

Григорович Е. С., Томанова Н. М., Левина Е. П., Садовский Н. И.
**ДИНАМИКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ПЕРВОКУРСНИЦ В РАЗНЫЕ ГОДЫ
ОБУЧЕНИЯ**

Одним из условий в работе со студентами является учет их физического развития и физической подготовленности. Задача проведенного исследования заключается в сравнении динамики взаимосвязи морфологических и функциональных признаков физического развития и физической подготовленности студентов нашего вуза за последние 35 и 60 лет, начиная с 1948–1951 гг., 1973 и 2008 гг.

Обследование проводилось на всех 6 курсах в количестве 2005 студенток с выборкой по 100 человек на каждом курсе. Из числа обследованных были взяты результаты того возраста, который является доминантным для данного курса. На первом курсе это был возраст 18 лет, на втором — 19 лет и т. д.

Согласно данным обследования ЖЕЛ увеличивается на 2-м курсе и несколько снижается на последующих курсах, оставаясь статистически достоверно выше, чем на 1-м ($P < 0,01$) за исключением этого показателя на 6 курсе, но при сравнении с 4-м курсом ($P < 0,05$).

Показатели веса свидетельствуют об увеличении этого показателя ко 2-му курсу, их стабилизации на последующих курсах и заметном снижении на 6-м. Показатели роста остаются практически без изменений.

Анализ и сопоставление результатов средних величин жизненного индекса студенток с оценочной шкалой показывает, что жизненный индекс у первокурсниц 1948–1951 гг. и приближен к отличному показателю, у студенток 1973 г. он является хорошим, а у первокурсниц 2008 г. индекс является удовлетворительным (рис. 1).

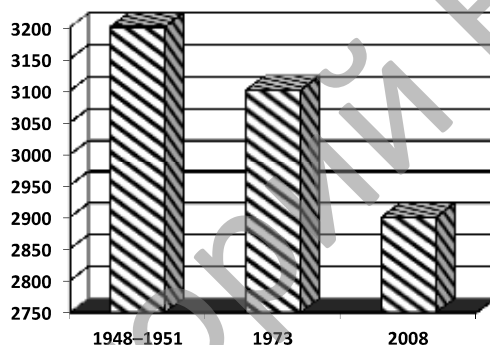


Рис. 1. Жизненная емкость легких студенток с 1948–1951 гг., 1973 и 2008 гг. (мл)

При оценке соответствия величины роста и веса тела этот показатель составил у первокурсниц 1948–1951 гг. 367 у.е и является хорошим, у первокурсниц 1973 г. он составил 342 у.е и является отличным, а показатель 2008 г. составил 355 у.е и является хорошим (рис. 2).

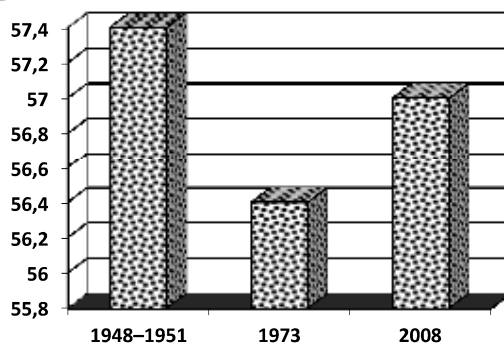


Рис. 2. Масса тела студенток с 1948–1951 гг., 1973 и 2008 гг. (кг)

Сравнивая показатели первокурсниц в росте отмечаем, что студентки 1973 г. выше своих сверстниц 1948–1951 гг. от 2 до 3,9 см, а первокурсницы 2008 г. выше этих же студенток 1948–1951 гг. на 6,3 см (рис. 3).

Силовой индекс обследованных в 1973 г. составил 60,4 у.е и является отличным, а индекс студенток 2008 г. составил 15,7 у.е и является очень низким (рис. 4).

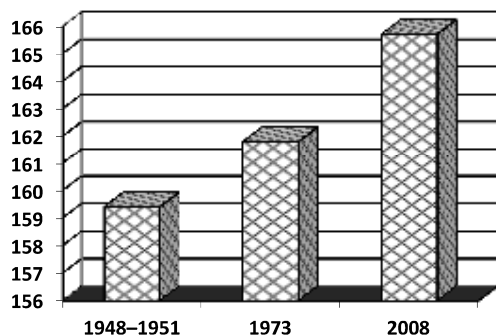


Рис. 3. Рост студенток с 1948–1951 гг., 1973 и 2008 гг. (см)

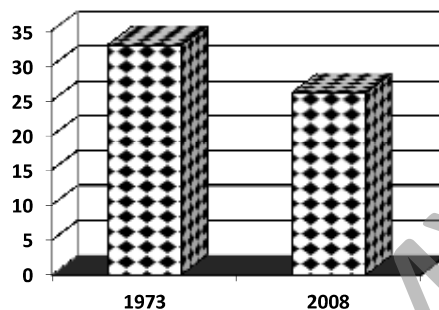


Рис. 4. Динамометрия кисти студенток 1973 и 2008 гг. (кг)

Результаты физической подготовленности оценивались по 10-бальной шкале. Так, результат в беге на 100 м у первокурсниц 1973 г. оценивается в 3,5 балла как низкий, а у первокурсниц 2008 г. — на 6,5 балла и оценивается на удовлетворительно (рис. 5).

Результаты в беге на 500 м мало отличаются, но выносливее оказались участницы 1973 г. (уровень низкий) (рис. 6).

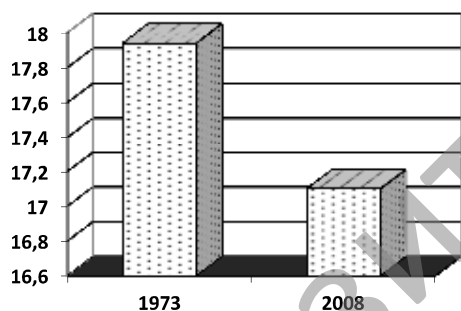


Рис. 5. Бег на 100 м студенток (с)

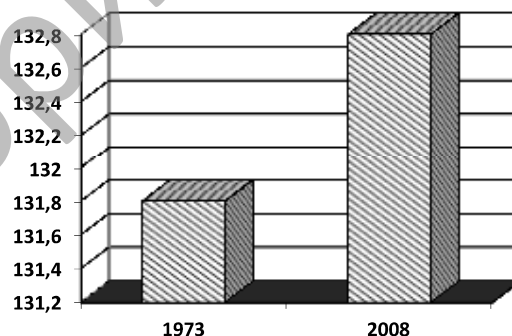


Рис. 6. Бег на 500 м студенток (с)

В прыжках в длину с места первокурсницы 1973 г. выполняют норматив 167,5 см и оценивается как низкий — 3,5 балла, а в 2008 г. — 175,4 см — как удовлетворительный — 5,5 баллов (рис. 7).

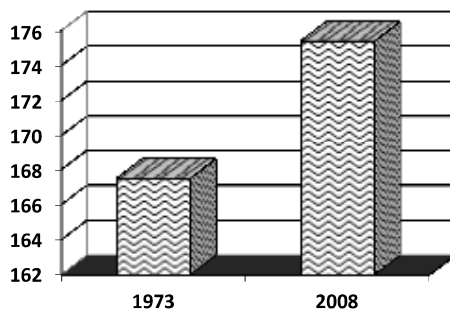


Рис. 7. Прыжок в длину с места студенток (см)

На основании представленных данных можно сделать следующие выводы:

1. Уменьшение показателя ЖЕЛ у обследованных студенток 2008 г. свидетельствует о снижении функциональных возможностей и устойчивости организма по газообмену, о чем свидетельствуют снижение жизненного индекса и силы дыхательных мышц.

2. Также проведенные исследования выявили значительное снижение силового индекса у студенток 2008 г.

3. Увеличение результата прыжка в длину с места и скорости в беге на 100 м у студенток 2008 г. произошло за счет удлинения линейных размеров роста и сохранения силы мышц ног.

4. Анализ данных студентов БГМУ в течение с 1948–1951 гг., 1973 г., 2008 г. свидетельствует о целесообразности дальнейших исследований с целью уточнения состояния динамики студентов в процессе обучения.

Литература

1. *Томанова, Н. М.* Пути формирования устойчивого интереса у студентов к занятиям / Н. М. Томанова, К. Ю. Романов, Е. С. Григорович // *Здоровье студенческой молодежи : достижения теории и практики физической культуры на современном этапе : VI Международная науч.-практ. конф., 30–31 окт. 2008 г. Минск : БГПУ, 2008. С. 141–142.*