

Динамика развития выносливости у студентов строительного факультета БНТУ

Асмакович Ж.И., Данилюк В.М.

Белорусский национальный технический университет

Физическая подготовленность студентов определяется уровнем развития физических качеств, от которых зависит эффективность трудовой деятельности, достижение высокой физической и умственной работоспособности, сохранение здоровья. Образовательный процесс на каждом факультете БНТУ имеет свои особенности, которые определяются требованиями будущей профессиональной деятельностью.

Цель исследования – на основании результатов контрольных нормативов проанализировать динамику уровня физической подготовленности студентов строительного факультета на протяжении их обучения в вузе. В исследовании приняли участие 50 студентов (15 девушек и 35 юношей) основного отделения строительного факультета. Исследование проводилось в период с сентября 2012 по май 2016. Анализировались результаты теста «6-минутный бег», отражающего уровень развития выносливости.

Отмечена положительная динамика от первого курса к четвертому как у юношей, так и у девушек. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Динамика результатов в тесте «6-минутный бег» у студентов строительного факультета

Контингент	1 курс	2 курс	3 курс	4 курс
Девушки	840,0	865,7	880,0	887,3
Юноши	1123,3	1180,0	1193,0	1220,0

Причем необходимо отметить, что прирост среднего показателя в абсолютных числах у юношей составил 96,7 м, а у девушек практически в два раза меньше – 47,3 м. Многолетняя динамика также имела различия у юношей и девушек. Так, на втором курсе прирост результатов у девушек составил 3,1 %, а у юношей – 5,0 %, на третьем – 1,7 и 1,1 % соответственно, на четвертом – 0,8 и 2,3 %. За весь период обучения результаты девушек улучшились на 5,5 %, юношей – на 8,6 %.

Анализируя полученные результаты можно сделать вывод, что положительная динамика наблюдается на протяжении всего периода изучения дисциплины «Физическая культура».