

утвердительно, а только гипотетично, через предположение. Аксиом и доказанных теорем в философии нет.

Наука же всегда конкретна и имеет четко определенный объект исследования, будь то физика, химия, математика или психология. Наука изучает конкретные объекты и явления живой и неживой природы.

Обязательным требованием для науки является объективность, понимаемая в том смысле, что на процесс исследования не должны влиять переживания, личные убеждения ученого. Философия же всегда озабочена аксиологическими вопросами, т. е. вопросами о значимости и ценности достигнутого знания для человека.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Мартынов, М. И. Философия. Курс интенсивной подготовки / М. И. Мартынов, Л. Г. Кравченко. — Минск: ТетраСистемс, 2010. — 207 с.
2. Яскевич, Я. С. Основы философии / Я. С. Яскевич. — Минск: ТетраСистемс, 2008. — 275 с.
3. Аблеев, С. Р. Основы философии. Вводный курс / С. Р. Аблеев. — М.: Владос, 2003. — 455 с.
4. Философия для аспирантов: учеб. пособие / В. П. Кохановский [и др.]. — 2-е изд. — Ростов н/Д: Феникс, 2003. — 345 с.
5. Лешкевич, Т. Г. Философия науки: традиции и новации / Т. Г. Лешкевич. — М.: Изд. ПРИОР, 2001. — 318 с.

УДК 796.325:796.431.1]-057.875

### СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ КОНТРОЛЬНОГО ТЕСТА «ПРЫЖОК В ВЫСОТУ» У СТУДЕНТОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ВОЛЕЙБОЛОМ

*Орельская С. А., Новик Г. В., Минковская З. Г.*

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

#### ***Введение***

Волейбол — ациклическая командная игра, где мышечная работа носит скоростно-силовой, точно-координационный характер. При малых размерах и ограничении касании мяча выполнение всех технических и тактических элементов требует 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 непрерывном реагировании на изменяющуюся обстановку, что предъявляет высокие требования к физической подготовленности волейболистов [1].

Различают общую физическую подготовку и специальную.

Общая физическая подготовка направлена на повышение уровня физического развития, широкой двигательной подготовленности.

Специальная физическая подготовка — специализированный процесс, содействующий успеху в конкретной деятельности.

Анализ уровня физической подготовленности является значимым фактором планирования тренировочного процесса. В данной статье проведен сравнительный анализ физической подготовленности групп спортивной специализации по мужскому волейболу с использованием контрольных тестов. Волейбол — командная игра, 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 непрерывном реагировании

на изменяющуюся обстановку, что предъявляет высокие требования к физической подготовленности [2].

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

### **Цель**

Анализ контрольного теста «прыжок в высоту» у студентов, занимающихся волейболом.

### **Материал и методы исследования**

Анализ научно-методической литературы с использованием контрольного теста «прыжок в высоту», метод математической обработки полученных результатов.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

Исследования проводились на кафедре физического воспитания и спорта с 1 по 4 курс (2014–2018 учебных годах).

В тестировании приняли участие студенты команды по волейболу, состоящие из 18 студентов-волейболистов, принимающие участие в соревнованиях городского, областного и республиканского уровня.

Контрольный тест по физической и специальной физической подготовленности включал прыжок в высоту с места (см). На основании выпрыгивания вверх с места определялась высота отталкивания спортсменов (таблица 1).

Таблица 1 — Уровень физической подготовленности по скоростно-силовым показателям

<b>Прыжок в высоту (см)</b>	<b>1 курс</b>	<b>2 курс</b>	<b>3 курс</b>	<b>4 курс</b>
Среднее	50,8 ± 2,5	52,8 ± 2,3	50,6 ± 2,2	53,2 ± 2,5
Минимум	32	40	36	38
Максимум	71	73	69	73
Уровень надежности (95,0%)	5,34	4,98	3,29	4,38

Силовые способности мышц ног отражает тест, такой как прыжок в высоту с места. Результат в прыжке в высоту с места у студентов на 1 курсе — 50,8 ± 2,5 см, на 2 — 52,8 ± 2,3 см, на 3 курсе — 50,6 ± 2,2 см, на 4 — 53,2 ± 2,5 см.

### **Выводы**

Анализируя полученные данные, мы можем сделать выводы, что результаты сдачи контрольного теста незначительно ухудшились на 3 курсе, что связано с увеличением учебной нагрузки, а также 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 [3].

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Ломако, С. А. Оценка уровня физической подготовленности группы спортивной специализации по мужскому волейболу / С. А. Ломако, К. С. Семенов // IX Междунар. науч.-практ. конф. «Проблемы физической культуры населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды», 8–9 окт. 2015 г.: [посвящ. 85-летию УО «ГГУ имени Ф. Скорины»: материалы]: в 3 ч. / редкол.: О. М. Демиденко [и др.]. — Гомель: УО «ГГУ им. Ф. Скорины», 2015. — Ч. 1. — С. 113.
2. Ломако, С. А. Анализ физической подготовленности занимающихся волейболом и баскетболом в медицинском вузе / С. А. Ломако, А. А. Малявко, Г. В. Новик // I Междунар. науч.-практ. конф. «Игровые виды спорта: актуальные вопросы теории и практики, посвященной памяти ректора ВГИФК В. И. Сысоева», Воронеж, 23–24 окт. 2018 г.: ФГБОУ ВО «Воронежский государственный институт физической культуры», 2018. — С. 303–305.
3. Новик, Г. В. Сравнительный анализ физической подготовленности студентов, занимающихся в группах спортивной специализации по волейболу, мини-футболу в вузе / Г. В. Новик, С. А. Ломако, З. Г. Минковская // Респ. науч.-практ. конф. с междунар. участием «Мультидисциплинарный подход к диагностике и лечению коморбидной патологии», Гомель, 29–30 нояб. 2018 г. — Гомель: ГомГМУ, 2018. — Ч. 1. — С. 346–348.