

УДК 7.А.4

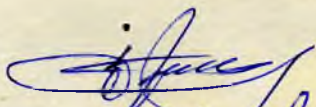
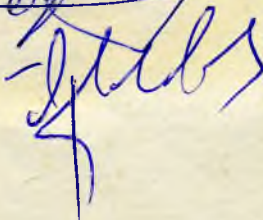
УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по НИР  
----- С.М.Литовский  
" 20 " 02 1996 г.

О Т Ч Е Т

по научно-исследовательской работе № 108  
"Исследование физического развития  
студентов подготовительного отделения"

Начальник НИСа

Научный руководитель темы

Правдивый И.Е.

Федоров В.В.

Витебск, 1996

Библиотека ВГТУ



Исполнители:

1. Федоров Вениамин Владимирович - доцент, зав.кафедрой
2. Ермыкин Владимир Леонидович - ст.преп.
3. Мурашко Анатолий Петрович - ст.преп.
4. Конюхов Владимир Степанович - ст.преп.
5. Сидунова Валентина Даниловна - ст.преп.
6. Артемьев Юрий Акимович - ст.преп.
7. Гусаков Игорь Геннадьевич - ст.преп.
8. Дубко Павел Васильевич - ст.преп.
9. Денисюк Александр Иванович - ст.преп.
- 10.Новикова Лина Федоровна - ст.преп.
- 11.Трепачук Татьяна Николаевна - преп.
- 12.Колоскин Сергей Владимирович - ст.преп.

Р Е Ф Е Р А Т

В отчете по теме: "Исследование физического развития студентов подготовительного отделения" представлены материалы научной работы, проводимой кафедрой физвоспитания и спорта за 1991-1995 годы.

Всего участвовало в исследованиях 12 человек, включая руководителя канд. пед. наук, доцента Федорова В.В.

Исследованиями были охвачены студенты мужского и женского контингента 1-3 курса в возрасте 17-19 лет.

В отчете представлены данные антропометрических обследований студентов, проводимые 2 раза в год (осень, весна).

По результатам обследования разработана шкала роста-весовых данных, обработанных согласно росту-весовому индексу Спилберга.

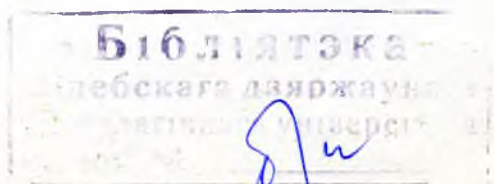
По соотношению данных роста-весового индекса студентов и их уровня физической подготовки (по всем основным качествам) установлена зависимость. Данная зависимость практически реализована в таблицах индивидуальных контрольных нормативов по выносливости, силе, быстроте, ловкости.

Для устранения недостатка в специализированных технических средствах были разработаны и изготовлены своими силами снаряды и тренажеры.

В отчете технические средства представлены в виде фотографий действующих тренажеров по развитию отдельных физических качеств.

Материалы проведенных исследований доложены на 5 международных и 2 республиканских конференциях.

Отчет состоит из 21 страницы машинописного текста, включая 6 приложений и 4 рисунка.



## 1. ЦЕЛЬ, ЗАДАЧИ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Целью исследований явилась разработка индивидуального "Паспорта здоровья" студента подготовительного отделения.

Для достижения цели (на протяжении 5 лет) решались следующие задачи:

- исследование динамики развития силы, быстроты, ловкости, силовой выносливости, гибкости студентов подготовительного отделения;
- установление индивидуальных индексов (росто-весовых показателей) студентов 17-19-летнего возраста;
- установление зависимости роста-весовых показателей (индексов) студентов от уровня функционального развития их физических качеств;
- подготовка шкал индивидуальных контрольных нормативов развития силы, быстроты, выносливости, координации движений (ловкости);
- разработка технических средств проверки и развития гибкости, силы, ловкости.

Исследования проводились на мужском и женском контингенте студентов I-III курсов в возрасте 17-19 лет.

Применялись как стандартные, так и экспериментальные методики обследования студентов (антропометрические данные) и данные физической подготовленности (сила, быстрота, гибкость, ловкость, выносливость).

Подбор методик осуществлялся согласно анализа литературы (см. список литературы) и практики обследования физических качеств и развития студентов.

Исследование физического развития и подготовленности осуществлялось в два этапа: осенне-зимний и весенне-летний.

Все результаты были подвергнуты статистической обработке.

Материалы исследования представлены в приложениях 1-6.

## 2. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ

Анализ литературных данных (1,2,8,10,12) позволил определить наиболее адекватный показатель соотношения роста и веса студентов. В качестве данного показателя был выбран тест Спилберга  $I = \frac{P}{L^3}$ . Согласно полученным данным была разработана градационная шкала индивидуальных индексов (см. приложение 1).

Л И Т Е Р А Т У Р А

1. Алабин В.Г., Скрибко А.Д. Тренажеры и тренировочные устройства в физической культуре и спорте. Справочник. Минск, Высшая школа, 1974.
2. Аулин И.В. Как определить тренированность спортсмена. М, ФиС, 1977.
3. Бубэ Х., Фэк Г. и др. Тесты в спортивной практике. М, ФиС, 1968.
4. Бондаревский Е.Я. Чтобы росла двигательная устойчивость. Упражнения в равновесии. Физкультура в школе, 1971, № II.
5. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. М, ФиС, 1980.
6. Выносливость у спортсменов. Собрание трудов ВНИИФК. М, 1968.
7. Воловрик В.М. Спорткомплекс "Надежда". М, 1983.
8. Гуталовский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников. Минск, 1978.
9. Дембо А.Г. Практические занятия по врачебному контролю. М, ФиС, 1976.
10. Зацюрский В.М. Основы спортивной метрологии. М, ФиС. 1979.
11. Коробкин В.Д. Нестандартное оборудование типовых спортивных залов и гимнастических площадок. Минск, Польша, 1986.
12. Лях В.И. Координационные способности школьников. Минск, Польша, 1989.
13. Мотылянская Р.Е., Ерусалимов Л.А. Врачебный контроль при массовой физкультурно-оздоровительной работе. М, ФиС, 1980.
14. Накутин И.Д. Технические средства в спорте. Киев, 1977.
15. Юшкевич Т.П., Васюк В.Е., Буланов В.А. Тренажеры в спорте. М, ФиС, 1989.