ДИНАМІКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО ВНЗ ВПРОДОВЖ НАВЧАННЯ

Віра БАЗИЛЬЧУК

Львівський державний інститут фізичної культури

Загальнодержавною проблемою та одним із важливих завдань вищих навчальних закладів України є збереження та зміцнення здоров'я, підвищення рівня фізичної підготовленості (РФП) студентської молоді.

У 1996 році Кабінетом Міністрів України затверджено положення про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості студентської молоді, за допомогою яких можна визначити РФП, який має важливий вплив на стан здоров'я, успіхи у навчанні та громадській діяльності студентів [1,3].

Статистичні дані Міністерства освіти і науки України свідчать про те, що здоров'я, фізична підготовленість і працездатність молоді знаходяться на низькому рівні. Дослідження Східноукраїнського національного університету ім. В.Даля, проведені у 1999-2000 навчальному році свідчать: 52,4% студентів, навчальних закладів I і II рівнів акредитації, складають державне тестування на оцінку "погано" і "незадовільно". Позитивні оцінки отримують 35,4% студентів вищих навчальних закладів III і IV рівнів акредитації [2].

З метою аналізу динаміки фізичної підготовленості студентів в період навчання у ВНЗ нами проводився констатуючий експеримент, в ході якого простежено зміни у рівні фізичної підготовленості студентів різних факультетів на кожному курсі навчання технічного університету "Поділля" (м.Хмельницький).

Досліджувалися показники РФП за результатами наступних випробувань: біг на 100м (дівчата), 3000м (юнаки); біг на 100м; човниковий біг (4 х 9); згинання і розгинання рук в упорі лежачи; нахил тулуба вперед з положення сидячи; піднімання тулуба з положення лежачи; стрибок в довжину з місця.

Аналізувались результати показані 69 студентами та 72 студентками протягом перших років навчання у групах загальної фізичної підготовки.

Згідно з сумою балів випробувань та зазначеній в державному тестуванні оцінки фізичної підготовленості установлено пуять РФП: високий, вищий за середній, середній, нижчий за середній та низький [1]. Зазначимо, що у проведеному нами дослідженні не виявлено студента і студентки з низьким РФП.

Серед першокурсників виявлено незначну кількість юнаків з високим РФП. Протягом навчання у ВНЗ кількість студентів з таким рівнем фізичної підготовленості наближається до зниження. Якщо на першому курсі їх кількість складала 5,1% то на другому зменшилась майже удвічі, (2,9%). На четвертому році навчання кількість студентів з таким РФП становила лише 1,5%.

Кількість юнаків з вище середнім РФП майже у 6 разів більша, ніж з високим. На першому курсі вона складає 29,1%, на другому курсі виявлено незначне зменшення кількості юнаків із указаним РФП - 26,5%. Разом з тим, на третьому і четвертому курсах кількість юнаків з вище середнім рівнем фізичної підготовленості зменшується майже удвічі (рис.1).

Протягом навчання виявлено тенденцію до зменшення кількості юнаків із середнім рівнем фізичної підготовленості. На другому курсі показник знизився на 0,6%,

Рис. 1 Узагальнені показники розподілу юнаків за рівнем фізичної підготовленості на різних курсах навчання (нормативних балів, у %)

на третьому та четвертому курсах - на 3,5%. Отримані результати свідчать про збільшення кількості юнаків з нижче середнім РФП за рахунок поповнення цієї групи юнаками, які мали у минулому році середній РФП.

На першому курсі навчання кількість юнаків з нижче середнім рівнем фізичної підготовленості складала 9,4% від загальної кількості досліджуваних. На наступному році навчання їх кількість збільшилась до 14,8%, а на третьому - вона зросла більше ніж у двічі. На четвертому курсі тенденція продовжилась і показник склав 33,9%.

Отже цілком очевидно, що впродовж чотирьох років навчання у вищому навчальному закладі рівень фізичної підготовленості юнаків помітно знижується.

Кількість дівчат із високим РФП протягом навчання у ВНЗ також помітно зменшується. Найбільш суттєве зменшення виявлено на третьому курсі. На першому курсі дівчата з названим РФП складали 6,5%, від загальної кількості досліджуваних, на другому – 5,1%. На третьому курсі їх кількість зменшилась майже удвічі – 2,9%. Аналогічну тенденцію виявлено і на четвертому році навчання - зменшення до 1,5%.

До третього року навчання у ВНЗ виявлено незначне поступове зменшення кількості студенток, які мають РФП вище середнього. Разом з тим на четвертому курсі процес прискорився та спостерігається зменшення їх кількості удвічі.

Студенток із середнім РФП на першому курсі було 40,3%, на другому і третьому курсах спостерігається збільшення їх кількості на 3,1%. Але на четвертому курсі виявлено регрес, і кількісні показники повернулися до рівня першого курсу.

Протягом навчання кількість студенток із нижче середнім РФП змінювалась таким чином: на першому курсі складала 25%, на другому - 28,2%, на третьому - 30,9%, на четвертому досягла 46,9%. Отже, можна констатувати поступове збільшення кількості студенток з нижче середнім РФП. У порівнянні з першим роком навчання їх кількість до четвертого курсу зросла майже удвічі (рис. 2).

Аналізуючи динаміку показників РФП впродовж навчання, можна зазначити, що пік зменшення кількості студентів із високим РФП припадає у юнаків - на другий рік навчання, у дівчат - на третій. Саме тоді кількість студентів із високим РФП зменшується майже у двіч

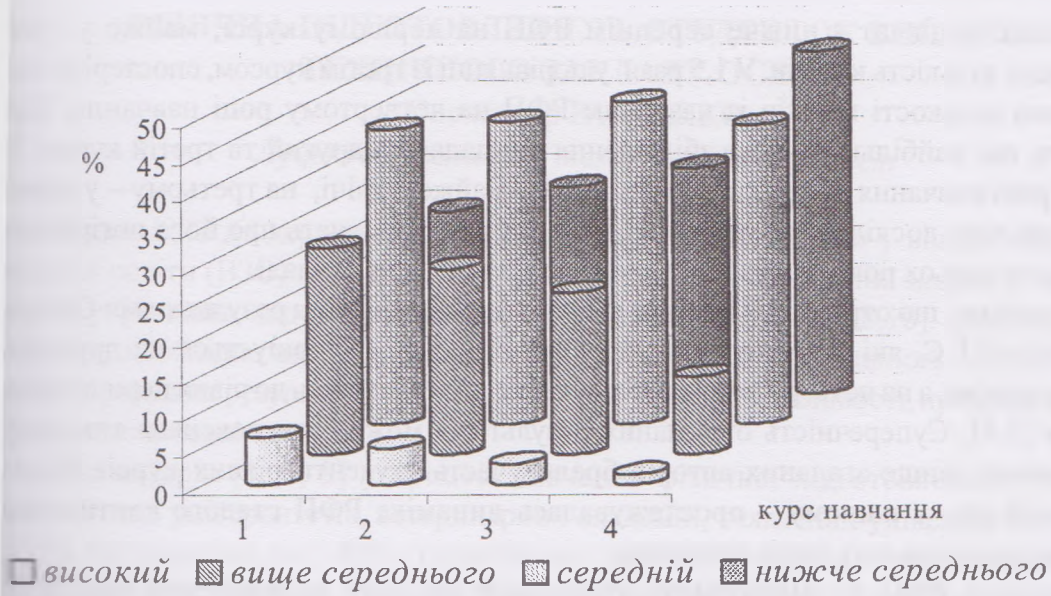

Рис. 2. Узагальнені показники розподілу дівчат за рівнем фізичної підготовленості на різних курсах навчання (нормативних балів, у %)

Аналізуючи динаміку показників РФП впродовж навчання, можна зазначити, що пік зменшення кількості студентів із високим РФП припадає у юнаків - на другий рік навчання, дівчат - на третій. Саме тоді кількість студентів із високим РФП зменшується майже у двічі

Виявлено впродовж трьох років навчання поступове зменшення кількості студенток з середнім рівнем фізичної підготовленості. На четвертому курсі спостерігається зменшення зазначеної кількості майже у двічі. Аналогічна тенденція зберігається стосовно юнаків третього року навчання.

Протягом чотирьох років навчання суттєвих змін не виявлено у кількісних характеристиках груп студентів із середнім РФП. Кількість юнаків з названим РФП до четвертого курсу поступово зменшились на 4,1%. До третього курсу виявлено поступове збільшення групи дівчат з середнім РФП - на 3,8%. Разом з тим, на четвертому курсі тенденція змінилась, а їх кількість зменшилась, сягаючи даних першого року навчання (рис. 3).

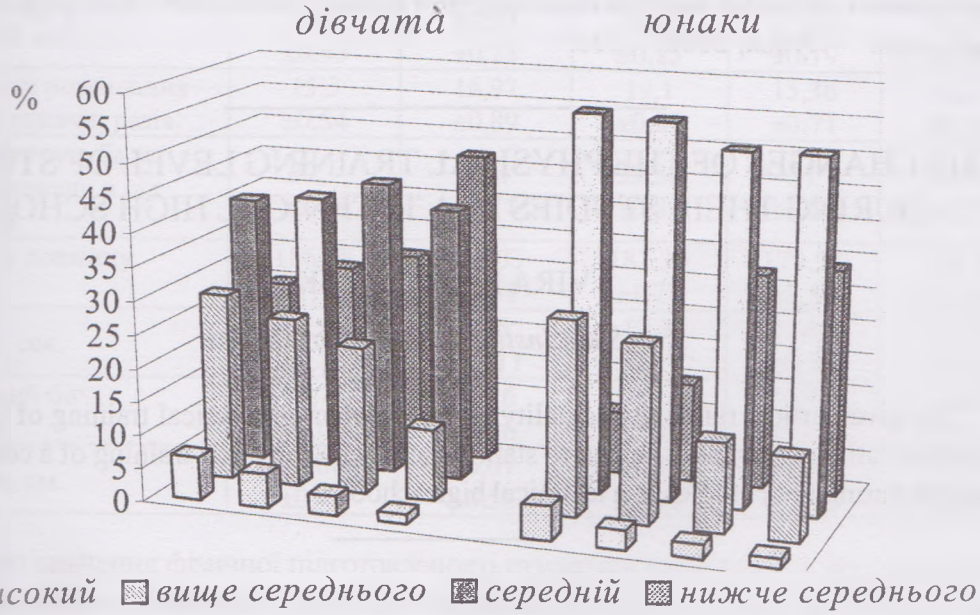

Рис. 3 Узагальнені показники розподілу студентів за рівнем фізичної підготовленості на різних курсах навчання (нормативних балів, у %)

Кількість дівчат з нижче середнім РФП на першому курсі, майже у тричі перебільшує кількість юнаків. У 1,5 рази, у порівнянні із третім курсом, спостерігається збільшення кількості юнаків із названим РФП на четвертому році навчання. Слід зазначити, що найбільш суттєве збільшення припадає на другий та третій курси. На другому році навчання їх кількість збільшилась майже у двічі, на третьому – у тричі.

Результати дослідження динаміки РФП студентів свідчать про його погіршення впродовж чотирьох років навчання у вищому навчальному закладі.

Зазначимо, що отримані нами результати не співпадають із результатами Савчука С.А, Іванової Г.Є, які стверджують, що РФП студентів погіршується на другому і третьому курсах, а на четвертому – покращується, повертаючись до рівня першого року навчання [3,4]. Суперечність отриманих результатів може бути пояснена тим, що в дослідженнях, вище згаданих авторів брали участь студенти різних курсів в один навчальний рік, у нашому – простежувалась динаміка РФП сталого контингенту студентів впродовж всіх років навчання.

Низький РФП та відсутність тенденцій до його підвищення впродовж студентського життя, на нашу думку, обумовлюється низькою якістю фізичного виховання у середній школі, активізацією шкідливих звичок у студентські роки, відсутністю стійкої мотивації до систематичних занять, необхідністю змін традиційної системи проведення навчальних занять фізичним вихованням у ВНЗ.

Література

1. *Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / Кабінет Міністрів України. – Постанова від 15 січня 1996 р. № 80*
2. *Шигалевский В.В., Андрющук А.А. Компьютерные технологии оценки физического состояния и физической подготовленности учащейся молодежи. Монография. – Луганск: изд-во восточноукр. гос. ун-та, 1999.-160 с.*
3. *Савчук С.А. Корекція фізичного стану студентів технічних спеціальностей в процесі фізичного виховання: Автореф. дис...канд. пед. наук – Рівне, 2002. – 22с.*
4. *Іванова Г.Є. Оптимізація фізкультурно-оздоровчої роботи в технічних вищих навчальних закладах шляхом валеологічної освіти студентів: Автореф.дис ... канд. пед. наук. – Луцьк, 2000. – 21с.*

THE CHANGES OF THE PHYSICAL TRAINING LEVEL OF STUDENT DURING THEIR STUDIES IN A TECHNICAL HIGH SCHOOL

VIRA BAZYLCHUK

Lviv State Institute of Physical Culture

The given article raises the actuality of the problem of physical training of student. The conducted stating experiment helped to stating the level of physical training of a constant quota of student during their studies in a technical high school.