

Самоленко Тетяна Володимирівна

*Київський національний торговельно-економічний університет,
доцент кафедри фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання і
спорту, доцент*

Апайчев Олександр Валентинович

*Київський національний торговельно-економічний університет,
доцент кафедри фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання і
спорту*

ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ «ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА»

Для студентів вищих навчальних закладів рухова активність є основною складовою їх здорового способу життя та всебічного розвитку. Слід відзначити зростаючу роль фізичної культури в загальній системі освіти. «Фізична культура» як педагогічна дисципліна в єдиному цілісному педагогічному процесі вузу має величезні потенційні можливості саморозвитку та самовдосконалення себе як особистості. Рівень фізичної підготовленості студента залежить від володіння ним засобами, формами та видами фізичної підготовки, які використовуються під час навчальних занять фізичними вправами. Успішна здача нормативів тестування вимагає регулярних занять, де студенти повинні у процесі підготовки більше часу відводити для рухової активності.

Тому кабінетом міністрів України 09 грудня 2015 року була прийнята Постанова № 1045 згідно якої Міністерству молоді та спорту, Міністерству освіти і науки, Міністерству внутрішніх справ, Міністерству оборони було доручено розробити упродовж 2016 року тести і нормативи для щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України та забезпечити з 2017 року його постійне проведення [1].

Наказ № 1330 від 17.05.2017 року: ввести в дію Тимчасовий порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів КНТЕУ до затвердження вченою радою університету, здійснювати у відповідності до інструкції проведення тестів і нормативів щорічного оцінювання фізичної підготовленості, узагальнювати та подавати інформацію про результати проведення тестування [2].

Заняття з фізичного виховання в КНТЕУ (Київський національний торговельно-економічний університет) йдуть за секційною системою навчання. Кожен студент відвідує секційні заняття, які проводяться згідно робочої програми для груп.

Тестування проводились у травні 2017 навчального року, після закінчення другого та четвертого семестру. Використовувались державні тести здобувачів вищої освіти (17 років); (18-25 років); (21-25 років). Види тестів: рівномірний біг 3000 м/хв. (чол.), 2000 м/хв. (жін.); підтягування на перекладині, кількість разів, або стрибок у довжину з місця, см. (чол.); згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, кількість разів, або стрибок у довжину з місця, см. (жін.); біг на 100 м, с. (чол. жін.); човниковий біг 4x9 м, с. (чол. жін.); нахил тулуба вперед з положення сидячи, см. (чол. жін.).

Система тестування для категорій учасників складається за видами тестів на витривалість, силу, швидкість, спритність, гнучкість, а за результатами тестування оцінювання здійснено за чотирма рівнями фізичної підготовленості: високий, достатній, середній, низький. Оцінка результатів здійснювалася за таблицею нормативів для здобувачів вищої освіти в балах від 2 до 5.

В дослідженні брали участь 167 студентів зі спеціалізації «Загальна фізична підготовка», з них чоловіків – 70, жінок – 97.

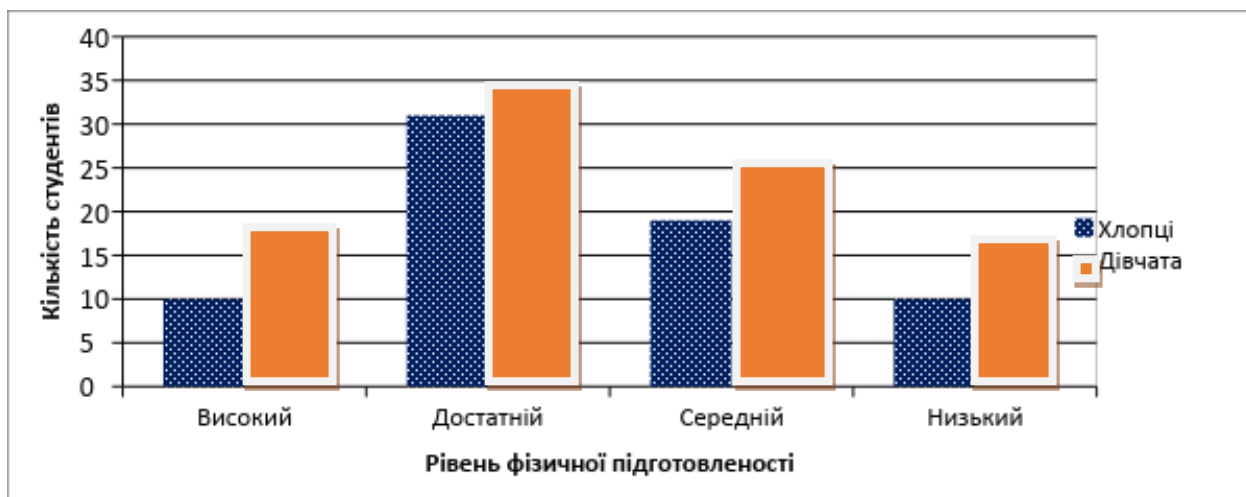
Здобувачі вищої освіти (17 років) – 18 студентів: чоловіків 4, з них здали один на високій, один на достатній, середній та низькій теж по одному студенту. Жінок 14, з них високій – 6, достатній – 2, середній – 2, низькій – 4.

Здобувачі вищої освіти (18-20 років) – 142 студента: чоловіків 60 (42%), з них тести здали на високій – 9 (15%), 26 (43%) – достатній, 16 (27%) – середній, 9 (15%) – на низький рівень. Жінки 82 (58%) і з них виконали 12 (15%) на високій, 33 (40%) – достатній, 24 (29%) – середній, 13 – низький (16%).

Особи зрілого віку (21-25 років) – студентів 7: чоловіків 6 (86%) з них тести здали 4 (67%) – достатній, 2 (33%) – середній. Жінка одна, яка здала тестування на рівень фізичної підготовленості на достатній.

В підсумку, дослідження студентів зі спеціалізації «Загальна фізична підготовка» на високій рівень фізичної підготовленості виконали 28 (17%) студентів (чоловіки та жінки), на достатній рівень – 67 (40%), на середній – 45 (27%), на низький – 27(16%) студентів.

На високій рівень фізичної підготовленості виконали чоловіки – 10 (6%), жінки 18 (11%), на достатній рівень відповідно 31-36 (18-21%), на середній рівень 19-26 (12-16%), на низький 10-17 (6-10%), малюнок 1.



Мал. 1. Рівень фізичної підготовленості студентів (чоловіки, жінки).

Таким чином, оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів показує, що студенти мають низький рівень розвитку рухових якостей як витривалість. На підставі аналізу результатів тестування можна зробити

висновок, що рівень розвитку фізичних якостей студентів оцінюється задовільно.

Список використаної літератури:

1. Постанови Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» від 9 грудня 2015 року – містять доручення уряду місцевим адміністраціям та профільним міністерствам проводити щорічну оцінку фізичної підготовленості населення України з 2017 року. *Урядовий портал*. <http://www.kmu.gov.ua/control/ru/cardnpd?docid=248719427>.

2. Наказ № 1330 від 17.05.2017 року, Тимчасовий порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів КНТЕУ, *Київський національний торговельно-економічний університет*, м. Київ.