

Г.Д. Галайтатий

канд. біол. наук, доцент кафедри фізвиховання
Львівського державного фінансово – економічного інституту

КОМПЛЕКСНА ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ЛДФЕІ ЗА ДАНИМИ ДЕРЖАВНИХ ТЕСТІВ

Актуальність проблеми. Статистичні звіти Міністерства охорони здоров'я України за 2001р. підтвердили інформацію попередніх років про те, що кожен четвертий випускник ВНЗ, у першу чергу через стан здоров'я, не спроможний після закінчення навчання професійно виконувати свої обов'язки і це є наслідком того, що у більшості студентів, котрі відстають сьогодні від своїх однолітків у навчанні, спостерігається динаміка погіршення працездатності, слабкий фізичний розвиток, зниження імунітету, порушення генетичного коду. [2,7] Отже коріння проблеми слід шукати в т.ч. і у вищій школі.

Водночас у планах вищих навчальних закладів скорочуються кількість годин з фізичного виховання (від 544 у 1992-1993 н. р. до 134 у 1996-1999 н.р.) [1,7]. З року в рік неухильно зростає чисельність студентів, яким призначається так зване "спеціальне медичне відділення". Згідно даних Міністерства освіти України 30% студентів за показником "функціонального віку" знаходяться у віковому діапазоні 50-60 років. У більшості вузів медичний контроль за станом здоров'я проводиться формально. Слід додати, що практично згорнуто роботу студентських спортивно-оздоровчих таборів. Повністю або частково припинено в окремих регіонах України проведення спортивних вузівських та міжвузівських змагань. Відсутні, або недостатньо активно працюють спортивні студентські клуби як центри фізкультурно-масової та спортивної роботи. Знизився рівень професійної підготовленості викладачів фізичного виховання внаслідок згорання системи підвищення кваліфікації. [2,3,4,7] Недостатньо проводяться науково - пошукові роботи в галузі фізичного виховання, майже повністю припинено фінансування фізичної культури за рахунок централізованих бюджетних коштів. [5,6,7]

Така ситуація за умови її існування протягом 50 років (зміна 1-2 поколінь) може призвести до того, що основна частина молодого населення України буде складатися із фізично і психічно неповноцінних людей, тобто до деформування генофонду нації.

У зв'язку із вищевказаним потрібні дослідження, які переконливо доводили, що альтернативи фізичному вихованню і спорту як засобу збереження здоров'я нації на теперішній час не існує.

Організаційні передумови та задачі досліджень. В нашому інституті започаткована планомірна наукова і методична робота з метою розробки комплексу засобів і методів підвищення рівня здоров'я, фізичної підготовленості та працездатності студентів. За планом науково дослідної – роботи обрано та затверджено кафедральну тему: "Стан та динаміка фізичної працездатності студентів і співробітників ЛДФЕІ", проведено регіональну науково – практичну конференцію: "Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді". Викладачами і студентами дослідження ведуться в умовах практичних занять за окремими напрямками теми. Процес фізичного виховання побудовано за принципом оптимуму фізичних і розумових навантажень, послі-

довності, систематичності і безперервності. Враховується вхідний рівень фізичної підготовленості, дані медичних оглядів та рекомендації лікарів, стан здоров'я і спортивний досвід кожного. Програмою занять передбачається поступова динаміка зростання фізичних навантажень та планування нормативних вимог з метою не тільки утримати, а й значно покращити основні параметри функціонального стану студентів і тим сприяти успішності навчання. Застосовуються фізичні вправи та обсяги навантажень ігрових, силових та циклічних видів спорту. Використовуються методики розвитку рухливості, сили, швидкості, гнучкості, спритності в т. ч. комплексу психофізіологічних якостей.

Методи досліджень. Для отримання достовірної інформації в умовах занять введено мотиваційну оціночну систему, як критерій рівня фізичної культури людини.[7] Система оцінок комплексна, враховує рівень фізичної підготовленості за програмою державних тестів, рівень фізкультурних знань, а також показників системності і безперервності процесу. Вона є високоінформативною і, водночас, зрозумілою кожному студенту. Система допомагає визначати свої відстаючі показники, а викладачу планувати оптимальні варіанти індивідуальної та групової роботи. Державні тести, що розроблені вченими України на основі тестів ВООЗ, є фізіологічно обґрунтованими нормами, які об'єктивно визначають функціональну основу і напрямки зміцнення захисних та адаптаційних резервів організму. Простежується нормалізація роботи опорно-рухового апарату, серцево-судинної системи, ЦНС і т.д. Студенти набувають навиків і якостей, необхідних для високопродуктивної праці, нормальної життєдіяльності.

За планом кафедри розроблено обґрунтування про створення на базі нашого медпункту наукової діагностичної лабораторії з метою системного дослідження основних фізіологічних параметрів працездатності та надання практичних рекомендацій у першу чергу студентам СМГ. Вже помітними є результати постійно діючого наукового семінару для оволодіння сучасними методиками досліджень. За даними анкетування нами визначено пріоритети розвитку видів спорту.

В цих умовах відкривається нові можливості широкого застосування педагогічних та психофізіологічних методів досліджень, в т.ч. за сучасною технологією комп'ютерної програми автоматизованого обліку даних на студентів під умовною назвою "Електронний паспорт здоров'я".

Результати досліджень. Нами розпочато формування банку даних і вже опрацьовано результати досліджень за 2000–2002 навчальні роки. Отримано дані, які з високим ступенем достовірності (КК 0,91 і вище) .[5,7] корелюють з фізіологічними параметрами фізичної працездатності. Опрацьовано вибірку 98 (ч) і 224 (ж) тільки тих студентів ЛДФЕІ I–III курсів, що показали результати в максимально стандартизованих умовах. У підсумку якості сили у чоловіків визначились результатом у 37 сек. за тестом "вис на зігнутих руках", якості швидкості – 14,2 сек. за тестом "біг 100 м", витривалості – 14 хв 38 сек. за тестом "біг на 3000м", гнучкості – 12,1 см за тестом "нахил тулуба вперед", спритності – 9,8 сек. за тестом "човниковий біг". У жінок якості сили визначились результатом у 9 раз. за тестом "вис на зігнутих руках", якості швидкості – 16,2 сек. за тестом "біг 100 м", витривалості – 11 хв. 37 сек. " за тестом "біг на 2000м", гну-

чкості – 18,2 см за тестом “нахил тулуба вперед”, спритності – 11,5 сек. за тестом “човниковий біг”.

У процентному співвідношенні інтегральну оцінку “Незадовільно” – отримало 60% студентів, оцінку “Задовільно” – 30%, оцінку “Добре” – 10%.

Водночас за цією схемою впорядковано дані на кожного студента окремо, а також вибірки по групах викладачів для корекції програмних навантажень з фізичного виховання.

ВИСНОВКИ

1. Рівень фізичної підготовленості студентів ЛДФЕІ у порівнянні із загальнодержавними стандартами станом 01. 04 2002 р. є незадовільним.

2. Отримані дані говорять про необхідність внесення кардинальних змін у процес фізичного виховання.

3. Результати досліджень підтвердили актуальність і важливість поширення індивідуального підходу в роботі та перспективу формування сертифікату фізичної працездатності

ЛІТЕРАТУРА

1. Фізичне виховання. Базова навчальна програма для вищих навчальних закладів освіти України III – IV рівнів акредитації// Міністерство освіти України. Інститут змісту і методів навчання. - Київ. - 1998.

2. Довгіч Н.М. Місце фізичної культури в системі загальної культури //Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: Матеріали II Всеукраїнської науково - практичної конференції –Київ-Луцьк :”Вежа”, 1996.- С. 130-133.

3. Іванова Г.Є. Оптимізація фізкультурно-оздоровчої роботи в технічних вищих навчальних закладах шляхом валеологічної освіти студентів: Автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 – Фіз. культура, фіз. виховання різних груп населення /Волинський державний університет ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2000.-21с.

4. Ковальчук Н.М. Зміст та організаційно-методичні особливості занять з фізичного виховання в спеціальних медичних групах при захворюваннях серцево-судинної системи //Концепція підготовки спеціалістів фізичної культури в Україні: Матер. II-ї всеукраїнської наук.-практ. конф. – Київ-Луцьк: “Вежа”. – 1996. - С. 138-142.

5. Ареф’єв В.Г. Сучасні стандарти фізичного розвитку школярів: Посібник. – К.: Вежа, 1999. – 256с.

6. Возрастная физиология и школьная гигиена. Пособие для студентов пед. ин-тов/ Под. Ред. А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова, Д.А. Фарбер. – М.: Просвещение, 1990. – 319 с.

7. Шигалевский В.В., Андриюк А.А. Компьютерные технологии оценки физического состояния и физической подготовленности учащейся молодежи. Монография. – Луганск: Изд-во Восточноукр. гос.ун-та,1999. – 160 с.