

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}	σ	v	\bar{x}	σ	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.