

I	2	3	4	5	6	
6. Тройной с места (см)	7.0 6.5 6.0	7.2 6.8 6.3	5 4 3	5.3 5.0 4.5	5.5 5.1 4.7	
7. Тяга гири 32 кг до подбородка (кол-во раз)	30 25 20	35 30 25	5 4 3	35(5) 25(4) 18(3)	40(5) 30(4) 20(3)	гири 16 кг (за 5 сек.)
8. Выжимание гири 16 кг (правая+левая)	75 65 55	80 70 60	5 4 3			
9. Выжимание гири 16 кг привычной рукой (за 10 сек.)	10 9 7	12 10 8	5 4 3			
10. Бег 20 м с препятствиями	6.4 6.9 7.2	6.3 6.8 7.1	5 4 3	7.4 7.8 8.2	7.2 7.4 8.0	
11. Наклоны к коленям, руки за головой (за 10 сек.)	9 8 7	9 8 7	5 4 3	7 6 5	8 6 5	
12. Отжимание в упоре лежа с хлопком под собой (кол-во раз)	12 10 8	15 12 9	5 4 3	12(4) 8(3) 5(2)	15(5) 10(4) 7(3)	без хлопка (за 5 сек.)
13. Отклоны туловища назад, руки за голову (к-во раз)			5 4 3	40 30 25	50 40 30	

Сумма баллов для дифференцированной оценки составляет:

у мужчин: 60-"отлично", 54-"хорошо", 42-"удовлетворительно"

у женщин: 65-"отлично", 58-"хорошо", 45-"удовлетворительно".

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ

АСТАХОВ В.П., БОРОДИНА Г.П., КОЛЕДА В.А., МОРОЗОВА Л.М.

/Гомельский государственный университет/

В соответствии с директивными указаниями Минвуза СССР в Гомельском госуниверситете с 1986 года введена оценка физического

состояния для студентов I-IV курсов. Показатели оценки физического состояния студентов университета обработаны методами вариационной статистики, что позволило выяснить объективную ситуацию физического развития и подготовленности.

Первые результаты, полученные при исследовании студентов, раскрывают следующий уровень физического состояния:

- функциональная проба, определяемая по частоте пульса, на I-III курсах оценена на "хорошо", а на IV четвертом курсе - "удовлетворительно"; различия в показателях между курсами статистически недостоверны ($P > 0,1$);

- прыжки в длину с места оцениваются на всех курсах - "удовлетворительно": на первом курсе 225 см, несколько выше на втором (230 см) и третьем (234 см) курсах, затем отмечается снижение ($P > 0,1$) на четвертом курсе (228 см);

- подтягивание в висе на перекладине имеет на I курсе оценку - "удовлетворительно" (10,3 раза), на II и III (11,6), а также на IV (11) - "хорошо";

- бег 100 м на I, II и III курсах оценивается "хорошо" (13,7, 13,6 и 13,7 с соответственно), на IV - "удовлетворительно" (11,1 с);

- весов-ростовой показатель на I-IV курсах оценен на "хорошо", однако наиболее близки к оценке "отлично" данные первого (401) и второго (398) курсов. Достоверных различий в показателях по курсам нет.

Анализируя результаты исследования, отметим, что большинство показателей у студентов-мужчин оценивается на "хорошо", за исключением результатов в прыжках в длину с места на всех курсах и подтягивания на I курсе. Низкие результаты в прыжках в длину с места на всех курсах свидетельствует о недостаточной скоростно-силовой подготовке студентов. Отсутствие достоверных сдвигов по кур-

сам утверждает нас в мысли, что основная форма учебных занятий с объемом 4 часа в неделю не должна быть единственной для обеспечения двигательной активности студентов, особенно на старших курсах. Студенты IV курса недостаточно выносливы, у них наблюдается тенденция к снижению быстроты, что говорит, судя по данным, о невыполнении ежедневного объема двигательной активности. Неоднородность показателей, полученных в ходе статистической обработки, указывает на необходимость подхода, особенно к студентам, имеющим неудовлетворительные оценки и нуждающимся в улучшении своего физического состояния.

Значение оценки физического состояния, по нашему мнению, очевидно, исходя из 2-х сторон: во-первых, она побуждает студентов к улучшению своих результатов, а во-вторых, при сопоставлении оценки с данными медосмотра и уровня спортивного совершенства, можно определить необходимую характеристику основных параметров физического развития и подготовленности.

К СИСТЕМЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-СПЕЦИАЛИСТОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

АРТЕМЬЕВ В.П.

Брестский государственный педагогический институт
им. А.С. Пушкин

Одной из важнейших задач профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры является воспитание у студентов коммунистической убежденности, высоких эстетических, волевых и нравственных качеств, в первую очередь убежденности в правильности выбора профессии и любви к ней.

Часто стремлением большого числа студентов (53%) является