

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ I КУРСА ФАКУЛЬТЕТА ИНОСТРАННЫХ ЯЗЫКОВ

А. В. Клочков, Е. А. Ткачева

(МГУ имени А.А. Кулешова, Могилев, Беларусь)

Физическое воспитание в высшей школе является учебной дисциплиной, формирующей общую и профессиональную культуру личности будущего специалиста. Она дает студенту необходимые знания, умения и навыки, воздействует на формирование потребности в систематическом физическом самосовершенствовании [1, с. 282]. В данной статье, проведен сравнительный анализ физической подготовленности студентов 1 курсов 2018 и 2019 года поступления.

Научно-методическое обеспечение работы со школьниками значительно отстает от требований времени и нуждается в фактической и ме-

тодологической реорганизации. Специфика занятий по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» в общеобразовательных школах характеризуется стремлением к разработке и внедрению новых способов воздействия на занимающихся, что обусловлено отсутствием мотивации у школьников всех возрастов к занятиям физической культурой [2, с. 203].

Нами была выявлена тенденция к снижению физической подготовленности студентов первых курсов.

Исследование проводилось в МГУ имени А.А. Кулешова среди студентов 1 курсов факультета иностранных языков, поступивших в 2018 и 2019 гг., которые по состоянию здоровья относятся к основной и подготовительной медицинской группе.

Всего в исследовании принимали участие:

2019 год поступления – 50 человек (девушки в возрасте 17-18 лет);

2018 год поступления – 44 человек (девушки в возрасте 17-18 лет).

Физическая подготовленность характеризуется уровнем функциональных возможностей различных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной) и развития основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости) [3, с. 187].

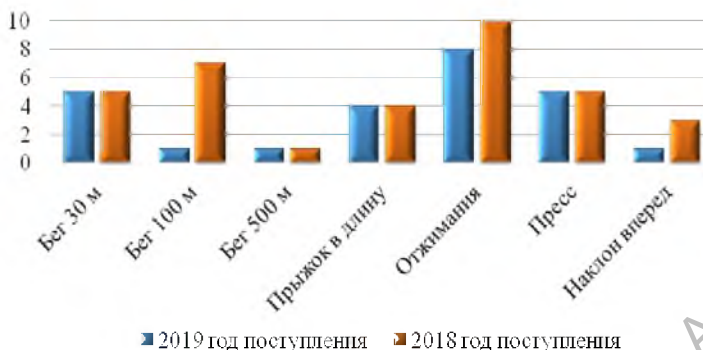
Исходя из этого определения, оценку физической подготовленности можно осуществить по результатам специальных контрольных упражнений на силу, выносливость, координацию и др. [4, с. 200].

В первом семестре обучения у студентов принимаются следующие нормативы: 30 м; 100 м; 500 м; прыжки в длину с места; поднимание туловища из положения лежа на спине; сгибание-разгибание рук в упоре лежа; наклон вперед. В таблице отображены средние значения результатов контрольных нормативов студентов, поступивших в 2018 и 2019 гг.

Средние значения результатов контрольных нормативов студентов, поступивших в 2018 и 2019 гг.

Год поступления	30м	100м	500м	Прыжок	Отжимания	Прессе	Наклон
2019	5,4	18	2,27	168	14	48	2,5
2018	5,4	16,2	2,25	169	24	47	8

Анализируя данные результаты, можно заметить, что большинство результатов контрольных нормативов схожи, однако, если интерпретировать результаты в баллы, разница становится более заметной. На рисунке приведено сравнение баллов по десятибалльной шкале, полученных за выполненные контрольные нормативы студентами 2019 и 2018 года поступления.



**Баллы, полученные студентами
за выполнение контрольных нормативов**

Исходя из рисунка, средняя оценка студентов, поступивших в 2019 году, ниже 4 баллов, что говорит о недостаточном уровне физической подготовленности и его снижении по сравнению со студентами, поступившими в 2018 году.

Результаты проведенного исследования подтверждают предположение о том, что недостаточный уровень физической подготовленности студентов является следствием пониженной двигательной активности в старшей школе, когда все внимание направлено на успешную сдачу централизованного тестирования и поступление в вуз, недостаточностью научно-методического обеспечения, отсутствием мотивации к занятиям по физической культуре.

Однако на занятиях по физической культуре в вузе у студентов уже в течение одного учебного года при регулярных занятиях происходит достоверное улучшение уровня физической подготовленности, но показатели в тестах прирастают не равнозначно. В одних упражнениях прирост больше, в других – меньше.

В высшем образовании процесс физического воспитания должен быть построен таким образом, чтобы студент как субъект общественных отношений был его центральной фигурой. Исходя из этой позиции, содержание занятий должно отвечать потребностям, мотивам и интересам современной молодежи, их представлениям об идеале физически развитой личности. Идеал становится эффективным мотивом, когда его достижение является одной из жизненно важных целей человека.

В свою очередь, успех физической культуры и занятий спортом определяется уровнем физической культуры человека, который харак-

теризуется степенью физического развития, физической и функциональной подготовленности, формированием интересов, ценностных ориентаций, потребностей и мотивов.

Список использованной литературы

1. Ткачева, Е. А. Повышение эффективности комплексного контроля в физическом воспитании школьников специальной медицинской группы / Е. А. Ткачева, И. В. Евменчик, В. В. Шутов // Романовские чтения – 13 : сб. ст. Междунар. науч. конф., посвящ. 105-летию МГУ имени А. А. Кулешова, Могилев, 25-26 октября 2018 г. / МГУ имени А. А. Кулешова; под общ. ред. А. С. Мельниковой. – Могилев, 2019. – С. 281–282.
2. Ткачева, Е. А. Повышение эффективности комплексного контроля в физическом воспитании школьников с заболеванием сердечно-сосудистой системы / Е. А. Ткачева // Итоги научных исследований ученых МГУ имени А. А. Кулешова 2018 г. : материалы научно-методической конференции, 25 января – 7 февраля 2019 г. / под ред. Е. К. Сычовой. – Могилев : МГУ имени А.А. Кулешова, 2019. – С. 203–204.
3. Клочков, А. В. Анализ уровня физической подготовленности студентов 3 курса факультета иностранных языков / А. В. Клочков, Н. В. Хомук // Итоги научных исследований ученых МГУ имени А. А. Кулешова 2018 г. : материалы научно-методической конференции, 25 января – 7 февраля 2019 г. / под ред. Е. К. Сычовой. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2019. – С. 187–188.
4. Клочков, А. В. Анализ уровня физической подготовленности студентов 2 курса факультета иностранных языков / А. В. Клочков, Л. Г. Баранов // Итоги научных исследований ученых МГУ имени А. А. Кулешова 2017 г. : материалы научно-методической конференции, 25 января – 8 февраля 2018 г. / под ред. Е. К. Сычовой. – Могилев : МГУ имени А. А. Кулешова, 2018. – С. 200–201.