

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ I КУРСА ФАКУЛЬТЕТА НАЧАЛЬНОГО И МУЗЫКАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ 2018 И 2019 ГОДА ПОСТУПЛЕНИЯ

Е. А. Ткачева

(Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова»,
кафедра физического воспитания и спорта)

В последнее время наблюдается устойчивая тенденция к снижению уровня физического здоровья и росту многих заболеваний. С каждым годом увеличивается число студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. По различным данным, в Республике Беларусь от 20% до 40% студентов имеют отклонения в состоянии здоровья, и их число во время обучения в университете постоянно увеличивается. Неудовлетворительное физическое здоровье наблюдается более чем у 80% современной молодежи.

Физическое воспитание в высшем образовании – многофункциональное и сложное явление, которое влияет не только на личностное развитие студентов, но и на развитие важных и жизненно необходимых профессиональных характеристик. Формирование, укрепление и поддержание индивидуального здоровья студентов имеет особое социальное значение. Для осуществления эффективной образовательной деятельности учащиеся должны обладать высоким уровнем физического здоровья, что важно для овладения системой теоретических знаний и практических навыков по избранной ими специальности [1, с. 135].

Физическая культура, несомненно, играет важную роль в этом сложном и многогранном процессе. Она создает основу для развития других аспектов человеческой культуры и обеспечивает внутренние гарантии для продуктивной учебно-познавательной деятельности [2, с. 133].

В настоящее время распределение студентов 1 курса МГУ имени А.А. Кулешова факультета начального и музыкального образования по учебным отделениям выглядит следующим образом:

- 51,7% студентов было зачислено в основное учебное отделение (29 человек);
- 26,8% студентов – в подготовительное (18 человек);
- 21,5% студентов – в специальное (12 человек).

Для оценки уровня физической подготовленности студентов I курса основного и подготовительного учебного отделения факультета начального и музыкального образования, поступивших в 2018 и 2019 году, использовались следующие нормативы: бег 30 м, бег 100 м, бег 500 м, бег 1500 м, прыжок в длину, сгибание-разгибание рук в упоре лежа, поднимания туловища, наклон вперед и челночный бег.

В исследовании приняло участие 74 студентки факультета начального и музыкального образования (27 человек – 2018 года поступления, 47 человек – 2019 года поступления).

Результаты контрольных нормативов интерпретировались в баллы (таблица).

Результаты контрольных нормативов в баллах

Нормативы уровня физической подготовленности основного и подготовительного отделения	1 курс 2018 год поступления	1 курс 2019 год поступления
Бег 30 м	3,6	2,8
Бег 100 м	3,1	2,9
Бег 500 м	3,0	2,8
Бег 1500 м	2,0	1,3
Прыжок в длину с места	3,9	3,7
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	8,8	7,2
Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с	7,2	5,6
Наклон вперед	6,4	6,0
Челночный бег 4*9 метров	4,9	4,4
Общий балл	4,7	4,0

Как видно из полученных данных, в последнее время прослеживается тенденция увеличения числа студентов, отнесенных к подготовительному и специальному учебному отделению, а также к снижению уровня физической подготовленности студентов. Уровень физической подготовленности студентов, поступающих на первый курс, ухудшается с каждым годом. Вероятно, это связано с отсутствием у современной молодежи мотивации к занятиям физической культурой [3, с. 239]. Занятия по физическому воспитанию во всех учебных отделениях должны строиться с учетом адекватного прогрессирующего воздействия физических упражнений на организм студентов. Чтобы решить вопрос о величине допустимых нагрузок, необходимо иметь объективную информацию о компенсаторных и резервных возможностях занимающихся студентов, показателях их работоспособности и степени приспособляемости различных систем организма к физическим нагрузкам, а также характер восстановления после них.

Возможность применять физические нагрузки, соответствующие функциональному состоянию организма студента, с учетом индивидуальных особенностей уровня физического развития, адаптационных возможностей и физического здоровья, является одной из актуальных проблем в области физического воспитания. Нормирование физической активности является специфическим средством, с помощью которого достигается целенаправленный оздоровительный эффект физических упражнений на организм студента. При качественной организации учебного процесса требуются знания начального уровня занимающихся, анализ показателей функциональной и физической подготовленности, физического здоровья, отношения к ценностям физической культуры, степени овладения теоретическими и медико-практическими знаниями, умениями и навыками.

Все это повышает требования к процессу физического воспитания как совокупности форм и средств для дальнейшего укрепления здоровья и всестороннего физического развития учащихся, что неразрывно связано с решением задач педагогического контроля. Основным условием для определения методики проведения занятий по физическому воспитанию со студентами является возможность более точного дозирования физической активности. В данном случае необходимо опираться как на субъективную реакцию организма, на физическую активность, так и на объективные данные о ее параметрах. В сложившейся ситуации, чтобы успешно решить проблемы в области физического воспитания современной молодежи, необходимо искать более совершенные формы и методы организации учебного процесса, выявляя неиспользованные возможности для повышения уровня подготовки будущих специалистов и их адаптации к будущей профессиональной деятельности.

Литература

1. Ткачева, Е. А. Роль физических нагрузок в управлении стрессом современной молодежи / Е. А. Ткачева, В. В. Шутов // Аксиологическое измерение образа жизни современной молодежи : материалы международной научно-практической online-конференции, Витебск, 6 декабря 2019 г. / Витеб. гос. ун-т ; редкол. : М. А. Слемнев (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – С. 135–137.
2. Ткачева, Е. А. Физическая культура и здоровый образ жизни в системе ценностей современной молодежи / Е. А. Ткачева, А. В. Клочков // Аксиологическое измерение образа жизни современной молодежи : материалы международной научно-практической online-конференции, Витебск, 6 декабря 2019 г. / Витеб. гос. ун-т ; редкол. : М. А. Слемнев (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – С. 133–135.
3. Ткачева, Е. А. Медико-социальные аспекты здоровья студентов высших учебных заведений / Е. А. Ткачева // Инновационные формы и практический опыт физического воспитания детей и учащейся молодежи : материалы VII Международной научно-практической конференции, Витебск, 22 ноября 2019 г. / Витеб. гос. ун-т ; редкол. : П. И. Новицкий (отв. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2019. – С. 239–242.