

*Загоровский В.А.*

Белорусский государственный университет физической культуры  
Республика Беларусь, Минск

*Коваленко А.Н.*

*Марченко В.П.*

Белорусский государственный университет транспорта  
Республика Беларусь, Гомель

## **ОБЩАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО РАЗЛИЧНЫМ НАПРАВЛЕНИЯМ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

*Zaharouski V.*

Belarusian State University of Physical Culture  
Republic of Belarus, Minsk

*Kovalenko A.N.*

*Marchenko V.P.*

Belarusian State University of transport  
Republic of Belarus, Gomel

## **GENERAL PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS STUDYING IN VARIOUS AREAS OF THE SPECIALTY**

**ABSTRACT.** This article discusses the effectiveness of the content of physical education for students studying full-time education at the Belarusian state University of transport. The data obtained results meet standards of the State sports and fitness complex of the Republic of Belarus (GFOK) students of the Belarusian state University of transport (Belsut), enrolled in various areas of specialty. Significant differences in the implementation of standards between students studying in different areas of the specialty were revealed.

**KEYWORDS:** State sports and recreation complex of the Republic of Belarus; standards; General physical fitness; students; testing; physical culture.

**АННОТАЦИЯ.** В данной статье рассматривается эффективность содержания физического воспитания студентов обучающихся на дневной форме получения образования в Белорусском государственном университете транспорта. Получены данные результатов выполнения нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь (ГФОК) студентов Белорусского государственного университета транспорта (БелГУТ), обучающихся по различным направлениям специальности. Выявлены достоверно значимые различия выполнения нормативов между студентами, обучающимися по различным направлениям специальности.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь; нормативы; общая физическая подготовленность; студенты; тестирование; физическая культура.

**Введение.** Эффективность процесса физического воспитания в учреждениях высшего образования детерминирована объективностью системы проверки и

оценки двигательной подготовленности студентов. Учебной программой по учебной дисциплине «Физическая культура» для учреждений высшего образования предусмотрено проведение регулярного тестирования для оценки уровня развития двигательных качеств студентов [2; 7].

Физическая подготовленность общепризнанно считается одним из показателей, отражающих качество физического здоровья и уровень двигательной активности [1; 3].

Реализация систематического контроля за результатами физической подготовки студентов обеспечивает: выявление лиц с низким, средним и высоким уровнем физических качеств; коррекцию физических качеств у ослабленных учащихся; формирование ценностных ориентиров на физическое развитие личности, появление мотивации к регулярным занятиям физическими упражнениями [10].

Анализ научно-методической литературы показал, что около 30–35 % студентов, обучающихся в учреждениях высшего образования, имеют низкий уровень развития основных двигательных качеств [11]. Снижение жизненного уровня населения и нестабильная экономическая обстановка заметно ухудшили условия для физического развития современных студентов [5]. В то же время анализ реальной практической работы в учреждениях высшего образования показывает, что постоянно повышаются требования к уровню физической подготовленности студентов. Возрастает необходимость воспитывать у студентов устойчивый интерес, потребность к регулярным занятиям физическими упражнениями, мотивацию к здоровому образу жизни.

Важное место в системе физического воспитания обучающихся учреждений высшего образования отводится педагогическому контролю, совершенствование которого является важнейшей предпосылкой повышения эффективности образовательного процесса. Педагогический контроль предусматривает владение специальными знаниями и умениями, обеспечивающими правильное наблюдение, анализ и оценку действий учащихся, выявление недочетов в собственных действиях, определение степени пригодности и эффективности средств, методов и организационных форм работы в конкретных условиях [4, 6].

Эффективность процесса физического воспитания в современных условиях во многом обусловлена использованием средств и методов комплексного контроля как инструмента управления, позволяющего осуществлять обратные связи между преподавателем и студентом и на этой основе повышать уровень управленческих решений при подготовке студентов [8, 9].

Показатели физической подготовленности студентов, особенно результаты выполнения двигательных тестов, отражают влияние процесса физического воспитания. Таким образом, важен постоянный учет и изучение результатов физической подготовленности студентов, на основе которых можно судить об эффективности образовательного процесса по учебной дисциплине «Физическая культура».

Задачи исследования:

- 1) оценить уровень общей физической подготовленности обучающихся в учреждении высшего образования БелГУТ на основе сдачи нормативов ГФОК;
- 2) провести сравнительный анализ показателей общей физической подготовленности студентов, обучающихся по различным направлениям специальности.

Объект исследования: студенты 1-го курса дневной формы получения образования БелГУТ, регулярно посещающие учебные занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» (n=72).

Организация и методы исследования. Для определения уровня развития двигательных качеств студентов была проведена оценка общей физической подготовленности по результатам выполнения следующих тестов: прыжок в длину с места (оценка скоростно-силовых способностей), наклон вперед из исходного положения сидя на полу (оценка гибкости), сгибание и разгибание рук в упоре лежа, подтягивание на высокой перекладине, поднимание туловища за 60 с (оценка силовых способностей), челночный бег 4×9 м, (оценка координационных способностей), бег 30 м (оценка быстроты), бег 3000 м (оценка выносливости). В таблице представлены результаты выполнения тестов предусмотренных ГФОК студентами в мае 2019 года в соответствии с приказом Министра спорта и туризма Республики Беларусь № 195 от 15.04.2019.

Использовались методы: получения ретроспективной информации, получения текущей информации, математической статистики (для обеспечения достоверности и обоснованности анализа результатов исследования). Статистическая обработка проводилась с помощью программной надстройки «Пакет анализа» программы Microsoft Excel.

Таблица – Описательная статистика результатов тестирования общей физической подготовленности студентов 1-го курса

Факультет	Тесты*							
	$X_1$	$X_2$	$X_3$	$X_4$	$X_5$	$X_6$	$X_7$	$X_8$
Управление процессами перевозок	215,50 ±12,19	5,75 ±3,41	40,08 ±12,82	9,67 ±2,46	61,58 ±7,08	9,57 ±0,41	4,60 ±0,19	890,92 ±120,40
Строительный	223,50 ±17,02	2,25 ±5,91	44,58 ±11,48	8,83 ±3,21	58,25 ±7,05	9,55 ±0,41	4,58 ±0,35	955,75 ±117,09
Механический	226,92 ±14,74	7,00 ±6,69	43,58 ±10,07	11,00 ±3,62	58,50 ±7,59	9,59 ±0,39	4,51 ±0,17	946,17 ±125,49
Электро-технический	225,17 ±13,35	7,33 ±4,21	44,42 ±12,24	9,42 ±2,75	59,58 ±8,35	9,60 ±0,39	4,67 ±0,20	991,58 ±117,80
Гуманитарно-экономический	217,33 ±10,60	6,25 ±2,18	44,67 ±10,28	10,92 ±4,12	61,75 ±5,96	9,71 ±0,60	4,59 ±0,14	958,67 ±107,84
Промышленное и гражданское строительство	221,42 ±9,68	6,42 ±4,21	43,42 ±10,16	9,67 ±2,39	60,08 ±8,53	9,60 ±0,68	4,64 ±0,16	981,08 ±73,57

Примечание – \* –  $X_1$  – прыжок в длину с места, см;  $X_2$  – наклон вперед, см;  $X_3$  – сгибание и разгибание рук в упоре лежа, количество повторений;  $X_4$  – подтягивание на высокой перекладине, количество повторений;  $X_5$  – поднимание туловища из положения на спине за 60 с, количество повторений;  $X_6$  – челночный бег 4×9м, с;  $X_7$  – бег 30 м, с;  $X_8$  – бег 3000 м, с.

Из данных, представленных в таблице, видно, что при выполнении теста прыжок в длину с места наилучшие результаты продемонстрировали студенты механического факультета, результат в среднем по группе составил 226,92±14,74 см, наимень-

шие результаты показали студенты факультета управления процессами перевозок, что составило  $215,50 \pm 12,19$  см в среднем по группе. Студенты электротехнического факультета продемонстрировали наиболее высокие результаты при выполнении наклона вперед –  $7,33 \pm 4,21$  см в среднем по группе. Не очень хорошо с этим тестом справились студенты строительного факультета, их результат  $2,25 \pm 5,91$  см в среднем по группе.

Среднее групповое значение выполнения сгибания и разгибания рук в упоре лежа у всех студентов колеблется от  $40,08 \pm 12,82$  раза до  $44,67 \pm 10,28$  раза. Результаты в подтягивании и на высокой перекладине и поднимании туловища из положения на спине за 60 с примерно одинаковые и находятся в диапазоне от  $8,83 \pm 3,21$  раза до  $11,00 \pm 3,62$  раза и от  $58,25 \pm 7,05$  раза до  $61,75 \pm 5,96$  раза соответственно. Аналогичная картина наблюдается и в результатах выполнения челночного бега  $4 \times 9$  м и бега 30 м. Результаты выполнения бега 3000 м у студентов разных факультетов отличаются ярко выражено. Наилучшие результаты продемонстрировали студенты факультета управления процессами перевозок, их результат  $890,92 \pm 120,40$  с в среднем по группе. Хуже всех с этим тестом справились студенты электротехнического факультета, их результат  $991,58 \pm 117,80$  с в среднем по группе.

Далее полученные данные подвергались сравнительному анализу в соответствии с 10-балльной шкалой оценки уровня общей физической подготовленности, представленной в Положении о ГФОК Республики Беларусь.

На рисунках представлены средние значения (баллы) и стандартное отклонение выполнения тестов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь студентами, обучающимися в учреждении высшего образования Белорусский государственный университет транспорта по различным направлениям специальности.

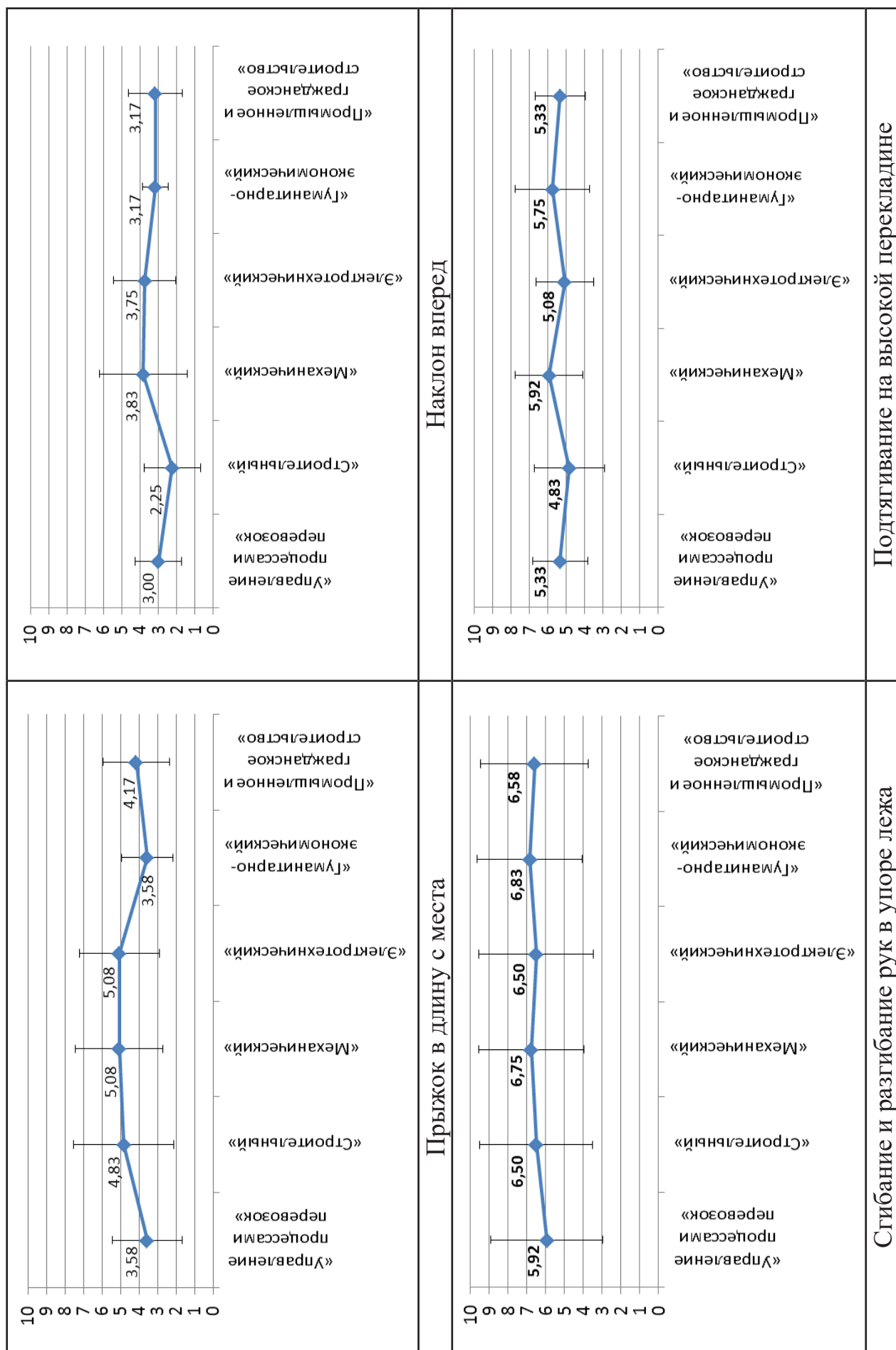
Анализируя данные, представленные на рисунках, можно сделать следующие выводы. Результаты выполнения семи из восьми тестов носят выраженный нелинейный характер. Незначительно отличаются только результаты выполнения челночного бега  $4 \times 9$  м у всех студентов независимо от получаемой специальности. При этом полученные результаты соответствуют среднему уровню физической подготовленности.

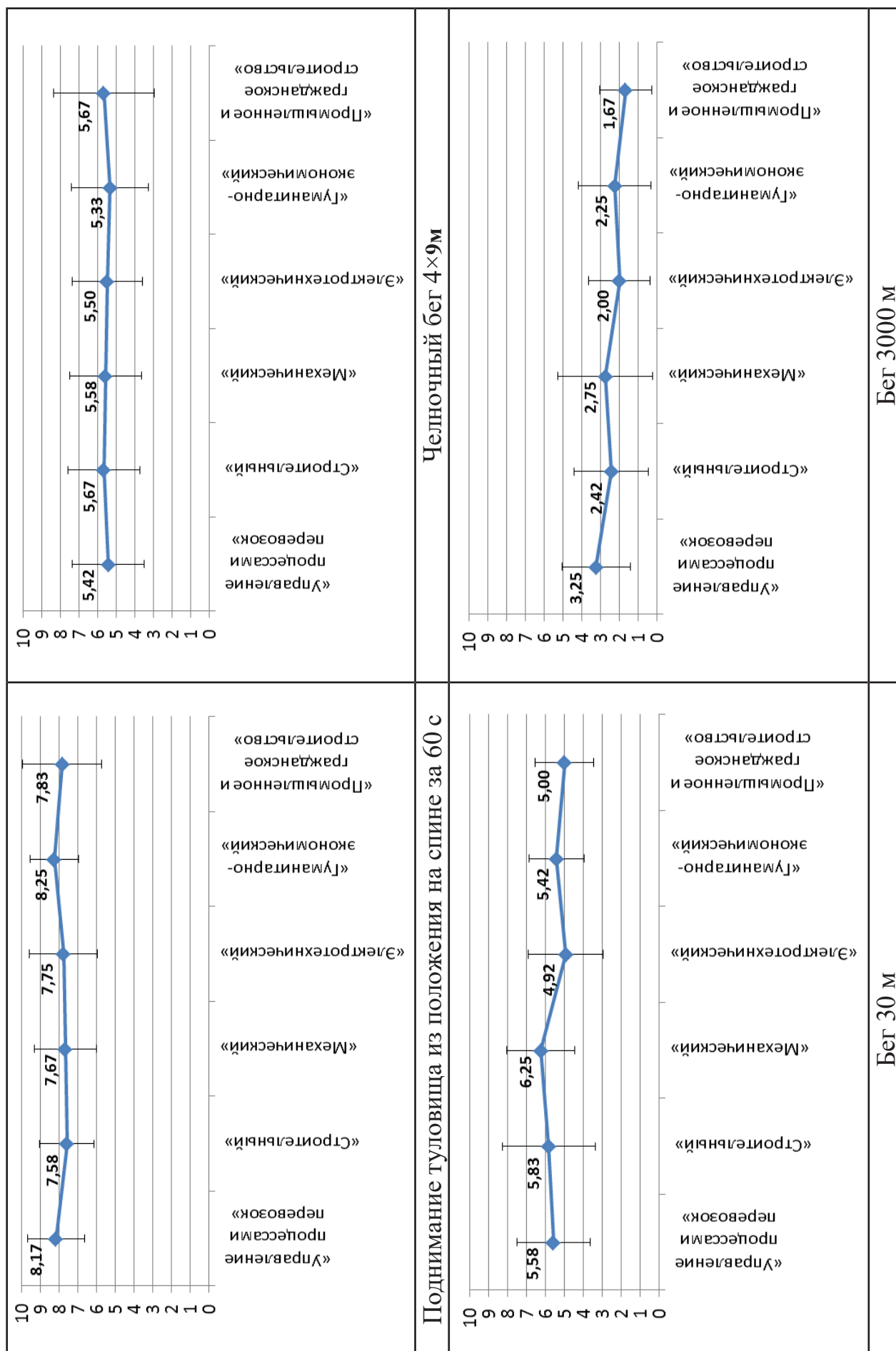
При выполнении теста прыжок в длину с места наибольшие оценки оказались у студентов, обучающихся на механическом и электротехническом факультетах и составило 5,08 балла в среднем по группе, что соответствует среднему уровню физической подготовленности. У остальных студентов уровень физической подготовленности – ниже среднего.

Результаты выполнения теста наклон вперед указывают на то что у студентов строительного факультета уровень физической подготовленности – низкий, у всех остальных – ниже среднего.

Результаты выполнения теста сгибание и разгибание рук в упоре лежа у всех студентов из представленных шести факультетов в среднем по группе колеблются в диапазоне от 5,92 до 6,83 балла, что соответствует среднему уровню физической подготовленности.

При выполнении теста подтягивание на высокой перекладине уровень физической подготовленности ниже среднего наблюдается у студентов строительного факультета, у остальных – средний.







Наилучшие результаты продемонстрировали студенты всех факультетов при выполнении теста поднимание туловища из положения на спине за 60 с. В среднем по группе студентов на каждом факультете полученные данные соответствуют уровню физической подготовленности – выше среднего.

Результаты выполнения теста бег 30 м только у студентов электротехнического факультета в среднем по группе соответствуют уровню физической подготовленности – ниже среднего, у всех остальных студентов в среднем по группе – средний.

При выполнении теста бег 3000 м только у студентов факультета управления процессами перевозок уровень физической подготовленности в среднем по группе – ниже среднего, у всех остальных студентов – низкий.

Выводы:

1. Оценка текущего уровня общей физической подготовленности студентов позволила определить эффективность системы физического воспитания студентов 1-го курса обучающихся в учреждении высшего образования Белорусский государственный университет транспорта по различным направлениям специальности.

2. Эффект от занятий физической культурой студентов зависит не только от организации тренировочной нагрузки, но и ее правильного распределения во времени, порядка сочетания и разделяющих интервалов.

3. При сравнении полученных результатов тестирования с 10-балльной шкалой оценки уровня общей физической подготовленности студентов отмечено, что средние групповые значения в большинстве соответствуют среднему уровню физической подготовленности.

4. Систематическое проведение текущего контроля позволит преподавателю эффективно управлять подготовкой студентов путем своевременной коррекции образовательного процесса.

1. Васильков, П. П. Теория и методика физического воспитания / П. П. Васильков. – Ростов н/Д: Феникс, 2008. – 381 с.

2. Виленский, М. Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: учеб. пособие для вузов, изучающих дисциплину «Физическая культура», кроме направлений в обл. физ. культуры и спорта / М. Я. Виленский, А. Г. Горшков. – М.: Гардарики, 2007. – 218 с.

3. Ворсина, Г. Л. Основы валеологии и школьной гигиены: учеб. пособие / Г. Л. Ворсина, В. Н. Калюнов. – Минск: Тесей, 2005. – 288 с.

4. Глазко, Т. А. Индивидуализация процесса физического воспитания как фактор повышения интереса к занятиям у студентов гуманитарного ВУЗа / Т. А. Глазко, В. В. Курносова // Вопросы физ. воспитания студентов вузов: сб. науч. тр. и метод. реком. / авт.-сост. Р. Н. Медников, С. В. Макаревич, В. М. Лебедев; БГУ. – Минск, 1994. – С. 51–52.

5. Коледа, В. А. Особенности физического воспитания школьников и студентов Гомельского региона / В. А. Коледа, В. А. Медведев. – Гомель, 1999. – 213 с.

6. Коледа, В. А. Совершенствование физического воспитания в системе профессионально-личностного развития студентов / В. А. Коледа. – Гомель: ГГУ им. Ф. Скорины, 1999. – 154 с.

7. Концепция физического воспитания дошкольников, учащихся и студентов / разработ. В. Н. Кряж [и др.]. – Минск: Минобразования РБ, БелНИИ образования, 1994. – 52 с.

8. Лубышева, Л. И. Теоретико-методологическое обоснование физкультурного воспитания студентов / Л. И. Лубышева, Г. М. Грузных // Теория и практика физ. культуры. – 1991. – № 6. – С. 9–12.

9. Овчаров, В. С. Настольная книга учителя физической культуры: метод. пособие / В. С. Овчаров. – Минск: Сэр-Вит, 2008. – 200 с.
10. Физическое воспитание студентов основного отделения: учеб. для студентов вузов / Н. Я. Петров [и др.]. – Минск: БГУИР, 1997. – 710 с.
11. Филиппов, Н. Н. Отношение студенческой молодежи к занятиям физической культурой в новых социально-экономических условиях / Н. Н. Филиппов // Адукацыя і выхаванне. – 2001. – № 8. – С. 66–68.

УДК 796.077.5:316.752

*Заклодная Е.Е.*, канд. пед. наук, доцент  
Белорусский государственный университет физической культуры  
Республика Беларусь, Минск

## СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ СИСТЕМЫ ЦЕННОСТЕЙ СТУДЕНТОВ-СПОРТСМЕНОВ В ПРОШЛОМ И НАСТОЯЩЕМ ВРЕМЕНИ

*Zakolodnaya E.*  
Belarusian State University of Physical Culture  
Republic of Belarus, Minsk

### COMPARATIVE ANALYSIS OF THE VALUE SYSTEM OF STUDENTS-ATHLETES IN THE PAST AND PRESENT

**ABSTRACT.** Modern society is distinguished by informational openness, and in these conditions, various ideas are freely distributed, become the subject of discussion and contribute to the formation of a new social reality focused on rethinking previously accepted norms and values. Popular culture imposes a fashion common to all people in the world, an addiction to certain foods and bad habits, behavior and promotes the thoughtless acceptance of the values of Western civilization with its eternal race for material enrichment. Sport is not isolated from other spheres of human life, therefore everything that happens in the world applies to the sphere of sports activities. Consequently, such an educational process is required, within the framework of which the athlete will be able to master the moral values of culture in general, and physical culture and sports in particular.

**KEYWORDS:** spirituality, morality, education, formation of behavior, system, values, attitude, students, athletes.

**АННОТАЦИЯ.** Современное общество отличается информационной открытостью и в этих условиях различные идеи свободно распространяются, становятся предметом обсуждения и способствуют формированию новой социальной реальности, ориентированной на переосмысление принятых ранее норм и ценностей. Массовая культура навязывает общую для всех людей мира моду, пристрастие к определенной пище и вредным привычкам, манере поведения и способствует бездумному принятию ценностей западной цивилизации с ее вечной гонкой за материальным обогащением. Спорт не изолирован от других сфер жизни человека, поэтому все,