

численных связей и отношений в процессе физического воспитания студентов вузов. А целевое управление позволяет сосредоточиться на решении главных задач с минимизацией ресурсного и финансового обеспечения.

При этом, что очень важно, не требуется дополнительно экономико-финансовых, материально-технических и человеческих ресурсов.

Необходимость превращения физического воспитания студентов в профессионально-направленный и оптимально-управляемый процесс требует его целевой ориентации.

В Ростовском университете разработаны в качественно-количественной форме целевые критерии физического воспитания студентов полевых и экспедиционных профессий.

Это, в свою очередь, может служить основой реализации современных форм и методов целсвого управления, перехода от интуитивных методов управления к использованию логико-математических моделей и общенаучных теоретических систем.

ВОЗДЕЙСТВИЕ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКИ НА ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКУЮ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ

ТЕРЕЩЕНКО В.А., БЕЛЬСКИЙ И.В., ЛАГУТИН А.Н.
/Белорусский политехнический институт/

Занятия проводились в течение двух учебных лет, на группе студентов-мужчин в возрасте 17-27 лет, в количестве 30 человек. Для сравнительной характеристики уровня и динамики показателей физического развития и физической подготовленности студентов, занимающихся атлетической гимнастикой, были взяты под контроль студенты основного отделения в количестве 120 человек, выполняющих только программу обязательного курса физического воспитания.

Структура и содержание атлетической гимнастики представляли

собой ежедневные занятия, включающие четыре занятия (понедельник, среда; четверг, пятница) специально-силовой подготовки, что составило 65% от общего объема средств недельного цикла и два занятия общеразвивающих упражнений, основу которых составили: легкая атлетика - 12%; спортивные игры - 12% и плавание - 11%. Программное содержание занятий с силовой направленностью составили, последовательно возрастающие по нагрузке 12 комплексов упражнений. Каждый комплекс использовался в течение одного месяца.

Исследования позволили установить, что после двух лет занятий достигнуты значительные изменения в показателях физического развития, физической подготовленности. Эти показатели у студентов, занимающихся атлетической гимнастикой, оказались более, чем в два раза выше таких же показателей студентов, занимающихся по программе обязательного курса физического воспитания, и соответствуют должным величинам гармоничного физического развития.

МОДЕЛЬНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ-ЛЫЖНИКОВ РАЗЛИЧНОЙ СПОРТИВНОЙ КВАЛИФИКАЦИИ

ТИМОФЕЕВ А.А., СОКОЛОВ В.А.

/Минский радиотехнический институт, Белорусский государственный институт физической культуры/

Задача исследования состояла в определении модельных характеристик физического состояния лыжников-гонщиков, имеющих различный уровень спортивной квалификации. В модельные характеристики вошли показатели физического развития, физической работоспособности и функционального состояния сердечно-сосудистой системы организма.