

Результаты исследований констатируют факт отрицательной динамики уровня здоровья студентов-медиков, возводя решение данной проблемы в статус приоритетных направлений, что подталкивает специалистов физического воспитания к совершенствованию форм и методов образовательного процесса.

Литература. 1. Бароненко, В. А. *Здоровье и физическая культура студента* / В. А. Бароненко. – М. : Альфа-М, 2003. – 418 с. 2. Михалени, В. М. *Физическое воспитание студенток* / В. М. Михалени. – Минск, 1998. – 127 с. 3. Кривцун-Левшин, Л. Н. *Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы* / Л. Н. Кривцун-Левшин, В. П. Кривцун. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2017. – 344 с. 4. Казин, Э. М. *Основы индивидуального здоровья человека* / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М. : Владос, 2000. – 173 с.

УДК 796.015

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ УО «ВГМУ» И УО ВГАВМ

Тур А.В., Минин А.С., Каньгина Л.Н.,

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

Гичевский А.В., Климентьева Е.А.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной
медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Совершенствование физического воспитания студентов имеет особую значимость, однако необходима система контроля над физическим развитием и физической подготовленностью и работоспособностью студента. В процессе физического воспитания следует создавать условия, в которых его физические возможности раскрывались полностью. В процессе физического развития студента необходимо соблюдать преемственность целей, задач, содержание методов и форм работы, в том числе и определение физической подготовленности [1].

Проведение сравнительной характеристики уровня физической подготовленности студентов УО «ВГМУ» и УО ВГАВМ.

В исследовании принимали участие 65 студентов 1 курса УО «ВГМУ» и 65 студентов 1 курса УО ВГАВМ. Возраст испытуемых составил 17-18 лет.

В нашей работе были использованы следующие методы: анализ специальной научно-медицинской литературы, сравнительно-сопоставительный анализ, контрольно-педагогические тесты, математико-статистический анализ. Для определения уровня физической подготовленности были проведены следующие тесты: прыжок в длину с места, наклон вперед из исходного положения сидя на полу, челночный бег (4*9), сгибание и разгибание рук из упора лежа, поднимание туловища из положения (лежа на спине).

Согласно полученным данным, по показателям уровня физической подготовленности студенты ВГМУ имеют лучшие показатели по сравнению со студентами ВГАВМ в прыжке в длину с места – $167,7 \pm 17,43$, что соответствует среднему уровню, и $157,7 \pm 16,6$ для ВГАВМ, что соответствует уровню ниже среднего. И в челночном беге (4*9), у студентов ВГАВМ – $11,5 \pm 0,8$, что соответствует уровню ниже среднего, у студентов ВГМУ – $10,9 \pm 0,6$, что соответствует среднему уровню. В беге на 30 м, студенты ВГМУ – $5,3 \pm 0,37$, что соответствует среднему уровню, а студенты ВГАВМ $5,8 \pm 0,51$, что соответ-

ствует уровню ниже среднего. Студенты ВГАВМ имеют лучший показатель в сгибании разгибании рук в упоре лежа, ВГМУ - $7,4 \pm 5,65$, что соответствует уровню ниже среднего, а ВГАВМ - $11,5 \pm 5,7$, что соответствует уровню выше среднего. Показатель поднимания туловища из исходного положения лежа за 1 минуту у студентов ВГМУ и ВГАВМ находится приблизительно на одинаковом уровне – $42,9 \pm 8,7$ и $40,3 \pm 12,0$ соответственно.

Таблица 1 - Сравнительная характеристика показателей физических качеств и уровня физической подготовленности студентов 1 курса ВГМУ и ВГАВМ

| Показатели | ВГМУ | | ВГАВМ | |
|---|---------|------|---------|--------|
| | м | δ | м | δ |
| Бег 30 м, м, с | 5,3 ± | 0,4 | 5,8 ± | 0,51 * |
| Прыжок в длину с места, см | 167,7 ± | 17,4 | 157,7 ± | 16,6* |
| Челночный бег, 4*9 м, с | 10,9 ± | 0,6 | 11,5 ± | 0,8 |
| Подним. тул. и.п. лежа, кол. раз за 1 мин. | 40,6 ± | 6,6 | 40,3 ± | 12,0 |
| Наклон вперед, см | 15,8 ± | 5,9 | 15,3 ± | 6,3 |
| Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, раз | 7,4 ± | 5,6 | 11,5 ± | 5,7* |
| УФП, баллы | 4,5 ± | 1,35 | 4,3 ± | 1,13 |

Примечания: м - средние, δ - стат. Отклонение, *- $p < 0,05$.

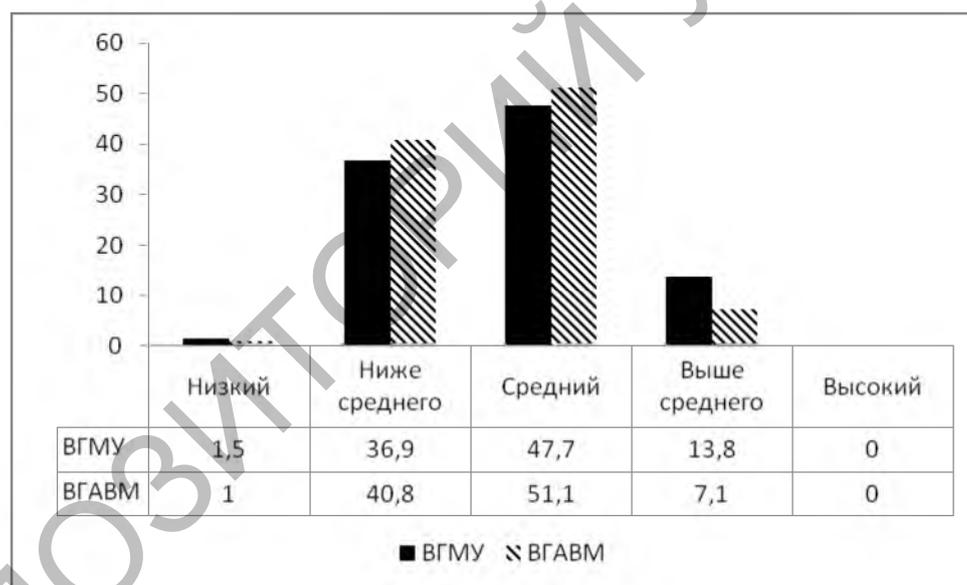


Рисунок 1. Сравнительная характеристика уровня физической подготовленности студенток 1 курса ВГМУ и ВГАВМ

Из диаграммы мы видим, что у большинства студентов ВГМУ и ВГАВМ преобладает уровень физической подготовленности «средний», что составляет соответственно 47,7% и 51,1%. На наш взгляд следует заострить внимание на малом количестве студентов с показателями уровня «ниже среднего» и «выше среднего».

Студенты ВГМУ имеют более высокий уровень как скоростно-силовых качеств (прыжок в длину с места, бег 30 м), так и такого качества, как ловкость (челночный бег 4*9), но более низкий уровень в показателях, связанных с силовой выносливостью. Студенты ВГАВМ имеют более высокий уровень силовых качеств (сгибание и разгибание рук в упоре лежа, поднимание туловища из положения лежа), но более низкий показатель в упражнениях на скорость и ловкость.

Литература. 1. Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М. : Владос, 2000. – 173 с. 2. Бароненко, В. А. Здоровье и физическая культура студента / В. А. Бароненко. – М. : Альфа-М, 2003. – 418 с. 3. Лаппо, В. А. Особенности методики силовой подготовки студентов лечебного факультета УО «ВГМУ» / В. А. Лаппо, А. В. Тур // Достижение фундаментальной клинической медицины и фармации : материалы 72 научной сессии сотрудников университета, Витебск, 25–26 янв. / Витебский государственный медицинский университет ; редкол.: А. Т. Щастный [и др.]. – Витебск, 2017. – С. 587–590. 4. Михалени, В. М. Физическое воспитание студенток / В. М. Михалени. – Минск, 1998. – 127 с. 5. Кривцун-Левшин, Л. Н. Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы / Л. Н. Кривцун-Левшин, В. П. Кривцун. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2017. – 344 с.