

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ

ДЕПАРТАМЕНТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ

БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА-ЮГРЫ  
«СУРГУТСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ГУМАНИТАРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И СПОРТА

## **СТУДЕНЧЕСКИЙ СПОРТ: СОСТОЯНИЕ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ**

*Материалы  
IV Всероссийской научно-практической конференции*

18 сентября 2021 года

Сургут  
2022

**УДК 796 (063)**  
**ББК 75**  
**С 56**

**С 56 Студенческий спорт: состояние и перспективы развития:** сборник материалов IV Всероссийской научно-практической конференции, г. Сургут, 18 сентября 2021 г. / Под ред. Ж.И. Бушевой ; Сургутский государственный университет. – Сургут: СурГУ, 2022. – 114 с.

**ISBN 978-5-89545-541-8**

В сборнике материалов научно-практической конференции рассматриваются социальные, педагогические и организационные аспекты студенческого спорта и физического воспитания студенческой молодежи.

Для научно-педагогических работников сферы образования, науки, культуры и социального управления, тренеров и всех, кого интересует здоровый образ жизни.

•  
•  
**УДК 796 (063)**  
**ББК 75**

**ISBN 978-5-89545-541-8**

© БУ ВО ХМАО-Югры «Сургутский  
государственный университет», 2022

2. Фонарев Д.В., Кугушева Т.В., Херувимова Т.А. Физическое воспитание, здоровый и безопасный стиль жизни обучающихся в фокусе научного форума // Теория и практика физической культуры. – 2017. – № 8. – С. 103-104.

3. Херувимова Т.А., Кугушева Т.В., Зубков Д.А. Методика формирования культуры здорового образа жизни у студентов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2018. – № 2. – С. 68-70.

4. Херувимова Т.А., Херувимова С.А., Воробьев Т.В., Воробьева Д.В. Особенности методики формирования здорового образа жизни у обучающихся высших образовательных учреждений физкультурной и спортивной направленности// Спорт и спортивная медицина: мат-лы междунар. науч.-практ. конф. «Спорт и спортивная медицина», посвященной 40-летию со дня основания Чайковского государственного института физической культуры. – Чайковский: ФГБОУ ВО «ЧГИФК», 2020. – С. 406-411.

УДК 796/799

### ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ СТУДЕНТОВ, СПЕЦИАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ПО ФУТБОЛУ

<sup>1</sup>Зданевич А.А., <sup>2</sup>Кудрицкий В. Н.

<sup>1</sup>Учреждение образования «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина», г. Брест, Республика Беларусь

<sup>2</sup>Брестская областная организация белорусского общественного объединения «Ветераны физической культуры и спорта», г. Брест, Республика Беларусь

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы, связанные с особенностями физического развития студентов, занимающихся в спортивном клубе университета футболом. Выявлено, что студенты разных курсов обучения практически не отличаются по показателям длины и массы тела. Существенные различия выявлены в показателях динамометрии правой и левой кисти. От курса к курсу они имеют тенденцию к повышению.

**Ключевые слова:** физическое развитие, студенты, футбол.

**Введение.** Физическое развитие студенческой молодёжи является одним из важных показателей здоровья. Поэтому в настоящее время при организации учебного процесса студентов особое внимание рекомендуется уделять вопросам регулярного наблюдения за его показателями, которые в большей степени определяют уровень состояния здоровья занимающихся [3].

Наблюдения за состоянием здоровья и физическим развитием студентов в последние годы стали актуальными и необходимыми. В студенческие годы юноши и девушки подвергаются повышенным психологическим, эмоциональным нагрузкам, привыкают к многочасовым учебным занятиям, зачастую, к не совсем правильному режиму питания, новому коллективу [3, 5, 6].

Как правило физическое развитие определяется комплексом морфофункциональных показателей, характеризующих уровень биологического развития и физической работоспособности человека на определенном этапе онтогенеза.

Основными факторами, определяющими уровень здоровья и физического развития, являются следующие:

- генетические факторы;
- характер и качество питания;
- условия проживания;
- качество жизни;
- уровень двигательной активности.

Многими авторами доказано, что уровень физического развития является важным и главным показателем, (компонентом,) определяющим состояние здоровья студентов [2, 4, 7].

Л.К. Будук-оол и Р.И. Айзман [1], изучая состояние здоровья студентов по основным показателям морфофункциональных состояний, проживающих в дискомфортных климатогеографических условиях Южной Сибири – в Республике Тыва, установили, что более низкие показатели здоровья были выявлены у студентов 1-го и 5-го курсов.

Авторы объясняют данный феномен наличием стрессовых факторов, связанных с адаптацией первокурсников к условиям вуза и «синдромом выпускника», и считают, что студенты имеют не только морфофункциональные возрастно-половые характеристики, но и региональные особенности, как в самооценке своего здоровья, так и в основных морфофункциональных показателях организма.

В связи с этим определенным интерес представляет проблема оценки уровня физического развития студентов, занимающихся в спортивном клубе университета футболом.

**Цель** – выявление особенностей физического развития студентов, занимающихся в спортивном клубе университета футболом.

**Методика и организация исследования.** Для достижения цели и решения задач исследования использовались следующие методы:

- анализ научно-методической литературы;
- педагогическое наблюдение;
- антропометрия;
- методы математической статистики.

Для оценки физического развития студентов определялись: длина тела стоя (см), масса тела (кг), динамометрия правой кисти (кг), динамометрия левой кисти (кг).

Базой эксперимента являлось Учреждение образования «Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина». Основные экспериментальные и эмпирические материалы были получены в результате исследовании студентов 1–4 курсов, обучающихся по различным специальностям, занимающихся футболом в спортивном клубе университета.

**Результаты исследования и их обсуждение.** В литературных источниках, посвященных изучению морфофункциональных особенностей студенческой молодежи, особенно тех, кто занимается спортом в спортивных клубах университетов, насчитывается довольно ограниченное число исследований.

Между тем, постоянные обследования студентов дают возможность оценить изменчивость особенностей соматического развития студентов в связи с их профессиональной ориентацией, занятием спортом, влиянием социально-экономических условий жизни, экологической спецификой того или иного региона.

В исследовании был выявлен уровень физического развития студентов, занимающихся футболом, с первого по четвертый включительно. Полученные данные подвергнуты статистическому анализу (таблица).

Таблица

Уровень физического развития студентов, специализирующихся по футболу

Показатели	Статистические параметры	Курсы			
		1	2	3	4
Длина тела стоя (см)	$\bar{x} \pm \sigma$	174,0±6,0	174,5±6,5	175,5±5,7	175,5±5,7
	$v$	3,4	3,7	3,2	3,2
Масса тела (кг)	$\bar{x} \pm \sigma$	64,5±4,7	66,2±1,9	68,5±3,8	70,0±3,7
	$v$	7,3	2,9	5,6	5,2
Динамометрия правой кисти (кг)	$\bar{x} \pm \sigma$	30,2±9,6	34,5±6,6	36,6±7,1	39,0±4,9
	$v$	34,2	19,2	19,7	13,6
Динамометрия левой кисти (кг)	$\bar{x} \pm \sigma$	30,0±7,1	34,0±5,6	36,0±6,6	37,8±4,9
	$v$	23,7	16,4	18,0	12,9

Анализ исследованных данных свидетельствует, что средние показатели длины тела стоя студентов, занимающихся футболом в спортивном клубе университета с 1 по 4 курс обучения,

на протяжении четырёх лет значительных изменений не претерпевают. В показателях массы тела от курса к курсу отмечается её увеличение. Наибольшая масса тела – 70,0 кг выявлена у студентов на четвертом курсе.

Показатели силы правой кисти студентов-футболистов значительно увеличиваются с возрастом от курса к курсу. Так, на первом курсе показатели силы сжатия правой кисти соответствовали 30,2 кг, на втором курсе показатели силы улучшились на 4,3 кг, на третьем курсе показатели силы сжатия кисти улучшились по отношению к первому курсу на 6,4 кг. На четвертом курсе показатели динамометрии правой кисти достигли 39,0 кг, что по отношению к показателям первого курса составляет 10,8 кг.

Показатели динамометрии левой кисти студентов, занимающихся футболом в спортивном клубе университета с 1 по 4 курс обучения, также возрастают от курса к курсу, однако темпы увеличения значительно ниже.

**Заключение.** Таким образом, в результате проведенного исследования получены новые данные, характеризующие особенности физического развития студентов, занимающихся футболом, обучающихся на 1–4 курсах.

Теоретическая значимость работы состоит в том, что результаты исследования, характеризующие физическое развитие студентов, занимающихся футболом в спортивном клубе университета с 1 по 4 курс обучения, дополняют и расширяют знания в области теории физической культуры.

Практическая значимость работы состоит в том, что полученные данные физического развития студентов-футболистов 1–4 курсов позволяют переосмыслить их учебно-тренировочный процесс и использовать их для разработки эффективных методик по развитию двигательных способностей студентов, как важнейшего компонента в результативном участии в соревновательной деятельности на протяжении годичного и многолетнего циклов спортивной подготовки.

На наш взгляд, полученная в результате исследования информация, позволит тренерам-преподавателям точнее определять задачи, связанные с дальнейшим развитием двигательных способностей студентов, занимающихся в спортивных секциях, что позволит на более высоком педагогическом уровне организовывать учебно-тренировочный процесс.

### Литература

1. Будук-оол Л.К., Айзман Р.И. Морфофункциональные показатели студентов Тывинского государственного университета // Гигиена и санитария. – 2009. – № 3. – С. 82-84.
2. Драгич О.А. Закономерности морфофункциональной изменчивости организма студентов юношеского возраста в условиях Уральского федерального округа: автореф. дис. ... докт. биол. наук: 03.00.13 / О. А. Драгич. – Тюмень, 2006. – 52 с. ●
3. Негашева М.А., Мишкова Т.А. Антропометрические параметры и адаптационные возможности студенческой молодежи к началу XXI века // Российский педиатрический журнал. – 2005. – № 5. – С. 12–16.
4. Орлова С.В. Оценка состояния здоровья студентов юношеского возраста с учетом соматотипов: автореф. дис. ... канд. мед. наук: 14.00.07 / С. В. Орлова. – Ростов-на-Дону: РГМУ, 2004. – 22 с.
5. Ретюнский И.В., Грошев В.А., Пономарев В.В. Нетрадиционные спортивно-оздоровительные технологии в учебно-воспитательном процессе современных студентов вуза // Современный учебно-воспитательный процесс: теория и практика: мат. V Всерос. заочной науч.-практ. конф. (26 мая 2014 г.). – Красноярск, 2014. – С. 77–81.
6. Сакун Э.И. Построение учебного процесса по физическому воспитанию студентов в вузе: учеб. пособие. – М., 2011. – 208 с.
7. Штих Е. А. Особенности формирования оценки физического состояния студентов // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 8. – С. 63-65.