

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Учреждение образования

«Витебский государственный технологический университет»

7А

УДК 796.378

№Госрегистрации 19963668

Инв.№

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по научной работе

С.М. Литовский

2001г.



ОТЧЕТ

**О НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЕ
ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ОСНОВНОГО
ОТДЕЛЕНИЯ**

(заключительный)

96 – г/б – 236

Начальник научно-исследовательского
сектора

С.А. Беликов

Научный руководитель

В.В. Федоров

Библиотека ВГТУ



Витебск 2001

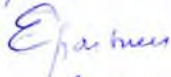


СПИСОК ИСПОЛНИТЕЛЕЙ

Руководитель темы,
К.т.н.
Исполнители темы



В.В. Федоров (введение, заключение)



В.Л. Ермыкин (раздел 1, 3)



А.П. Мурашко (раздел 4)



А.И. Денисюк (раздел 3,4)



В.С. Конюхов (раздел 2)



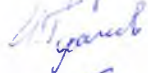
В.Д. Сидунова (раздел 3)



Л.Ф. Новикова (раздел 5)



Ю.А. Артемьев (раздел 4,5)



И.Г. Гусаков (раздел 3)



П.В. Дубко (раздел 4,5)



Т.Н. Трепачук (раздел 4)



С.В. Колоскин (раздел 3)

Нормоконтроль

А.С.Скробова

РЕФЕРАТ

Отчет 25 с., 4 табл., 5 источников, 7 прил.

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ, РОСТОВЕСОВОЙ ИНДЕКС, ТЕСТИРОВАНИЕ, ФИЗИЧЕСКИЕ СПОСОБНОСТИ

Объектом исследования являются студенты 18-20 летнего возраста, мужского и женского пола.

Предметом исследования является уровень физической подготовленности студентов 1 - 2 курсов.

Целью работы является определение исходного уровня физической подготовленности студентов 1 курса (с учётом их индивидуального развития) и динамики изменения этого развития на протяжении 2-х лет обучения в ВУЗе.

В процессе работы проводилось тестирование физического развития (рост, вес, динамометрия кистевая, станова) и физической подготовленности (сила, быстрота, выносливость, скоростно-силовые способности).

Эффективность- активизация самоконтроля и самостоятельной двигательной деятельности студентов. Объективный контроль за уровнем и динамикой физической подготовки студентов.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
ВВЕДЕНИЕ	5
1 Исследование физического развития студентов	6
2 Исследование физической подготовленности студентов	8
3 Оптимизация показателей индивидуального физического развития студентов	12
4 Исследование исходного уровня физической подготовленности студентов 1 курса	13
5 Исследование уровня физической подготовленности студентов 2 курса	15
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	17
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	18
ПРИЛОЖЕНИЯ	19

ВВЕДЕНИЕ

Изучение состояния физического развития и физической подготовленности студентов - актуально. Прежде всего, в результате наблюдений и тестирования можно установить уровень, на котором находится объект воспитания - студент.

Во-вторых, это даёт основание изменять программу воздействий на студента, по результатам динамики его подготовленности. В тоже время, изучение физического развития и физической подготовленности студентов обнаруживает проблему индивидуального подхода к оценке данной подготовленности в силу значительных морфо-функциональных различий студентов одного и того же возраста. Исследование этого факта, его практическая реализация в виде установления специальных индивидуальных индексов и оценок, способностей в силе, быстроте выносливости, показано в представленных ниже материалах. Здесь же дана сравнительная динамика изменений индивидуальной физической подготовленности студентов по истечении двух лет обучения в ВУЗе и её характеристика.