

ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ (П.П.Ф.П.) СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Физическое воспитание в УГТУ-УПИ является одним из средств подготовки студентов к трудовой деятельности и приспособления к социальной среде. Преподаватели эффективно используют различные средства физической культуры, направленные на быстрое и качественное освоение трудовых навыков, повышение эффективности труда, активного отдыха и профилактики.

Современный труд требует значительного напряжения умственных и физических сил, повышенной координации движений работников в любой сфере труда. Но каждая профессия диктует свой уровень развития психофизических качеств, свой перечень профессионально-прикладных умений и навыков.

Чтобы понять, насколько подготовленными к трудовой деятельности выпускаются студентки 4 курса (100 человек) специальной медицинской группы металлургического факультета, мы провели анализ результатов некоторых функциональных показателей профессионально-прикладной физической подготовки (П.П.Ф.П.):

1. Оценка функционального состояния сердечно-сосудистой системы по тесту Руфье.

2. Оценка физического состояния дыхательной системы, используя тестовые показатели пробы Штанги и пробы Генчи.

3. Проверка уровня подвижности поясничного отдела позвоночного столба. Выполняется наклон вперед из положения сидя.

После обработки данных мы получили следующие результаты, отраженные в табл. 1 и 2.

Таблица 1
Уровень функциональных показателей П.П.Ф.П. студенток 4 курса

Показатели, тесты	Отл.	Хор.	Удовлетв.	Плохое
Тест Руфье	4%	34%	47%	15%
Наклон туловища вперед из положения сидя	31%	26%	17%	26%

Таблица 2
Уровень функциональных показателей П.П.Ф.П. студенток 4 курса

Показатели, тесты	Хорошее	Среднее	Слабое
Проба Штанге	6%	27%	67%
Проба Генчи	11%	74%	15%

Таким образом, наибольшее количество студенток наблюдается:

- в результатах теста Руфье с удовлетворительными функциональными показателями сердечно-сосудистой системы;

- в результатах наклона туловища из положения сидя с отличными показателями подвижности поясничного отдела позвоночного столба;

- в результатах пробы Штанге со слабыми показателями функционального состояния дыхательной системы;

- в результатах пробы Генчи со средними показателями функционального состояния дыхательной системы.

Следует отметить, что П.П.Ф.П. должна опираться на хорошую общефизическую подготовленность студенток, но, в свою очередь, только общая физическая подготовка будущих специалистов не может полностью решить задачи специальной подготовки к определенной профессии.

Подбор средств П.П.Ф.П. должен производиться с учетом особенностей учебного процесса на каждом факультете и специфики будущей профессиональной деятельности студенток. А для того чтобы полноценно определить уровень П.П.Ф.П., кафедрой утверждены зачетные нормативы по разделу П.П.Ф.П. В каждом семестре рекомендуется выполнять не более 2-3 зачетных тестов, а студентами специального медицинского отделения выполняются тесты, которые доступны им по состоянию здоровья.

Таким образом, соблюдая данный подход к П.П.Ф.П., мы сможем обеспечить ее высокий уровень, а также проводить современную коррекцию отстающих элементов.