

АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ПЕРВОКУРСНИКОВ ПЕТРОЗАВОДСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА В ДО- И ПОСТПАНДЕМИЙНЫЙ ПЕРИОДЫ

В. Н. Кремнева, Л. А. Неповинных

*Петрозаводский государственный университет,
г. Петрозаводск, Российская Федерация
e-mail: kremnevavictoria8@gmail.com; Ludok1983.07@mail.ru*

Целью данной статьи является анализ показателей физического развития студентов Петрозаводского государственного университета (ПетрГУ) в постпандемийный период и сравнение этих показателей с аналогичными данными, полученными в результате мониторинга, проведенного кафедрой физической культуры в 2018 году в допандемийный период. Актуальность данного исследования вызвана тем, что обстановка, связанная с ковидом, повлекла за собой закрытие образовательных учреждений, спортивных залов, необходимость организации дистанционного обучения и т. д. Все это привело к гиподинамии, о чем свидетельствуют разные исследования ученых. Суть нашей гипотезы в том, что на данный момент физическое и функциональное состояние студентов ухудшилось. Если гипотеза подтверждается, то возникает необходимость пересмотра и корректировки рабочих программ дисциплин, подбора содержания, методов и форм работы, адекватных сегодняшнему состоянию студентов.

The purpose of this article is to analyze the indicators of physical development of students of Petrozavodsk State University (PetrSU) in the post-pandemic period and compare these indicators with similar data obtained as a result of monitoring conducted by the Department of Physical Culture in 2018 in the pre-pandemic period. The relevance of this study is due to the fact that the situation associated with covid has led to the closure of educational institutions, gyms, the need to organize distance learning, and so on. All this led to hypodynamia, as evidenced by various studies, including ours. The essence of our hypothesis is that at the moment the physical and functional state of students has deteriorated. If the hypothesis is confirmed, then there is a need to revise and adjust the work programs of disciplines, select the content, methods and forms of work that are adequate to the current state of students.

Ключевые слова: физические качества; физическое развитие; студенты; ПетрГУ.

Keywords: physical qualities, physical development, students, PetrSU.

В исследовании принял участие 91 студент первого курса института математики и информационных технологий Петрозаводского государственного университета. По гендерному различию: 51 юноша и 40 девушек, из них основная группа 62 студента, подготовительная группа – 26, специальная – 3. Данные студентов, относящихся по состоянию здоровья к подготовительной и специальной группе, сравнивались с такими же данными первокурсников четырехлетней давности [1–3].

Областью интересов кафедры физической культуры является физическое развитие абитуриентов и студентов Петрозаводского государственного университета (ПетрГУ). Обстановка, связанная с пандемией, повлияла на состояние здоровья населения, что, в первую очередь, повлекло за собой повышение гиподинамии, обусловленной вынужденным режимом самоизоляции. Дистанционное обучение, каким бы хорошим оно ни было, о чем свидетельствуют наши статьи [4], никак не могло заменить реальную физическую активность в спортивном зале, на улице, на стадионе, в тренажерных залах и т. д. Выход на нормальный режим работы после ослабления ковида, вынуждает преподавателей предполагать, что уровень физического развития современного студента стал более низким. На основании изложенного была поставлена задача перед коллективом кафедры провести полноценный, масштабный мониторинг физического развития студентов, чтобы в соответствии с реальным состоянием их здоровья корректировать рабочие планы, содержание занятий и подбирать адекватные формы и методы работы.

Для проверки выдвинутой гипотезы был проведен анализ уровня развития физических качеств – выносливости и силы. Тесты были взяты традиционные, общедоступные. Мы отказались от тестирования в беге на 2 и 3 км, посчитав это небезопасным в постпандемийный период, и сознательно применяли тестирование в беге на 500 и 1000 м, хотя понимаем, что такой метод недостаточно достоверно отражает показатель выносливости.

Для проверки силы студентки выполняли «отжимания», юноши – подтягивания в висе на высокой перекладине. Выносливость проверялась в беге 500 м у девушек и 1000 м у юношей. Сравнивались результаты 2022 г. с результатами мониторинга, который был проведен кафедрой 4 года назад и широко представлен в статье «Аналитический обзор физического развития студентов в Петрозаводском государственном университете» [4].

Следует отметить, что физическое развитие молодежи в республике Карелия, города Петрозаводска, никогда не было идеально. Данные 2018 г. демонстрируют, что по каждому основному качеству процент неудовлетворительных результатов достаточно высок. Так, мы видим, что уровень развития выносливости не обнадеживает – 25 % юношей и 50 % девушек показывают неудовлетворительный результат. На рисунках 1 и 2 мы представили данные о результатах проведения тестирования для определения выносливости у девушек в разные периоды обучения (в до- и постпандемийный периоды).

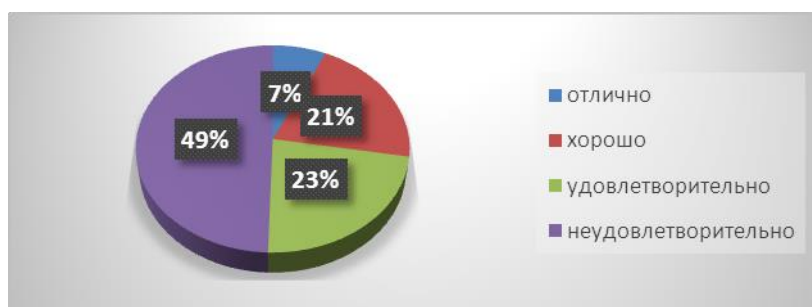


Рисунок 1. – Уровень выносливости у девушек в 2018 г.

Если сравнивать результаты 2018 г. с полученными данными в 2022 г., мы видим, что уровень развития выносливости у студентов значительно снизился. На неудовлетворительно контрольный норматив сдали 67 % девушек и юношей, что говорит о том, что дистанционный образовательный процесс не мог полноценно заменить всю двигательную физическую активность, которая была до пандемии.

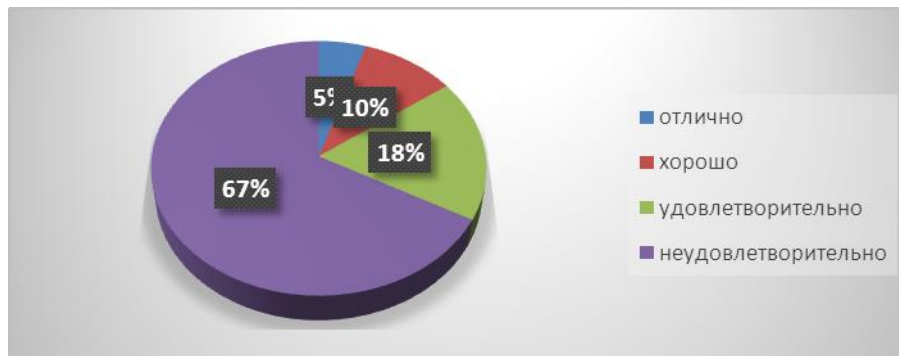


Рисунок 2. – Уровень выносливости у девушек в 2022 г.

При определении уровня развития силы мы взяли тесты на силовую подготовленность – подтягивание на перекладине (у юношей), отжимание у девушек [2]. Полученные в результате тестирования студентов в 2018 г. данные свидетельствуют о крайне низком развитии физического качества силы у девушек.

При проведении тестирования в 2022 г. показатели силовой подготовки у девушек улучшились по сравнению с 2018 г.

Здесь мы можем предположить, что это произошло – во время пандемии у девушек была возможность заниматься в домашних условиях без привлечения дополнительного инвентаря. Преподавателями кафедры физической культуры было разработано положение, где рекомендовались комплексы упражнений, направленные на развития силы в домашних условиях [4]. Данные представлены на рисунках 3 и 4.

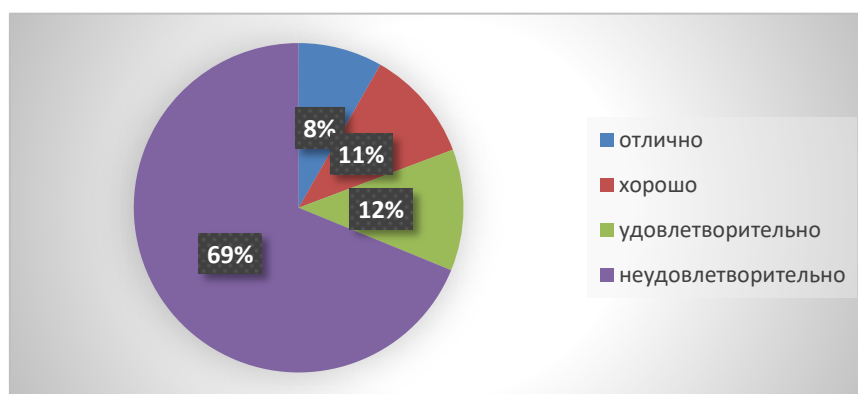


Рисунок 3. – Уровень силовых качеств у девушек в 2018 г.

Результаты силовой подготовленности юношей при проведении тестирования в 2018 г., как ни удивительно, еще ниже, чем у девушек [4].

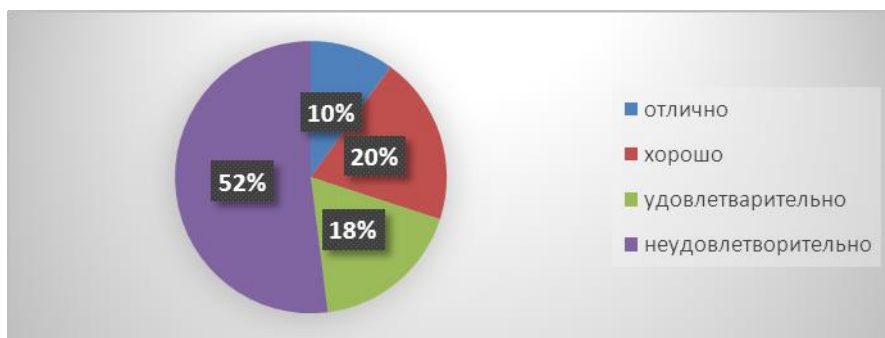


Рисунок 4. – Уровень силовых качеств у девушек в 2022 г.

В 2022 г. мы увидели, что у юношей еще более низкий результат, чем в допандемийный период. Это обусловлено тем, что у большинства юношей не было возможности заниматься в домашних условиях на перекладине. В течение трех лет все спортивные и тренажерные залы были закрыты, в результате чего у юношей показатели такого физического качества, как сила, еще больше снизились. Почти 90 % испытуемых выполнили данный норматив на неудовлетворительно.

Общие результаты, выявленные в ходе тестирования силовой подготовленности юношей первокурсников в 2018 и в 2022 гг., представлены на рисунках 5 и 6.

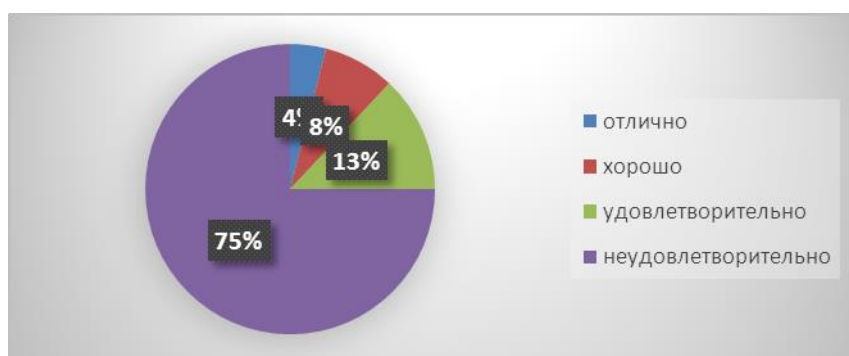


Рисунок 5. – Уровень силовых качеств у юношей в 2018 г.

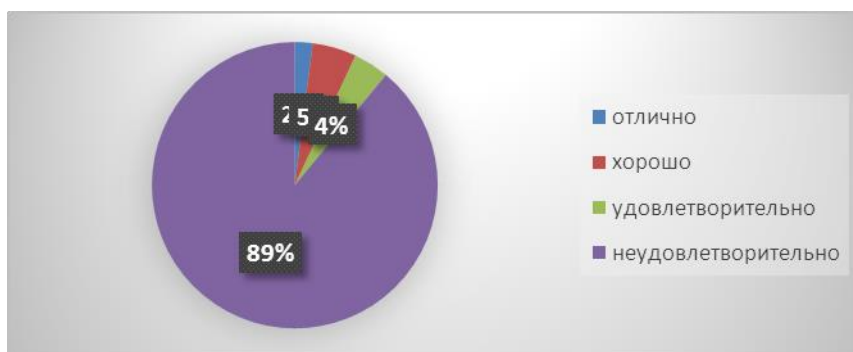


Рисунок 6. – Уровень силовых качеств у юношей в 2022 г.

Таким образом, анализ показателей физического развития студентов Петрозаводского государственного университета в постпандемийный период и сравнение этих показателей с аналогичными данными 2018 года в допандемийный период выявил достаточно низкий уровень развития таких основных физических качеств, как сила и выносливость в тот и другой

периоды. Из проведенного исследования мы выявили, что в результате пандемии, когда произошло закрытие образовательных учреждений, спортивных залов и так далее, уровень развития выносливости и силы еще значительно снизился. Наша гипотеза подтвердилась. Необходим пересмотр и корректировка рабочих программ дисциплин, содержательной части, подбор методов и форм работы, адекватных сегодняшнему состоянию студентов.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Кремнева, В. Н. Опыт кафедры физической культуры ПетрГУ в решении задач дистанционного обучения / В. Н. Кремнева, Л. А. Неповинных // Глобальный научный потенциал. – 2020. – № 6. – С. 59–66.
2. Тестирование на учебно-тренировочных и оздоровительных занятиях физической культурой : учеб. пособие для преподавателей, студентов средних специальных и высших учебных заведений, педагогов общеобразовательных школ / И. А. Берлин и др. ; сост. Л. М. Киэлевяйнен. – Петрозаводск : ПетрГУ, 2014. – 48 с.
3. Кремнева, В. Н. Сравнительный анализ эффективности работы преподавателей вуза в период дистанционного обучения / В. Н. Кремнева, Л. А. Неповинных, Е. М. Солодовник // Глобальный научный потенциал. – 2021. – № 3. – С. 100–103.
4. Колосов, Г. Н. Аналитический обзор физического развития студентов в Петрозаводском государственном университете / Г. Н. Колосов, В. Н. Кремнева, А. А. Чуринов // Глобальный научный потенциал. – 2018. – № 10 (91). – С. 18–23.