

УДК 378.46:796
АНАЛИЗ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ К ВЫПОЛНЕНИЮ
НОРМАТИВОВ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО
КОМПЛЕКСА

Л. А. САДОВСКАЯ
Белорусско-Российский университет
Могилев, Беларусь

Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь представляет собой совокупность программ и нормативов – основы физического воспитания граждан.

Целями комплекса являются: развитие массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление; общее физкультурное образование; нравственное и патриотическое воспитание; формирование здорового образа жизни средствами физической культуры.

Актуальными для физического воспитания в вузе являются третья и четвертая ступени физкультурно-оздоровительной программы комплекса: «Физическое совершенство» – для девушек и юношей 17–18 лет, «Здоровье, сила и красота» – для девушек и юношей 19–22 лет.

С изменениями всех сторон жизни изменились и требования к физической подготовленности человека, что привело к разработке нового положения о Государственном физкультурно-оздоровительном комплексе с новой нормативной программой.

Цель работы – провести сравнительный анализ физической подготовленности студентов первых курсов Белорусско-Российского университета, обучавшихся в 2014–2015, 2015–2016, 2016–2017, 2017–2018 учебных годах по типовой учебной программе 2008 г., и студентов, обучающихся в 2018–2019 учебном году по типовой программе 2017 г.

Для сравнения были проанализированы результаты сдачи нормативов студентов первых курсов разных факультетов: в беге на 100 м (в новой программе остался без изменений), в прыжке в длину с места и подтягивании (изменения в количественном отношении), сгибании-разгибании рук в упоре на брусьях (заменено на сгибание-разгибание рук в упоре лежа), беге 1000 м (заменен на 3000 м).

Для определения физической подготовленности студентов первых курсов использовалась пятиуровневая шкала. Первый уровень низкий – ему соответствуют оценки 1 и 2. Второй уровень ниже среднего – оценки 3 и 4. Третий уровень средний – оценки 5 и 6. Четвертый уровень выше среднего – оценки 7 и 8. Пятый уровень высокий – оценки 9 и 10.

Результаты исследования в процентном отношении отображены в табл. 1. Анализируя данные таблицы, можно сделать следующие выводы.

1. Результаты проведенного исследования показали, что физическая подготовленность студентов первых курсов разных учебных годов и по

новой, и по старой программе имеют средний уровень в беге на 100 м, подтягивании и прыжках в длину с места.

2. Физическая подготовленность студентов первого курса 2018–2019 учебного года не соответствует требованиям новой нормативной программы: более половины студентов имеют уровень ниже среднего в сгибании-разгибании рук в упоре лежа и беге на 3000 м.

Табл. 1. Результаты контрольных нормативов студентов первых курсов 2014–2015, 2015–2016, 2016–2017, 2017–2018, 2018–2019 учебных годов

Учебный год	Уровень	Бег 100 м, %	Прыжок в длину с места, %	Подтягивание, %	Сгибание-разгибание рук на брусьях, %	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа, %	Бег 1000 м, %	Бег 3000 м, %
2014–2015	5	10	25	30	70	–	0	–
	4	10	25	25	10	–	5	–
	3	15	10	10	5	–	50	–
	2	40	25	10	0	–	15	–
	1	10	15	10	0	–	20	–
	Ниже 1	15	0	15	15	–	10	–
2015–2016	5	30	30	30	55	–	10	–
	4	15	15	15	15	–	20	–
	3	15	15	5	0	–	30	–
	2	5	25	20	5	–	25	–
	1	15	10	10	0	–	0	–
	Ниже 1	20	5	20	25	–	15	–
2016–2017	5	0	5	25	30	–	0	–
	4	15	20	5	15	–	5	–
	3	15	15	20	15	–	15	–
	2	25	15	25	5	–	30	–
	1	15	20	10	10	–	25	–
	Ниже 1	30	25	20	25	–	25	–
2017–2018	5	25	25	20	40	–	0	–
	4	10	5	15	5	–	0	–
	3	5	25	20	30	–	35	–
	2	25	15	5	5	–	50	–
	1	20	25	35	15	–	15	–
	Ниже 1	15	5	5	5	–	0	–
2018–2019	5	20	15	10	–	0	–	5
	4	30	25	30	–	15	–	15
	3	20	25	35	–	25	–	25
	2	10	30	10	–	30	–	15
	1	20	0	10	–	15	–	35
	Ниже 1	0	5	5	–	15	–	5