

**БЕЛАЯ А.И.**, строительный факультета, гр. А-34

Брест, БрГТУ

Научный руководитель – Орлова Н.В., канд. пед. наук, доцент кафедры ФВиС, БрГТУ, Брест

## **ПРИМЕНЕНИЕ КОМПЬЮТЕРНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ ДЛЯ ОЦЕНКИ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО И ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ**

*Введение.* Очень важным направлением развития образования в вузе является использование компьютерных технологий в физическом воспитании студентов специального медицинского отделения. Но далеко не все вузы могут позволить себе современное информационное оборудование, однако темпы модернизации оборудования в вузах впечатляют.

Использование информационных технологий способствует обучению студентов самоанализу, коррекции поведения для восстановления функционального состояния систем организма.

*Цель работы* – изучить эффективность применения компьютерных технологий для оценки функционального и физического состояния студентов.

*Методы исследования.* В работе применялся метод анализа научно-методической литературы, методы сбора и анализа текущей информации (наблюдение, анкетирование, педагогическое наблюдение); педагогический эксперимент, метод математической обработки результатов исследования.

*Результаты и их обсуждение.* По данным социологического опроса, почти 60% студентов оценивают свой жизненный уровень как «средний», 28 % – как «низкий» и «очень низкий». Только 12% студентов оценивают его «выше среднего».

Установлено, что дефицит двигательной активности студентов составляет 60 – 75% от необходимого для поддержания нормального физического состояния.

Численность студентов специального медицинского отделения с каждым годом постепенно растёт. Это свидетельствует о неутешительном состоянии здоровья молодёжи. Для определения уровня физического состояния студентов, а также для их заинтересованности в занятиях спортом, применяют компьютерные программы.

Программы этого направления можно разделить на диагностические, диагностико-рекомендательные и управляющие. Благодаря первым, специалист быстрее ставит диагноз, благодаря вторым, вместе с диагнозом выдаются рекомендации. А третий вид программ не только выдаёт задания, но и контролирует их выполнение.

Компьютерная программа за короткий промежуток времени выдаёт данные о физическом развитии студента, состоянии здоровья, а также научно-обоснованные рекомендации, на основе анализа литературы, статистик, тестирова-

ний. Такие программы предназначены для молодёжи. Специальные тестирования могут проводиться как перед началом занятий физической культурой, так и через длительный срок.

Программа оценочных тестов предусматривает: доступность и надежность организации проведения тестовых испытаний; сквозное тестирование на протяжении всего периода обучения; сравнение индивидуальных результатов со среднестатистическими данными; возможность использования результатов тестирования для корректировки индивидуальных, групповых программ занятий физической культурой студентов.

Отличительной особенностью является то, что система включает в себя большое количество тестовых испытаний, анкет, измерений. Однако построена таким образом, что занимающийся может выбрать для себя наиболее доступные (в зависимости от состояния здоровья) или понравившиеся тесты и пройти оценку не по полной программе, а лишь частично, и, несмотря на это, тестируемый будет оценен. Ему будут выданы индивидуальные рекомендации, но чем больше будет пройдено тестов, тем точнее общая оценка физического состояния и большее количество рекомендаций и оздоровительных методик будет предложено.

Программа предусматривает разработку конкретных рекомендаций по различным параметрам физического состояния. Главное в ней – индивидуальный подход. Программа учитывает не только особенности телосложения, возраст, пол, конституционные особенности, но и имеющиеся отклонения в состоянии здоровья. Значимое место уделено системе питания, функционированию органов дыхания, укреплению мышечной системы, программе движений.

После применения таких компьютерных программ у студентов специального медицинского отделения повышается интерес к обучению, увеличивается объем самостоятельной работы, в том числе и по ведению здорового образа жизни. Компьютерная программа позволяет студентам более осознанно взглянуть на себя, свой образ жизни, возможные перспективы по изменению уровня здоровья в положительную или отрицательную сторону. Полученные конкретные рекомендации ориентируют студентов специального медицинского отделения в выборе направления внесения коррекции в образ жизни, в формирование двигательного режима, диеты, оздоровительных процедур и т. д.

*Выводы.* Использование современной компьютерной технологии во многом упрощает комплексные исследования уровня физической подготовленности и состояния функциональных систем организма, а также учебного процесса по физическому воспитанию.

Достоинством программы является то, что на основании анализа всех полученных результатов тестирования программа дает не только качественную характеристику, но и количественную оценку физического состояния основных систем жизнеобеспечения обследуемого и позволяет прогнозировать успешную деятельность после окончания вуза.