

REFERENCES

1. Zatsiorskiy V.M. Fizicheskiye kachestva sportsmena: osnovy teorii i metodiki vospitaniya / V.M. Zatsiorskiy. – M. : Sovetskiy sport, 2009 – 200 s.
2. Zdanevich A.A. Vozrastnaya dinamika i osobennosti koordinatsionnykh sposobnostey u mladshikh shkol'nikov / A.A. Zdanevich, L.V. Shukevich // Fizicheskaya kul'tura i zdorov'ye. – 2009. – №2. – S.14-20.
3. Kirchenko N.A. Razvitiye osnovnykh fizicheskikh kachestv i koordinatsionnykh sposobnostey detey : prakticheskoye posobiye dlya pedagogov / N.A. Kirchenko. – Mozyr' : Belyy Veter, 2014. – 150 s.
4. Lyakh V.I. Osnovnyye zakonomernosti vzaimosvyazey pokazateley, kharakterizuyushchikh koordinatsionnyye sposobnosti detey i molodezhi: popytka analiza v svete kontseptsii N.A. Bernshteyna / V. I. Lyakh // Teoriya i praktika fizicheskoy kul'tury. – 1996. – № 11. –S. 21-25.
5. Lyakh V.I. Koordinatsionnyye sposobnosti: diagnostika i razvitiye / V.I. Lyakh – M. : TVT Divizion, 2006. – 290 s.
6. Semenova T.A. Vospitaniye lovkosti u detey shestogo goda zhizni v podvizhnykh igrakh / T.A. Semenova // Fizicheskaya kul'tura: vospitaniye, obrazovaniye, trenirovka.– M. : Nauchno-izdatel'skiy tsentr. – 2007. – № 1. – S. 17-19.
7. Smotritskiy A.L. Kompleksnyye koordinatsionnyye sposobnosti: metodika testirovaniya i otsenki / A.L. Smotritskiy. – Minsk : BGUFK, 2006. – 42 s.

УДК 796.012.1-057.875

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ РІЗНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Насонкіна О.Ю.

*61022, Харківська державна академія фізичної культури,
вул. Клочківська, 99, м. Харків, Україна*

tanyusic@ukr.net

Досліджено проблему фізичної підготовленості студентів. Під час дослідження встановлено, що хлопці-студенти всіх груп, що досліджувалися мали гарний рівень підготовленості в рамках курсу «Легка атлетика з методикою викладання». Зазначено, що студенти різних спеціальностей мали неоднакові показники тестових вправ із різним ступенем достовірності. Встановлено, що студенти групи «зимові циклічні види спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра порівняно зі студентами груп «літні циклічні види спорту», «спортивні танці та фітнес» та «викладачі та психологи», а також студенти групи «інформатика та менеджмент» мали достовірно вищі результати ніж студенти групи «викладачі та психологи». Встановлено, що дівчата мали доволі низький рівень підготовленості. Порівняння результатів студенток різних спеціальностей показало, що студентки групи «інформатика та менеджмент» мали достовірно більш низькі показники у бігу на 100 м, штовханні ядра та стрибку у висоту по відношенню до студенток групи «літні циклічні види спорту» та «зимові циклічні види спорту». Студентки групи «літні циклічні види спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра по відношенню до показників інших груп.

Ключові слова: студенти, підготовленість, фізичне виховання, легка атлетика.

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Насонкина О. Ю.

*61022, Харьковская государственная академия физической культуры,
ул. Клочковская, 99, г. Харьков, Украина*

tanyusic@ukr.net

Исследована проблема физической подготовленности студентов. В ходе исследования установлено, что студенты-юноши всех исследуемых групп имели хороший уровень подготовленности в рамках курса «Легкая атлетика с методикой преподавания». Отмечено, что студенты разных специальностей имели неодинаковые показатели тестовых упражнений, которые носили разную степень достоверности. Установлено, что студенты

групи «зимні циклічні види спорту» продемонстрували достовірно більш високі результати в толканні ядра по порівнянню со студентами груп «літні циклічні види спорту», «спортивні танці і фітнес» і «преподаватели і психологи», а також студенти групи «інформатика і менеджмент» мали достовірно більш високі результати, чим студенти групи «преподаватели і психологи». Установлено, що дівушки мали доволно низкий рівень підготовленості. Порівнянню результатів студенток різних спеціальностей показало, що студентки групи «інформатика і менеджмент» мали достовірно більш низкі показателі в бегі на 100 м, толканні ядра і прыжку в висоту по отношению к студенткам групи «літні циклічні види спорту» і «зимні циклічні види спорту». Студентки групи «літні циклічні види спорту» продемонстрували достовірно більш високі результати в толканні ядра по отношению к показателям других групп.

Ключевые слова: студенты, подготовленность, физическое воспитание, легкая атлетика.

COMPARATIVE ANALYSIS OF THE LEVEL OF PHYSICAL PREPAREDNESS INDEXES OF STUDENTS OF DIFFERENT SPECIALTIES

Nasonkina O.

*61022, Kharkov State Academy of Physical Culture,
Klochkovskaya str., 99, Kharkov, Ukraine*

tanyusic@ukr.net

The problem of raising the level of physical preparedness indexes of students for many years attracts special attention of scientists. The analysis of literary sources shows that there is a steady tendency in the country to decrease the level of physical preparedness of the population, in particular student youth, which leads to serious shortcomings in physical self-improvement. In the course of the study, it was found that the boy students of all the studied groups had a good level of preparedness in the course "Athletics with the method of teaching". However, when comparing the results of the level of preparedness of students of different specialties, a reliable difference in the results ($p < 0,05$) was found during the execution of the core pushing. The students of the "winter cyclic sports" group demonstrated significantly higher results in shot put compared with the students of the groups "summer cyclic sports", "sports dancing and fitness" and "teachers and psychologists", as well as students of the group "computer science and management" had credibly higher results than students of the group "teachers and psychologists". It was found that girls had a rather low level of physical preparedness. Comparison of the results of students of different specialties showed that the students of the group "informatics and management" had significantly lower results in the run of 100 m, shot put and high jump in relation to the students of the group "summer cyclic sports" and "winter cyclic sports". The students of the "summer cyclic sports" group have shown significantly higher results in the shot put relative to the performance of other groups.

Key words: students, preparedness indexes, physical education, track and field athletics.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ

Проблема підвищення рівня фізичної підготовленості студентської та учнівської молоді протягом багатьох років привертає особливу увагу науковців (Т.Б. Кутек (2001), Ю.О. Остапенко (2006), І.І. Вовченко, (2008), Л.В. Жула (2011), О. В. Терещенко (2011)). Аналіз літературних джерел свідчить, що в країні спостерігається стійка тенденція до зниження рівня фізичної підготовленості населення, зокрема й студентської молоді, що призводить до серйозних недоліків у фізичному самовдосконаленні [1, 2]. Актуальність проблеми зумовлена необхідністю підвищення рівня фізичної підготовленості майбутніх спеціалістів. Адже відомо, що міцне здоров'я і різнобічна фізична підготовка – основа будь-якої професії [1].

Аналіз літератури свідчить, що визначення рівня фізичного розвитку студентів є невід'ємною частиною їх комплексного обстеження. Від фізичного розвитку людини багато в чому залежать як її функціональні можливості, а також прояв рухових здібностей. У зв'язку з цим одержання інформації про особливості фізичного розвитку студентів буде мати як теоретичне значення, так і можливість використовувати ці дані в процесі практичних занять [3].

О.В. Терещенко (2011) вказує на недостатню кількість часу для цілеспрямованого педагогічного впливу на організму студента засобами фізичної підготовки і відсутність технології управління процесом фізичного вдосконалення з урахуванням вікових, статевих та професійних особливостей молоді [4].

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами. Дослідження проводиться згідно Тематичним планом науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури на 2016-2018 рр. за темою 3.1. «Інформаційно-синергетичне обґрунтування індивідуальної норми можливостей людини у фізичному вихованні та спорті».

Мета дослідження. Метою роботи було визначення та аналізи рівня підготовленості студентів Харківської державної академії фізичної культури під час занять легкою атлетикою залежно від спеціальності. Для досягнення мети були застосовані методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; тестування; методи статистичної обробки даних.

У дослідженні брали участь 102 студенти ХДАФК (52 хлопця та 50 дівчат).

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ

Різноманітність, доступність і всебічність впливу легкоатлетичних вправ, можливість досить чітко дозувати навантаження, порівняна простота місць занять створюють умови для їх використання з оздоровчою метою, починаючи з дитячих років. Цінність легкоатлетичних вправ полягає в тому, що в процесі занять розвиваються такі важливі фізичні якості, як сила, пружність, витривалість, гнучкість, спритність. Спортивна ходьба і тривалий біг активізують діяльність серцево-судинної і дихальної систем. Біг на середні і довгі дистанції сприяє переважно розвитку витривалості; стрибкові вправи розвивають швидкість і швидкісно-силові здібності, вдосконалюють координацію рухів. Розвитку сили і швидкісно-силових здібностей сприяють заняття метаннями [5].

Рухову діяльність людини, її трудову активність визначають такі компоненти, як м'язова сила, витривалість, швидкість, координація рухів, здатність до концентрованої уваги, реакція вибору та інші психофізичні якості.

Проведене дослідження дало можливість оцінити та порівняти рівень фізичної підготовленості студентів ХДАФК різних спеціальностей. Підготовленість студентів оцінювалася за результатами виконання контрольних вправ та у балах за 5-бальною шкалою, передбачених робочою програмою з курсу «Легка атлетика з методикою викладання». Контрольне тестування проходили студенти, які були поділені на такі групи: «літні циклічні види спорту», «зимові циклічні види спорту», «спортивні танці та фітнес», «інформатика та менеджмент» та «викладачі та психологи».

Результати тестування рівня підготовленості хлопців наведені в таблиці 1.

Під час дослідження встановлено, що хлопці-студенти всіх груп, що обстежувалися, мали гарний рівень підготовленості в межах курсу «Легка атлетика з методикою викладання». Середній бал у групі «літні циклічні види спорту» становив 5,0 балів, у групі «зимові циклічні види спорту» – 4,8 бала, в групі «спортивні танці та фітнес» – 4,8 бала, у групі «інформатика та менеджмент» – 4,8 бала та в групі «викладачі та психологи» – 5,0 балів.

Аналіз результатів в бігу на 100 м показав, що у студентів «літніх циклічних видів спорту» середній показник становив 13,14 с і оцінювався у 5 балів, середній показник студентів групи «зимові циклічні види спорту» становив 13,50 с, якій оцінювався у 4 бали. В групі «спортивні танці та фітнес» середній результат в бігу на 100 м становив 13,38 с і оцінювався у 5 балів, у студентів спеціальності «інформатика та менеджмент» – 13,43 с і оцінювався у 4 бали, а у студентів групи «викладачі та психологи» – 13,23, що відповідало 5 балам.

Статистично показники бігу на 100 м всіх груп студентів не мали суттєвих відмінностей ($p > 0,05$). Однак порівняння показників бігу на 100 м виявило, що студенти «літніх циклічних видів спорту» пробігали 100 м швидше, ніж студенти групи «викладачі та психологи» на 0,9 с, що склало 0,7 %, студентів групи «спортивні танці та фітнес» – на 0,24 с, що склало 1,8 %, студентів групи «інформатика та менеджмент» – 0,29 с, що склало 2,2 %, а студентів групи «зимові циклічні види спорту» – на 0,36 с, що склало 2,7 %. Отримані дані можна пояснити

тим, що до групи «літніх циклічних видів спорту» входили студенти спеціалізації «легка атлетика», які мають більш високий рівень швидкісної підготовленості порівняно зі студентами інших спеціалізацій.

Аналіз отриманих даних показав, що у студентів «літніх циклічних видів спорту» середній показник у потрійному стрибку становив 940,5 см, а у студентів групи «зимові циклічні види спорту» становив 941,5 см, при цьому результати обох груп відповідали 5 балам. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат у потрійному стрибку становив 894,5 см і оцінювався у 4 бали, в студентів спеціальності «інформатика та менеджмент» – 902,0 см і оцінювався у 5 балів, а в студентів групи «викладачі та психологи» – 954,0 см, що відповідало 5 балам.

Статистично показники в потрійному стрибку всіх груп студентів не мали суттєвих відмінностей ($p > 0,05$). Однак порівняння показників потрійного стрибка виявило, що студенти групи «викладачі та психологи» мали більш високі результати ніж студенти групи «зимові циклічні види спорту» на 12,5 см, що склало 1,3 %, студентів групи «літніх циклічних видів спорту» – на 13,5 см, що склало 1,4 %, студентів групи «інформатика та менеджмент» – 52,0 см, що склало 5,8 %, а студентів групи «спортивні танці та фітнес» – на 59,5 см, що склало 6,7 %.

Таблиця 1 – Показники рівня фізичної підготовленості студентів

Тест Спец-сть	Біг 100 м (с)	оцінка, бал	Потрійний стрибок з розбігу (см)	оцінка, бал	Штовхання ядра (см)	оцінка, бал	Стрибок у висоту (см)	оцінка, бал
Літні циклічні види спорту (n=12)	13,14±0,65	5	940,5±77,5	5	736,7±56,5	5	139,2±9,0	5
Зимові циклічні види спорту (n=10)	13,50±0,49	4	941,5±51,8	5	807,5±50,9	5	134,5±6,9	5
Спортивні танці та фітнес (n=10)	13,38±0,57	5	894,5±14,0	4	751,0±38,5	5	133,0±5,9	5
Інформатика та менеджмент (n=10)	13,43±0,40	4	902,0±12,1	5	791,0±22,6	5	136,5±4,1	5
Викладачі та психологи (n=10)	13,23±0,62	5	954,0±51,9	5	772,5±76,7	5	134,0±4,6	5

У штовханні ядра студенти «літніх циклічних видів спорту» показали результат у 736,7 см, який оцінювався у 5 балів, середній показник студентів групи «зимові циклічні види спорту» становив 807,5 см, який також оцінювався у 5 балів. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат у штовханні ядра становив 751,0 см і оцінювався у 5 балів, у студентів спеціальності «інформатика та менеджмент» – 791,0 см і оцінювався у 5 балів, а у студентів групи «викладачі та психологи» – 772,5 см, що також відповідало 5 балам.

Встановлено, що студенти «зимових циклічних видів спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра порівняно зі студентами груп «літні циклічні види спорту», «спортивні танці та фітнес» та «викладачі та психологи», а також студенти групи «інформатика та менеджмент» мали достовірно вищі результати ніж студенти групи «викладачі та психологи» ($p < 0,05$). Отримані дані, можливо, пояснюються тим, що до складу групи «зимові циклічні види спорту» входили студенти спеціалізації «лижний спорт» та «туризм», які мають добре розвинені м'язи верхнього плечового поясу та м'язи ніг, що

відіграє ключову роль у штовханні ядра. Студенти інших груп не мали суттєвих відмінностей у результатах у штовханні ядра ($p>0,05$).

Порівняння показників у штовханні ядра виявило, що студенти групи «зимові циклічні види спорту» мали більш високі результати за студентів групи «інформатика та менеджмент» на 16,5 см, що склало 2,1 %, студентів групи «викладачі та психологи» – на 35,0 см, що склало 4,5 %, студентів групи «спортивні танці та фітнес» – 56,5 см, що склало 7,5 %, а студентів групи «літні циклічні види спорту» – на 70,8 см, що склало 9,6 %.

У стрибках у висоту з розбігу студенти «літніх циклічних видів спорту» показали результат 139,2 см, який оцінювався у 5 балів, середній показник студентів групи «зимові циклічні види спорту» становив 134,5 см, якій також оцінювався у 5 балів. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат у стрибках у висоту становив 133,0 см і оцінювався у 5 балів, у студентів спеціальності «інформатика та менеджмент» – 136,5 см і оцінювався у 5 балів, а у студентів групи «викладачі та психологи» – 134,0 см, що також відповідало 5 балам.

Встановлено, що статистично показники у стрибку у висоту всіх груп студентів не мали суттєвих відмінностей ($p>0,05$). Однак порівняння показників стрибка у висоту виявило, що студенти групи «літні циклічні види спорту» мали більш високі результати за студентів групи «інформатика та менеджмент» на 2,7 см, що склало 2,0 %, студентів групи «зимові циклічні види спорту» – на 4,7 см, що склало 3,5 %, студентів групи «викладачі та психологи» – 5,2 см, що склало 3,9 %, а студентів групи «спортивні танці та фітнес» – на 6,2 см, що склало 4,7 %.

Результати, отримані під час дослідження дівчат, наведено в таблиці 2.

Таблиця 2 – Показники рівня фізичної підготовленості студенток

Тест Спец-сть	Біг 100 м (с)	оцінка, бал	Потрійний стрибок з розбігу (см)	оцінка, бал	Штовхання ядра (см)	оцінка, бал	Стрибок у висоту (см)	оцінка, бал
Літні циклічні види спорту (n=12)	16,38±1,11	2	705,2±49,4	5	657,5±52,0	5	111,0±7,38	5
Зимові циклічні види спорту (n=10)	16,51±0,94	0	712,5±60,2	5	611,0±32,2	5	111,0±7,38	5
Спортивні танці та фітнес (n=10)	16,72±0,66	0	678,5±37,1	2	601,5±19,6	5	105,5±5,0	4
Інформатика та менеджмент (n=10)	17,29±0,69	0	709,8±30,3	5	523,0±165,9	1	104,5±5,0	3
Викладачі та психологи (n=10)	17,24±0,89	0	687,5±21,3	3	569,5±21,1	3	107,5±7,2	4

Під час дослідження встановлено, що дівчата мали доволі низький рівень підготовленості, середній бал в групі «літні циклічні види спорту» становив 4,3 бала, в групі «зимові циклічні види спорту» – 3,8 бала, в групі «спортивні танці та фітнес» – 2,8 бала, в групі «інформатика та менеджмент» – 2,3 бала та в групі «викладачі та психологи» – 2,5 бала. Отримані результати підтверджують дані І.І. Вовченко та Т.В. Стаднік [1] про те, що багато студентів мають низький та нижче середнього рівень фізичної підготовленості.

Аналіз результатів у бігу на 100 м показав, що у студенток «літніх циклічних видів спорту» середній показник становив 16,38 с і оцінювався у 2 бали, середній показник студенток групи «зимові циклічні види спорту» становив 16,51 с, якій оцінювався у 0 балів. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат в бігу на 100 м становив 16,72 с і оцінювався у 0 балів, у студенток спеціальності «інформатика та менеджмент» – 17,29 с і оцінювався у 0 балів, а у студенток групи «викладачі та психологи» – 17,24, що відповідало також 0 балів.

Встановлено, що студентки груп «літні циклічні види спорту» та «зимові циклічні види спорту» пробігали 100 м достовірно швидше студенток групи «інформатика та менеджмент» – на 0,91 с та 0,78 с, що склало 5,6 % та 4,7 % відповідно ($p < 0,05$). Отримані дані, можна пояснити тим, що студентки спортивних кафедр за рахунок занять спортом мають більш високий рівень швидкісної підготовленості, ніж студентки загальних кафедр. Студентки інших груп не мали суттєвих відмінностей у результатах у бігу на 100 м ($p > 0,05$).

Порівняння показників бігу на 100 м виявило, що студентки групи «спортивні танці та фітнес» пробігали 100 м швидше студенток групи «інформатика та менеджмент» на 0,57 с, що склало 3,3 %, студенток групи «викладачі та психологи» – на 0,52 с, що склало 3,1 %, однак це не носило достовірного характеру ($p > 0,05$).

Аналіз отриманих даних показав, що у студенток «зимових циклічних видів спорту» середній показник у потрійному стрибку становив 712,5 см, у студенток групи «інформатика та менеджмент» – 709,8 см, а у студенток групи «літніх циклічних видів спорту» становив 705,2 см, при цьому результати цих груп відповідали 5 балам. У групі «викладачі та психологи» середній результат у потрійному стрибку становив 687,5 см і оцінювався у 3 бали, у студенток групи «спортивні танці та фітнес» – 678,5 см, що відповідало 2 балам.

Статистично показники у потрійному стрибку всіх груп студенток не мали суттєвих відмінностей ($p > 0,05$). Однак порівняння показників потрійного стрибка виявило, що студентки групи «зимові циклічні види спорту» мали більш високі результати за студенток групи «інформатика та менеджмент» на 2,7 см, що склало 0,4 %, студенток групи «літніх циклічних видів спорту» – на 7,3 см, що склало 1,0 %, студенток групи «викладачі та психологи» – 25,0 см, що склало 3,5 %, а студенток групи «спортивні танці та фітнес» – на 34,0 см, що склало 4,8 %.

У штовханні ядра студентки «літніх циклічних видів спорту» показали результат у 657,5 см, який оцінювався у 5 балів, середній показник студенток групи «зимові циклічні види спорту» становив 611,0 см, який також оцінювався у 5 балів. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат у штовханні ядра становив 601,5 см і оцінювався у 5 балів, у студенток групи «викладачі та психологи» – 569,5 см і оцінювався у 3 бали, а у студенток групи «інформатика та менеджмент» – 523,0 см, що відповідало 1 балу.

Встановлено, що студентки «літніх циклічних видів спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра порівняно зі студентками інших груп ($p < 0,05$). Отримані дані, можливо, пояснюються тим, що до складу групи «літні циклічні види спорту» входили студентки спеціалізації «легка атлетика» та «плавання», які мають більш високий рівень розвитку швидкісно-силових якостей, які відіграють ключову роль у штовханні ядра. Студентки групи «викладачі та психологи» мали достовірно нижчі результати у штовханні ядра порівняно зі студентками груп «зимові циклічних видів спорту» та «спортивні танці та фітнес» ($p < 0,05$). Студентки інших груп не мали суттєвих відмінностей у результатах у штовханні ядра ($p > 0,05$).

Порівняння показників у штовханні ядра виявило, що студентки «літніх циклічних видів спорту» мали більш високі результати за студенток групи «зимові циклічні види спорту» на 46,5 см, що склало 7,6 %, студенток групи «спортивні танці та фітнес» – на 56,0 см, що склало 9,3 %, студенток групи «викладачі та психологи» – 88,0 см, що склало 15,5 %, а студенток групи «інформатика та менеджмент» – на 134,5 см, що склало 25,7 %.

У стрибках у висоту з розбігу студентки «літніх циклічних видів спорту» показали результат у 111,0 см, який оцінювався у 5 балів, середній показник студенток групи «зимові циклічні види спорту» становив також 111,0 см і оцінювався у 5 балів. У групі «спортивні танці та фітнес» середній результат у стрибках у висоту становив 105,5 см і оцінювався у 4 бали, у студенток спеціальності «інформатика та менеджмент» – 104,5 см і оцінювався у 3 бали, а у студенток групи «викладачі та психологи» – 107,5 см, що відповідало 4 балам.

Встановлено, що студентки «літніх циклічних видів спорту» та «зимових циклічних видів спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у стрибку у висоту порівняно зі студентками групи «інформатика та менеджмент» ($p < 0,05$). Отримані дані, можливо пояснюються тим, що студентки груп «літні циклічні види спорту» та «зимові циклічні види спорту» мають більш високий рівень розвитку швидкісно-силових якостей, які є основними для результативності у стрибку у висоту. Студентки інших груп не мали суттєвих відмінностей у результатах у стрибку у висоту ($p > 0,05$). Порівняння показників стрибка у висоту виявило, що студентки «літніх циклічних видів спорту» та «зимових циклічних видів спорту» мали більш високі результати за студенток групи «викладачі та психологи» на 3,5 см, що склало 3,3 %, студенток групи «спортивні танці та фітнес» – на 5,5 см, що склало 5,2 %, студенток групи «інформатика та менеджмент» – 6,5 см, що склало 6,2 %.

Під час проведення занять з легкої атлетики слід враховувати відмінності в фізичній підготовленості різних людей, які грають важливу роль в професійному навчанні. Успішність навчання і підготовки кожної людини до професійної діяльності залежить від її фізіологічної та психологічної придатності до даного виду праці, тобто від здібностей. Тому вдосконалювати їх шляхом цілеспрямованого тренування необхідно з урахуванням індивідуальних особливостей.

На думку Л.В. Жула [6], рівень фізичної підготовленості студентів значною мірою залежить від спрямованості навчального процесу, який визначає його структуру, зміст, методи і засоби їх реалізації й контролю. Він зростає в тому випадку, коли в навчальному процесі раціонально поєднується обсяг, інтенсивність і спрямованість тренувального впливу. При цьому велике значення має оптимальне використання загальної й спеціальної фізичної підготовки та систематичність занять.

ВИСНОВКИ

Під час дослідження встановлено, що хлопці-студенти всіх груп, що обстежувалися, мали гарний рівень підготовленості в межах курсу «Легка атлетика з методикою викладання». Однак при порівнянні результатів рівня підготовленості студентів різних спеціальностей, виявлена достовірна різниця результатів ($p < 0,05$) при виконанні штовхання ядра. Студенти групи «зимові циклічні види спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра порівняно зі студентами груп «літні циклічні види спорту», «спортивні танці та фітнес» та «викладачі та психологи», а також студенти групи «інформатика та менеджмент» мали достовірно вищі результати ніж студенти групи «викладачі та психологи».

Встановлено, що дівчата мали доволі низький рівень підготовленості: середній бал – 2,3-4,3. Порівняння результатів студенток різних спеціальностей показало, що студентки групи «інформатика та менеджмент» мали достовірно більш низькі показники у бігу на 100 м, штовханні ядра та стрибку у висоту по відношенню до студенток групи «літні циклічні види спорту» та «зимові циклічні види спорту». Студентки групи «літні циклічні види спорту» продемонстрували достовірно вищі результати у штовханні ядра по відношенню до показників інших груп ($p < 0,05$).

Перспективи подальшого розвитку полягають у вдосконаленні змісту навчального процесу студентів, які проходять курс «Легка атлетика з методикою викладання».

ЛІТЕРАТУРА

1. Вовченко І. І. Фізична підготовленість студентів медичного коледжу / І. І. Вовченко, Т. В. Стаднік // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 8. – С. 39–41.
2. Кутек Т.Б. Порівняльна характеристика фізичної підготовленості студенток, які проживають в різних екологічних зонах // Молода спортивна наука України: Матеріали V всеукр. наук. конф. – Львів : ЛДІФК, 2001. – С. 47–49.

3. Ткаченко С. В. Визначення рівня підготовленості студентів факультету фізичного ЧНПУ ім. Т.Г. Шевченка у процесі занять спортивною боротьбою / С. В. Ткаченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка. – 2012. – В. 102. – Т. 1. – Режим доступу до журн. : http://www.chnpu.edu.ua/lib/envoy/_pages/archive/2012/102_1/Tkach.pdf
4. Терещенко О. В. Вплив занять плаванням на фізичну підготовленість студентів основної медичної групи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. та спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / О. В. Терещенко. – Х., 2011. – 21 с.
5. Шестерова Л. Легка атлетика. Аналіз техніки та методика навчання / Л. Шестерова, Т. Рибальченко, Я. Крайник, Е. Власенко. – Х. : ХДАФК, 2012. – 180 с.

REFERENCES

1. Vovchenko I. I. Fizychna pidhotovlenist studentiv medychnoho koledzhu / I. I. Vovchenko, T. V. Stadnik // Pedagogika, psykholohiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. – 2008. – № 8. – S. 39–41.
2. Kutek T.B. Porivnyalna kharakterystyka fizychnoyi pidhotovlenosti studentok, yaki prozhyvayut v riznykh ekolohichnykh zonakh // Moloda sportyvna nauka Ukrainy: Materialy V vseukr. nauk. konf. – Lviv : LDIFK, 2001. – S. 47–49.
3. Tkachenko S. V. Vyznachennya rivnya pidhotovlenosti studentiv fakultetu fizychnoho CHNPU im. T.H. Shevchenka u protsesi zanyat sportyvnoyu borotboyu / S. V. Tkachenko // Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T.H. Shevchenka. – 2012. – V. 102. – T. 1. – Rezhym dostupu do zhurn. : http://www.chnpu.edu.ua/lib/envoy/_pages/archive/2012/102_1/Tkach.pdf
4. Tereshchenko O. V. Vplyv zanyat plavanniam na fizychnu pidhotovlenist studentiv osnovnoyi medychnoyi hrupy : avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk z fiz. vykh. ta sportu : spets. 24.00.02 «Fizychna kultura, fizyчне vykhovannya riznykh hrup naseleennya» / O. V. Tereshchenko. – KH., 2011. – 21 s.
5. Shesterova L. Lehka atletyka. Analiz tekhniky ta metodyka navchannya / L. Shesterova, T. Rybalchenko, Y. Krainyk, E. Vlasenko. – Kharkiv : KDAFK, 2012. – 180 s.

УДК 371.32: 796: 37.091.321

ДО ПИТАННЯ ПЕДАГОГІЧНОГО АНАЛІЗУ ПРЕДМЕТНОГО ІГРОВОГО УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Наумчук В. І.

*46027, Тернопільський національний педагогічний університет ім. Володимира Гнатюка,
вул. Максима Кривоноса, 2, м. Тернопіль, Україна*

v_i_n_69@ukr.net

Удосконалення багатогранної діяльності вчителя передбачає проведення ґрунтовного аналізу діяльності всіх суб'єктів навчально-виховного процесу, порівняння визначених цілей та завдань з отриманими результатами. Першочергового аналізу потребує урок фізичної культури – основна форма занять спортивними іграми, які у фізичному вихованні школярів мають значне різновидове представництво і реалізуються протягом усього періоду навчання.

Для вчителя фізичної культури аналіз уроку є важливим інструментом управління педагогічною діяльністю, проявом творчих здібностей і зусиль. Якісний педагогічний аналіз сприяє не тільки кращому проведенню уроку, але й розвитку професійного мислення, оволодінню методами наукового дослідження. Уміння методично ґрамотно та різнобічно проводити аналіз уроку свідчить про рівень майстерності педагога й уможливає його професійне зростання й удосконалення.

Сутність педагогічного аналізу предметного ігрового уроку фізичної культури полягає у виявленні результативності конкретного заняття в навчально-виховному процесі, визначенні його питомої ваги у