

ПРОМЕЖУТОЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ СТУДЕНТОВ ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

*И.В. Манжелей, Е.А. Симонова,
Тюменский государственный университет*

В последние десятилетия отмечается резкое ухудшение соматического и психического здоровья студенческой молодежи. По данным большинства исследований от 16 до 30% студентов для занятий физической культурой по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе.

В целях совершенствования работы по укреплению здоровья россиян Правительство Российской Федерации 29.12.2001 г. приняло Постановление №916 "Об общероссийской системе мониторинга состояния физического здоровья населения, физического развития детей, подростков и молодежи".

Понятие мониторинга близко к таким общенаучным педагогическим и психологическим понятиям как обратная связь, рефлексия, контроль, аттестация, однако все эти понятия являются лишь отдельными элементами мониторинга или его частными случаями. В связи с этим мониторинг имеет ряд общепризнанных особенностей: целостность, системность, непрерывность, диагностичность, информационная оперативность, обратная связь, научность (А.С. Белкин, Э.Ф. Зеер, С.Н. Силина и др.).

Согласно общепринятым представлениям под *физическим состоянием* следует понимать комплекс параметрических морфофункциональных (физическое развитие) и двигательных (физическая подготовленность) показателей, характеризующих способность человека производить физическую работу в конкретный момент времени. *Физическое развитие* - изменение форм и функций человеческого организма в течение его индивидуальной жизни. *Физическая подготовленность* - процесс и результат физической подготовки, обеспечивающий развитие физических качеств, формирование двигательных умений и навыков (В.Е. Борилкевич, Д.Н. Давиденко, А.С. Мозжухин и др.).

Изучение и контроль за физическим состоянием студентов являются необходимыми элементами планирования, организации и регулирования учебно-воспитательного процесса по дисциплине "Физическая культура".

Организация мониторинга физического состояния студенческой молодежи позволяет:

- формировать банк федерального и местного информационного фонда данных о физическом состоянии студентов с целью

принятия научно-обоснованных управленческих решений по укреплению здоровья студенческой молодежи;

- осуществлять научно-обоснованное управление физкультурным образованием студентов;
- индивидуализировать процесс освоения молодыми людьми ценностей физической культуры.

Результаты изучения физического состояния студентов Тюменского государственного университета 17-18 лет с сентября 2002 по май 2003 учебного года с привлечением 1978 человек, в том числе: девушек 1430, юношей 548 представлены в таблицах 1 и 2.

Сопоставление среднегрупповых параметров физического развития студентов с оценочными таблицами Г.Л. Апанасенко, 1992; П.Г. Койносова, 1991, показало, что результаты длины и массы тела студентов соответствуют среднему уровню, окружности грудной клетки - уровню выше среднего, а динамометрии и жизненной емкости легких - уровню ниже среднего.

Результаты тестирования физической подготовленности студентов и их сопоставление с нормативами Примерной программы и оценочными таблицами Ю.Н. Вавилова свидетельствуют, что среднегрупповые показатели скоростных способностей (бег 30 м) у девушек и юношей, скоростно-силовых способностей (прыжок в длину с места) у юношей и силовой выносливости (подтягивание) у юношей соответствуют среднему уровню. Показатели гибкости (наклон вперед из положения сед) у девушек и юношей отражают высокий уровень развития физического качества. Скоростно-силовые способности и силовая выносливость у девушек соответствует уровню "ниже среднего", а общая выносливость (бег 1000 м) как у девушек, так и у юношей - в целом "низкому уровню".

В результате исследований выявлена дисгармоничность физического развития в плане несоответствия между высокими показателями окружности грудной клетки и низкими показателями жизненной емкости легких, что закономерно подтверждается результатами тестирования общей выносливости, которая, как известно, коррелирует с умственной и физической работоспособностью и состоянием здоровья человека.

Данные мониторинга физического состояния студентов требуют дополнительной математико-статистической обработки и качественного анализа, однако, уже сегодня выявление проблемных зон физического развития и физической подготовленности студентов позволило внести определенные коррективы в планирование, организацию и регулирование учебно-воспитательного процесса по дисциплине "Физическая культура".

Таблица 1

Показатели физического развития студентов

Показатели	ГРУППЫ	
	девушки (n = 1430)	юноши (n = 548)
	$\bar{X} \pm y$	$\bar{X} \pm y$
Длина тела (см)	162,5 $\pm$ 0,01	175,2 $\pm$ 0,30
Масса тела (кг)	57,7 $\pm$ 0,34	68,4 $\pm$ 0,51
Динамометрия правой кисти (кг)	24,6 $\pm$ 0,11	43,3 $\pm$ 0,32
Динамометрия левой кисти (кг)	23,3 $\pm$ 0,11	41,3 $\pm$ 0,31
ЖЕЛ (мл)	2900 $\pm$ 0,02	3300 $\pm$ 0,43
ОГК (см)	86,3 $\pm$ 0,21	97,9 $\pm$ 0,33

Таблица 2

Анализ исходного уровня
физической подготовленности студентов

Показатели	ГРУППЫ	
	девушки	юноши
	$\bar{X} \pm y$	$\bar{X} \pm y$
30 м (сек.)	5,4 $\pm$ 0,03	4,8 $\pm$ 0,05
1000 м (мин/сек)	5,51.1 $\pm$ 0,03	5,05.8 $\pm$ 0,03
Подтягивание (раз)	-	9,2 $\pm$ 0,90
Поднимание туловища (раз)	23,2 $\pm$ 0,22	-
Прыжок в длину с места (см)	165,4 $\pm$ 0,90	220,8 $\pm$ 2,80
Наклон туловища вперед (см)	16,3 $\pm$ 0,41	11,6 $\pm$ 1,60