

## **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ СТУДЕНТОВ I-II КУРСОВ В РАЗЛИЧНЫХ УЧЕБНЫХ ОТДЕЛЕНИЯХ**

**Провалов В.Е., студент 2 курса факультета агротехнологий,  
земельных ресурсов и пищевых производств  
Научный руководитель – Макаров А.Л., доцент  
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

*Ключевые слова: физическая подготовленность, функциональное состояние, показатели.*

*Работа посвящена исследованию показателей физической подготовленности и функционального состояния здоровья студентов на занятиях по физической культуре и спорту.*

Одна из основных задач физического воспитания в вузе состоит в сохранении и укреплении здоровья студентов [1, 2], повышении уровня физической подготовленности [3]. Для решения этой задачи и конкретных вопросов, связанных с содержанием и организацией учебного процесса по физическому воспитанию, необходимо иметь достаточно полную информацию о состоянии здоровья и физической тренированности поступающих в вуз студентов [4, 5, 6].

Другим важным фактором является изучение влияния занятий в различных учебных отделениях на физическое и функциональное состояние студентов [7, 8].

Нами были изучены показатели всех студентов, поступивших в ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ за последний 5 лет, результаты сдачи ими контрольных нормативов, установленных программой по физической культуре и спорту. Эти данные сопоставлялись затем с результатами, полученными через два года учебы в университете. За отдельными группами студентов наблюдения проводились в период экзаменационной сессии.

Анализ полученных данных показал, что имеется тенденция увеличения числа студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. Наиболее слабым звеном в физической

подготовке первокурсников-юношей было развитие выносливости, а у девушек – развитие силы. На протяжении учебного года уровень физической подготовленности и функциональное состояние студентов изменялись волнообразно. Отмечался рост показателей на протяжении каждого семестра и некоторое снижение к концу экзаменационной сессии. У студентов, продолжавших тренировки во время сессии, подобные неблагоприятные изменения наблюдались в меньшей степени, и восстановительный период был короче.

В целом за два года занятий у студентов всех учебных отделений повысился уровень физической подготовки, однако степень воздействия при занятиях отдельными видами спорта различна. Наибольший эффект дали занятия, в которые включались упражнения, способствующие комплексному развитию двигательных качеств и применялись большие объемы беговой нагрузки.

### Библиографический список:

1. Potapova S.V., Danilova I.Yu., Prasolov V.I., Makarova E.V., Kryukova N.I. Mythological foundations of ontology. *XLinguae*. 2018. Т. 11. № 2. С. 672-684.

2. Orekhovskaya N.A., Chistyakov A.A., Kryukova N.I., Krokhina Ju.A., Ospennikov Yu.V., Makarova E.V. Orthodoxy and modernity their contact facets in Russian society. *European Journal of Science and Theology*. 2019. Т. 15. № 2. С. 67-77.

3. Макарова, Е.В. Использование средств физической культуры на практических занятиях со студентами с нарушениями состояния здоровья / Е. В. Макарова // *Материалы VI международной научно-практической конференции – Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения.* – Ульяновск, 05-06 февраля 2015 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2015. – С. 206-207.

4. Макаров, А.Л. Использование интерактивных методов обучения на практических занятиях по физической культуре / А.Л. Макаров // *Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании.* – Ульяновск, 11-13 октября 2011 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2011. – С. 192 -196.

5. Макарова, Е.В. Особенности методики адаптивной физической культуры при близорукости у студентов / Макарова Е.В., Макаров А.Л. // Материалы Международной научно-практической конференции – Проблемы и перспективы подготовки компетентных специалистов к профессиональной деятельности средствами физической культуры и спорта. – Иркутск, 17-18 апреля 2014 г. – Иркутск: Иркутский государственный аграрный университет им. А.А. Ежевского, – 2014. – С. 106-109.

6. Макарова, Е.В. Особенности физкультурного образования студентов специального учебного отделения Ульяновской ГСХА / Е. В. Макарова // Материалы Международной учебно-методической и научно-практической конференции – Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России. – Саратов, 17-20 сентября 2012 г. – Саратов: Общество с ограниченной ответственностью Издательство «КУ-БиК», 2012. – С.152-154.

7. Макарова, Е.В. Методы исследование адаптации сердечнососудистой системы организма студентов к физическим нагрузкам / Е.В. Макарова, А.Л. Макаров // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. – Ульяновск, 27-28 ноября 2015 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2015. – С. 89-91.

8. Макарова, Е.В. Педагогическая технология тренировочного процесса спортсменов-стритболистов массовых разрядов / И.Н. Тимошина, Е.В. Макарова, Т.В. Швецова // Теория и практика физической культуры, –2016. – № 7. – С. 50-52.

**PHYSICAL FITNESS OF STUDENTS OF I-II YEARS IN VARIOUS  
EDUCATIONAL DEPARTMENTS**

**Provalov V.E.**

**Keywords:** *physical fitness, functional state, indicators.*

*The work is devoted to the study of indicators of physical fitness and functional state of health of students in the classroom for physical culture and sports.*