

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ ОСНОВНОГО ТА СПОРТИВНОГО УЧБОВИХ ВІДДІЛЕНЬ ВНЗ ГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ

ЗОРЯНА ІОЗЮК

Львівський державний інститут фізичної культури

Поняття “фізичний розвиток” у науково-методичній літературі використовується у різних тлумаченнях : як “процес” і як “стан” (А.Г.Хрпківа, М.В.Антропова, Д.А.Фарбер, 1999; Т.Ю.Круцевич, 1999 та ін.). У даній роботі під фізичним розвитком розуміється сукупність ознак, що характеризують зовнішні показники “фізичного стану” організму на тому чи іншому етапі його фізичного розвитку (Б.М. Шиян, П.Г.Папуша, 2000; Б.М.Шиян, 2003). При цьому зовнішніми кількісними показниками фізичного розвитку є зміни просторових параметрів і маси тіла.

За певних умов в процесі фізичного виховання можна впливати на фізичний розвиток людини в оптимальному для неї напрямку.

Мета роботи: оцінити фізичний розвиток студентів основного і спортивного учбових відділень ВНЗ гуманітарного профілю.

Для оцінки фізичного розвитку використовувався метод індексів. На думку фахівців спортивної медицини (Г.А.Макарова, 2002) цей метод є дещо обмеженим для поглибленого лікарського контролю, проте широко використовується в практиці фізичного виховання (В.М.Рейзін, А.С.Іщенко, 1986; С.М.Канішевський, 1999) та в науково-дослідницьких роботах, присвячених проблемам фізичного виховання студентської молоді (О.В.Дрозд, 1999; В.В.Романенко, О.С.Куц, 2003).

Дослідження проводилось на базі ЛНУ ім. І.Франка. Нами визначалися індекси Кетле, Ерісмана та Пін’є (А.Ф.Сіняков, 1988, 1990; А.Г.Макарова, 2002). У дослідженні брали участь 100 студентів, які проходять курс фізичного виховання в основному навчальному відділенні та 100 студентів спортивного учбового відділення (боротьба, важка атлетика, бокс, спортивний туризм). Аналізувались антропометричні дані студентів впродовж їх навчання на 1 та 2 курсах.

Нами встановлено наступне. За показниками індексу Кетле більшість студентів основного учбового відділення на 1 курсі мають середні (38%) або нижче середнього (39%) показники, на 2 курсі ці показники дещо змінюються, зростає кількість людей з надмірною масою тіла. У студентів, що займаються боротьбою та важкою атлетикою майже кожен другий має надмірну масу тіла, але це зумовлено специфікою виду спорту. Показники надмірної маси тіла встановлено також і в боксерів (7,7%), які зростають на 2 курсі. У студентів, які займаються спортивним туризмом основними є показники нижче середнього рівня (47,4%), трапляються випадки виснаження (5,3%), проте на 2 курсі становище покращується.

За даними пропорційності розвитку грудної клітки (індекс Ерісмана) 80% студентів основного навчального відділення мають показники нижче середнього. У студентів спортивного навчального відділення показники дещо розмаїті: серед борців 56% студентів на 1 курсі і 60% на 2 курсі мають показники вище середніх, важкоатлети лише 35,3%, але вже на 2 курсі їх кількість зростає до 53%. У боксерів майже кожен другий має показники нижче середніх, які суттєво не змінюються на 2 курсі, а у студентів, які займаються спортивним туризмом показники нижче середніх сягають 73,7% і зростають на 2 курсі.

За показниками індексу Пін’є у студентів основного учбового відділення переважає слаба тілобудова (30%), невеликі зміни на 2 курсі (26%). У борців (60%) та

важкоатлетів (58,8%) переважає і залишається незмінною протягом двох років навчання міцна тіло будова. У студентів, що займаються спортивним туризмом є позитивна динаміка, якщо на I курсі переважає слаба тілобудова (47,4%), то на 2 курсі спостерігається значне їх зменшення (26,3%) та збільшення осіб із середньою тілобудовою (від 5,3% на I курсі до 26,3% на 2 курсі).

Висновок. Таким чином встановлено, що серед студентів ВНЗ гуманітарного профілю, які займаються фізичним вихованням в основному учбовому відділенні є особи з надмірною вагою, кількість яких зростає на другому навчальному році. 80% з них мають середні показники пропорційності розвитку грудної клітки, тілобудову можна охарактеризувати як слабу (30%) та середню (26%).

Виходячи із результатів досліджень (по показниках індексів Ерісмана та Пін"є) встановлено, що студенти, які займаються в спортивному учбовому відділенні мають більш високий рівень фізичного розвитку ніж студенти основного навчального відділення та показують кращу позитивну динаміку змін по основним показникам фізичного розвитку.

Підтверджуються дані про залежність фізичного розвитку від специфіки виду спорту. Отримані нами дані відносно окремих індексів у борців, важкоатлетів, боксерів (В.Л.Карпман, 1987; Г.А.Макарова, 2002). Отримано нові дані стосовно показників фізичного розвитку студентів, які займаються спортивним туризмом.

СТАН ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДІВЧАТ, ЯКІ ДО ВСТУПУ У ВНЗ НЕ ЗАЙМАЛИСЬ СПОРТОМ

СВІТЛАНА РОМАНОВСЬКА, ЯРОСЛАВ КУБРАК
Національний університет "Львівська політехніка"

Актуальність питання. Кількість абітурієнтів, які під час вступу до НУ "ЛП" не мають жодного спортивного розряду неухильно збільшується. Дані про їх фізичну підготовленість залишаються маловідомими. Цьому питанню присвячені лише поодинокі дослідження [1]. Але для практики інформація про рівень фізичної підготовленості студенток, які ніколи не займалися спортом є надзвичайно важлива. Традиційне опитування 2001-2003 навчальних років на окремих факультетах Національного університету "Львівська політехніка" висвітило збільшенні їх кількості до 79% (без контингенту, що віднесені до спеціальної медичної групи).

Організація досліджень. У зв'язку з цим нами були вивчені показники фізичної підготовленості вибірки у 117 студенток (2001 р.) та 104 студенток (2003 р.) у віці 16-18 років, що вступили на I курс Національного університету "Львівська політехніка" на різні факультети. Дослідження проводилось у жовтні – листопаді щороку за програмою державних тестів, які рекомендовані Постановою Кабінету Міністрів України № 80 від 15.01.1996 р.

Оцінювання результатів тестування проведено у балах (від 1,0 до 5,0) [3].

Результати досліджень. У таблиці 1 представлені статистичні дані та оцінки результатів тестування.