

была рекомендована как примерная программа для всех направлений подготовки бакалавров агропромышленного комплекса.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Основная образовательная программа как норма качества профессионального образования: учебное пособие / Н. И. Дунченко, Е. А. Савенкова, А. А. Дробязько, Л. А. Ефимова, Л. М. Сашина. – М. Издательство РГАУ-МСХА, 2013, – 205 с.
2. Приказ Минобрнауки России от 07.08.2014 №953. Консультант Плюс WWW.consultant.ru – С. 1-9.
3. Руссу О. Н. Андрищенко Л. Б Компетентностно-ориентированная рабочая программа, по дисциплине «Физическая культура»: // Современные проблемы формирования и укрепления здоровья: сб. научных статей Международной научно-практич. Конф., Брест 24-26 октября 2013г. / ред.кол.: А. Н. Герасевич (гл. ред.) [и др.]. - Альтернатива, 2013. - С. 282-288.

УДК 796.325:378

### **ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ ПО ВОЛЕЙБОЛУ НА РАЗВИТИЕ ВНИМАНИЯ У СТУДЕНТОВ**

**Белова Т. Ч., Тонкоблатова И. В., Романчук Е. В.**

УО «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»  
г. Гродно, Республика Беларусь

В наше время поток информации, расширение человеческих контактов, развитие многообразных форм массовой культуры, рост темпа жизни приводят к увеличению объема знаний, необходимых современному человеку для жизни. Происходящие изменения в обществе оказали влияние и на развитие детей и выдвинули новые требования воспитания. Одним из неперенных условий успешного обучения является развитие внимания.

Любой студент должен уметь одновременно слушать и записывать лекцию, успевая еще в какой-то мере обдумывать ее содержание. Это свойство не дается от рождения. Его надо развивать.

Целью исследований явилось изучение влияния волейбола на развитие внимания у студентов.

Материал и методы работы. Работа была проведена на кафедре физического воспитания и спорта Гродненского государственного университета им. Янки Купалы. В исследовании приняли участие две группы студентов. Контрольная группа состояла из 20 студентов основной группы. Экспериментальная состояла из 20 студентов, занимающихся волейболом. Исследование проводилось в начале и в конце учебного года.

Для исследования внимания использовались две методики. Методика «Расстановка чисел», которая предназначена для оценки распределения внимания. Испытуемому предлагалось расставить в квадрате в течение

двух минут в возрастающем порядке 25 чисел. Средняя норма – 22 числа и выше. Методика «Корректирующая проба», или проба Бурдона. Обследование проводилось с помощью специальных бланков с рядами расположенных в случайном порядке букв. Испытуемый просматривал ряд и вычеркивал определенные буквы. Результаты пробы высчитывались по формуле:

$A (\text{устойчивость}) = B (\text{производительность}) + C (\text{точность})$

Результаты исследования, их обсуждение. Проведенное исследование показало, что в начале года в контрольной группе значения результатов первого теста были в среднем 22 числа (88%), что на 4% хуже, чем в экспериментальной группе (23 числа – 92%). В конце года результаты в контрольной группе ухудшились и стали (21 число – 84%), в экспериментальной группе остались прежними.

Анализ результатов второго теста показал, что оценка устойчивости внимания в начале года в контрольной группе в среднем составила 9 баллов, что на 4 балла хуже, чем в экспериментальной группе. В конце года результаты в контрольной группе не изменились, а в экспериментальной группе улучшились на 2 балла.

Заключение. Таким образом, тестирование внимания у студентов выявило, что занятия по волейболу влияют на развитие внимания, а также поддерживают его на определенном уровне в течение учебного года. Так как внимание влияет на нашу память и мышление, помогает сконцентрироваться на одном предмете или переключиться с одного задания на другое, то студенты, занимающиеся волейболом, будут лучше усваивать учебный материал и будут более успешны в жизни.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Психологические тесты / Э. Р. Ахмеджанов. – 1995. – 320 с.
2. Кирдяшкина Т. А. - Методы исследования внимания. (Практикум по психологии); Учебное пособие. - Челябинск: Изд. ЮУрГУ, 1999.

УДК 355.233.22

### **РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ В СУБМАКСИМАЛЬНОЙ ЗОНЕ МОЩНОСТИ**

**Брайчук А. С., Гавроник В. И., Позняк В. Г.**

УО «Гродненский государственный университет имени Я. Купалы»  
г. Гродно, Республика Беларусь

Физическая подготовка занимает особое место в поддержании боевой готовности войск. Основная задача подготовки – развитие выносливости [1].