

Список використаних джерел

1. Романчук С.В. Место и значение физической подготовки в системе подготовки специалистов / С.В. Романчук, А.А. Старчук, В.Н. Романчук и др. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2007. – №6. – С. 123-131.
2. Бондаренко И.Г. Определение уровня физической подготовленности студентов: двигательные тесты и методики индексов / И.Г. Бондаренко // Физическое воспитание студентов / научный журнал.-Харьков: ХООНОК-ХГАДИ; - 2011. - №2. – С . 10-14.
3. Єфремова А.Я. Визначення рівня фізичної підготовленості майбутніх фахівців-електриків залізничного транспорту. / А.Я. Єфремова // Слобожанський науково-спортивний вісник //науково-теоретичний журнал. - Харків: ХДАФК, - 2012. - № 2. – С . 15-18.
4. Воронов В.М. Шляхи удосконалення фізичної підготовленості студентів на початковому етапі навчання у вищому навчальному закладі. / В.М. Воронов // Слобожанський науково-спортивний вісник //науково-теоретичний журнал. - Харків: ХДАФК, - 2012. - № 3. – С 21-24.
5. Остапенко Ю.О. Аналіз фізичної підготовленості студентів першого курсу Української Академії Банківської справи за період 2003-2010 років навчання/ Ю.О. Остапенко, В.В. Остапенко // Слобожанський науково-спортивний вісник //науково-теоретичний журнал. - Харків: ХДАФК, - 2011. - № 2. – С. 41-43.
6. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: президент України; Указ. Доктрина від 28.09.2004 №1148/2004.- Київ 2004. – 16с.
7. Болненкова О.М. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів як умова створення науково обгрунтованої системи їх оцінювання на заняттях з фізичної культури. / О.М. Болненкова // Слобожанський науково-спортивний вісник //науково-теоретичний журнал. - Харків: ХДАФК, - 2010. - № 4. – С. 44-47.
8. Крибодуд Т.Є. До вивчення рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу денного відділення СумДПУ ім. А.С.Макаренка за результатами контрольних нормативів. / Т.Є. Крибодуд, Н.О. Кулик, Н.Д. Шошура // Слобожанський науково-спортивний вісник //науково-теоретичний журнал. - Харків: ХДАФК, - 2010. - № 4. – С. 20-203.
9. Осіпов А.В. Шляхи удосконалення психолого-педагогічних умов організації професійно-прикладного фізичного виховання учнів і студентів в системі неперервної освіти. / А.В. Осіпов //Теорія та методика фізичного виховання : Науково-методичний журнал. – Харків: ОВС, 2006. - №3(23).- С.9-12.
10. Коновалов В.В., Піддубний О.Г., Полтавець А.І. Формування мотивації до навчання військово-прикладних вправ у курсантів нечисленних спеціальностей університету цивільного захисту МНС України. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ, 2013, №3 – С.31-35.

УРОВЕНЬ СИЛОВОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ВОЕННО-ЮРИДИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Коломийцева Ольга Эдуардовна

Национальный юридический университет имени Ярослава Мудрого, Украина

Постановка проблемы. Актуальность исследования уровня физической подготовленности студентов высшего образовательного юридического учреждения Украины продиктована рядом обстоятельств как теоретического, так и практического характера [1].

В Национальном юридическом университете имени Ярослава Мудрого готовят специалистов по правоведению для различным министерств и ведомств Украины. В связи с этим студентов можно разделить на две категории: с выраженным и невыраженным

двигательным компонентом в структуре предстоящей профессиональной деятельности.

На военно-юридическом факультете проводится подготовка юридических кадров для: органов прокуратуры по надзору за соблюдением законов в военной сфере, юридической службы Вооруженных Сил Украины и Военной службы правопорядка в Вооруженных Силах Украины, Государственной пограничной службы Украины, Министерства чрезвычайных ситуаций Украины, Управления Государственной охраны Украины, Государственной специальной службы транспорта Министерства транспорта и связи Украины, Внутренних войск Министерства внутренних дел Украины.

В связи с выше сказанным мы сделали предположение, что выпускники военно-юридического факультета имеют выраженный двигательный компонент в структуре предстоящей профессиональной деятельности, что вызывает необходимость уделить значительное внимание уровню их физической подготовленности, а именно силовых способностей.

Анализ последних исследований и публикаций, а также практический опыт свидетельствует о том, что проблемы теории, методики и организации физического воспитания в системе подготовки кадров для Министерства Внутренних Дел, Министерства обороны, Министерства юстиции и Прокуратуры Украины остаются открытыми. И все же следует отметить, что в нашей стране и ближнем зарубежье накоплен определенный научный и методический материал касательно физической подготовки студентов и курсантов вузов военно-юридического профиля.

Связь работы с научными программами, планами, темами. Исследования являются составной частью научно-исследовательской работы кафедры физического воспитания №3 Национального университета «Юридическая академии Украины им. Ярослава Мудрого».

Цель исследований – выявить уровень развития силовых способностей студентов 1 курса военно-юридического факультета юридического университета.

Методы и организация исследований. В качестве метода использовалось педагогическое тестирование. Применялись следующие тестовые упражнения: подтягивание на перекладине; сгибание-разгибание рук в упоре лежа; поднимание в сед за 1 мин; комплексное силовое упражнение (поднимания в сед из положения лежа, руки за головой и сгибания-разгибания рук в упоре лежа – каждое упражнение выполняется в течение 1 мин. Засчитывается общая сумма повторений).

В исследованиях приняли участие студенты 1 курса военно-юридического факультета Национального юридического университета имени Ярослава Мудрого в количестве 50 юношей и 20 девушек.

Занятия по учебной дисциплине «Физическое воспитание» проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа, в основном, с использованием средств общефизической подготовки.

Результаты исследований представлены в таблице 1.

С тестовым упражнением «подтягивание на высокой перекладине» студенты юноши, в соответствии с нормативами [2] справились на «отлично».

Результаты теста «сгибание разгибание рук в упоре лежа» говорят о достаточно высоком уровне развития силовой динамической выносливости у юношей и низком – у девушек. Так, сравнивая средние результаты с нормативами [2] мы нашли, что юноши справились с тестом на «отлично», а девушки – на оценку «удовлетворительно». Опыт работы показывает, что результаты девушек редко достигают высокого уровня даже на выпускном курсе, чаще всего повышаясь ко второму-третьему году обучения.

Результаты теста «поднимание в сед за 1 мин», которые мы сравнивали с данными [3] позволяют говорить о невысоком уровне развития силы мышц брюшного пресса как у юношей, так и у девушек.

Результаты выполнения комплексного силового упражнения как у юношей, так и у девушек соответствуют оценке «хорошо», [2].

Выводы. Проведенное исследование позволяет говорить о достаточно высоком уровне

розвиття силових здобностей у юношей и достаточнo нязком – у девоушек.

Перспективы дальнейших исследований. Предполагается провести исследование уровня развития выносливости как одной из составляющей общей работоспособности человека.

Таблица 1

Показатели развития силовых способностей студентов 1 курса

Тестовые упражнения	Юноши n=48	Норма: результат \бал	Девушки n=19	Норма: результат \бал
	$\bar{X} \pm m$		$\bar{X} \pm m$	
подтягивание на перекладине, кол-во раз	12,1±3,7	12 – "5" 10 – "4" 8 – "3"	–	–
сгибание – разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	41,8±4,3	36 – "5" 33 – "4" 30 – "3"	14,3±7,6	18 – "5" 16 – "4" 14 – "3"
поднимание в сед за 1 мин, кол-во раз	40,8±8,1	51 – "5" 45 – "4" 38 – "3"	33,5±8,2	45 – "5" 40 – "4" 35 – "3"
комплексное силовое упражнение, кол-во раз	44,53±6,14	48 – "5" 44 – "4" 40 – "3"	34,44±1,74	36 – "5" 32 – "4" 28 – "3"

Список использованных источников

1. Малейченко Е.А. Формирование установок на здоровый образ жизни в профессиональной подготовке студентов – юристов: автореф. дис. канд. социологических наук: спец. 14.00.52 Социология медицины / Е.А.Малейченко. – Волгоград, 2007. – 19 с.
2. Настанова з фізичної підготовки у Збройних Силах України. – Наказ Міністра оборони України №685 від 30.12.09. – 114 с. з дод.
3. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей / В.А. Романенко. – Донецк: ДонНУ, 2005. – 290 с.

**ІНДИВІДУАЛЬНО-ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИЙ ПІДХІД ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
СТУДЕНТІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ**

Кононенко Микола Сергійович (1), Кононенко Анна Миколаївна (2)

- 1) Запорізький національний університет, Україна
- 2) Економіко-правничий коледж Запорізького національного університету,
Україна

У сукупності засобів, які забезпечують формування особистісної та професійної підготовленості студента, істотну роль відіграє фізичне виховання, ефективність цілеспрямованого впливу якого зростає з урахуванням ряду факторів: особливості організації педагогічного процесу, специфіка майбутньої професійної діяльності, індивідуально-типологічні особливості студентів та ін.

Роль фізичного виховання та інших форм спрямованого використання фізичної культури у навчальних закладах багатогранна. Технічний прогрес, стрімкий розвиток науки і дедалі зростаюча кількість нової інформації, одержувана на заняттях, постійні стреси,