

культурологический, аксиологический, деятельностный и личностно-ориентированный, которые устанавливают основные принципы построения всей педагогической системы и служат основаниями для дальнейшего анализа, описания, проектирования и конструирования исследуемого процесса.

Литература

1. Малофеев, Н. Н. Интегрированное обучение в России: задачи, проблемы и перспективы / Н. Н. Малофеев // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. – Москва, 2000. Вып. 3. С. 65–73.
2. Цветкова, И. В. Проблема интеграции дошкольников с особыми образовательными потребностями в коллектив нормально развивающихся детей. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://dom-hors.ru/issue/pep/5-2009/tsvetkova>.
3. Кукуев А. И. Современные подходы в образовании: учебно-методическое пособие / А. И. Кукуев, В. А. Шевченко. – Ростов-на-Дону: ИПО ПИ ЮФУ, 2010.

Рябова Л. Н., Новикова А. А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
Екатеринбург, Россия

**ИССЛЕДОВАНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ
СТУДЕНТОВ**

Аннотация. Статья содержит исследовательский материал по проблеме повышения уровня физической подготовленности студенческой молодежи, аналитическое обоснование результативности контрольных испытаний и их динамика в процессе занятий физической культурой студентов 1–3 курсов.

Ключевые слова: физическая культура, физическая подготовленность, контрольные испытания, студенты.

Ryabova L. N., Novikova A. A.

Russian State vocational-Pedagogical University,
Ekaterinburg, Russia

RESEARCH OF PHYSICAL EDUCATION STUDENTS

Annotation. The article contains research material on the issue of increasing the level of physical preparation of students, an analytical justification efficiency control tests and their dynamics in the process of physical training of students 1-3 courses.

Keywords: physical education, physical training, control tests, students.

Физическая культура и спорт в высшем учебном заведении является неотъемлемой частью формирования общей профессиональной культуры будущего специалиста, эффективным средством всестороннего и гармонического развития личности, сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи.

В настоящее время уровень здоровья учащейся молодежи по ряду критериев не отвечает современным требованиям. Сегодня студенты слишком часто болеют, имеют избыточную массу тела, нарушения опорно-двигательного аппарата, и лишь 60-70% из них осваивают в целом программный материал по дисциплине «Физическая культура».

Имеющиеся факты подтверждают неотложность принятия мер, улучшающих физический статус молодежи. Решение этой задачи важно, ибо сегодняшние школьники, студенты – завтра квалифицированные рабочие, организаторы промышленности и сельского хозяйства, воины Российской Армии. Именно от их здоровья, физической и профессиональной подготовленности зависит успешность участия в сфере общественного производства, повышение производительности труда.

Пока наши болезни обществу обходятся дорого. Из-за слабой физической подготовленности молодых рабочих и инженерно-технических работников произ-

ходит 24% всех видов брака, аварий, остановок оборудования. Недостаточный уровень физического здоровья приводит к тому, что из трудового процесса ежедневно по болезни выключается около 3 млн. человек.

О важности оздоровительной роли физкультуры и спорта свидетельствуют данные социологов. Учеными подсчитано, что сокращение заболеваемости хотя бы на 1 % позволит получить дополнительно 35 млн. рабочих дней.

Для выявления эффективности тренировочных воздействий на физическое состояние студентов в процессе учебных занятий физической культурой проводится определение у занимающихся уровня физического развития и физической подготовленности.

Высокий уровень физического развития, как правило, сочетается с высокими показателями физической подготовленности, которая в свою очередь, характеризуется уровнем функциональных возможностей различных систем организма (сердечно-сосудистой, дыхательной, мышечной) и развития основных физических качеств (силы, выносливости, быстроты, ловкости, гибкости). Общая физическая подготовленность измеряется с помощью тестов. Оценка уровня физической подготовленности осуществляется по результатам, показанным в специальных контрольных упражнениях.

С целью выявления уровня физической подготовленности студентов нами было проведено исследование, в котором приняли участие студенты 1 – 3 курсов РГППУ в количестве 448 человек. Из них студенты 1-го курса – 167 чел., студенты 2-го курса – 143 чел., и студенты 3-го курса – 138 чел.

Анализ результатов контрольных испытаний показал, что студенты 1-го курса – вчерашние выпускники школ, имеют низкий уровень физической подготовленности. Так нами выявлен низкий уровень развития и проявления скоростных способностей в контрольном испытании «бег 100 м» у 60 % юношей и 75% девушек.

В результате анализа силовой подготовленности студентов 1-го курса следует отметить что, 35% юношей выполняют упражнение «подтягивание на перекладине» на «хорошо» и «отлично». Среди девушек упражнение «сгибание и разгибание рук в упоре лежа» оценки «хорошо» и «отлично» получают 25% и 65 % - «плохо».

Анализ результатов в беге на 2000 м (девушки) и 3000 м (юноши) дает основание считать, что только 25 % девушек и 15% юношей имеют удовлетворительные и выше результаты в проявлении выносливости.

Таким образом, студенты 1-го курса – юноши и девушки, выполняют контрольные испытания, предусмотренные Учебной программой по физической культуре, на оценки значительно ниже удовлетворительных оценок.

Одним из главных критериев эффективности процесса физического воспитания в ВУЗе является динамика уровня физической подготовленности студентов, выявить которую можно посредством приема одних и тех же контрольных нормативов, характеризующих основные физические качества человека.

В результате проведенного исследования нами выявлена тенденция роста общей успеваемости студентов по дисциплине «Физическая культура». Так, если общая успеваемость, оцениваемая на «отлично» у студентов 1-го курса составляла 7%, то на 2-м курсе уже – 14%, а к 3-му курсу - возросла до 25%.

Общая успеваемость студентов, оцениваемая на «хорошо» на 1-м курсе составляла 5%, на 2-м курсе – 15%, на 3-м курсе – 22%.

Анализ результатов контрольных испытаний позволил выявить отрицательную динамику общей успеваемости студентов, физическая подготовленность которых оценивалась на «неудовлетворительно» и «плохо». Так, на 1-м курсе такую успеваемость имели 62% студентов, ко 2-му курсу этот показатель улучшился до 35% и к 3-му курсу составил 18%.

Положительная динамика уровня физической подготовленности студентов 1-3-го курсов свидетельствует о целенаправленном процессе физического совершенствования студентов обоего пола по всем без исключения тестам, что позволяет сделать вывод об эффективности тренировочных воздействий на физическое состояние студентов в процессе учебных занятий физической культурой.

Повышение уровня физической подготовки позволяет студентам успешно осваивать программы учебных и производственных практик, требующие проявления психофизических качеств (умственной и физической работоспособности, устойчивости внимания и т. п.) и различных двигательных навыков и умений, особенно профессиональной направленности. Отсутствие уроков физического воспитания на старших курсах приводит к значительному снижению уровня основных физических качеств у студентов, они почти не участвуют в проводимых в вузе физкультурно-оздоровительных мероприятиях и спортивных соревнованиях.

Таким образом, обобщение результатов научных исследований и передового опыта в области физической культуры и спорта свидетельствует о том, что благодаря вниманию специалистов к проблеме оценки и контроля физической подготовленности занимающихся, у студентов наблюдается повышение уровня двигательных способностей.

Салтанова Н. А.

Дошкольное образовательное учреждение детский сад № 4,
п. Уралец, Свердловская область, Россия

**ПОВЫШЕНИЕ УРОВНЯ ПРОФЕССИОНАЛИЗМА ПЕДАГОГОВ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ
В ОБЛАСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

Аннотация. В статье рассматривается опыт дошкольного учреждения, направленной на создание благоприятных условий для привлечения пропаганды здорового образа жизни, воспитания культуры семьи, формирования у родителей знаний, умений, навыков по различным аспектам сохранения и укрепления здоровья как детей, так и взрослых. Эта проблема решается путем формирования сознательного отношения к собственному здоровью, начиная с дошкольного возраста. Всем известно, что важная движущая сила воспитания – авторитет. Основой успеха в воспитании является положительный пример авторитетного для ребенка взрослого – родителя, воспитателя. Этот опыт может быть интересен и для других образовательных учреждений.

Ключевые слова: формы повышения профессионализма педагогов, физкультурно-оздоровительная работа, нестандартное оборудование, здоровьесберегающие технологии.

Saltanova N. A.

Preschool educational institution kindergarten № 4,
Uralets VP, Sverdlovsk oblast, Russia

**PROFESSIONALIZATION OF TEACHERS OF EDUCATIONAL
INSTITUTIONS IN THE FIELD OF PHYSICAL CULTURE**

Abstract. The article describes the experience of pre-school institutions, aimed at creating favourable conditions for attraction of healthy lifestyles, promoting a culture of family, of parents' knowledge and skills in various aspects of maintaining and enhancing the health of both children and adults. This problem can be solved by creating a conscious relationship to their own health, starting from pre-school age. Everyone knows that education is an important driving force of credibility. The basis of success in education is a good example of a reputable adult child – parent, caregiver. This experience may be of interest to other educational institutions.