

**ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧЕСКИЕ  
ПРОБЛЕМЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ, ФИТНЕСА, СПОРТА.  
ТЕХНОСФЕРА И МЕНЕДЖМЕНТ СПОРТА.**

**УДК 796.015.256**

**ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ БНТУ**

**PROSPECTS FOR THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL CULTURE  
ON THE EXAMPLE OF BNTU STUDENTS**

**Вечерко А. А., старший преподаватель,  
Гарбаль О. А., старший преподаватель**  
Белорусский национальный технический университет, г. Минск

**АННОТАЦИЯ.** Физическое воспитание как процесс формирования здорового образа жизни студентов технического вуза с последующей ориентацией на выбранные профессии. В Республике Беларусь уделяется огромное внимание студентам, имеющим отклонения в состоянии здоровья.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** здоровый образ жизни, студент, физическое воспитание.

**ABSTRACT.** Physical education as a process of forming a healthy lifestyle of students of a technical university with subsequent orientation to the chosen professions. In the Republic Belarus, great attention is paid to students with disabilities in their health.

**KEY WORDS:** healthy lifestyle, student, physical upbringing.

В настоящее время в рамках физического воспитания студентов особое внимание уделяется специальным медицинским группам.

С этой целью нами проведены исследования возможной корреляции между уровнем физического развития и популярностью различных видов спорта среди студентов специального учебного отделения.

Студенты были разделены на три группы заболеваний: А, Б, В.

Уровень физического развития во многом определяет физическое состояние индивидуума, коррелирует с его работоспособностью и является показателем социального здоровья студента.

Физическое развитие не всегда трактуется однозначно. Определяется как становление морфофункциональных свойств организма, включая запас его физических сил под влиянием условий жизни, передающихся по наследству. Физическое развитие определяется размерами тела и абсолютной величиной его массы и связывается с географическими, этническими и социальными усло-

виями. Вариабельность общих размеров тела, а также изменчивость соматических признаков в процессе развития обуславливается многими факторами – наследственными, социальными, половыми, индивидуальными особенностями, характером питания и объемом физических нагрузок [1, 2].

Группы формировались на основании данных медицинских карт. Измерения проводили ежегодно у всех обследуемых в течение сентября-октября 2022–2023 учебного года.

Анализ показал, что основные анатомо-физиологические показатели у большинства обследуемых всех групп соответствует возрастным нормам [3]. Показатели силы правой и левой кисти во всех группах также имеют незначительные колебания и в целом соответствуют возрастным нормам, за исключением девушек из группы ЛФК, у которых зарегистрированы самые низкие показатели силы кистей. По медицинским показаниям выявлено 36 % студентов, которые отнесены к ОМГ, 21 % – к ПМГ, 41 % – к СМГ, 2 % студентов отнесены к группе ЛФК. На рис. 1 представлены данные распределения студентов по полу в группах занятий по физическому воспитанию, из которого видно, что доля девушек, отобранных в СМГ и ЛФК, значительно выше, чем юношей. И на оборот, процент девушек, отобранных для занятий в ОМГ значительно ниже по сравнению с юношами, что может указывать на более неблагоприятное исходное состояние здоровья у девушек по сравнению с юношами.

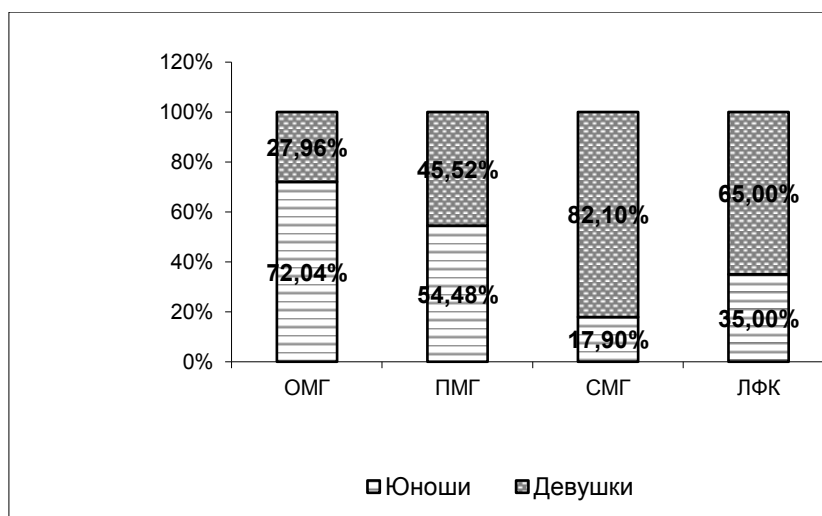


Рисунок 1. Среднестатистическое распределение юношей и девушек 1–2 курсов по группам в 2022–2023 учебном году.

На основе проведенного анкетирования и педагогического наблюдения предполагаемая корреляция между уровнем физического развития и популярностью различных видов спорта среди студентов 1–2 курсов в круглогодичной спартакиаде БНТУ выявлена не была.

Среди студентов популярны плавание, настольный теннис, легкоатлетический кросс, игровые виды спорта, включая шахматы, что совпадает с некоторыми зарубежными литературными данными [4].

## Список литературы

1. Мошков, В. Н. Общете основы физической культуры / В. Н. Мошков. – М.: Медицина, 1993.
2. Епифанов, В. А. Лечебная физическая культура / В. А. Епифанов. – М.: Гэотар-Мед, 2002.
3. Соусь, Л. Н. Методы самоконтроля и субъективных оценок для студентов / Л. Н. Соусь. – LAP LAMBERT Academic Publishing, 2016.

УДК 612.176

### АППАРАТНО-ПРОГРАММНЫЕ КОМПЛЕКСЫ В ОЦЕНКЕ ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ГАНДБОЛИСТОВ БЛИЖАЙШЕГО РЕЗЕРВА

### HARDWARE AND SOFTWARE SYSTEMS IN ASSESSING THE FUNCTIONAL STATE OF HANDBALL PLAYERS OF THE NEAREST RESERVE

**Кудря О. Н., д-р биол. наук, профессор**  
Сибирский государственный университет  
физической культуры и спорта, г. Омск

**АННОТАЦИЯ.** В статье представлены результаты использования аппаратно-программных комплексов для оценки функционального состояния сердечно-сосудистой системы (АПК Поли-спектр) и нервной системы (АПК Спортивный психофизиолог) в условиях учебно-тренировочного сбора гандболистов 16–17 лет. По результатам анализа показателей ВРС выявлены признаки напряжения регуляторных механизмов у ряда игроков, для которых была проведена коррекция тренировочных нагрузок. По результатам психофизиологического тестирования были выявлены различия у игроков различного амплуа.

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** аппаратно-программный комплекс, сердечно-сосудистая система, психофизиологические показатели, гандболисты.

**ABSTRACT.** The article presents the results of using hardware and software complexes to assess the functional state of the cardiovascular system (APC Polyspectrum) and the nervous system (APC Sports psychophysiological) in the conditions of the training camp of handball players aged 16–17 years. According to the results of the analysis of HRV indicators, signs of tension of regulatory mechanisms were revealed in a number of players for whom a correction of training loads was carried out. According to the results of psychophysiological testing, differences were revealed in players of different roles.

**KEY WORDS:** hardware and software complex, cardiovascular system, psychophysiological indicators, handball players.