

ловек, пробы Генчи отличного результата нет ни у одного студента. Хороший результат пробы Штанге показал 1 студент, пробы Генчи – 4 человека. Плохой результат пробы Штанге показали 13 студентов, пробы Генчи 16 учащихся.

Для улучшения функциональных возможностей дыхательной системы, кроме физических упражнений, необходимо регулярно выполнять и дыхательные упражнения, которые обеспечивают полноценный дренаж бронхов, очищают слизистую дыхательных путей, укрепляют дыхательную мускулатуру. Тренированность дыхательной мускулатуры повышает физическую работоспособность и выносливость человека.

На занятиях по физической культуре, работая со студентами специального медицинского отделения, рекомендовано проводить оздоровительные комплексы дыхательных упражнений.

Планируется продолжить данное исследование, и провести сравнительный анализ результатов проб Штанге и Генчи после применения оздоровительного комплекса дыхательных упражнений с данной группой студентов.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Новик, Г. В. Основы теоретического раздела по физической культуре : учеб.-метод. пособие для студ. 2 курса лечебного и медико–диагност. факультетов, учреждений высшего мед. образования : в 4 ч. / Г. В. Новик, К. К. Бондаренко. – Гомель : ГомГМУ, 2019. – Ч. 2. – С. 29-30.

2. Хорошко, С. А. Анализ состояния здоровья студентов Гомельского государственного медицинского университета / С. А. Хорошко, Е. В. Зиновьева, Я. Д. Хомазюк // Проблемы и перспективы развития современной медицины : сб. науч. статей XIV Республ. науч.практ. конф. с междунар. участием студентов и молодых ученых, г. Гомель, 5-6 мая 2022 г. : в 6 т. / И. О. Стома [и др.]. – Гомель : ГомГМУ, 2022. – Т. 6. – С. 238-241.

**УДК 796.015.132:[796.323.2+796.325]:378.6-057.875**

***С. А. Орельская, З. Г. Минковская, О. П. Азимок***

*Учреждение образования*

*«Гомельский государственный медицинский университет»*

*г. Гомель, Республика Беларусь*

## **СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ БАСКЕТОЛОМ И ВОЛЕЙБОЛОМ В ГомГМУ**

### ***Введение***

Анализ уровня физической подготовленности является значимым фактором планирования тренировочного процесса. В данной статье проведен сравнительный анализ физической подготовленности групп спортивной специализации по женскому волейболу и баскетболу с использованием контрольных тестов. Волейбол и баскетбол – командные игры, где мышечная работа носит скоростно-силовой и точно-координационный характер. При малых размерах и ограничении касания мяча, выполнение всех технических и тактических элементов требует от спортсмена точности и целенаправленности движений. Двигательные действия заключаются во множестве молниеносных стартов и ускорений в прыжках вверх на максимальную и оптимальную высоту, большом количестве взрывных ударных движений при длительном, быстром и почти

**СЕКЦИЯ**  
Социально-гуманитарные дисциплины и физическое воспитание

непрерывном реагировании на изменяющуюся обстановку, что предъявляет высокие требования к физической подготовленности [1].

Планирование тренировочного процесса в спортивных играх, как правило, определяется календарем соревнований и характером восприятия организмом спортсменов предлагаемых физических нагрузок [2].

**Цель**

Анализ уровня физической подготовленности девушек групп спортивной специализации по женскому волейболу и баскетболу в ГомГМУ.

**Материал и методы исследования**

Анализ научно-методической литературы; в качестве методики исследования физической подготовленности нами были использованы педагогические тесты на проявление быстроты, силы и скоростно-силовых качеств.

**Результаты исследования и их обсуждение**

В тестировании приняли участие сборные команды ВУЗа, состоящие из 12 студенток-волейболисток и 12 студенток-баскетболисток, принимающие участие в соревнованиях городского, областного и республиканского уровня.

Контрольные тесты по физической и специальной физической подготовленности включали в себя 3 вида: челночный бег (с) (ёлочка), прыжок в высоту с места (см), поднимания туловища за 1 мин (кол-во раз). Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Уровень физической подготовленности по скоростно-силовым показателям

	Челночный бег (с)		Поднимание туловища за 1 мин (кол-во раз)		Прыжок в высоту (см)	
	волейбол	баскетбол	волейбол	баскетбол	волейбол	баскетбол
Среднее	24,4±0,3	24,6±0,3	52,4±1,5	47,3±1,4	44,8±2,5	46,8±2,3
Минимум	22,8	22,8	38	38	32	40
Максимум	26	26,7	58	51	65	67
Уровень надежности (95,0%)	0,71	0,72	3,25	2,87	5,30	4,94

На основании выпрыгивания вверх с места определялась мощность отталкивания спортсменов. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2 – Параметры мощности отталкивания студенток

Группа	Мощность отталкивания	
	Абсолютная (Вт) x ± δ	Относительная (Вт/кг) x ± δ
волейболистки	1244,3 ± 98,5	12,1 ± 0,7
баскетболистки	1294,1 ± 67,5	12,8 ± 0,64

Челночный бег отражает скоростно-силовую подготовку. В челночном беге девушки по волейболу показали результат 24,6±0,3 с, баскетболистки – 24,8±0,3 с. Волейболистки показали результат меньше на 0,2 с по сравнению со студентками по баскетболу.

Вместе с тем, данный показатель не имеет достоверности различий и свидетельствует об одинаковом уровне подготовленности.

Тест поднимание туловища за 1 минуту отражает силовые способности брюшного пресса. Волейболистки –  $52,8 \pm 1,5$  раз, баскетболистки –  $47,7 \pm 1,4$  раз, чем показали хуже результат на 5,1 раз. Вместе с тем, достоверности различий не обнаружено.

Силовые способности мышц ног отражает тест, такой как прыжок в высоту с места. Результат в прыжке в высоту с места студентки по волейболу –  $50,8 \pm 2,5$  см, по баскетболу –  $52,8 \pm 2,3$  см. Средний показатель прыжка у баскетболисток лучше на 2 см, достоверности различий нет.

Превосходство студенток, занимающихся баскетболом, в развитии взрывной силы показали параметры расчета мощности отталкивания. В частности, по абсолютному показателю, баскетболистки превосходят волейболисток на 49,8 Вт, а в относительной мощности, выраженной на килограмм массы тела – в 0,7 Вт/кг.

### ***Заключение***

Анализируя полученные данные, мы можем сделать выводы, что результаты сдачи контрольных тестов незначительно отличаются друг от друга, что связано с выбором средств и методов в тренировочном процессе, направленном на формирование базовых элементов в игровых видах спорта и подготовке к соревновательному периоду.

Разнообразие содержания игровой деятельности требует комплексного развития основных физических качеств и функционального совершенствования деятельности всех систем организма, что достигается в процессе разносторонней физической подготовки.

### **СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Галицын, С. В. Физическое воспитание подростков различных типологических групп на основе построения прогнозных моделей развития качеств и свойств личности : монография. – Хабаровск : Изд-во ДВГАФК, 2007. – С. 71-74.
2. Горлова, С. Н. Система «Адаптолог-Эксперт» в диагностике донозологического состояния спортсменок-баскетболисток высокой квалификации / С. Н. Горлова, К. К. Бондаренко // Известия Гомельского государственного университета им. Ф. Скорины. – 2014. – № 2. – С. 46-50.

**УДК 327:91(091)**

***И. И. Орлова***

*Учреждение образования*

*«Гомельский государственный медицинский университет»,*

*г. Гомель, Республика Беларусь*

## **ИСТОРИКО-ИДЕОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ СТАНОВЛЕНИЯ ГЕОПОЛИТИКИ**

### ***Введение***

В 2022–2023 учебном году в систему высшего образования Республики Беларусь был введён новый учебный предмет – «Современная политэкономия». Студенты знакомятся с понятиями глобального рынка, трансграничного экономического пространства, развития и взаимодействия экономик разных стран, в том числе и исходя из их