

**ЯНЧУК М.Е.**

Брест, БрГУ имени А.С. Пушкина  
 Научный руководитель – Л.В. Шукевич,  
 канд. пед. наук, доцент

### **ПОКАЗАТЕЛИ РАЗВИТИЯ КООРДИНАЦИОННЫХ СПОСОБНОСТЕЙ У СТУДЕНТОВ И СТУДЕНТОК**

*Введение.* Научные исследования в области изучения двигательной деятельности студенческой молодежи показывают, что физическое воспитание приобретает оздоровительную направленность и является важным средством укрепления здоровья и повышения работоспособности как физической, так и умственной.

Очень важно уделять внимание в студенческие годы развитию координационных способностей. Координационные способности обеспечивают экономное расходование энергетических ресурсов организма студентов.

*Цель работы* – определение уровня развития координационных способностей у студентов и студенток.

*Методы исследования.* В работе использовались следующие методы: анализ литературных источников, педагогическое наблюдение, тестирование, математико-статистическая обработка результатов.

*Результаты и их обсуждение.* Полученные результаты показали, что уровень развития координационных способностей, как у студентов, так и студенток находятся на близком уровне развития (таблица).

Таблица – Показатели координационных способностей студентов и студенток первого курса

Тесты	Статистические параметры					
	Студенты			Студентки		
	$\bar{x}$	$\sigma$	$v$	$\bar{x}$	$\sigma$	$v$
Челночный бег 4х9 м (с)	9,4	0,5	5,3	11,1	0,7	6,3
Прыжки через короткую скакалку за 1 мин (раз)	83,4	7,6	9,1	105,0	6,8	6,4

*Выводы.* Таким образом, в учебном процессе необходимо спланировать материал, направленный на развитие координационных способностей у студентов и студенток.