

нечно, не следует обходить вниманием тот аспект, что полное удаление из учебной программы этих предметов может губительно сказаться на главной задаче вуза, в основе которой лежит не только подготовка студента как высококвалифицированного специалиста, но и формирование личности человека, отвечающего современным требованиям общества.

По нашему мнению, при изменении учебных программ, необходимо учитывать опыт ведущих мировых университетов, а также взаимосвязь между уровнем преподавания базовых предметов: основ высшей математики, физики, химии, биологии, философии и специальных предметов. Например, у наших японских коллег в медицинских университетах сначала изучают основательно базовые предметы, а затем только специальные. О сокращении сроков преподавания там вопросов не задают.

УДК 796:159.944]-055.2-057.875

ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КАК РЕЗУЛЬТАТ ПОВЫШЕНИЯ УРОВНЯ РАБОТОСПОСОБНОСТИ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Гаврилович Н. Н.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Физическая культура, как часть культуры человека и общества, является неотъемлемой составляющей общечеловеческих ценностей, обеспечивая высокий уровень здоровья, физического развития и физической подготовленности людей, воздействуя на их духовный мир. К составляющим здоровья можно отнести:

— уровень физической работоспособности и морфологического развития на данном этапе;

— наличие хронических заболеваний, физических дефектов, ограничивающих социальную дееспособность;

— социальное благополучие, возможность приспосабливаться к меняющимся условиям жизни и сохранение определенной устойчивости к воздействию неблагоприятных факторов внешней среды, реакции организма на воздействие внешней среды.

Физическую подготовленность можно рассматривать как результат подготовки, выраженный в достигнутом уровне физической работоспособности, развитии физических способностей, сформированности двигательных умений и навыков [1, 2].

С целью повышения эффективности учебного процесса, изучения и выявления физических возможностей студентов, совершенствования форм и методов организации учебных занятий, преподавателями кафедры физического воспитания и спорта проводится анализ и оценка показателей контрольных тестов, разработанных с учетом учебной программы и нормативных документов: тест Купера (бег 6 мин); поднимание плечевого пояса из исходного положения, лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища; приседания на двух ногах; сгибание и разгибание рук из исходного положения упор, стоя на коленях, наклон вперед из исходного положения сидя [3].

Цель исследования

Анализ физической подготовленности студенток специальных медицинских групп в период обучения с 1 по 4 курсы.

Методы исследования

Анализ научно-методической литературы, проведение контрольных тестов, педагогическое наблюдение, метод математической обработки полученных результатов.

Результаты и их обсуждение

Оценка уровня физической подготовленности студенток СМГ УО «Гомельский государственный медицинский университет» проводилась с использованием контрольных тестов в период их обучения с 1 по 4 курсы. На основе полученных данных мы можем провести сравнительный анализ физической подготовленности вышеуказанных студенток с 1 по 4 курсы включительно.

Тест Купера. На 1 курсе в весеннем семестре 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 82 девушки. Средний результат равен $1004 \pm 16,5$ метра, что соответствует оценке «8».

На 4 курсе в весеннем семестре 2010–2011 учебного года в тесте приняли участие 69 девушек. Средний результат равен $995 \pm 16,2$ метров, что соответствует оценке «7» (рисунок 1).

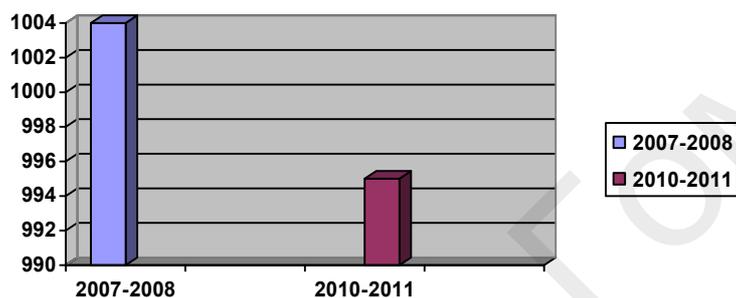


Рисунок 1 — Результат сдачи теста на выносливость (тест Купера)

Поднимание плечевого пояса из исходного положения, лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища. На первом курсе в весеннем семестре 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 83 девушки. Средний результат равен $76,44 \pm 2,4$ раза, что соответствует оценке «10».

На 4-м курсе в весеннем семестре 2010–2011 учебного года в тесте приняли участие 68 девушек. Средний результат равен $67 \pm 1,2$ раза, что соответствует оценке «10» (рисунок 2).

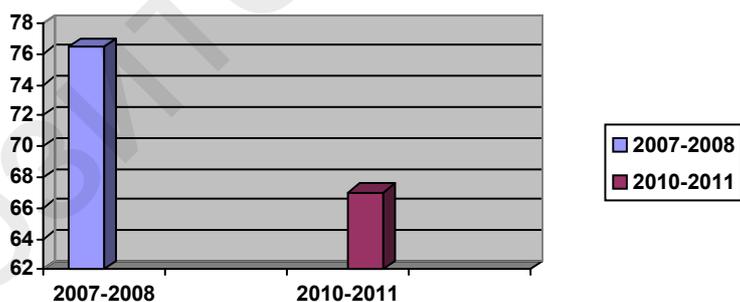


Рисунок 2 — Результат сдачи теста «Поднимание плечевого пояса»

Приседания на двух ногах. На 1-м курсе в весеннем семестре 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 83 девушки. Средний результат равен $73,18 \pm 1,4$ раза, что соответствует оценке «8».

На 4-м курсе в весеннем семестре 2010–2011 учебного года в тесте приняли участие 66 девушек. Средний результат равен $70,27 \pm 1,4$ раза, что соответствует оценке «8» (рисунок 3).

Сгибание и разгибание рук из исходного положения упор, стоя на коленях, кисти рук параллельны. На 1-м курсе в весеннем семестре 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 83 девушки. Средний результат равен $29,66 \pm 0,8$ раза, что соответствует оценке «9».

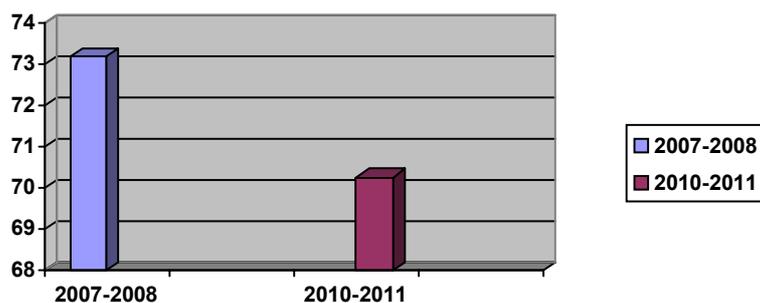


Рисунок 3 — Результат сдачи теста «Приседания на двух ногах»

На 4-м курсе в весеннем семестре 2010–2011 учебного года в тесте приняли участие 69 девушек. Средний результат равен $32,39 \pm 0,9$ раза, что соответствует оценке «10» (рисунок 4).

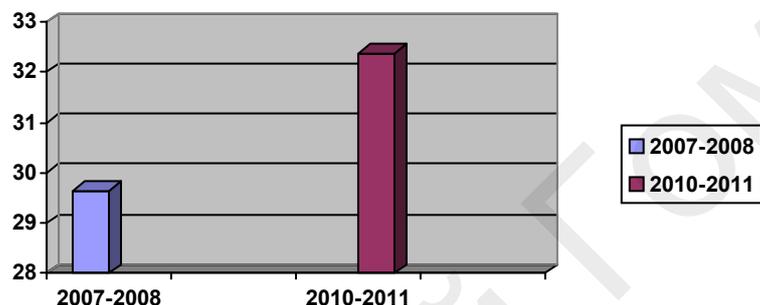


Рисунок 4 — Результат сдачи теста «Сгибание и разгибание рук»

Наклон вперед из исходного положения сидя. На 1-м курсе в весеннем семестре 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 84 девушки. Средний результат равен $14,86 \pm 0,7$ раза, что соответствует оценке «6».

На 4-м курсе в весеннем семестре 2010–2011 учебного года в тесте приняли участие 69 девушек. Средний результат равен $15,24 \pm 0,8$ раза, что соответствует оценке «7» (рисунок 5).

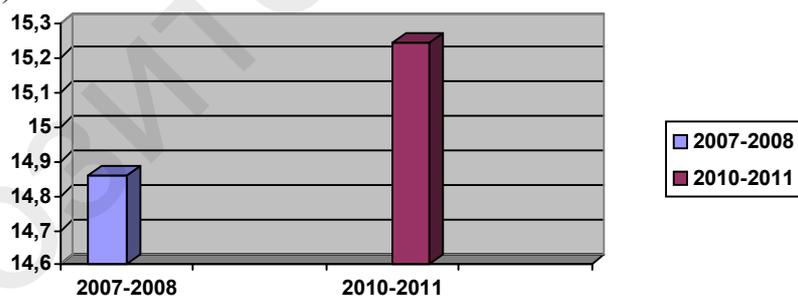


Рисунок 5 — Результат сдачи теста «Наклон вперед»

Заключение

Анализируя полученные данные, можно сделать выводы, что результаты сдачи контрольных тестов с 1-го по 4-й курсы студенток СМГ остались на высоком уровне. За четыре года незначительно снизились показатели выносливости (тест Купера) — на 9 метров, не изменились показатели поднимания плечевого пояса и приседания на двух ногах и улучшились показатели сгибания и разгибания рук — на 3 раза, а также гибкости (наклон вперед) — на 1 см, что в целом говорит о положительной динамике и свидетельствует о сформированной объективной потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и физической культуры в целом.

ЛИТЕРАТУРА

1. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учеб. пособие для техникумов / Э. Г. Булич. — М.: Высш. шк., 1986. — 225 с.
2. Физическая культура: учеб. пособие / Е. С. Григорович [и др.]; под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. — Минск: Высш. шк., 2008. — 223 с.
3. Физическое воспитание студенток / под редакцией В. М. Михалени. — Минск: Дизайн ПРО, 1998. — 128 с.

УДК 796.5+379.85

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ РАЗВИТИЯ ВНУТРЕННЕГО ПОЗНАВАТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

Гаврилович Н. Н., Золотухина Т. В.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

Учреждение образования

«Белорусский торгово-экономический университет
потребительской кооперации»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Туризм — это быстро развивающийся и формирующийся вид деятельности, который является одной из составной части национальной экономики и социально-культурной жизни. За быстрые темпы роста он признан экономическим феноменом столетия. В течение второй половины прошлого века численность международных туристов увеличилась более чем в 28 раз, а поступления от этого вида услуг возросли в 237 раз [1].

Программа, разработанная на период 2010–2015 гг. особую роль отводит видам туризма, основанным на природном потенциале страны, культурном наследии.

Развитие познавательного, оздоровительного, экологического, событийного и других видов туризма тесно связано с формированием туров в малых городах и на особо охраняемых территориях.

Региональная туристическая политика в Республике Беларусь 2011–2015 гг. направлена на создание в регионах страны развитой туристической индустрии, способной производить и реализовывать качественный, конкурентоспособный комплекс туристических услуг [2].

Единообразной периодизации туристского движения в науке не существует, поскольку его история уникальна для каждой страны или культурного сообщества. Однако систематизация истории туризма необходима, чтобы лучше понять весь комплекс связанных с ним экономических, экологических и общественных явлений и работы в этой области продолжаются.

Культурно-познавательный туризм — сфера туристской деятельности, основанная преимущественно на ресурсах наследия, национальных традиций, искусства и культуры с активным использованием современных коммуникационных систем и высокотехнологичной инфраструктуры гостеприимства. Знакомство туристов с культурным наследием происходит в основном во время экскурсий, среди которых преобладают пешеходные и автобусные. Большое число предлагаемых маршрутов дает туристам возможность выбора исходя из их вкусов, финансовых и иных возможностей. Экскурсионные маршруты отличаются большим тематическим разнообразием и часто объединяют несколько интересных направлений.

Цель исследования

Определить практическую значимость культурно-познавательного туризма и его ценности в процессе развития государства.