

Изучение физической подготовленности студентов ФТУГ

Панова Е.В., Барановская Д.И.

Белорусский национальный технический университет

Для определения уровня физической подготовленности студентов основного учебного отделения ФТУГ проводилось тестирование уровня физической подготовленности 769 студентов 1–4 курсов (484 девушки и 285 юношей) в начале и конце учебного года. Для сравнительного анализа были выбраны тесты, отражающие уровень развития выносливости (6-минутный бег) и скоростно-силовых способностей (поднимание туловища и прыжок в длину с места). Результаты тестирования свидетельствуют о том, что имеется положительный прирост на всех курсах практически по всем изучаемым физическим качествам. Наблюдается положительный прирост результатов от начала к концу учебного года за исключением скоростно-силовых показателей у девушек второго курса (таблица 1).

Таблица 1 – Результаты тестов физической подготовленности студентов

Тест	1 курс		2 курс		3 курс		4 курс		
	1	2	1	2	1	2	1	2	
Поднимание туловища	д	75,35	76,69	76,61	75,31	69,35	70,98	73,70	74,73
	ю	77,02	78,37	76,75	77,38	67,86	71,06	69,79	69,99
Прыжок в длину с места	д	179,78	181,77	178,51	177,46	178,50	181,99	185,6	188,75
	ю	210,56	212,11	203,64	207,39	207,37	211,28	210,77	213,46
6-минутный бег	д	926,27	943,74	904,85	914,86	1005,51	1021,28	957,99	997,83
	ю	1028,33	1040,68	998,57	1032,46	1278,38	1301,68	1223,10	1257,04

Примечание: 1 – первое тестирование, 2 – второе тестирование

В целом, при положительной динамике результатов отмечается изначально низкий уровень физической подготовленности у студентов второго курса.

В результате анализа полученных данных, можно сделать вывод, о том, организация процесса физического воспитания на факультете способствует повышению уровня физической подготовленности.