

УДК: 378.091.279.7-057.875:796

Бондаренко І. Г., Дзюбан О. В., Ісаєнко М. В., Бондаренко О. В.

РЕЗУЛЬТАТИ ЩОРІЧНОГО ОЦІНЮВАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ

У статті звернено увагу на впровадження у травні 2017 р. щорічного оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів України. У тестуванні взяли участь майже 50 % студентів України. Акцентовано увагу на скорочення годин для навчальної дисципліни "Фізичне виховання" у закладах вищої освіти. У тестуванні взяли участь 1586 студентів ЧНУ імені Петра Могили. Проаналізовано рівень фізичної підготовленості студенток (n=924), близько 27 % дівчат характеризуються низьким рівнем розвитку фізичних якостей. Серед студентів (n=662) кожен п'ятий характеризується низьким рівнем фізичної підготовленості. Викладачами кафедри спортивних дисциплін відмічено низький рівень розвитку витривалості у студентів усіх курсів, запропоновано застосовування тесту Купера.

Ключові слова: тестування, фізична підготовленість, заклад вищої освіти, фізичне виховання.

Постановка проблеми. У грудні 2015 р. Кабінетом Міністрів України було прийнято Постанову "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України" [8]. Міністерство молоді та спорту України вже в грудні 2016 р. своїм наказом затвердило тести і нормативи та інструкцію з організації щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України, зокрема студентів, для яких проходження тестування є обов'язковим. Починаючи з 2017 р. з метою вдосконалення системи контролю за рівнем фізичного здоров'я студентів було впроваджено щорічне тестування у закладах вищої освіти. Фахівці фізичної культури й спорту зазначають, що одним із головних завдань фізичного виховання є підвищення рівня фізичної підготовленості студентів. Для вирішення цієї проблеми потрібний систематичний педагогічний контроль, значення якого полягає у своєчасному отриманні термінової та повної інформації про рівень розвитку рухових здібностей студентів [1]. Система тестування складається за видами тестів на витривалість, силу, швидкість, спритність і гнучкість з урахування вікових та статевих особливостей студентів.

У результаті здійснення такого контролю передбачено впровадження системи заходів, що сприятиме вдосконаленню навчальних планів з фізичного виховання, аналізу рухової активності, динаміки рівня фізичної підготовленості молоді. Також дозволить вчасно корегувати діючі тести та нормативи з визначення рівня фізичної підготовленості відповідно змінам, що відбуваються у суспільстві.

Таким чином, занепокоєність викликає фізична підготовленість молоді, системний контроль за якою не здійснювався в останні роки: в 2008 р. втратила силу Постанова Кабінету Міністрів України "Про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України". Вимоги суспільства щодо необхідності розробки нормативів фізичної підготовленості студентів, їх орієнтованості на високий та вище середнього рівні фізичного здоров'я, дозволить програмно основу фізичного виховання зорієнтувати на досягнення належних норм, що буде сприяти підвищенню рівня фізичного здоров'я молоді. Як відмічають науковці, зокрема, Т. Ю. Круцевич, прийняття тестів і нормативів дозволить відновити програмно-нормативну основу системи фізичного виховання сучасної держави України [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У результаті аналізу показників тестування фізичної підготовленості студентської молоді за допомогою тестів і нормативів, розроблених Міністерством молоді та спорту, 6,5 % студентів демонструють високий рівень фізичної підготовленості; 36 % мають достатній рівень; 50 % показують середній рівень; 7,5 % студентів характеризуються низьким рівнем. Серед студентів високий рівень витривалості характерний лише для 8,7 % чоловіків; 3,9 % демонструють достатній рівень; 13,4 % – середній рівень. Низький рівень витривалості демонструють 9,5 % студентів, 64 % показали результати випробування "біг, 3000 м" за межею низького рівня. Серед жінок максимальний бал не отримала жодна студентка, 80 % дівчат виконали тест "рівномірний біг, 2000 м" з результатом, нижчим від мінімального [3].

Використовуючи тести, розроблені кафедрою фізичного виховання Тернопільського національного педагогічного університету імені В. Гнатюка, було оцінено динаміку змін, що відбулися впродовж двох років навчання у студентів різних факультетів: виявлено різницю в рівні розвитку

витривалості. У зв'язку з тим, що до навчальних планів студентів географічного факультету введено навчальні предмети, які передбачають підвищену рухову активність: екологічні дослідження, туристичні похід, були покращені результати в тесті "біг, 1000 м". У студентів географічного факультету показники витривалості відповідали вищому за середній рівень, тоді як у студентів іноземних мов – лише середньому. Результати тестувань фізичної підготовленості свідчать про потребу у збільшенні обсягу рухової активності студентів на наступних курсах [6].

На основі результатів проведених тестів та визначених проблем у розвитку фізичної підготовленості студентів С. Г. Гавришко зазначає, що більшість з них має середній рівень фізичної підготовленості, при цьому, аналізуючи показники, необхідно звертати увагу на вікові анатомо-фізіологічні особливості студентів та інші фактори, що на них впливають. Оцінка результатів тестування проводилася за контрольними нормативами оцінки фізичної підготовленості, що розроблені кафедрою фізичного виховання, в яких використано національну шкалу (без тесту на визначення витривалості). Відмічено, що недостатня кількість виділених аудиторних годин з дисципліни "Фізичне виховання" (2 год. на тиждень) унеможлиблює виділення достатньої кількості часу для розвитку фізичних якостей студентів і підвищення рівня їх підготовленості [1].

У результаті проведення порівняльного аналізу показників рівня фізичної підготовленості студентів 1-3 курсів спеціальності "Туризм" виявлено, що найбільш суттєві позитивні зміни показників у дівчат відмічаються в період першого курсу, окрім показників розвитку координаційних здібностей. У хлопців найбільш суттєві позитивні зміни відмічені на 1 курсі в рівні прояву сили рук та координаційних здібностей, на 2 курсі – у рівні прояву вибухової сили та сили м'язів черевного пресу, на 3 курсі – швидкості та гнучкості. Проведені дослідження підтвердили висновки багатьох дослідників, що організація фізичного виховання не підвищує рівень фізичної підготовленості студентів до належного рівня [7]. Слід зазначити, що тест на визначення рівня витривалості не використовувався.

У результаті дослідження рівня фізичної підготовленості студенток з'ясовано, що навчальні заняття з фізичного виховання, які проводяться в групі з обсягом 4-х навчальних годин на тиждень більшою мірою сприяють позитивній динаміці показників фізичної підготовленості, ніж в групі з обсягом занять 2 години. У той же час, зазначається низький загальний рівень фізичної підготовленості студенток в обох групах: середні показники на рівні "задовільно" виявлено за такими випробуваннями, як біг на 2000 метрів [4].

Мета дослідження: узагальнення показників фізичної підготовленості студентів Чорноморського національного університету (ЧНУ) імені Петра Могили з метою корекції програм з фізичного виховання.

Завдання дослідження

1. Узагальнення даних наукових джерел, зокрема наукових фахових журналів з проблеми впровадження щорічного тестування.

2. Визначення рівня фізичної підготовленості студентів ЧНУ імені Петра Могили.

3. Корекція робочих програм з фізичного виховання 1-4 курси.

Методи дослідження: аналіз нормативних документів, наукових фахових статей; тестування фізичних здібностей; математико-статистичні методи.

Результати дослідження та їх обговорення. У грудні 2017 р. Міністерством молоді та спорту України підведено підсумки щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України у 2017 році. В результаті аналізу зведеного звіту можна відмітити, що взяли участь у тестуванні 425280 студентів з 696 закладів вищої освіти України. Всього навчалось 834807 студентів, тобто майже 50 % студентів були залучені до тестування. Такий показник серед студентської молоді зумовлено скороченням годин на навчальну дисципліну "Фізичне виховання" та визначення її як єдиної в Україні з усіх навчальних дисциплін у закладах вищої освіти позакредитної дисципліни, яка поступово стримує розвиток спортивної роботи зі студентською молоддю. На думку фахівців з Мінмолодьспорту, керівники закладів вищої освіти мають створювати умови для збереження та розвитку фізичного виховання у закладах вищої освіти навіть в умовах набуття ними академічної автономії [5].

Високим рівнем розвитку фізичних якостей характеризуються 15,39 % студентів України, достатнім – 31,03 %, середнім – 33,64 % та низьким рівнем – 19,94 % студентської молоді.

У щорічному тестуванні щодо оцінки рівня розвитку фізичних здібностей взяли участь 1586 студентів ЧНУ імені Петра Могили, що складає 59,20 % від усіх студентів, які здобувають освітньо-кваліфікаційний рівень "бакалавр".

Серед учасників тестування – 811 студентів першого та четвертого курсів, 775 – другого та третього курсів. Такий розподіл пояснюється тим, що 1-ий та 4-ий курс займається за програмою "Веслування", а 2-ий та 3-ий – за програмою "Спортивні ігри. Легка атлетика".

Нами проаналізовано дані щодо рівня фізичної підготовленості студентів, які навчаються у 12 закладах вищої освіти Миколаївської області (рис. 1).

Слід зазначити, що низький рівень фізичної підготовленості характерний для 24,41 % студентів ЧНУ імені Петра Могили, які склали тести. Порівнюючи показники як студентів ЧНУ імені Петра

Могили, так і показники студентів миколаївських закладів, можна відмітити між ними незначні відмінності, зокрема близько п'яти відсотків різниці в кількості студентів з високим рівнем розвитку фізичних якостей.

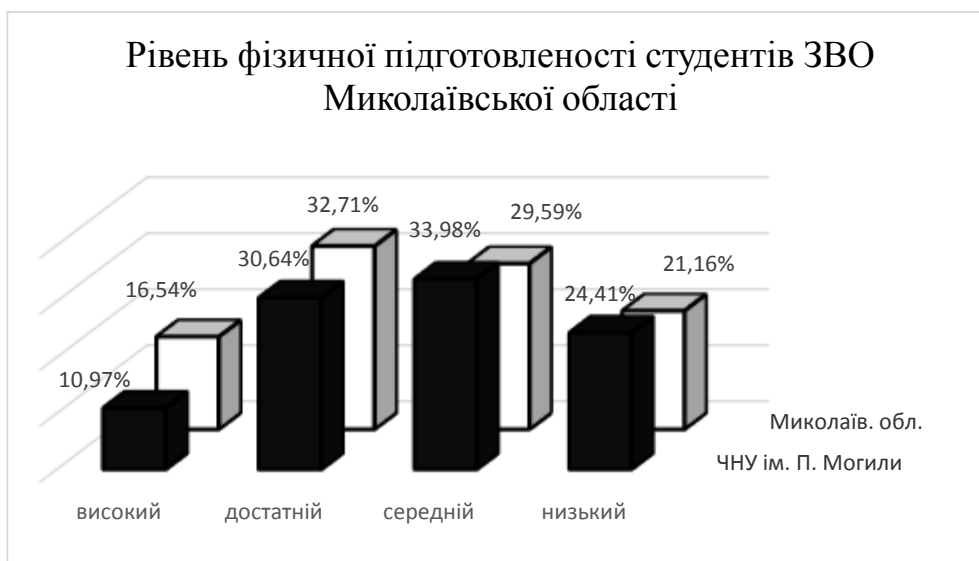


Рис. 1. Рівень фізичної підготовленості студентів ЧНУ імені Петра Могили (n=1586) та студентів ЗВО Миколаївської області, що взяли участь у щорічному оцінюванні фізичної підготовленості 2016-2017 н.р. (n=6723)

Аналізуючи зведений звіт про результати проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України серед здобувачів вищої освіти, зокрема студентів Миколаївської області, можна відзначити, що високий рівень фізичної підготовленості характерний для 11,65 % дівчат та 20,82 % юнаків; близько 60 % як дівчат, так й юнаків характеризуються достатнім та середнім рівнем. Привертає увагу фахівців фізичного виховання значна частина молоді, в якій спостерігається низький рівень фізичної підготовленості: 17,84 % юнаків та 24,95 % дівчат [5].

У щорічному тестуванні взяли участь 924 студентки ЧНУ ім. Петра Могили. Майже кожна третя дівчина характеризується низьким рівнем фізичної підготовленості. Серед студентів (n=662), кожен п'ятий характеризується низьким рівнем розвитку фізичних якостей (рис. 2).

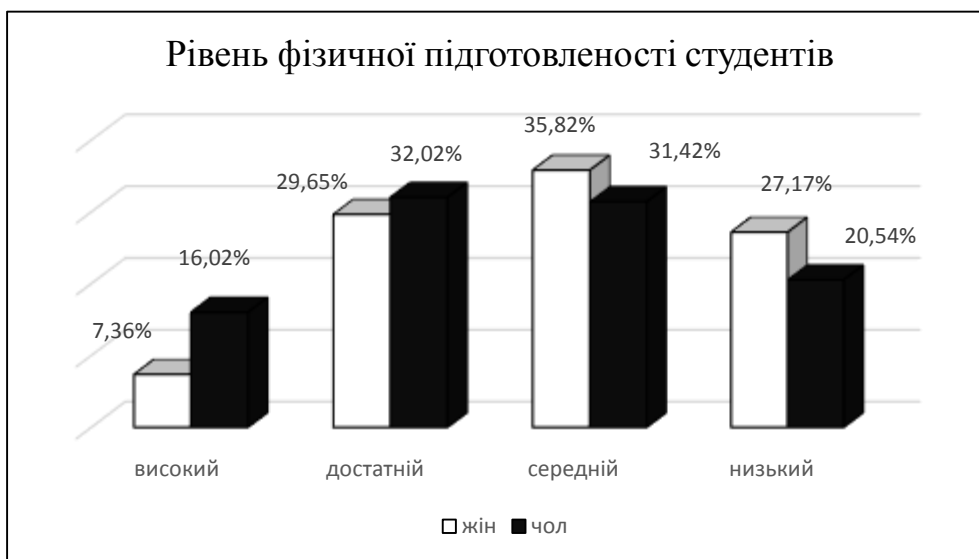


Рис. 2. Рівень фізичної підготовленості студентів ЧНУ імені Петра Могили, що взяли участь у щорічному оцінюванні фізичної підготовленості 2016-2017 н.р. (n=924, дівчата; n=662, юнаки)

Аналізуючи результати тестування, можна відмітити, що 29,83 % першокурсників (n=171) оцінюються низьким рівнем фізичної підготовленості; 28,65 % – середнім, 29,24 % – достатнім та 12,28 % – високим. Таким чином, у 2016-2017 н.р. до університету вступила менша кількість юнаків з високим рівнем розвитку фізичних здібностей у порівнянні з попередніми роками. Лише у 5,99 % студенток 1 курсу (n=267) відмічено високий рівень фізичної підготовленості. Достатнім рівнем фізичної підготовленості володіє 28,09 % дівчат; середнім – 35,96 %; низьким – 29,96 %.

Серед студенток 4 курсу лише 4,73 % долають тести на "відмінно", у 30,53 % спостерігається низький рівень підготовленості. Високий рівень розвитку фізичних здібностей виявлено у 7,10 % студентів-четвертокурсників, а кожен четвертий студент характеризується результатами тестування на "задовільно".

В порівнянні з іншими роками покращилися показники кількості студентів СМГ: спостерігається зниження показників з 12 % (2007-2008 н.р.), 14 % (2012-2013 н.р.) до 4,25 % у 2016-2017 н.р. (всього налічувалося 2679 студентів, які здобувають освітній рівень "бакалавр"). Звертає увагу достатньо низький відсоток студентів, які мають відхилення у стані здоров'я, тоді як постійно спостерігалася негативна динаміка розвитку фізичних якостей у студентської молоді. Можливо, не повною мірою здійснюється аналіз стану здоров'я абітурієнтів, важче стало виявляти "приховані" захворювання. Студенти, які навчаються в основному відділенні, звертають увагу викладачів на проблеми в стані свого здоров'я, пояснюючи відсутність довідок складністю їх отримання. У підготовчій групі займається 0,36 % студентів, у спеціальній – 1,64 %; звільнені від занять – 2,25 %.

Висновки. Таким чином, було з'ясовано рівень фізичної підготовленості студентів ЧНУ імені Петра Могили: високим рівнем підготовленості характеризується 10,96 % студентів; достатнім – 30,64 %; середнім – 33,98 %; низьким – 24,41 %. Відмічено низький відсоток студентів серед 1-4 курсів (4,25 %), які за станом здоров'я навчаються в спеціальних медичних групах.

Викладачі кафедри спортивних дисциплін відмічають низький рівень розвитку витривалості у студентів всіх курсів. В багатьох університетах фахівцями в галузі фізичного виховання не використовувався тест на визначення рівня розвитку витривалості студентів. На наш погляд, слід розглянути впровадження тесту Купера для оцінки витривалості у студентів, можливо використання його модифікації із застосуванням гребних тренажерів.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі. У подальших дослідженнях фізичної підготовленості студентів слід звернути увагу на залучення більшої кількості учасників до тестування. Також потребують оптимізації робочі програми з фізичного виховання щодо розвитку витривалості у студентів.

Використані джерела

1. Гавришко С. Г. Динаміка показників загальної фізичної підготовленості студентів педагогічного факультету МДУ / С. Г. Гавришко // Науковий вісник Мукачівського державного університету. Серія "Педагогіка та психологія", 2017 – Випуск 1 (5). – С. 112–116.
2. Круцевич Т. Нормативні основи сучасної системи фізичного виховання різних груп населення України / Т. Круцевич, С. Трачук // Спортивний вісник Придніпров'я : науково-практ. журнал. – Дніпро : Інновація, 2017. – №. 1. – С. 184–188.
3. Міщук Д. Аналіз рівня фізичної підготовленості студентів НТУУ "КПУ імені Ігоря Сікорського", відповідно до тестів і нормативів, розроблених Міністерством молоді та спорту / Міщук Діана, Черевичко Олександр // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. праць, 2017 / гол. ред. В. М. Костюкевич (4). – С. 198–203.
4. Москаленко Н. Аналіз фізичної підготовленості студенток / Н. Москаленко, В. Пічурін // Спортивний вісник Придніпров'я : науково-практ. журнал. – Дніпро : Інновація, 2017. – №. 3. – С. 97–101.
5. Офіційний сайт Міністерства молоді та спорту України. Зведений звіт про результати проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України. [Електронний ресурс]. – Режим доступу станом на 22.02.2018 : <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/34953>
6. Серета І. Динаміка рівня фізичної підготовленості студентів Тернопільського національного педагогічного університету імені В. Гнатюка / І. Серета, Г. Лаврин // Молода спортивна наука України, 2016. – Т. 2. – С. 315–319.
7. Тищенко В. О. Дослідження стану здоров'я і фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів / Тищенко В., Отришко В. // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. – Випуск 3К (56). – С. 356–358.
8. Урядовий портал. Постанова Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 року № 1045 "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України" Режим доступу (станом на 18.02.2018) : <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/248719427>

Bondarenko I. H., Dzyuban O. V.,
Isayenko M. V., Bondarenko O. V.

THE RESULTS OF THE ANNUAL ASSESSMENT OF THE PHYSICAL PREPAREDNESS OF STUDENTS

Starting in 2017, an annual assessment of the physical qualities of students was introduced in higher educational institutions to improve the system of monitoring the level of physical preparedness. According to the experts opinions in the field of physical culture, the adoption of tests and standards will restore the program-normative basis of the physical education system. It was noted that the reduction of the hours for the educational discipline "Physical education", its definition as a non-credit discipline, was negatively affected by the development of sports work with students.

It is determined that 15.39 % of Ukrainian students are characterized by a high level of development of physical qualities, 31.03 % sufficient, an average of 33.64 %, and a low level of 19.94% of student youth.

Among the students of the Mykolayiv region, a high level of physical preparedness is characteristic for 11.65 % of girls and 20.82 % of boys; About 60% of both girls and boys are characterized by a sufficient and average level.

The significant part of young people, who have a low level of development of physical qualities, attracts the attention of physical education specialists: 17.84 % of boys and 24.95 % of girls.

In the annual testing took part 924 students of the Black Sea National University named after Petro Mohyla. Almost every third girl is characterized by a low level of physical preparedness. Among the students (n = 662), one in five is characterized by a low level of development of physical qualities.

The results of testing show that 29.83 % of freshmen (n = 171) are assessed by a low level of physical fitness; 28.65 % – medium, 29.24 % – sufficient and 12.28 % – high. Only 5.99 % of 1st year students (n = 267) have a high level of physical fitness. 28.09 % of girls have sufficient level of physical readiness; average – 35.96 %; low – 29.96 %.

Thus, the level of physical preparedness of the students of the Black Sea National University named after Petro Mohyla was clarified: 10.96 % of students are highly trained; sufficient – 30.64 %; average – 33.98 %; low – 24.41 %.

It is noted a low percentage of students (4.25%) who, for health reasons, study in the special medical group.

Teachers of the Department of Sports Disciplines note a low level of endurance development for students 1-4 courses. It is recommended to implement the Cooper test to assess the endurance of students.

Key words: testing, physical readiness, institution of higher education, physical education.

Стаття надійшла до редакції 01.03.2018 р.