

степенью достоверности. В группе студенток обучающихся по специальности педагог-психолог данный показатель снизился достоверно $p \leq 0.5$ на 6.3. повторения, у студенток, обучающихся по специальности учитель английского языка снижение на 5.4 единицы, но это снижение не достоверно. Это свидетельствует о снижении уровня развития «собственно-силовых» качеств.

Показатель в упражнении сгибание-разгибание рук в упоре лёжа отражающий уровень развития собственно-силовых качеств изменился не достоверно в обеих группах. В обеих группах он снизился, в группе студенток, обучающихся по специальности педагог-психолог, он снизился на 5.8 раза, в группе студенток, обучающихся по специальности учитель английского языка, снижение произошло на 3.5 раза. Это свидетельствует о снижении уровня развития «собственно-силовых» качеств.

ОБСУЖДЕНИЕ ПОЛУЧЕННЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ

Результаты тестирования проведённого в 2019 году показывают, что уровень физической подготовленности девушек обучающихся по специальности педагог-психолог несколько выше, чем у студенток, обучающихся по специальности учитель английского языка, хотя результаты сопоставимые. Тестирование, проведённое в 2020 году, показало, ухудшение результатов. По уровню развития быстроты видно значительное снижение результатов в обеих группах, хотя данные изменения не достоверны. Общая выносливость достоверно снизилась в обеих группах, более чем на 60 сек. Уровень скоростно-силовых и собственно-силовых качеств снизился в обеих группах с различной степенью достоверности. Мы считаем, что данные изменения произошли в связи с рядом причин, которые дополняют друг друга. Первая причина это снижение тренирующей двигательной активности. Это произошло в связи с отсутствием мотивации к занятиям физической подготовкой и низким уровнем сформированности спортивной культуры личности. Электронная образовательная платформа moodle не предполагает обратной связи, которая могла бы отражать уровень физической активности, и преподаватель не может достоверно утверждать о том, что тот или иной студент занимался физическими упражнениями. Вторая причина связана с изменением жизненных приоритетов, большинство студенток начинают строить профессиональную карьеру или личную жизнь и время на самостоятельные занятия физическими упражнениями у них не остаётся. Третья причина, это изменение пищевого поведения. Карантин и on-line обучение резко снизили двигательную активность, а пищевое поведение не изменилось, что и привело к увеличению массы тела, хотя этот параметр мы специально не исследовали. Четвёртая причина низкий уровень сформированности спортивной культуры личности, на которые современные способы организации физического воспитания практически не влияют. Если сформировать высокий уровень спортивной культуры личности у студенток, то у них возникнет потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом, что будет положительно влиять на уровень их физической подготовленности и показатели соматического здоровья.

Контактная информация: maxim-zv@mail.ru

Статья поступила в редакцию 21.12.2020

УДК 796.015.68

ОЦЕНКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

Александр Николаевич Кандабар, преподаватель, Антон Олегович Широков, преподаватель, Светлана Викторовна Курдюкова, преподаватель, Игорь Иванович Лопатин, преподаватель, Белгородский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации имени И.Д. Путилина

Аннотация

Проблема физического развития современной молодежи, несмотря большое количество исследований в различных отраслях наук, стоит остро. В век передовых технологий и современных физкультурных методик здоровье студенческой молодежи остается под пристальным присмотром специалистов. Целью работы выступил уровень физического развития студенческой молодежи (юношей), относящихся к различным медицинским группам, и с различными предпочтениями в занятиях физической культурой и спортом. Исследование проводилось с юношами, обучающимися в высших учебных заведениях г. Белгорода. Оценивались антропометрические показатели. Анализируются данные уровня физического развития и данные, относящиеся к уровню здоровья, притязаний к физической культуре и спорту. Как результат исследования выявлено, что в зоне риска оказываются студенты, игнорирующие занятия физической культурой и спортом. При этом на момент исследования их уровень здоровья позволяют считать уровень здоровья удовлетворительным. Сравнение также проводится со спортсменами области.

Ключевые слова: физическая культура, физическое развитие, высшие учебные заведения, курсанты, студенты, здоровье, антропометрические показатели, учебная деятельность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.12.p78-83

ASSESSMENT OF THE LEVEL OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Aleksandr Nikolaevich Kandabar, the teacher, Anton Olegovich Shirokov, the teacher, Svetlana Viktorovna Kurdyukova, the teacher, Igor Ivanovich Lopatin, the teacher, Belgorod law Institute of the Ministry of internal Affairs of Russian Federation named after I.D. Putilin

Abstract

The problem of physical development of the modern youth, despite a large number of studies in various fields of science, is acute. In the age of advanced technologies and modern physical culture methods, the health of students remains under the close supervision of specialists. The aim of the work was the level of physical development of students (young men) belonging to different medical groups, and with different preferences in physical culture and sports. The study was conducted with young men studying at higher educational institutions in Belgorod. Anthropometric indicators were evaluated. Data on the level of physical development and data related to the level of health, claims to physical culture and sports were analyzed. As a result of the study, it was revealed that students who ignore physical education and sports are at risk. At the time of the study, their health level will be considered satisfactory. Comparison is also made with the athletes of the region.

Keywords: physical culture, physical development, higher education institutions, cadets, students, health, anthropometric indicators, educational activity.

ВВЕДЕНИЕ

Вопросам изучения физического развития посвящено большое количество специальных исследований. Объектами изучения были самые различные контингенты населения – подростки, молодежь, лица среднего и пожилого возраста, люди самых разнообразных профессий. Результатом таких исследований, как правило, являлось создание стандартов физического развития обследованных людей. Изучению влияния физической культуры и спорта на развитие человека посвящено множество работ, причем эти исследования, помимо разработки стандартов и оценочных таблиц, установили тесную взаимосвязь между общим физическим развитием и мышечной деятельностью – основой физического воспитания [1, 2, 3]. Несмотря на то, что исследований, посвященных изучению физического развития населения, было выполнено очень много, некоторые вопросы до сего времени изучены недостаточно [4, 5, 6]. К таким вопросам можно отнести показатели физического развития и уточнение их особенностей у молодежи, находящейся в одинаковых условиях, но в различной степени испытывающей воздействие физических упражнений [7, 8]. В представленной работе была предпринята попытка в определенной степени восполнить этот пробел. Для этого статистически обработали антропометриче-

ский материал следующих групп юношей в возрасте от 19 до 23 лет: студентов белгородских высших учебных заведений, систематически занимающихся спортом в секциях и имеющих стаж занятий спортом от двух до пяти лет (около 200 человек); студентов (ОМГ), не имеющих отклонений в состоянии здоровья, отнесенных по данным медицинской группе и до поступления в учебное заведение не занимавшихся физической культурой (около 600 человек); студентов (СМГ), имеющих отклонения в состоянии здоровья временного и постоянного характера и отнесенных к специальной медицинской группе (около 200 человек); группы студентов (ПМГ), по данным медицинского обследования отнесенной к подготовительной группе (не имеющих отклонений в состоянии здоровья, но недостаточно физически развитых), не занимавшихся физической культурой до поступления в высшее учебное заведение (около 100 человек).

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Медицинское обследование указанных групп студентов было проведено врачебно-физкультурным отделением при высших учебных заведениях. Сбор антропометрического материала осуществлялся под руководством сотрудников врачебно-физкультурных отделений и преподавателей с факультета физической культуры. В результате вариационно-статистической обработки были получены средние величины основных показателей физического развития и их среднее квадратичное отклонение. К основным показателям физического развития были отнесены рост, вес, окружность грудной клетки (ОГК), экскурсия грудной клетки (ЭГК), жизненная емкость легких (ЖЕЛ), кистевая и станова динамометрии.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Из данных таблицы 1 следует, что наиболее высокий уровень физического развития наблюдается у студентов, занимающихся спортом. Их уровень физического развития характеризуется более высокими показателями, чем средние данные представителей других групп. Прежде всего, это относится к весу тела, который у них значительно выше в силу большего развития мышечной ткани. Большая окружность грудной клетки и высокая средняя величина жизненной емкости легких говорят о том, что у студентов-спортсменов достаточно хорошо развита кардио-респираторная система.

Второе место по уровню физического развития среди обследованных групп занимают здоровые студенты – представители основной медицинской группы. Их средний рост такой же, как и у занимающихся спортом, но вес тела, окружность грудной клетки и жизненная емкость легких ниже. Надо полагать, что более низкий уровень показателей физического развития этих студентов – следствие недостаточного, а в большинстве случаев и полного отсутствия воздействия физических упражнений.

Таблица 1 – Показатели физического развития обследованных студентов

Группы	Рост		Вес		ОГК		ЭГК		ЖЕЛ		Сила кисти		Становая сила	
	М	а	М	а	М	а	М	а	М	а	М	а	М	а
Спортсмены	178,8	6,9	75,9	5,2	92,3	2,6	7,7	2,0	4660	320	45,1	7,1	142,8	17,2
ОМГ	177,2	6,1	70,6	7,2	87,8	1,2	7,5	1,0	4320	620	44,7	6,6	140,5	6,9
ПМГ	172,7	6,3	67,4	5,3	83,0	3,5	7,3	1,2	3800	580	39,5	5,8	125,0	28,1
СМГ	171,5	9,0	69,6	9,5	87,6	5,1	7,5	1,8	4020	250	43,3	6,4	126,5	7,2

Интересен тот факт, что группа студентов с нарушениями в состоянии здоровья по уровню физического развития значительно превосходит студентов подготовительной группы по всем показателям, исключая экскурсию грудной клетки. Анализ данных медицинского обследования этих двух групп, а именно анамнестические данные, показал, что лица с отклонениями в состоянии здоровья (даже с такими заболеваниями, сколиоз, комбинированные пороки сердца, хронические заболевания печени и почек и т.п.) все-таки не порывают окончательно с занятиями физическими упражнениями, в то время как сту-

денты подготовительной медицинской группы физкультурными занятиями, как правило, пренебрегают. В целом эта группа характеризуется низким весом тела (следствие недостаточного развития мышечной ткани), малой окружностью грудной клетки, низкими показателями динамометрии. Следует отметить, что у этих студентов достаточно велика жизненная емкость легких (при расчете на 1 кг веса тела приходится $66,5 \text{ см}^3$, столько же, сколько и у представителей других групп) и экскурсия грудной клетки.

Таблица 2 – Антропометрические показатели студентов различных специальностей

Группы	Рост		Вес		ОГК		ЖЕЛ		Сила кисти	
	М	α	М	α	М	α	М	α	М	α
Студенты естественно-научных специальностей	177,1	5,1	64,9	7,0	89,8	5,6	4530	630	52,0	9,3
Студенты технических специальностей	177,2	6,0	65,7	5,1	90,2	4,5	4320	520	46,2	6,4
Студенты гуманитарных специальностей	177,8	6,1	65,6	6,6	89,8	5,0	4575	675	50,7	7,4

Для оценки средних величин отдельных показателей физического развития целесообразно провести их сравнительный анализ с данными, полученными на материале антропометрического обследования студентов различных специальностей и направлений подготовки, с данными, полученными различными авторами при обследовании высококвалифицированных спортсменов – представителей различных видов спорта.

В таблице 2 представлены показатели физического развития студентов. В отличие от разбираемого материала по физическому развитию студентов различных медицинских групп, в число обследованных студентов этих групп вошли представители всех медицинских групп – основной, подготовительной и специальной – и студенты, занимающиеся спортом. Этим, по-видимому, объясняются (в силу неоднородности) высокие цифры среднего квадратичного отклонения отдельных признаков физического развития. Сравнительный анализ данных этой таблицы с данными физического развития студентов-спортсменов выше, чем студентов других специальностей, а группа здоровых студентов (основная группа) одинакова по уровню физического развития (исключение составляет кистевая динамометрия). Несколько ниже уровень физического развития у представителей специальной группы. Значительно же отстает физическое развитие у лиц подготовительной группы.

Таблица 3 – Сравнение данных физического развития спортсменов и студентов, занимающихся физической культурой, в разные годы

Показатели физического развития	Спортсмены n=100 2017 г.	Студенты n=150 2017 г.	Спортсмены n=100 2018 г.	Студенты n=150 2018 г.	Спортсмены сборных команд области, n=50 2019 г.
Рост	172	171	174	172	179,5
Вес	71,9	70,0	73,0	71,0	76,0
ОГК	89,7	91,8	92,0	89,8	99,3
ЖЕЛ	4700	4300	4800	4300	5400
Кистевая динамометрия	53,0	50,1	55,0	51,2	57,0
Становая динамометрия	165	162	168	161	176,0

Таблица 3 содержит данные физического развития студентов, занимающихся физической культурой, и спортсменов, обследованных в разные годы. Показатели физического развития, представленные в этой таблице, иллюстрируют закономерный рост уровня физического развития. Отчетливо заметно увеличение показателей жизненной емкости легких и веса тела. Спортсмены, обследованные в последние годы, более высокого роста. Сравнивая физическое развитие студентов с показателями, представленными в таблице 3, наглядно можно убедиться в том, что даже студенты с отклонениями в состоянии здоро-

вья, не говоря уже о студентах, занимающихся спортом, и представителях основной медицинской группы, обладают более высоким уровнем физического развития, чем физкультурники. Это обстоятельство еще раз свидетельствует о том положительном воздействии социальных изменений в нашей стране, которые произошли за это время. Нельзя не оценить и благотворного воздействия занятий физической культурой и спортом на физическое развитие. Достаточно сравнить показатели физического развития спортсменов, обследованных в 2017–2019 годах, с данными спортсменов – членов сборных команд области 2019 г., чтобы понять всю пользу круглогодичных, разносторонне воздействующих на организм занятий спортом. Изучение антропометрических данных студентов различных категорий показало, что уровень их физического развития растет, но все же еще недостаточно высок. Физическое развитие находится в прямой связи с занятиями физическими упражнениями. И этот мощный фактор укрепления здоровья и повышения работоспособности должен стать повседневной необходимостью каждого человека.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Уровень физического развития студентов в результате положительных социальных изменений в нашей стране неизменно возрастает. Наилучшими показателями физического развития обладают студенты, занимающиеся спортом, и особенно высококвалифицированные спортсмены. Наиболее низкий уровень физического развития свойствен студентам подготовительной группы, не занимающимся физической культурой.

На уровень физического развития большое влияние оказывают систематические занятия физкультурой и спортом. Это положение четко выявляется при сопоставлении показателей физического развития студентов других групп и даже специальной медицинской группы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Гавришова Е.В. Зависимость психического и социального здоровья студентов от особенностей мотивации достижений / Е.В. Гавришова, А.А. Горелов, О.Г. Румба // Мир образования – образование в мире. – 2018. – № 3 (71). – С. 127–132.
2. Гарец Д.Б. О формировании творческих способностей курсантов образовательных организаций высшего образования МВД России на начальном этапе / Д.Б. Гарец., А.Н. Александрова, А.А. Горелов // Психология и педагогика служебной деятельности. – 2019. – № 2. – С. 82–83.
3. Адаптационная модель организации двигательной активности обучающихся / Л.А. Кадуцкая, Л.Н. Волошина, В.Л. Кондаков, В.Н. Ирхин // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 1. – С. 20–21.
4. Кондаков В.Л. Влияние образа жизни на здоровье студентов вузов Белгорода / В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, В.И. Бочарова // Повышение конкурентоспособности кадров в условиях современного образования : сборник материалов международной научно-практической конференции. – Белгород, 2019. – С. 108–117.
5. Кулешова М.В. Двигательная активность как средство социализации студентов / М.В. Кулешова, О.Г. Румба, А.А. Горелов // Вестник Тамбовского университета. Серия : Гуманитарные науки. – 2016. – Т. 21, № 3/4 (155/156). – С. 79–88.
6. Румба О.Г. О перспективах социализации кадетов средствами физической культуры и спорта / О.Г. Румба, А.П. Марин, А.А. Горелов // Вестник спортивной науки. – 2019. – № 1. – С. 75–80.
7. Взаимосвязь энергозатрат и их восполнения в зависимости от двигательной активности и места проживания студентов / А.Н. Усатов, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, Н.В. Балышева // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 7. – С. 30–32.
8. Направленность личности и двигательная активность студентов как взаимосвязанные компоненты / Д.В. Щербин, И.Ю. Воронин, В.Л. Кондаков, Е.Н. Копейкина, Н.В. Балышева // Проблемы современного педагогического образования. – 2017. – № 56–10. – С. 265–275.

REFERENCES

1. Gavrishova, E.V., Gorelov, A.A. and Rumba, O.G. (2018), "The Dependence of mental and social health of students the characteristics of achievement motivation", *World of education – education in*

the world, No 3 (71), pp. 127–132.

2. Harz, D.B., Alexandrova, A.N. and Gorelov, A.A. (2019), “On the formation of creative abilities of cadets of educational institutions of higher education of the MIA of Russia at the initial stage”, *Psychology and pedagogy of professional activities*, No. 2, pp. 82–83.

3. Kadutskaya, L.A., Voloshina, L.N., Kondakov, V.L., Irkhin, V.N. (2020), “Adaptive model of organization of students' motor activity”, *Theory and practice of physical culture*, No. 1, pp. 20–21.

4. Kondakov, V.L., Kopeikina, E.N., Bocharova, V.I. (2019) “Influence of lifestyle on the health of University students in Belgorod”, *Improving the competitiveness of personnel in modern education, materials of the international scientific and practical conference*, Belgorod, pp. 108–117.

5. Kuleshova, M.V., Rumba, O.G. and Gorelov, A.A. (2016) “Motor activity as a means of socialization of students”, *Bulletin of the Tambov University. Series: Humanities*, Vol. 21, No. 3–4 (155–156), pp. 79–88.

6. Rumba, O.G., Marin, A.P. and Gorelov, A.A. (2019), “On the prospects of socialization of cadets by means of physical culture and sports”, *Bulletin of sports science*, No. 1, pp. 75–80.

7. Usatov, A.N., Kondakov, V.L., Kopeikina, E.N. and Balyшева, N.V. (2020), “The Relationship of energy consumption and their replenishment depending on the motor activity and place of residence of students”, *Theory and practice of physical culture*, No. 7, pp. 30–32.

8. Shcherbin, D.V., Voronin, I.Yu., Kondakov, V.L., Kopeikina, E.N. and Balyшева, N.V. (2017), “Orientation of personality and motor activity of students as interrelated components”, *Problems of modern pedagogical education*, No. 56–10, pp. 265–275.

Контактная информация: anton68region@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 14.12.2020

УДК 796.011.3

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ, ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОК С МОТИВАЦИЕЙ К ФИЗКУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Валерий Павлович Каргаполов, доктор педагогических наук, профессор, **Алла Васильевна Хотимченко**, профессор, **Анна Петровна Колесникова**, старший преподаватель, **Анатолий Павлович Симонов**, старший преподаватель, **Сергей Константинович Золотарев**, преподаватель, Тихоокеанский государственный университет, г. Хабаровск

Аннотация

Введение. Исследования многих авторов свидетельствуют о закономерной тенденции к снижению состояния здоровья, физической подготовленности студенческой молодежи. Мотивы в значительной мере определяют отношение студенток к физкультурной деятельности. Цель исследования – определить взаимосвязь физической подготовленности, здоровья студенток с мотивацией к физкультурной деятельности. Методы и организация исследования. Изучались показатели физической подготовленности, свойства личности, профессиональная готовность девушек с различным уровнем мотивации к физкультурно-спортивной деятельности. Выводы. В результате проведенного исследования выявлено, что девушки с высоким уровнем мотивации к физкультурной деятельности обладают более высоким физическим статусом и отчетливо наблюдается взаимосвязь физической подготовленности, здоровья и мотивации к физкультурной деятельности.

Ключевые слова: физическая подготовленность, мотивация, здоровье, физкультурная деятельность.

DOI: 10.34835/issn.2308-1961.2020.12.p83-88

STUDY OF THE CORRELATION OF PHYSICAL PREPAREDNESS, HEALTH OF STUDENTS WITH MOTIVATION TO EXERCISE

Valery Pavlovich Kargaplov, the doctor of pedagogical sciences, professor, **Alla Vasilevna Khotimchenko**, the professor, **Anna Petrovna Kolesnikova**, the senior teacher, **Anatoly Pavlo-**