

УДК 796.012: [378:61-057.87]

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СУБЪЕКТИВНОЙ И ОБЪЕКТИВНОЙ ОЦЕНКИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ УО «ВГМУ» И «ВГАВМ» КАФЕДРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ УО «ВГМУ» СОВМЕСТНО С КАФЕДРОЙ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА УО «ВГАВМ»

Тур А.В., Романов И.В., Минин А.С., Барановская А.Ю., Климентьева Е.А., Мартынова Е.И.

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь
УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Актуальность. Используя результаты научных исследований, изложенных по вопросу здоровья студенческой молодежи, можно наблюдать тенденцию к снижению его уровня. Причинами являются малая двигательная активность, нерациональное питание, незаинтересованность в развитии культуры тела. Следовательно, на наш взгляд, проблема снижения уровня физического здоровья студентов довольно актуальна и должна быть решена средствами физической культуры. Объективная оценка показателей физического здоровья и их динамика, анализ и последующая сравнительная характеристика являются неотъемлемой частью управления учебным процессом [1,2].

Важную роль в исследовании личного физического здоровья играет самооценка. Самооценка имеет ряд функций: сравнительного познания себя, прогностическая, регулятивная. Студент ставит перед собой цели определенной трудности, т.е. имеет определенный уровень притязаний, который должен быть адекватным его реальным возможностям. Если уровень притязаний занижен, то это может сковывать инициативу и активность личности в физическом совершенствовании [3, 4, 5].

Цель. Определить и сравнить субъективную оценку с объективной оценкой уровня физического здоровья студентов УО «ВГМУ» и студентов УО «ВГАВМ».

Материал и методы. Организация исследования проходила в три этапа. На первом этапе было проведено анкетирование, которое включало в себя 20 вопросов и имеет вид печатного образца (анкета содержит QR код, позволяющий с помощью смартфона пройти ее в электронном виде). На втором этапе прием контрольных нормативов по методу профессора Г.А. Апанасенко. В качестве оценки уровня физического здоровья были взяты за основу жизненный, силовой, индекс Робинсона, индекс Кетле, проба Мартине, на третьем – статистически обработаны результаты уровня физического здоровья, анкетных данных и сделаны выводы.

В исследовании приняли участие студенты УО «ВГМУ» в количестве 131 человека, а также студенты УО «ВГАВМ» количеством 131 человек. Общее количество опрошенных составило – 262 человека.

В нашей работе были использованы следующие методики: анализ специальной научно-медицинской литературы, сравнительно-сопоставительный анализ, математико-статистический анализ, метод индексов, антропометрии, которые позволили определить уровень физического здоровья.

Результаты и обсуждения. Полученные данные мы систематизировали в следующие таблицы.

С целью определения уровня физического здоровья студентов-медиков нами была разработана анкета, которая содержала 20 вопросов и имеет вид печатного образца. В анкете содержится QR код, позволяющий с помощью смартфона пройти анкету в электронном виде. В исследовании приняли участие студенты УО ВГМУ и УО «ВГАВМ».

Результаты проведенного опроса (рисунок 1) свидетельствуют, что состояние своего уровня физического здоровья студенты ВГМУ оценивают выше среднего уровня – 40,9 % опрошенных студентов, среднего – 47 %, ниже среднего – 5%, низкого – 1,1 %. В то время как студенты ВГАВМ (рисунок 2) уровень своего физического здоровья оценивают выше среднего уровня – 43 % опрошенных студентов, среднего – 47 %, ниже среднего – 7%, низкого – 1 %.

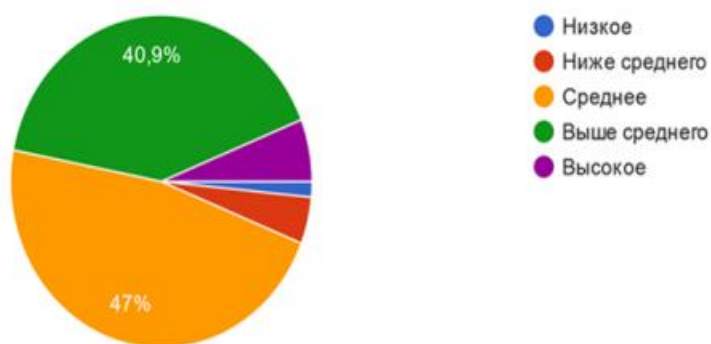


Рис. 1. Субъективная оценка уровня физического здоровья студентов УО «ВГМУ» по результатам анкетирования

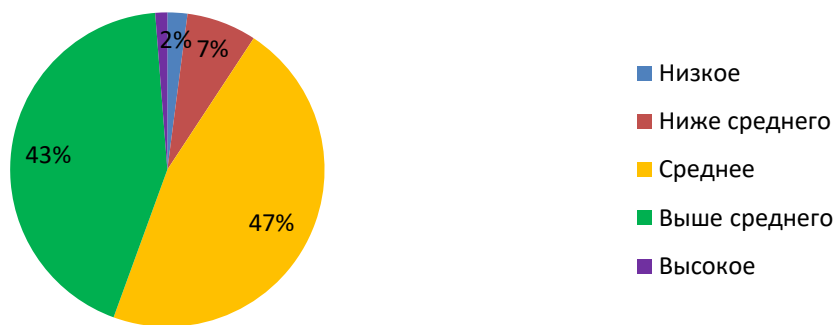


Рис. 2. Субъективная оценка уровня физического здоровья студентов УО «ВГАВМ» по результатам анкетирования

Результаты проведения педагогических тестов студентов ВГМУ (рисунок 3) отображают следующие результаты: высокий – 3,85 %; выше среднего – 27,86%; среднего – 46,37%; ниже среднего – 18,11 % и низкое – 3,87 %. Тогда как результаты педагогических тестов студентов ВГАВМ (рисунок 4): высокий – 4,5 %; выше среднего 30,1%; среднего – 50,1 %; ниже среднего – 13,5 % и низкий – 1,8 %.

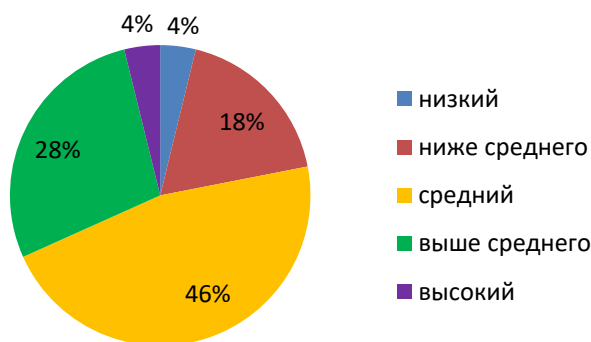


Рис. 3. Объективная оценка уровня физического здоровья студентов УО ВГМУ по результатам тестирования

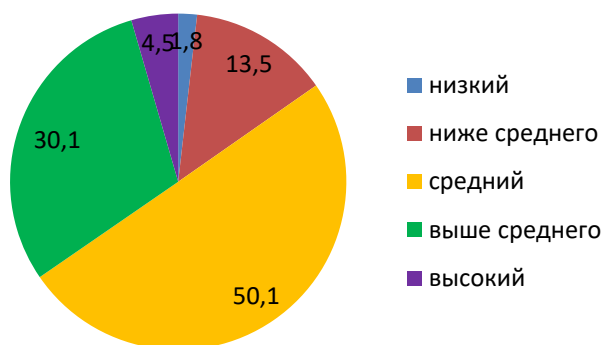


Рис. 4. Объективная оценка уровня физического здоровья студентов УО ВГАВМ по результатам тестирования

Также результаты анкетирования позволили нам выявить предпочтения студентов в занятии физической активностью (рисунок 5).

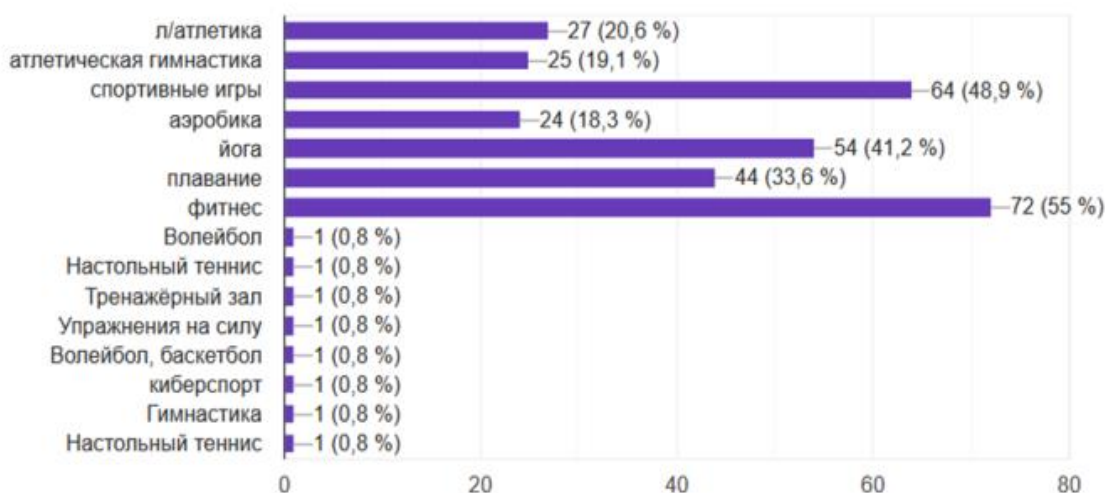


Рис. 5. Ответы на вопрос «Какими видами двигательной активности вы бы хотели заниматься на учебных занятиях по физическому воспитанию?»

Исходя из данных опроса, можно сделать вывод о том, что студенты отдают предпочтения занятиям фитнесом (55 %), спортивным играм (48,9 %) и йогой (41,2 %).

Наибольшей мотивацией для студентов при занятиях физическими упражнениями является коррекция фигуры и улучшение уровня физической подготовленности, укрепление здоровья. А в меньшей степени – профилактика заболеваний и достижение спортивных успехов.

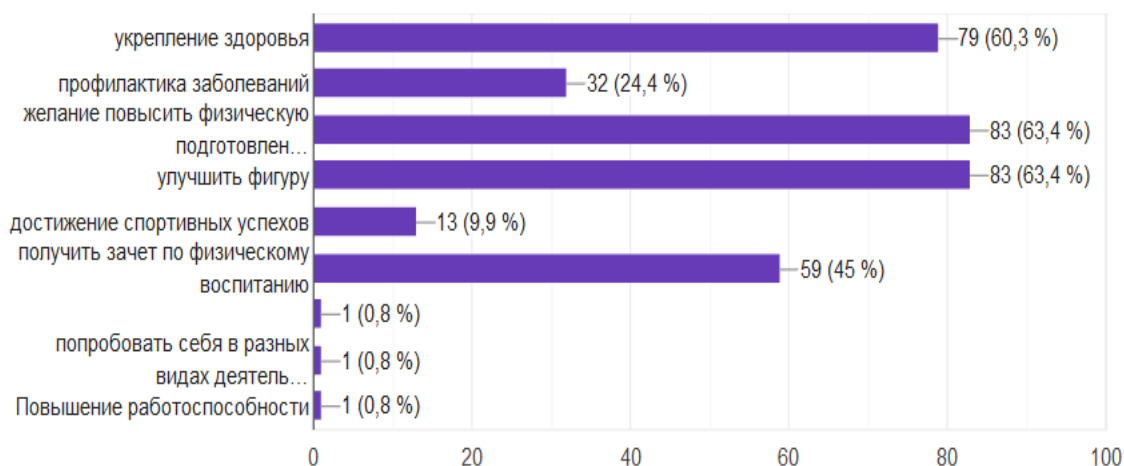
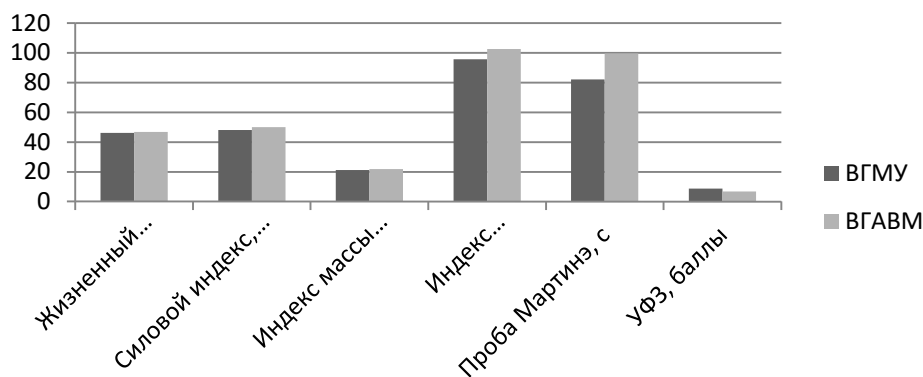


Рис. 6. Ответы на вопрос «Какими мотивами вы руководствуетесь при занятиях физической культурой?»

Общая оценка сравнительной характеристики объективной оценки уровня физического здоровья студентов УО ВГМУ и УО ВГАВМ представлена в таблице 1.

Таблица 1. Сравнительная характеристика объективной оценки уровня физического здоровья студентов УО ВГМУ и УО ВГАВМ



Примечания: м – средние, δ – стат. Отклонение, * – $p < 0.05$

Выводы. Сравнительный анализ субъективной оценки уровня физического здоровья студентов УО «ВГМУ» и УО «ВГАВМ» показывает, что все студенты оценивают свой уровень физического здоровья практически одинаково.

По результатам сравнения объективной оценки уровня здоровья студентов УО «ВГМУ» и УО «ВГАВМ» можно сделать вывод о том, что студенты УО «ВГАВМ» имеют более высокий уровень здоровья. Это связано с тем, что для студентов УО «ВГАВМ» характерен более высокий уровень развития кардиореспираторной системы, а также восстановительных процессов в организме после физической нагрузки, что в наибольшей степени отражает такой показатель, как индекс Робинсона.

Можно полагать, что у студентов имеет место завышение самооценки своего уровня физического здоровья по сравнению с фактическим, основываясь на данных объективного тестирования.

Литература.

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента / В.А. Бароненко. – М. : Альфа-М, 2003. – 418 с.
2. Казин, Э.М. Основы индивидуального здоровья человека / Э.М. Казин, Н.Г. Блинова, Н.А. Литвинова. – М. : Владос, 2000. – 173 с.
3. Коледа, В.А. Физическая культура : учебное пособие / В.А. Коледа (и др.); под общ.ред. В.А. Коледы. – Минск : БГУ, 2005. – 211 с.
4. Кривцун-Левшина, Л.Н. Организация и методика физкультурно-оздоровительной работы / Л.Н. Кривцун-Левшин, В.П. Кривцун. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2017. – 344 с.
5. Михалени, В.М. Физическое воспитание студенток / В.М. Михалени. – Минск. – 1998. –127 с.

УДК 796.325

БЛОКИРОВАНИЕ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ РАЗВИТИЯ ВОЛЕЙБОЛА

Шеверновский В.В., Галлер В.Н., Сидоров В.В.

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

Цель подготовки волейболиста состоит в воспитании спортсменов, готовых к требованиям современного спорта, отвечающих модельным характеристикам сильнейших волейболистов, способных показывать высокие результаты.

Современный волейбол полностью ориентирован на скоростную, острокомбинационную игру над сеткой. В связи с этим все больше возрастает роль и значение такого важного элемента, как блокирование [1].

В настоящее время блок успешно конкурирует с традиционными приемами нападения (подачей, передачей, обманными ударами). Блокирование приобрело характер подвижной системы обороны над сеткой, «подвижный блок», «ловящий блок» прочно вошли в терминологию волейбола. Важным методом является подвижная форма группового блокирования, при которой игроки должны стремиться к максимально возможному переносу рук и накрытию мяча на стороне противника.

Тактика блокирования на новом этапе развития волейбола будет заключаться в умелом сочетании подвижного взаимодействия игроков в групповом блокировании с моментальным переключением на одиночный блок («игрок в игрока»). Такая система организации блокирования предъявляет к волейболистам более высокие требования совершенствования двигательных способностей, быстроты реакции и скоростной технико-тактической подготовки. В практике волейбола существуют определенные трудности. Это связано с методикой подготовки на принципах зонного блокирования, которое при скоростной, комбинационной игре нападающих не может полностью обеспечить решения тактических задач обороны [2].

В нашей работе поставлена цель: показать эффективность и раскрыть формы группового индивидуального блокирования.

Для решения задачи мы на примере мужской сборной России, в финальных соревнованиях «Лиги Наций – 2018», фиксировали данные технических действий