

Анализ уровня способности к дифференцированию динамических параметров движений студентов первого курса машиностроительного факультета БНТУ

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

Общеизвестно, что способности, основанные на проприоцептивной чувствительности, достаточно специфичны. Это способности к воспроизведению, оценке, дифференцированию пространственных, временных и силовых параметров движений [1].

Нами изучался начальный уровень развития двигательного-координационных способностей (ДКС) студентов первого курса машиностроительного факультета БНТУ. Было протестировано 39 юношей основного учебного отделения. Для измерения способности к дифференцированию мышечных усилий использовалась: кистевая динамометрия (с установкой на необходимость показать максимальный результат в первой попытке, во второй – 50 % от максимального).

Среднегрупповые показатели максимальных значений проявляемых усилий правой рукой выше, чем левой, и составляют соответственно $58,67 \pm 8,1$ и $52,03 \pm 9,2$ кг. Фактические среднегрупповые показатели значительно отличаются от должных и составляют соответственно $36,51 \pm 7,65$ кг для правой и $34,05 \pm 8,30$ кг для левой при должных соответственно 29,35 кг и 26,01 кг. При этом должных показателей во втором тесте правой рукой достигли 5 человек (12,8 %), еще 3 (7,7 %) студента показали результат, незначительно отличающийся от должного (в пределах ± 1 кг), аналогичных показателей левой рукой 2 (5,12 %) и 3 (7,7 %) человека соответственно из 39.

Анализ полученных данных позволяет констатировать, что студенты основного учебного отделения машиностроительного факультета первого курса имеют низкий уровень способности дифференцировать силовые параметры движений. Для улучшения способности к дифференцированию динамических параметров движений предлагается включить в содержание занятий по физической культуре специальные комплексы упражнений, направленные на развитие мышечной чувствительности.

Литература

Лях В.И. Координационно-двигательное совершенствование в физическом воспитании и спорте: история, теория, экспериментальные исследования / В.И. Лях // Теория и практика физической культуры. М., 1995. – № 11. – С. 16–24