

Анализ изменения уровня физической подготовленности аттестованного состава Львовского государственного университета безопасности жизнедеятельности на протяжении 2010-2011 учебного года

*Ратушный Р.Т., Кошеленко В.В., Ковальчук А.М.,
Львовский государственный университет безопасности
жизнедеятельности, Львов, Украина*

Вступление. Обязательным условием аттестации постоянного состава Львовского государственного университета безопасности жизнедеятельности (ЛГУБЖД) есть тестирование из физической подготовки согласно руководящих документов [1,2,3,4].

Цель исследования: осуществить анализ уровня физической подготовленности постоянного состава ЛГУБЖД для последующей коррекции учебно-тренировочных занятий в системе служебной подготовки.

Задание исследования:

1. Осуществить анализ тестирования из физической подготовки постоянного состава ЛГУБЖД.

Результаты исследования. Тестирование уровня физической подготовленности постоянного состава ЛГУБЖД осуществлено на учебно-спортивной базе университета. Протестировано 159 лиц мужского пола, 6 возрастных групп.

После проведенного анализа тестирования из физической подготовки постоянного состава ЛГУБЖД определено состояние отдельных лиц за разным уровнем подготовки (рис. 1). Проводя анализ обработанных результатов тестирований по физической подготовке аттестованного состава ЛГУ БЖД прослеживается незначительное уменьшение качества составления нормативных тестов с физической подготовки. Тревожным является факт увеличения количества лиц, которые не составляли контрольных нормативов по физической подготовке по состоянию здоровья (+6 человек). Возникает беспокойство уровень развития основных

физических качеств у протестированных лиц I, II медико-возрастных групп.

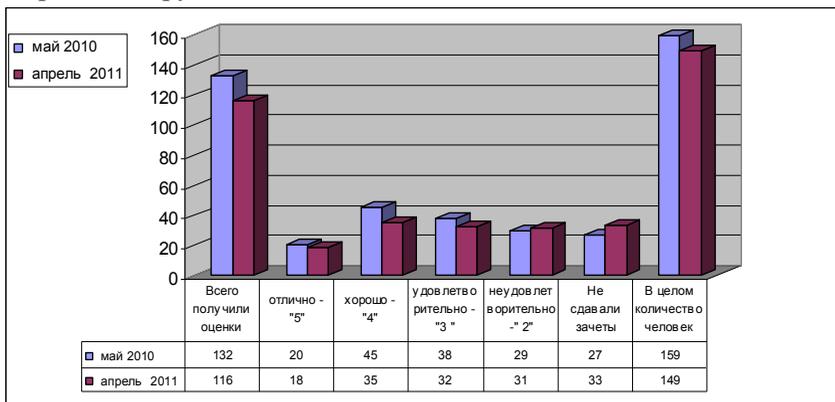


Рис. 1. Анализ изменения уровня физической подготовленности аттестованного состава ЛГУ БЖД на протяжении 2010-2011 учебного года

Предложения по повышению результативности сдачи контрольных нормативов по физической подготовке аттестованными сотрудниками ЛГУ БЖД:

- лишения избыточного веса путем повышения собственной двигательной активности;
- систематическое занятие (ежедневно) физическими упражнениями: подтягивание, сгибание разгибание рук из упора лежа, бег, во время утренней зарядки;
- переоценка отношения к собственному здоровью.

Литература:

1. Закон Украины "О правовых основах гражданской защиты" № 1859-IV от 24 июня 2004 года.
2. Закон Украины "О физической культуре и спорте" N 1724-VI (1724-17) от 17.11.2009.
3. Приказ МЧС Украины № 10 от 05.08.2004 года "Наставление по физической подготовке личного состава МЧС Украины".
4. Приказ МЧС Украины № 319 от 05.09.2003 года "О порядке распределения руководящего состава и МЧС Украины на медико-возрастные группы и перечень контрольных упражнений для принятия зачетов по физической подготовке"