

УДК 796.325:378.4(477-25) КНТЕУ

М. Ю. КОРОП

кандидат педагогічних наук, доцент

В. Г. ГАМОВ

доцент

О. В. ЧЕРЕПОВ

старший викладач

О. О. ДЕМБІЦЬКА

старший викладач

С. І. ГАЙДАЙ

старший викладач

Київський національний торговельно-економічний університет

РЕЗУЛЬТАТИ ОЦІНЮВАННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ-ВОЛЕЙБОЛІСТІВ КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО ТОРГОВЕЛЬНО- ЕКОНОМІЧНОГО УНІВЕРСИТЕТУ (КНТЕУ)

У статті викладено результати оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів перших і других курсів зі спеціалізації «Волейбол», які за віком належать до вікової категорії 17–25 років, за допомогою тестів фізичної підготовленості населення України. Результати оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів-волейболістів дають змогу визначити індивідуальний рівень фізичної підготовленості в кожному тестовому завданні з розвитку фізичних якостей. Можна порівнювати підготовленість як окремих студентів, так і цілих груп. На основі аналізу результатів дослідження зроблено висновок, що є необхідність у руховій діяльності молоді.

Ключові слова: нормативи, рівень, студенти, тести, тестування, фізична підготовленість.

Здоров'я студентської молоді є важливою темою обговорення на державному рівні, при цьому відзначається, що фізична діяльність є компонентом збереження й зміцнення здоров'я студентів під час навчання в закладі вищої освіти. Студенти – це група суспільства, навчальна праця яких є видом складної й напруженої розумової діяльності. Життєвий цикл від 18 до 25 років, який припадає на студентське життя, є найвищим періодом розвитку фізичної культури особистості. Знання основ методики занять з фізичного виховання дасть студенту змогу опанувати на високому рівні вміння піклуватися про своє здоров'я. Для студентів закладів вищої освіти рухова активність є основною складовою їх здорового способу життя та всебічного розвитку. Студентський період, по суті, є останньою можливістю одержання мінімуму знань, умінь і навичок з фізичного виховання в межах державної системи освіти. регулярні заняття фізкультурою, які раціонально входять у режим праці і відпочинку, сприяють не лише зміцненню здоров'я, а й істотно підвищують ефективність навчальної діяльності. Велике занепокоєння викликає щорічне збільшення кількості студентів, які за станом здоров'я належать до спеціальної медичної групи [1, с. 5; 2, с. 50].

Отже, саме в студентські роки відбувається закріплення й свідоме формування життєво важливих звичок, які в подальшому допоможуть вести здоровий спосіб життя, зміцнювати здоров'я, максимально реалізувати свої здібності та зменшити ризик виникнення захворювань. У не фізкультурних закладах вищої освіти цьому сприяють заняття зі спортивною спрямованістю з різних видів спорту. За даними вчених (Л. В. Гордієнко, 2003; Б. А. Акішин, 2008; І. В. Писанець, 2009; Д. В. Бойко 2013), перспективним напрямом розв'язання зазначених проблем є врахуванням вільного вибору студентами виду спорту. У фізичному вихованні студентів тестування допомагає вирішенню ряду складних педагогічних завдань: визначення розвитку рухових якостей, порівняння підготовленості студентів різного віку й статі; забезпечення об'єктивного контролю за навчанням студентів; проведення відбору для занять учнів тим чи іншим видом спорту (Ю. Д. Железняк, 2006).

Зв'язок з важливими науковими й практичними завданнями виконано відповідно до тематичного плану наукових досліджень КНТЕУ у межах науково-дослідної роботи кафедри фізичної культури, викладачі кафедри працюють над розробкою теми: «Дослідження особливостей фізичного розвитку студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості», затвердженою вченою радою КНТЕУ 30 листопада 2017 р., протокол № 4.

Фахівці фізичної культури й спорту зазначають, що одним із головних завдань фізичного виховання є підвищення рівня фізичної підготовленості студентів. Для розв'язання цього й інших не менш важливих завдань фізичного виховання потрібний систематичний педагогічний контроль. Значення його полягає у своєчасному отриманні термінової та повної інформації про рівень розвитку рухових здібностей студентів [4, с. 89].

Визначаючи рівень фізичної підготовленості студентів у закладі вищої освіти, можна порівнювати підготовленість студентів, виявляти переваги та недоліки застосованих засобів. Успішне складання нормативів тестування вимагає регулярних занять, де студенти повинні в процесі підготовки більше часу відводити для рухової активності. Для покращення результатів тестування зі студентами необхідно проводити індивідуальні консультації впродовж навчального року; надавати домашні завдання з фізичного виховання для самостійної роботи студентів, що сприяють зміцненню та збереженню їх здоров'я, такі завдання самостійної роботи дозволять покращити результати наступних оцінювань рівня фізичної підготовленості студентів [6, с. 504].

Тому Кабінетом Міністрів України 09 грудня 2015 р. була прийнята Постанова № 1045, згідно з якою Міністерству молоді та спорту, Міністерству освіти і науки, Міністерству внутрішніх справ, Міністерству оборони було доручено розробити упродовж 2016 р. тести і нормативи для щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України та забезпечити з 2017 р. його постійне проведення. Метою проведення оцінювання фізичної підготовленості населення України є визначення та під-

вищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції. Результати тестування (оцінювання) подаються за чотирма рівнями фізичної підготовленості: високий, достатній, середній, низький. Регулярне оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів дозволяє визначити індивідуальний рівень фізичної підготовленості в кожному тестовому завданні з розвитку основних фізичних якостей та дозволяє викладачам фізичного виховання виявити переваги й недоліки застосованих засобів, методів навчання й форм проведення, на підставі їх аналізу скорегувати робочі плани на наступний навчальний рік [8].

У Листі Міністерства освіти і науки України керівникам вищих навчальних закладів зазначено: «Просимо провести щорічне оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді та подати до органів управління освіти районних, районних у містах Києві та Севастополі державних адміністрацій, виконавчим органам міських рад звіт про результати до 28 жовтня 2017 року від 10 травня 2017 р. № 409» [3].

У Наказі від 17 травня 2017 р. № 1330 вказано: «...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» [5].

У Київському національному торговельно-економічному університеті заняття з фізичного виховання здійснюються й розподіляються по відділеннях з різною спортивною спеціалізацією з урахуванням зацікавленості, попереднього рухового досвіду, наявності певної спеціальної підготовки, та складання обов'язкових контрольних тестів. Завдяки системному аналізу результатів тестування можна спостерігати за динамікою фізичної підготовленості студентів. Успішне складання нормативів тестування вимагає регулярних занять, де студенти повинні в процесі підготовки більш часу відводити для рухової активності [7, с. 337].

Мета статті – аналіз результатів оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів-волейболістів КНТЕУ.

Тестування проведено навесні 2017 навчального року, після закінчення другого та четвертого семестрів, у спортивному комплексі Київського національного торговельно-економічного університету (КНТЕУ). У дослідженні взяли участь 205 студентів перших та других курсів зі спеціалізації «Волейбол» (хлопці та дівчата) із шести факультетів університету. Використовували державні тести здобувачів вищої освіти (17 років; 18–25 років; 21–25 років). Види тестів: рівномірний біг 3000 м/хв, 2000 м/хв (чол., 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 4 x 9 м, с (чол., жін.); нахил тулуба вперед з положення сидячи, см (чол., жін.).

Заняття з фізичного виховання йдуть за секційною системою навчання. Організовані навчальні групи з таких видів спорту: футбол (чоловіки, жінки); баскетбол (чоловіки, жінки); волейбол (чоловіки, жінки); легка атлетика (чоловіки, жінки); настільний теніс (чоловіки, жінки); бадмінтон (чоловіки, жінки); аеробіка; спортивно-оздоровчий туризм; атлетична гімнастика; плавання; боротьба; бокс; групи загальної фізичної підготовки; групи фізичної реабілітації (спеціальні медичні групи). Планування змісту навчальних занять у спортивних групах визначається програмою за спеціалізацією з виду рухової діяльності. Процес навчання організують залежно від стану здоров'я, рівня фізичного розвитку та підготовленості студентів. Кожен студент має можливість відвідувати секційні заняття, які проводяться згідно з робочою програмою для груп. До виконання тестів з фізичної підготовленості були допущені студенти, які регулярно відвідують навчальні заняття й отримують необхідну базову підготовку, чітко усвідомили мету своєї участі в ньому та ознайомлені з технікою й правилами безпеки під час їх виконання, які пройшли медичне обстеження та допущені лікарем до тестування.

У дослідженні взяли участь 205 студентів зі спеціалізації «Волейбол», з них жінок – 110, чоловіків – 95.

Учні старшого шкільного віку, слухачі навчальних закладів, що надають повну загальну середню освіту (17 років), – 28 студентів. Юнаків – 14, з них 4 (28,6%) здали на високий рівень, 3 (21,4%) – на достатній, 4 (28,6%) – на середній, 3 (21,4%) – на низький. Дівчат теж 14, з них на високому рівні фізичної підготовленості виконали нормативи 6 (42,8%) студенток, на достатньому – 2 (14,3%), на середньому – 2 (14,3%), на низькому – 4 (28,6%).

Здобувачі вищої освіти (18–20 років) – 167 студентів. Чоловіків – 75, з них 12 (16,0%) здали тести на високий рівень, 29 (38,7%) – на достатній, 19 (25,3%) – на середній, 15 (20,0%) – на низький. Жінок – 92, з них 13 (14,1%) здали нормативи на високий рівень, 35 (38,0%) – на достатній, 26 (28,3%) – на середній, 18 (19,6%) – на низький.

Особи зрілого віку (21–25 років) – 10 студентів. Чоловіків – 6, з них тести здали достатній рівень 4 (67,0%), на середній – 2 (33,0%). Жінок – 4 (100%), всі виконали тестування на рівень достатній.

На високий рівень фізичної підготовленості виконали нормативи 16 (16,8%) чоловіків, 19 (17,2%) жінок; на достатній – 36 (37,9%) – 41 (37,3%); на середній – 25 (26,4%) та 28 (25,5%); на низький – 18 (18,9%) – 22 (20%) відповідно (рис. 1).

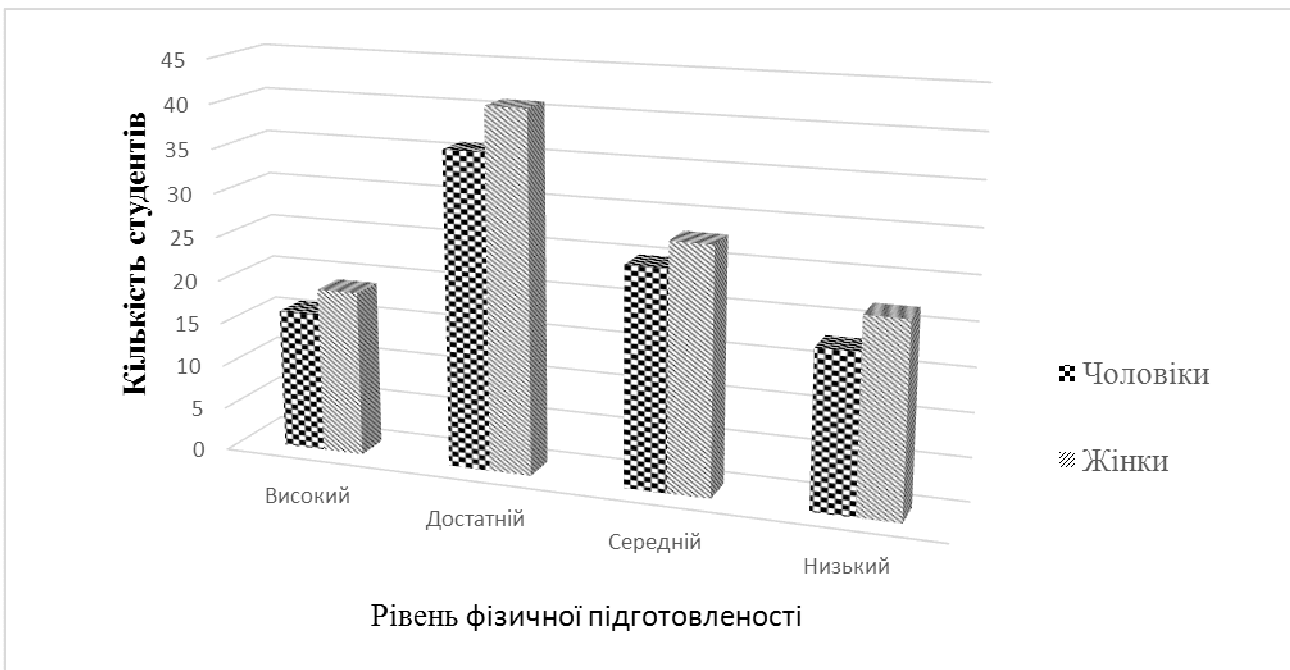


Рис. 1. Рівень фізичної підготовленості студентів (чоловіки, жінки)

3-поміж студентів-волейболістів на високий рівень виконали нормативи 35 (17,0%) студентів (чоловіки та жінки), на достатній – 77 (37,6%), на середній – 53 (25,9%), на низький – 40 (19,5%).

Висновки. Тестування є ефективним засобом контролю, воно надає можливість у досить короткий термін сформулювати уявлення про фізичну підготовленість студентів. Регулярне оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів дає змогу визначити індивідуальний рівень фізичної підготовки в кожному тестовому завданні з розвитку основних фізичних якостей. Оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів показує, що деякі студенти мають низький рівень розвитку окремих рухових якостей, таких як витривалість. Особливої оцінки заслуговує розвиток рухових якостей: швидкості й сили – у чоловіків, гнучкості – у жінок. Успішне складання нормативів тестування вимагає регулярних занять, де більше часу відводити руховій активності. На підставі аналізу результатів тестування можна зробити висновок, що рівень розвитку фізичних якостей студентів є задовільним.

Перспективи подальших досліджень полягають у вдосконаленні системи підготовки до оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів-волейболістів.

Список використаної літератури

1. Григус І. М., Кучер Т. В. Прогностичні критерії спортивної орієнтації студентів у залежності від типу автономної нервової системи. *Спортивна наука України*, 2011. № 5. С. 3–12.
2. Журавель О. О. Проблема формування вмій і навичок фізичного самовдосконалення студентів в сучасних умовах функціонування системи вищої освіти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 3. С. 57–60.

3. Лист Міністерство освіти і науки України. Керівникам вищих навчальних закладів, щодо проведення фізичної підготовленості студентів та подання звітів про результати до 28 жовтня 2017 року. Київ. № 409 від 10.05.2017.
4. Маленюк Т. Оцінка фізичної підготовленості студентів (18–19 років) факультету фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. 2012. № 4 (20). С. 87–90.
5. Наказ № 1330 від 17.05.2017 року. Тимчасовий порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів КНТЕУ, *Київський національний торговельно-економічний університет*, м. Київ.
6. Самоленко Т. В., Янченко І. М. Аналіз оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів у закладі вищої освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт»* : зб. наук. пр. / за ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. Вип. 3К (97). С. 501–505.
7. Янченко І. М., Барановська В. С. Рухова активність для формування здорового способу життя студентів. *Наука і вища освіта* : тези доповідей XXVI Міжнар. наук. конф. студентів і молодих учених, м. Запоріжжя, 15 листопада 2017 р. / Класичний приватний університет. Запоріжжя : КПУ, 2017. С. 337.
8. 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*. URL: <http://www.kmu.gov.ua/control/ru/cardnpd?docid=248719427> (дата звернення: 11.01.2018).

Стаття надійшла до редакції 19.01.2018

Короп М. Ю., Гамов В. Г., Черепов А. В., Дембицкая Е. А., Гайдай С. И. Результаты оценивания уровня физической подготовленности студентов-волейболистов Киевского национального торгового-экономического университета (КНТЭУ)

В статье изложены результаты оценки уровня физической подготовленности студентов первых и вторых курсов по специализации «Волейбол», которые по возрасту относятся к возрастной категории 17–25 лет, с помощью тестов физической подготовленности населения Украины. Результаты оценки уровня физической подготовленности студентов-волейболистов позволяют определить индивидуальный уровень физической подготовленности в каждом тестовом задании по развитию физических качеств. Можно сравнить подготовленность как отдельных студентов, так и целых групп. На основе анализа результатов исследования сделан вывод, что существует необходимость в двигательной активности молодежи.

Ключевые слова: *нормативы, уровень, студенты, тесты, тестирование, физическая подготовленность.*

Korop M., Gamov V, Cherepov O., Dembitska O., Gaidai S. Results of Evaluation the Level of Physical Training of Students – Volleyball Players of Kyiv National University of Trade Economics (KNUTE)

For students from higher educational establishments physical activity is a main component of their healthy way of life and comprehensive development. Therefore, exactly in student's years fixation and conscious formation of essential skills, that in future will help to lead a healthy life, strengthen the health, maximally realize the abilities and decrease the risk of the emergence of diseases. Physical culture and sport specialists point out that one of the main tasks of physical education is an increase the level of physical training of students. The article outlines results of evaluation the level of physical training of first-year and second-year students field of «Volleyball», who on age belongs to the age category 17-25, with the

help of tests on physical training of population of Ukraine. The results of evaluation the level of physical training of students – volleyball players allow defining an individual level of physical training in each test task on the development of physical qualities. It is possible to compare the training both selected students and whole groups. The evaluation the level of physical training shows that some students have a low level of development of separate physical qualities such as endurance. The development of physical quality speed and force for men and flexibility for women is particularly appreciated. In the study of students – volleyball players, on a high level implemented 35 (17.0%) students (men and women), a sufficiently level – 77 (37.6%), a middle level – 53(25.9%), a low level – 40 (19.5%) students.

Analyzing research results, conclusions have been drawn about the need for physical activity of young people. Based on the analysis of test results it can be inferred that the level of physical qualities of students is evaluated satisfactorily.

Key words: *standarts, level, students, tests, testing, physical training.*