

Определение уровня физической подготовленности студентов МСФ на примере оценки результатов сдачи нормативов Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса

Фомочкина Г.И., Красько Н.Т., Кришталь С.А.
Белорусский национальный технический университет

Реализация Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса (ГФОК) позволяет сформировать научно обоснованные программы и режимы двигательной активности для различных категорий населения. Одним из запланированных мероприятий по реализации Комплекса является разработка и внедрение в учебные заведения системы контроля над состоянием физического развития и здоровья студенческой молодежи. Результаты научных исследований и преподавательского опыта свидетельствует о том, что, несмотря на внимание специалистов в области физической культуры и спорта к проблеме оценки и контроля уровня физической подготовленности студентов, наблюдается ухудшение уровня двигательных способностей студентов, используются двигательные тесты, не учитывающие индивидуальные особенности организма.

Целью работы было проведение обобщения результатов научных исследований, посвященных усовершенствованию системы оценки студентов при прохождении практического раздела программы, индивидуализации учебного процесса; определение эффективности методов оценки уровня физической подготовленности студентов согласно нормативам третьей и четвертой ступеней ГФОК. Для решения поставленных задач нами были использованы педагогическое тестирование и методы математической статистики. Уровень физической подготовленности студентов определялся по результатам педагогических тестирований. Результаты эксперимента позволяют сделать вывод о среднем уровне развития силовых и скоростно-силовых качеств (6 баллов) у 73,6 % студентов. Анализируя данные, полученные в результате тестирования уровня скоростных и координационных способностей студентов МСФ, можно отметить, что 81,3 % студентов имеют балл выше среднего (8 баллов). Показатели гибкости (3 балла) у 64,5 % студентов свидетельствуют о недостаточном уровне подвижности позвоночного столба. Наибольшую проблему вызвал норматив в беге на 3000 м. 89,6 % студентов показали низкий (1 балл) уровень развития общей выносливости. Таким образом, оценив уровень физической подготовленности студентов МСФ, можно сделать вывод о различном уровне физической подготовленности студентов и необходимости дифференциации и индивидуализации подхода к оценке результатов учебного процесса.