

Министерство спорта, туризма и молодежной политики
Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту
Администрации Томской области
Томский государственный университет
Факультет физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

*Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием,
посвященной памяти В.С.Пирусского*

Томск, 15-16 ноября 2012 года

планомерное обучение сроком до 5 лет, при сохранении, как указывал учёный, семейного характера детско-взрослого взаимодействия. В целом, в данной статье В.С. Пирусский осуществил теоретическое осмысление оздоровительно-воспитательной работы в детских летних колониях, концептуализировав свой более чем 20-тилетний уникальный управленческий опыт.

Список литературы:

1. Иконников С.К. Доктор Пирусский. Томск: Издательский дом «D'Print», 2005. 371 с.
2. Пирусский В.С. Летние колонии Томского общества содействия физическому развитию в 1897 году. Томск: Типография П.И. Макушина, 1897. 34 с. // Государственный архив Томской области (ГАТО). Ф. 438. Оп. 1. Д. 3. 19 л.
3. Пирусский В.С. Хроника. О школе-колонии Томского общества содействия физическому развитию // Журнал «Здоровье для всех». 1917. №2. С. 28-30 // ГАТО. Ф. 438. Оп. 1. Д. 10. Л. 17-18.

РАЗДЕЛ 2. ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНОГО И ФИЗИКО-МАТЕМАТИЧЕСКОГО ПРОФИЛЕЙ

Бабушкин В.Ю., Шилько В.Г. (Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск)

Введение. Физическая культура в системе высших учебных заведений выступает как важное средство социального и профессионального становления будущего специалиста, его духовного и физического развития.

На фоне усиления негативно воздействующих на организм человека экологических и производственных факторов с особой остротой стоит проблема широкого внедрения физической культуры в повседневную жизнь и быт студентов.[3]

Актуальность данной проблемы обуславливается тем, что существующая система физического воспитания в вузах не обеспечивает в полной мере реализацию основных задач физического воспитания, к числу которых относятся: оптимизация физической подготовленности, соответствующей требованиям будущей профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья, формирование устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом.

Недостаточная реализация стоящих перед физкультурно-спортивной отраслью задач выражается, прежде всего, в снижении показателей физической подготовленности и состояния здоровья студентов в течение обязательного курса физического воспитания (*т.е. исходный уровень физической подготовленности у студентов 1 курса выше по сравнению с их же показателями после окончания 3 курса*). Во-вторых, растет заболеваемость. В-третьих, снижается интерес к физкультурно-спортивной деятельности, который выражается в уменьшении к третьему курсу количественного показателя мотивационных устремлений студентов к занятиям физической культурой (*т.е. студенты в начале обучения по дисциплине «Физическая культура» имеют большее количество мотивов к занятиям физкультурно-спортивной деятельностью, по сравнению с их же показателями на третьем курсе*).

И, как показали исследования, данная тенденция неоднозначна на различных факультетах и во многом зависит от их профилей.

Изложенные выше проблемы физического воспитания в вузе и позволили сформулировать **цель** исследования – выявить тенденции и закономерности в развитии физических качеств студентов 1-3 курсов гуманитарного и физико-математического профилей по результатам трехлетнего мониторинга.

Для реализации поставленной цели были сформулированы следующие **задачи**:

1. Провести сравнительный анализ исходных уровней физической подготовленности студентов гуманитарного и физико-математического профилей отделения общефизической подготовки (ОФП).

2. Изучить уровни развития физических качеств у студентов названных профилей после окончания трехлетнего мониторинга.

3. Выявить тенденции и закономерности в физическом развитии студентов мониторируемых факультетов ТГУ.

Организация исследования и методы.

Для реализации цели и задач исследования нами использовался критерий Стьюдента. В педагогических исследованиях Т-критерий применяется в двух вариантах – когда сравниваемые выборки независимы (не связаны) и когда они зависимы (связаны). [2]

Расчет t-критерия Стьюдента позволяет оценить достоверность физической подготовленности студентов под влиянием занятий физическими упражнениями.

Анализируя исходные уровни развития физических качеств, характеризующих физическую подготовленность первокурсников (табл.1), необходимо отметить, что показатели развития быстроты, выносливости, гибкости и силы у женщин достоверно выше у студентов физико-математического профиля (*в 7 позициях из 10*) по сравнению с их коллегами гуманитарного направления. И лишь в развитии скоростно-силовых качеств и силы у мужчин, представители гуманитарного направления (*в 3 позициях из 10*) имели значительное преимущество по сравнению с их сокурсниками физико-

математического профиля. Причем как в первом, так и во втором случаях преимущество в физической подготовленности студентов одного из мониторируемых профилей носило достоверный характер ($p < 0,05$).

Таблица 1 – Исходные уровни развития основных физических качеств студентов 1 курса гуманитарного и физико-математического профилей

Вид тестирования	Показатели		Величина различий в показателях $p < 0,05$
	Группа ОФП		
	$\frac{пм = 5}{пж = 10}$		
	1-й курс гуманитарного профиля	1-й курс физико-математического профиля	
	$x \pm G$	$x \pm G$	
Быстрота	$\frac{13,92 \pm 1,08}{16,82 \pm 0,57}$	$\frac{12,06 \pm 0,38}{16,36 \pm 5,17}$	$\frac{-1,86 \pm 0,84^* (-13,3\%)}{-0,46 \pm 0,01^* (-2,7\%)}$
Выносливость	$\frac{11,94 \pm 2,01}{9,50 \pm 0,80}$	$\frac{10,07 \pm 0,95}{8,45 \pm 0,97}$	$\frac{-1,87 \pm 0,12^* (-15,6\%)}{-1,05 \pm 0,82^* (-11,0\%)}$
Скоростно-силовые качества	$\frac{233,60 \pm 19,93}{174,30 \pm 12,74}$	$\frac{226,00 \pm 6,52}{166,00 \pm 14,10}$	$\frac{-7,6 \pm 3,05^* (-3,2\%)}{-8,3 \pm 0,90^* (-4,7\%)}$
Гибкость	$\frac{7,8 \pm 8,67}{12,20 \pm 8,40}$	$\frac{8,62 \pm 3,96}{14,20 \pm 4,34}$	$\frac{0,82 \pm 0,19^* (10,4\%)}{2 \pm 0,94^* (16,3\%)}$
Сила	$\frac{10,02 \pm 6,52}{3,35 \pm 5,48}$	$\frac{7,80 \pm 0,03}{9,01 \pm 5,42}$	$\frac{-2,4 \pm 1,6^* (-23,5\%)}{5,75 \pm 1,01^* (168,9\%)}$

Примечание. В числителе – значения показателей у мужчин, в знаменателе – у женщин, пм – число обследуемых мужчин, пж – женщин. * – статистически значимые ($p < 0,05$) величины различий в показателях. X – среднее, G – стандартное отклонение.

Таким образом, результаты предварительного тестирования подтвердили убедительное превосходство в физической подготовленности студентов 1 курса физико-математического профиля (*преимущество в 70% показателей*) по сравнению с гуманитариями (*достижения выше лишь в 30% показателей*) на начальном этапе обучения в университете.

Совершенно иная картина в развитии физических качеств студентов мониторируемых факультетов сложилась после окончания обязательного курса физического воспитания. Результаты анализа физической подготовленности студентов исследуемых профилей после окончания третьего курса обучения показали, что явное преимущество в физической подготовленности представителей физико-математического профиля перед их сокурсниками – гуманитариями на начальном этапе обучения, к третьему курсу нивелировалось и было отмечено уже в 6 позициях, из которых лишь в развитии гибкости у

женщин преимущество первых над вторыми носило достоверный характер. В пяти позициях (*быстрота, выносливость и скоростно-силовые качества у женщин*) была отмечена лишь тенденция более высоких результатов у студентов физико-математического профиля по сравнению с гуманитариями не достигшая уровня достоверности.

И напротив, преимущество студентов гуманитарного профиля над их сокурсниками физико-математического направления обучения в ТГУ после окончания 3 курса было отмечено в 4 позициях (*скоростно-силовые качества и гибкость, в обоих случаях у мужчин и сила у мужчин и женщин*) из которых в трех преимущество первых над вторыми носило достоверный характер.

Таблица 2 – Показатели развития основных физических качеств студентов гуманитарного и физико-математического профилей после окончания 3 курса

Вид тестирования	Показатели		Величина различий в показателях $p < 0,05$
	Группа ОФП		
	$\frac{пм = 5}{пж = 10}$		
	3-й курс гуманитарного профиля	3-й курс физико-математического профиля	
	$x \pm G$	$x \pm G$	
Быстрота	$\frac{13,50 \pm 0,38}{17,00 \pm 1,44}$	$\frac{13,24 \pm 1,01}{16,80 \pm 0,49}$	$-0,26 \pm 0,07$ (-1,9%) $-0,21 \pm 0,09$ (-1,2%)
Выносливость	$\frac{12,70 \pm 0,54}{10,83 \pm 1,37}$	$\frac{12,62 \pm 1,85}{10,69 \pm 0,66}$	$-0,08 \pm 0,02$ (-0,6%) $-0,14 \pm 0,03$ (-1,2%)
Скоростно-силовые качества	$\frac{245,60 \pm 4,39}{179,50 \pm 14,99}$	$\frac{239,00 \pm 17,10}{182,40 \pm 9,18}$	$-7,70 \pm 0,26^*$ (-2,6%) $2,92 \pm 0,67$ (1,6%)
Гибкость	$\frac{12,40 \pm 6,50}{15,30 \pm 3,86}$	$\frac{9,80 \pm 6,61}{16,20 \pm 5,83}$	$-2,6 \pm 0,91^*$ (-20,9%) $0,9 \pm 0,06^*$ (5,8%)
Сила	$\frac{21,20 \pm 2,77}{16,40 \pm 5,76}$	$\frac{15,40 \pm 7,50}{16,00 \pm 9,72}$	$-5,80 \pm 0,37^*$ (-27,3%) $-0,4 \pm 0,03$ (-2,4%)

Примечание. В числителе – значения показателей у мужчин, в знаменателе – у женщин, пм – число обследуемых мужчин, пж – женщин. * – статистически значимые ($p < 0,05$) величины различий в показателях. X – среднее, G – стандартное отклонение.

Таким образом, на основании сравнительного анализа можно предположить, что физическая культура в процессе обучения в вузе более значима для студентов гуманитарного профиля.

Другой используемый нами метод – анкетирование. Цель проводимого анкетирования: определить значимость физического воспитания для студентов

гуманитарного и физико-математического профилей в будущей профессиональной деятельности.

Для проведения анкетирования были выбраны группы студентов Томского государственного университета: юридического института и механико-математического факультета.

Результаты исследования. Анализируя исходные уровни развития физических качеств у студентов первого курса, мы установили, что в 70% показателей у представителей физико-математического профиля результаты выше по сравнению с их коллегами гуманитарного профиля. И лишь 30% показателей студенты физико-математического профиля опережали в физическом развитии своих коллег гуманитариев.

В этой связи можно предположить, что студенты, поступившие в ТГУ на физико-математические факультеты, в большей степени уделяли время занятиям физической культурой в общеобразовательной школе.

Интересные данные мы получили анализируя проведенное нами анкетирование. По оценке значимости занятий физической культурой и спортом в вузе – больше половины студентов механико-математического факультета (73%) занимаются физической культурой только потому, что занятия обязательны. А среди студентов юридического института 55% уделяют особое внимание занятиям физической культурой в вузе. Физической культурой и спортом в свободное от учебы время и выходные дни, занимаются 90% студентов юридического института и лишь 40% студентов механико-математического факультета.

К факторам, влияющим на формирование у студентов интереса к регулярным занятиям физической культурой и спортом, большинство студентов-математиков отнесли состояние здоровья, а студенты гуманитарного профиля – материально-спортивную базу. Как показывают результаты, студенты юридического института в отличие от их коллег механико-математического факультета считают, что им необходим оптимальный уровень физического развития в дальнейшей профессиональной деятельности.

Заключение. Расчет Т-критерия Стьюдента позволил проанализировать закономерность развития физических качеств у студентов гуманитарного и физико-математического профилей и выявить различия. Проведенное анкетирование позволило оценить значимость физического воспитания для студентов ТГУ.

Мониторинг физической подготовленности студентов исследуемых профилей показал неоднозначность полученных результатов в течение трехлетнего периода обучения по дисциплине «Физическая культура».

Учитывая ранее изложенное, можно сделать вывод, что влияние на отношение студентов различных факультетов ТГУ к занятиям физической культурой оказывает профиль будущей профессиональной деятельности, который во многом определяет необходимость данного вида деятельности в их

повседневной жизни, и как следствие оказывает влияние на показатели физической подготовленности.

Список литературы:

1. Гзовский, Б.М. Организация физического воспитания студентов / Б.М. Гзовский, Н.А. Нельга, В.Н. Кряж. Минск, 1998. – С. 96.
2. Евстафьев, Б.В. Анализ основных понятий в теории физической культуры / Б.В. Евстафьев. – Л.: ВДКИФК, 1985. – 132 с.
3. Красуля, А.В. Ценностные ориентации и отношение современных студентов к физической культуре и спорту / А.В. Красуля // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / ХГАДИ (ХХПИ). Харьков, 2002. – № 8. – С. 80–86.
4. Кушманова, В.П. Динамика основных показателей физической подготовленности студентов технического вуза и изучение их ценностных ориентаций: дис. . канд. пед. наук / В.П. Кушманова. Малаховка, 1997. – 149 с.
5. Шилько, В.Г. Педагогические основы формирования физической культуры студентов / В.Г. Шилько. – Томск: Томский государственный университет, 2001. – 188 с.

ВЛИЯНИЕ ПРОГРАММЫ УСКОРЕННОГО ОБУЧЕНИЯ ПЛАВАНИЮ НА ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Захарова А. Н., Дьякова Е. Ю. (*Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск*)

Введение. Плавание является одним из жизненно необходимых навыков, которым должен владеть каждый человек. Кроме того, плавание является важнейшим средством, используемым в целях закаливания организма и укрепления здоровья детей и взрослых. Благодаря этому, плавание входит в содержание программ физического воспитания образовательных учреждений всех уровней: от дошкольных до высших специальных учебных заведений.

Успешнее всего навыки плавания осваиваются в детском возрасте. Наиболее благоприятным для этого периодом является младший школьный возраст.

В настоящее время существует большое количество разнообразных программ и методик для обучения плаванию детей различных возрастных групп. В каждой программе сроки для освоения начальных, простейших навыков плавания различны. Среди них существуют и программы ускоренного обучения плаванию. Главной задачей таких программ является освоение навыков плавания в сжатые сроки. Однако уже существующие программы ускоренного обучения плаванию во многом не адаптированы под материально-технические условия, в которых в настоящее время существуют многие