УДК 796.01:612.63

К ВОПРОСУ О СДАЧЕ ГОСУДАРСТВЕННОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО КОМЛЕКСА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ В ВГУ ИМЕНИ П.М. МАШЕРОВА

Венскович Д.А.
УО «Витебский государственный университет
имени П.М. Машерова», г. Витебск, Республика Беларусь

В соответствии со статьей 29 Закона Республики Беларусь от 4 января 2014 года «О физической культуре и спорте», в целях дальнейшего совершенствования массовой физкультурно-оздоровительной и спортивной работы постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 2 июля 2014 г. № 16 утверждено Положение о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь (далее – Комплекс) [1].

Целью Комплекса является развитие физической культуры и спорта, оздоровление и физическое воспитание населения, формирование здорового образа жизни [1].

Реализация Комплекса в УО ВГУ имени П.М. Машерова позволит определить уровень физической подготовленности студентов, обучающихся по специальностям неспортивного профиля.

Цель исследования – анализ и изучение уровня физической подготовленности студентов непрофильных специальностей при сдаче Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь в ВГУ имени П.М. Машерова.

Для достижения поставленной цели нами использовались следующие методы исследования: анализ и обобщение научно-методической литературы, педагогическое тестирование, методы математической статистики.

Педагогические исследования проводились на базе учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова» в период с апреля по май 2018 г.

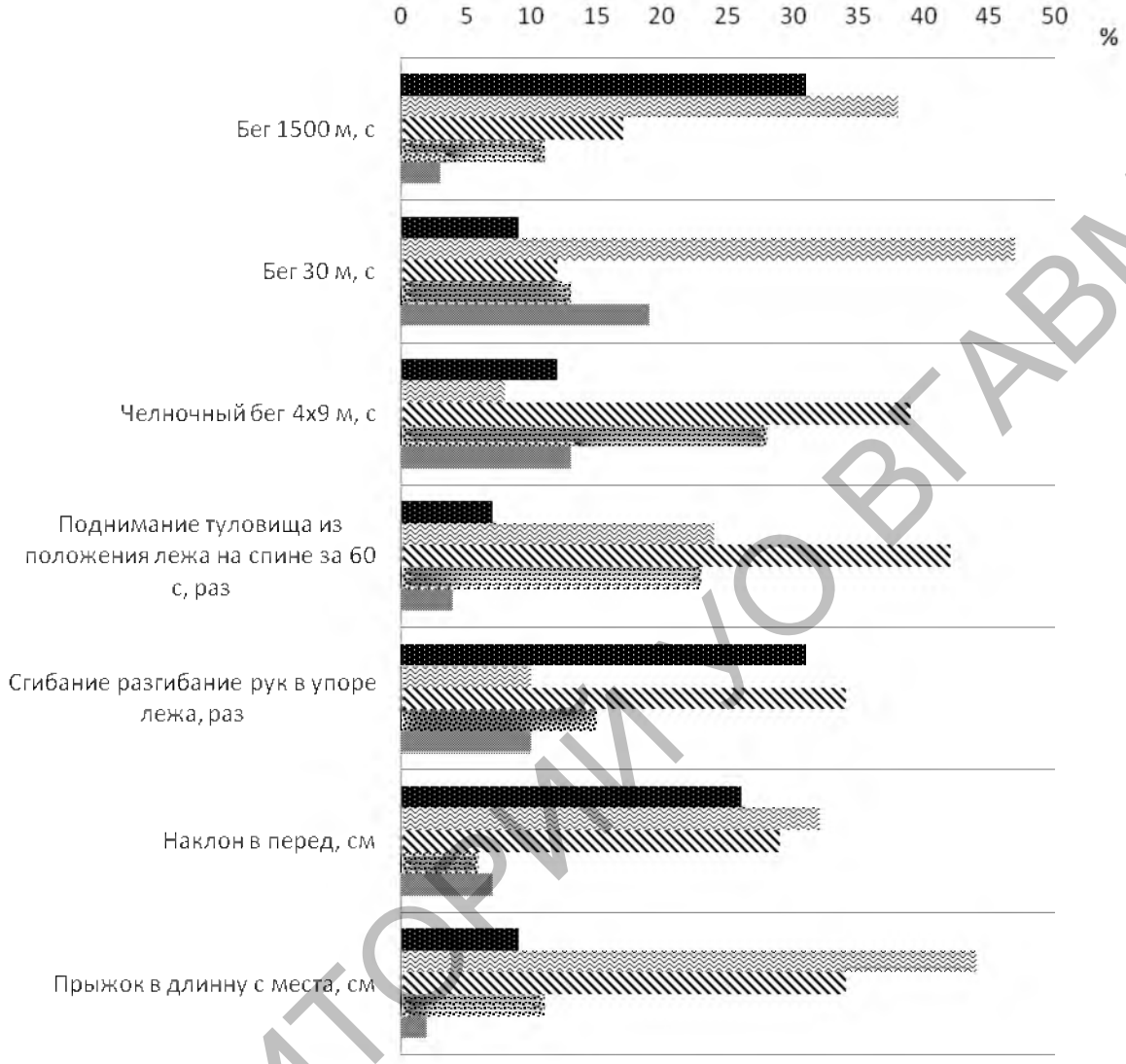
В исследовании приняли участие 520 девушек и 196 юношей в возрасте от 19 до 22 лет, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, обучающиеся по специальностям неспортивного профиля в учреждении образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова».

Для определения уровня физической подготовленности результаты обрабатывались по 8 тестам у юношей: прыжок в длину с места, наклон вперед, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, подтягивание на высокой перекладине, челночный бег 4×9 м, бег 30 м, бег 3000 м; и по 7 тестам у девушек: прыжок в длину с места, наклон вперед, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, челночный бег 4×9 м, бег 30м, бег 1500 м.

Результаты исследования представлены на рисунках 1, 2.

Анализ полученных данных позволил получить более широкую выборочную статистику результатов выполнения Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса.

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ



	Прыжок в длинну с места, см	Наклон в перед, см	Сгибание разгибание рук в упоре лежа, раз	Поднимание туловища из положения лежа на спине за 60 с, раз	Челночный бег 4х9 м, с	Бег 30 м, с	Бег 1500 м, с
1-й низкий	9	26	31	7	12	9	31
2-й ниже среднего	44	32	10	24	8	47	38
3-й средний	34	29	34	42	39	12	17
4-й выше среднего	11	6	15	23	28	13	11
5-й высокий	2	7	10	4	13	19	3

Рисунок 1 – Уровень физической подготовленности девушек

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ

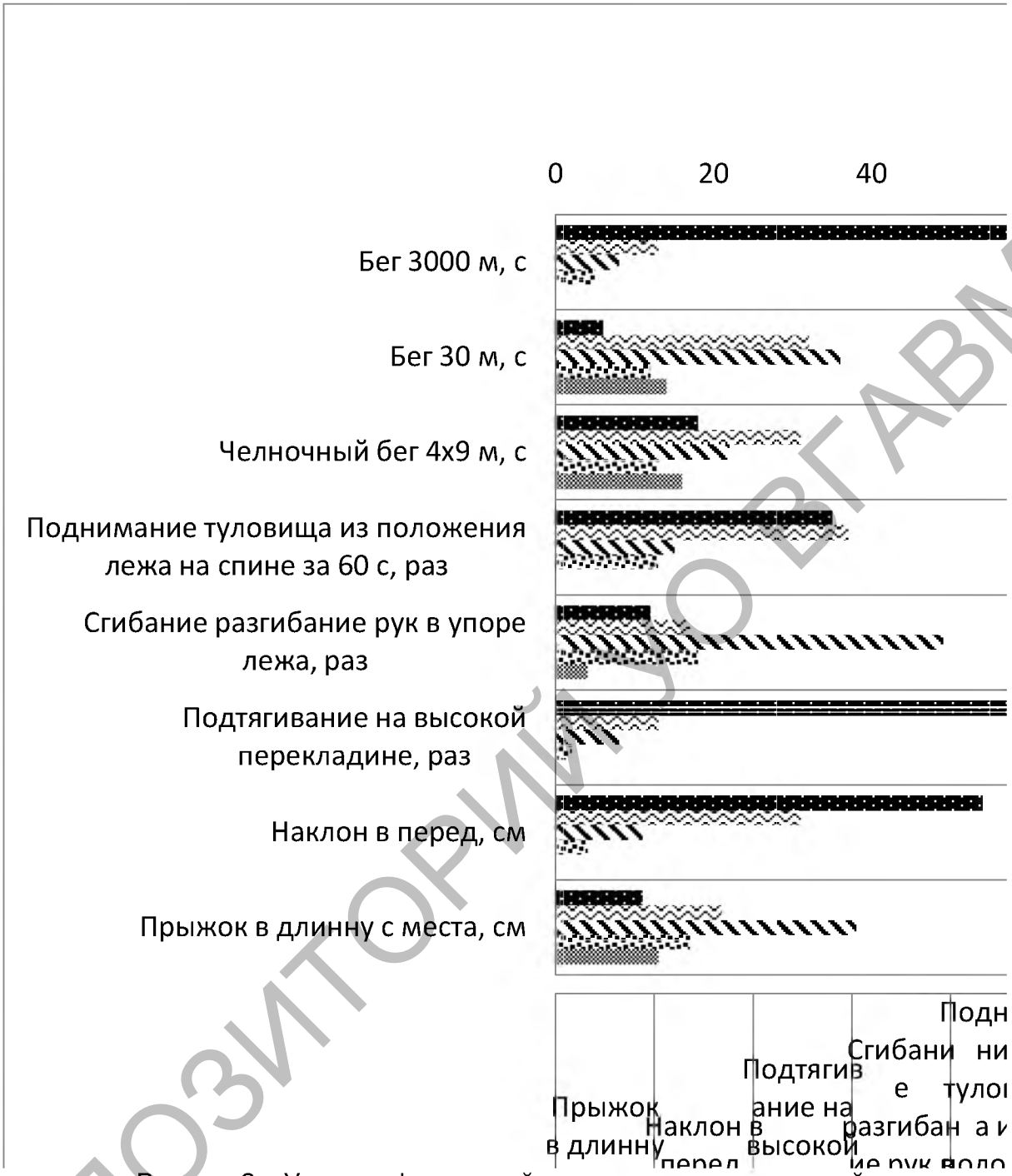


Рисунок 2 – Уровень физической подготовленности юношей

Статистический анализ результатов исследования показал, что представленные данные получены с нормальным распределением. Из средних выборочных следует, что имеются статистически значимые различия у девушек и юношей. Следовательно, девушки имели статистически достоверные результаты при выполнении прыжка в длину с места (44%) – 2-й уровень – ниже среднего; при наклоне вперед (32%) – 2-й уровень; при сгибании и разгибании рук в упоре лежа (34%) – 3-ий уровень – средний; в количестве подъемов туловища за 60 с из положения лежа на спине – (42%) – 3-й уровень; при сдаче челночного бега 4х9 м (39%) – 3-й уровень; в беге на 30 м (47%) – 2-й уровень – ниже среднего; в беге на 1500 м (38%) – 2-й уровень – ниже среднего.

Установлено, что у юношей преобладающие уровни физической подготовленности распределились следующим образом: при выполнении прыжка в длину с места (38%) – 3-й уровень – средний; при наклоне вперед (54 %) – 1-й уровень – низкий; при

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ

подтягивании на высокой перекладине (77 %) – 1-й уровень – низкий; при сгибании и разгибании рук в упоре лежа (49%) – 3-й уровень – средний; в количестве подъемов туловища за 60 с из положения лежа на спине – (37%) – 2-й уровень – ниже среднего; при сдаче челночного бега 4х9 м (31%) – 2-й уровень; в беге на 30 м (36%) – 3-й уровень – средний; в беге на 3000 м (74%) – 1-й уровень – низкий.

Таким образом, при сдаче нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь, нами было установлено, что у студентов, обучающихся по специальностям неспортивного профиля, преобладают первый, второй и третий уровни физической подготовленности.

Литература. *1. Организационные и методические основы внедрения Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь в практику работы организаций : методические рекомендации / сост.: П. Г. Ворон, В. Ф. Касач. – Минск : Республиканский учебно-методический центр физического воспитания населения, 2016. – 84 с.*

УДК 159.9.072.433

ОЦЕНКА НЕРВНО-ПСИХИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ СТУДЕНТОВ ЮРИДИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА БЕЛОРУССКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Казак Н.В.
Белорусский государственный университет, г. Минск, Республика Беларусь

Студенческая молодежь является особой социально-демографической группой, переживающей период становления социальной зрелости, положение которой определяется рядом факторов биосоциальной среды. Этот возраст считают периодом физического совершенства человека. В свою очередь, основываясь на данных Всемирной организации здравоохранения, именно у студентов зафиксировано наибольшее количество нервно-психических нарушений.

Образовательный процесс является фактором психической активности личности, формой ее культурного бытия. Вместе с тем образование в значительной мере определено логикой процесса развития личности, осознания ею своих потребностей, целей. В педагогическом процессе должны быть созданы условия, в которых происходят процессы развития и саморазвития, воспитания и самовоспитания, обучения и самообразования личности студентов.

В студенческом возрасте своего максимума в развитии достигают высшие психические функции и психологические свойства личности. В период обучения в учреждении высшего образования, при наличии благоприятных условий, у студентов происходит развитие всех ступеней психики.

Несомненно, процесс обучения в высших учебных заведениях необходимо отнести к категории специфического труда, требующего постоянного, длительного активного напряжения интеллектуальных, физических, эмоциональных и волевых функций. Учебная деятельность студентов сопряжена со значительной психофизической нагрузкой, обусловленной необходимостью овладения большим объемом знаний и практических навыков [1, 2, 3].

В последнее время интенсификация учебного процесса настолько велика, что приспособительные механизмы человека не всегда справляются с новыми условиями действительности. Зачастую, при проведении занятий в учреждении высшего образо-

РЕПОЗИТОРИЙ УО ВГАВМ