

УДК 796.012; 61:796/799
КАЧЕСТВО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Д. Н. САМУЙЛОВ, В. С. ПОПРОЦКИЙ, Ю. В. УЗЯНОВА, А. В. ЩУР
Государственное учреждение высшего профессионального образования
«БЕЛОРУССКО-РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Могилев, Беларусь

Законодательство Республики Беларусь устанавливает приоритет жизни и здоровья человека по отношению к результатам производственной деятельности предприятия. В условиях перехода экономики к рыночным отношениям и формам хозяйствования резко возрастает роль и значение состояния здоровья работников. Многие профессии, обучение которым ведется в университете, связаны с монотонным трудом и одновременно повышенной внимательностью, от которой зависят результаты деятельности (экономические специальности, специалисты в области информационных технологий, инженеры-конструкторы и др.). Трудовая деятельность данных специалистов требует значительной эмоциональной и физической выносливости, способности к длительной сосредоточенности и длительному нахождению в одной позе. В период обучения в университете важным фактором всесторонней подготовки специалиста для производственной деятельности является занятия физической культурой и спортом. Качество учебного процесса по физическому воспитанию в вузе зависит от множества объективных и субъективных причин: имеющейся материально-технической базы, штатных преподавателей, традиций вуза, спортивных интересов занимающихся и т. д. Особую роль в этом играет целенаправленное использование физических упражнений для определения уровня физической подготовленности. С этой целью был проведен эксперимент по определению уровня физической подготовленности студентов первых курсов, поступивших в Белорусско-Российский университет в 2011–2017 гг. Для оценки физической подготовленности студентов использовались контрольные нормативы, разработанные методической комиссией кафедры «Физвоспитание и спорт» на основании учебной программы для высших учебных заведений: юноши – бег 100 и 1000 м, подтягивание на высокой перекладине, наклон вперед из положения «сидя», прыжок в длину с места; девушки – бег 100 и 500 м, поднимание туловища из положения «лежа» на спине, наклон вперед из положения «сидя», прыжок в длину с места. Существующая динамика за время проведения исследования была нестабильной и отрицательной: у юношей в беге 100 и 1000 м, подтягивании; а у девушек в беге 500 м и подыпании туловища. В связи с этим, необходимо больше уделять времени для этих упражнений при планировании учебных занятий.