // Фізична культура і здоров'я. – 2001. – № 1. – С. 24–60.
7. Лыжные гонки. Теория и методика обучения в лыжных гонках : учеб. пособие / Н. А. Демко [и др.]; под ред. Н. А. Демко. – 3-е изд. стер. – Минск : БГУФК, 2012. – 298 с.
8. Сак, Ю. В. Анализ технической лыжной подготовленности студентов факультета физической культуры / Ю. В. Сак, И. Ф. Бернатович, В. И. Кулешов // Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях : сб. науч. ст. II Междунар. науч.-практ. конф., Гродно, 11–12 мая 2018 г. / Гродн. гос. агр. ун-т ; редкол. : В. К. Пестис (отв. ред.) [и др.]. – Гродно, 2018. – С. 193–198.