

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ ИНСТИТУТА МВД РБ

С. В. Курашов

(Могилевский институт МВД Республики Беларусь,
Могилев, Беларусь)

В статье приведены результаты обработки данных констатирующего педагогического эксперимента, направленного на оценку уровня физической подготовленности курсантов Могилевского института МВД Республики Беларусь.

Диагностика и определение динамики уровня физической подготовленности учащихся учреждений высшего образования являются обязательным компонентом в структуре занятий по физической культуре со студентами. Особую актуальность своевременная и тщательная

диагностика физической подготовленности приобретает в образовательных учреждениях Министерства внутренних дел, так как будущий сотрудник органов внутренних дел обязан обладать высоким уровнем развития физических качеств [1]. Оценка эффективности процесса физической подготовки позволяет вносить обоснованные коррективы в структуру занятий с целью ликвидации слабых звеньев в подготовке курсантов.

Цель нашего исследования заключалась в определении качества процесса профессионально-прикладной физической подготовки курсантов Могилевского института МВД как компонента общей физической подготовки. Для этого мы проанализировали динамику результатов курсантов-выпускников 2020 года при сдаче контрольных нормативов ОФП. В таблице приведены числовые результаты тестирования курсантов Могилевского института МВД РБ в 2019 и 2020 гг. по всей батарее тестов ОФП.

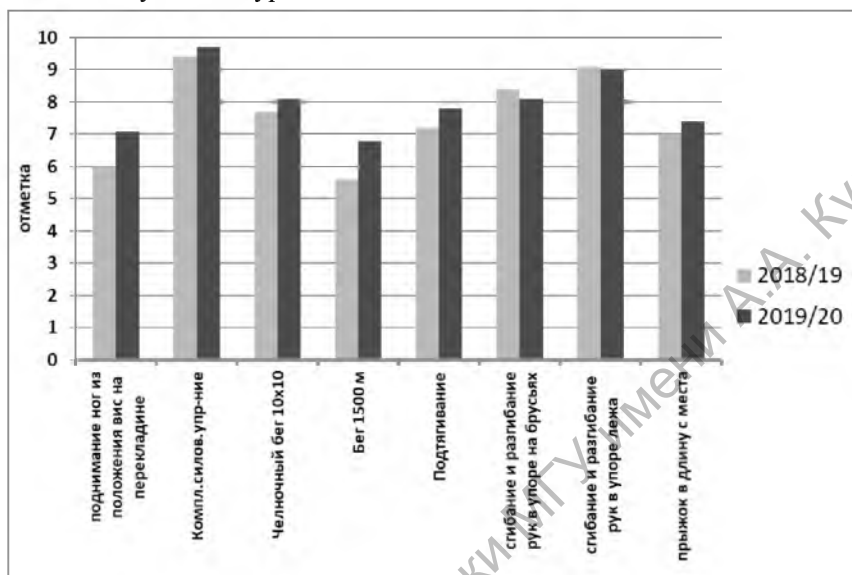
Динамика показателей общей физической подготовленности курсантов

| Контрольное испытание | Результаты 2019 года ($\bar{x} \pm \sigma$) | Результаты 2020 года ($\bar{x} \pm \sigma$) | t | p |
|--|--|--|------|--------|
| бег 1500 м, мин,с | 5,54±0,39 | 5,34±0,20 | 3,68 | <0,01 |
| челночный бег 10x10 м, с | 25,53±1,00 | 25,24±0,79 | 3,62 | <0,01 |
| прыжок в длину с места, см | 239,35±15,62 | 242,35±14,68 | 3,66 | <0,01 |
| подтягивание на перекладине | 15,00±3,69 | 16,46±3,35 | 6,17 | <0,001 |
| сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание) | 44,06±3,07 | 44,67±4,15 | 5,39 | <0,001 |
| сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях | 26,85±4,35 | 27,33±5,23 | 5,84 | <0,001 |
| поднимание ног из положения вис на перекладине | 13,72±3,60 | 16,04±4,11 | 3,44 | <0,01 |
| комплексное силовое упражнение | 53,66±2,90 | 55,30±2,57 | 5,64 | <0,001 |

В каждом из испытаний курсанты показали достоверный прирост результатов на уровнях значимости $p=0,01$ либо $p=0,001$. Наиболее существенный прирост – в тестах, связанных с проявлением силовой выносливости – «Поднимание ног из положения вис на перекладине» и «Подтягивание на перекладине».

Результаты по батарее тестов ОФП оцениваются по 10-балльной системе. Переход к универсальной безразмерной оценке позволяет сопоставлять между собой уровень достижений курсантов в разных тестах.

На рисунке представлены результаты сравнения достижений курсантов выпускного курса в балльных оценках.



Балльные отметки курсантов по батарее ОФП

Результаты качественного оценивания курсантов позволяют утверждать, что наиболее высокий уровень достижений курсантов – в силовых испытаниях, прежде всего в тестах «Комплексное силовое упражнение» и «Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях». Интересны результаты в тестах «Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях» и «Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание)». При достоверном приросте абсолютных результатов в тесте в баллах средняя оценка даже слегка уменьшилась. Очевидно, большинство курсантов улучшили свои результаты, уже показав максимальную отметку в 10 баллов в прошлом году, но небольшой процент курсантов ухудшил свой абсолютный результат на выпускном курсе.

Однако в целом, исходя из динамики абсолютных результатов, можно утверждать, что процесс профессиональной подготовки курсантов Могилевского института МВД как компонента физической подготовки является эффективным, так как все показатели общей физической подготовленности курсантов выпускного курса статистически значимо выросли по сравнению с результатами предыдущего года.

Список использованной литературы

1. Кривенков, Ю. В. Методические аспекты оценки и контроля уровня специальной подготовки курсантов в обучении двигательным действиям / Ю. В. Кривенков, Д. А. Лавшук, Е.А. Масловский // Мир спорта. – 2018. – № 1. – С. 38-42.