

УДК 796

СТРУКТУРА ДВИГАТЕЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ

*Архипова С.А., студентка 3 курса экономического факультета
Научный руководитель – Макаров А.Л., доцент
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ*

Ключевые слова: *двигательные способности, структура, факторы, физическая работоспособность.*

Работа посвящена изучению структуры двигательных способностей студентов. В структуре исследуемых двигательных способностей выявлены три фактора. Ведущим фактором в структуре двигательных способностей выступают скоростно-силовые показатели.

Дальнейшее совершенствование форм организации и содержания физического воспитания студенческой молодежи в настоящее время на первый план выдвигает задачу прогнозирования общей структуры и индивидуально-типических особенностей в развитии двигательных возможностей [3, 4, 6, 7, 8]. Такой комплексный подход может приблизить нас к разработке научно-обоснованных критериев дифференцированного подхода в использовании методов и средств физического воспитания студентов [5].

В исследовании приняли участие студенты I-II курсов (120 человек) основной медицинской группы, занимающиеся в основном учебном отделении по 4 часа в неделю. В общий анализ включены 22 показателя двигательных способностей и 11 показателей нейродинамики.

Корреляционный анализ выявил целый ряд статистически значимых линейных зависимостей между исследуемыми показателями двигательных способностей студентов. Из общего числа 221 коэффициентов корреляции 78 оказались значимыми на 0,1-0,5 уровне, в том числе 67 положительных, 11 отрицательных.

Качественная сторона структуры двигательных способностей была проанализирована методом факторизации корреляционной матрицы. В структуре исследуемых двигательных способностей выделились три фактора, имеющих вклад 58,5% в обобщенной дисперсии выборки.

Первый фактор объединил основные показатели скоростно-силовых способностей. Второй фактор – координационные способности.

Третий фактор – показатели успешности деятельности при работе монотонного характера.

Полученные данные позволяют, таким образом, считать, что ведущим фактором в структуре двигательных способностей выступают скоростно-силовые показатели [2].

Анализ выделенных типов (таксонов) показал, что каждый из них характеризуется своими отличными особенностями в преимущественно высоком уровне отдельных двигательных способностей. Студенты, выделившиеся в 1-ый тип, отличались высоким уровнем скоростных способностей и абсолютной мышечной силой; 2-ой тип – координационными способностями, устойчивостью распределения внимания; 3-ий тип – выносливостью в работе максимальной мощности и максимальной частотой движений; 4-ый тип – выносливостью в выполнении работы умеренной мощности.

Проведенный анализ индивидуально-типических особенностей в развитии двигательных способностей студентов показал, таким образом, реальность существования типа и, что в основе структурообразования его лежат ведущие признаки моторики человека – скорость выполняемого действия, точность его выполнения и длительность его повторения при умеренных и максимальных напряжениях [1].

В ходе исследования выявлены наиболее характерные особенности во взаимосвязи двигательных способностей и свойств нейродинамики.

Можно считать, что по мере того, как индивидуально-типические особенности, моторный тип оказываются сформированными, использование методов и средств физического воспитания должно приобретать дифференцированную направленность и соотноситься с ведущим (доминантным) признаком. Ведущий признак в этом случае может выступать как основа для развития всех других двигательных способностей.

Библиографический список:

1. Макарова, Е. В. Исследование двигательных и функциональных показателей студентов в группах спортивного совершенствования / Е. В. Макарова, А. Л. Макаров // Культура физическая и здоровье. – 2018. – № 3 (67). – С. 37-39.
2. Макарова, Е. В. Исследование особенностей воздействия физических упражнений в зависимости от их объема и интенсивности / Е. В. Макарова // Аграрная наука и образование на современном этапе развития : опыт, проблемы и пути их решения : материалы IV международной научно-практической конференции. – Ульяновск : Ульяновский государственный аграрный университет им. П. А. Столыпина, 2017. – С. 237-240.

3. Макарова, Е. В. Модель прогностической компетентности студентов аграрных вузов / Е. В. Макарова // Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения : материалы Международной научно-практической конференции. – Ульяновск : Ульяновский государственный аграрный университет им. П. А. Столыпина, 2009. – С. 390-394.
4. Макарова, Е. В. Модель формирования прогностической компетентности студентов аграрных вузов / Е. В. Макарова // Казанский педагогический журнал. – 2012. – № 1(91). – С. 53-58.
5. Макарова, Е. В. Особенности использования проблемного метода обучения на занятиях по физической культуре / Е. В. Макарова, А. Л. Макаров // Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях : материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. – Воронеж : ООО Издательство Научная книга, 2014. – С. 132-135.
6. Макарова, Е. В. Технологическое решение формирования прогностической компетентности специалистов-аграриев в контексте преподавания отдельной учебной дисциплины / Е. В. Макарова, А. Л. Макаров // Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании : материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии. – Ульяновск : Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2010. – С. 94-99.
7. Макарова, Е. В. Технология формирования прогностической компетенции студентов: экспериментальное обоснование / Е. В. Макарова // Казанская наука. – 2012. – № 12. – С. 255-257.
8. Макарова, Е. В. Условия формирования прогностической компетенции студентов аграрных вузов / Е. В. Макарова // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2012. – № 2. – С. 107-144.

STRUCTURE OF MOTOR ABILITIES OF STUDENTS

Arkhipova S.A.

Key words: *motor abilities, structure, factors, physical performance.*

The work is devoted to studying the structure of motor abilities of students. Three factors were identified in the structure of the studied motor abilities. The leading factor in the structure of motor abilities are speed-power indicators.