



**ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ
СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ
ОСВІТИ РІЗНОГО ПРОФІЛЮ
ПРОТЯГОМ НАВЧАННЯ**

Кошелева Олена

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

Аннотация

В статті приведені результати сравнительного аналізу показателів фізичної підготовленості студентів заведень вищого освіти різного профілю. Автор проводить сравнительну характеристику підходів к організації фізичного виховання і масового спорту в заведеннях вищого освіти різного профілю для определения особливостей їх впливу на показателі фізичної підготовленості студентів в динаміці навчання.

Ключевые слова: студенти, фізична підготовленість, фізичні якості, заведення вищого освіти, динаміка показателів.

Annotation

The article presents the results of the comparative analysis of indexes of physical preparedness of students of higher education institutions of different profiles. The author gives a comparative description of approaches to organization of physical education and mass sports in institutions of higher education in different profile for determine the specific features of their impact on indicators of physical preparedness of students in dynamics of training.

Keyword: students, physical preparedness, physical qualities, institutions of higher education, the dynamics of indicators.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. В умовах сучасного суспільства фізична культура і спорт є одним з найбільш дієвих засобів зміцнення здоров'я, чинником фізичного, інтелектуального, духовного і естетичного розвитку особистості [4,7,8,9]. Збільшення захворюваності та погіршення стану здоров'я молодого покоління України в останні роки стає нагальною проблемою для спеціалістів різних наукових сфер [2,4,6]. Навчання студентів у закладі вищої освіти у наш час протікає під бурхливим впливом науково-технічного прогресу, величезний потік інформації та автоматизація діяльності людини спричиняє високі навантаження центральної нервової системи молоді поруч із недостатньою фізичною активністю, що призводить до зростання кількості студентів, які мають хронічні відхилення у здоров'ї [1,3,5,7].

Фізичне виховання у закладах вищої освіти є одним із дієвих засобів, що дозволяє зберігати, зміцнювати здоров'я студентів, допомагає підготувати їх до активного життя і майбутньої успішної професійної діяльності, слугує також важливим чинником формування потреби у здоровому способі життя у молодих людей [9]. Фізичне



виховання у закладах вищої освіти повинно сприяти покращенню фізичного та психічного здоров'я студентської молоді, підвищенню роботоздатності, розвитку усебічно та гармонійно розвиненої особистості [4;5;7;8;9]. Ефективність навчання та праці студентів значною мірою залежить від ступеня витривалості, координаційних можливостей, рівня розвитку показників сили, гнучкості та інших фізичних якостей. Загальновідомо, що низький рівень працездатності призводить до швидкого стомлення, появи великої кількості помилок у роботі та несприйняття нового матеріалу [9,10]. Тому найбільш інформативними і значущими показниками результативності процесу фізичного виховання у закладах вищої освіти є рівень фізичної підготовленості та стан здоров'я студентів. Високий рівень фізичної підготовленості майбутнього фахівця створює сприятливі умови для успішної професійної діяльності, опосередковано проявляючись в ній, головним чином, через такі фактори, як стан здоров'я, загальна витривалість, розумова працездатність і т. д. [1,3,9]. Особливо важливою проблемою забезпечення високого рівня фізичної підготовленості випускників закладів вищої освіти стає в умовах інтенсифікації виробництва, підвищення вимог до якості підготовки фахівців.

В той же час, чисельні дослідження свідчать, що більшість представників студентської молоді України мають низький рівень фізичної підготовленості [2,3]. До того ж, фахівці відзначають [1,3,6], що спостерігається тенденція до зниження показників фізичної підготовленості та погіршення стану здоров'я студентів протягом навчання у закладах вищої освіти. Тому дослідження рівня фізичної підготовленості студентів в динаміці навчання є досить актуальним.

Зв'язок роботи з науковими

програмами, темами та планами: робота виконана у відповідності з планом науково-дослідної роботи на 2016-2020 р.р. за темою: «Науково-теоретичні основи вдосконалення процесу фізичного виховання різних груп населення» № державної реєстрації 0116U003010.

Мета дослідження: зробити порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості студентів закладів вищої освіти різного профілю в динаміці навчання.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, аналіз документальних матеріалів, педагогічне спостереження, педагогічне тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Для порівняння ефективності різних підходів до організації процесу фізичного виховання і масового спорту в системі вищої освіти нами проводилися дослідження на базі трьох закладів вищої освіти міста Дніпра, кожен з яких здійснює підготовку спеціалістів у певних галузях знань, має свою історію і традиції: Дніпропетровського національного університету імені Олеся Гончара, Придніпровської державної академії будівництва та архітектури, Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля.

Дніпропетровський національний університет ім. Гончара (ДНУ) – державний заклад вищої освіти IV рівня акредитації, який являє собою багатогалузевий навчально-науковий комплекс, у складі якого функціонують 20 факультетів (української та іноземної філології і мистецтвознавства; історичний; фізико-технічний; міжнародної економіки; систем та засобів масової комунікації; психології; соціально-гуманітарний; юридичний; економічний; хімічний; біолого-екологічний; медичний; геолого-географічний; механіко-математичний; прикладної математики; фізики, електроніки

та комп'ютерних систем), аспірантура і докторантура,

Придніпровська державна академія будівництва та архітектури (ПДАБА) – політехнічний заклад вищої освіти IV рівня акредитації. До складу академії входить 57 навчально-наукових підрозділів: 5 факультетів денної форми навчання (промислового і цивільного будівництва, будівельний, архітектурний, механічний, економічний); інститут екології і безпеки життєдіяльності в будівництві з факультетами технологій життєзабезпечення та екології, безпеки життєдіяльності.

Дніпропетровський університет ім. Альфреда Нобеля (ДУАН) був заснований в 1993 році. Це приватний навчальний заклад IV рівня акредитації, який здійснює підготовку фахівців на денній, заочній, дистанційній та вечірній формах навчання за такими напрямками: менеджмент та маркетинг; готельно-ресторанна справа, туризм; інформаційні технології, кібербезпека; політологія, міжнародні відносини; психологія; філологія; економіка; право.

Аналіз організаційно-методичних умов побудови системи фізичного виховання в закладах вищої освіти різного профілю свідчить про те, що в кожному з них є свої особливості. Відмінності стосуються тривалості вивчення дисципліни «Фізичне виховання» по курсах, кількості навчальних годин, відведених на її вивчення, підходів до вивчення базового і елективного компонентів програми, видів спорту та фізкультурно-оздоровчих систем, представлених у програмах, організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи зі студентами у позанавчальний час.

У ДНУ ім. О. Гончара вивчення дисципліни «Фізичне виховання» здійснюється протягом усього періоду навчання, за винятком випускних семестрів по 4 аудиторні години на тиждень. У кож-



Показники фізичної підготовленості студентів протягом навчання в ЗВО (юнаки)

Курси	ДНУ ім. О. Гончара (n = 30)				ПДАБА (n = 30)				ДУАН (n = 30)			
	\bar{x}	σ	V	m	\bar{x}	σ	V	m	\bar{x}	σ	V	m
Біг 100 м, с												
1-й курс	14,4	1,41	9,79	0,13	14,9	1,27	8,52	0,15	14,7	1,38	9,38	0,21
2-й курс	14,2	1,35	9,50	0,14	14,8	1,32	8,91	0,17	14,1	1,23	8,72	0,15
3-й курс	13,9	1,29	9,28	0,12	15,0	1,29	8,60	0,14	14,5	1,41	9,72	0,14
4-й курс	14,0	1,17	8,35	0,15	15,2	1,31	8,61	0,16	14,6	1,43	9,79	0,17
Біг 3000 м, хв,с												
1-й курс	14,14	0,59	4,17	0,21	14,15	1,03	7,27	0,27	14,13	1,01	7,14	0,24
2-й курс	14,01	1,08	7,70	0,24	14,06	1,07	7,15	0,29	13,29*	0,59	4,43	0,19
3-й курс	13,46	1,05	7,80	0,31	14,11	1,12	7,93	0,21	13,35	1,09	8,16	0,22
4-й курс	13,38*	0,57	4,26	0,28	14,15	1,09	7,70	0,23	13,41	1,13	8,42	0,23
Човниковий біг 4x9 м, с												
1-й курс	9,35	0,51	5,45	0,11	9,75	0,42	4,30	0,12	9,55	0,47	4,92	0,13
2-й курс	9,20	0,48	5,21	0,09	9,66	0,58	6,00	0,14	9,49	0,46	4,84	0,15
3-й курс	9,26	0,52	5,61	0,15	10,15	0,54	5,32	0,11	9,71	0,51	5,25	0,14
4-й курс	9,18	0,56	6,10	0,13	10,21	0,56	5,48	0,13	9,76	0,54	5,53	0,11
Стрибок у довжину з місця, см												
1-й курс	218,51	19,84	9,07	2,17	220,54	19,21	8,71	2,15	221,14	18,96	8,57	2,25
2-й курс	223,75	18,93	8,46	2,09	224,93	18,76	8,34	2,19	229,81	19,02	8,27	2,07
3-й курс	228,15	19,16	8,39	1,98	223,5	18,39	8,22	2,08	227,94	19,08	8,37	2,11
4-й курс	231,28	18,91	8,17	1,79	219,87	19,91	9,05	1,96	227,15	18,93	8,33	2,05
Піднімання тулуба в сід за 1 хв., разів												
1-й курс	43,21	5,78	13,37	1,47	43,74	6,72	15,36	1,89	43,04	6,11	14,19	1,78
2-й курс	45,57	6,37	13,97	1,48	46,01	6,29	13,67	2,01	49,13	7,06	14,37	1,69
3-й курс	47,81	7,09	14,82	1,82	45,29	5,83	12,87	1,73	48,56	6,89	14,12	1,95
4-й курс	49,67	6,96	14,01	1,67	44,15	6,08	13,77	1,86	47,18	6,98	14,79	1,81
Підтягування у висі на перекладині, кількість разів												
1-й курс	11,8	3,41	28,89	0,96	11,5	2,81	24,43	0,59	10,18	3,45	33,88	0,67
2-й курс	12,5	3,48	27,84	1,07	12,7	4,43	34,88	0,83	14,17*	4,81	33,94	0,92
3-й курс	12,8	4,01	31,32	1,13	12,5	3,91	31,28	0,75	13,91	4,47	32,13	0,71
4-й курс	13,6	3,85	28,30	1,32	11,9	4,14	34,78	0,67	13,59	4,21	30,97	0,69
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см												
1-й курс	13,3	5,21	39,17	0,91	12,4	4,84	39,03	0,98	11,43	4,52	39,45	0,83
2-й курс	14,2	5,67	39,92	1,30	12,6	4,91	38,96	1,32	16,47*	6,16	37,40	1,12
3-й курс	15,5	6,03	38,90	1,22	12,3	5,07	41,21	1,43	15,38	5,79	37,62	0,98
4-й курс	16,2	5,85	36,11	1,19	11,9	4,95	41,59	1,51	14,72	5,68	38,58	1,13

ному семестрі планується 4 модуля з таких видів спорту: легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри, плавання. У позанавчальний час студенти мають можливість

відвідувати заняття в абонементних спортивних секціях або фізкультурно-оздоровчих групах, які діють на базі спортивного комплексу університету.

В ПДАБА обов'язкові навчальні заняття проводяться протягом 4 семестрів по 4 години на тиждень. Кожен семестр містить 2 модуля. 1-й модуль є базовим



і включає елементи легкої атлетики, гімнастики, плавання. 2-й модуль – елективний і при його вивченні студентам надається можливість вільного вибору виду спорту з тих, які можуть бути запропоновані закладом вищої освіти: бадмінтон, баскетбол, волейбол, настільний теніс, легка атлетика, плавання, фехтування, шейпінг, атлетична гімнастика, тахквондо, спортивне орієнтування. У позанавчальний час на базі спортивного комплексу ПДАБА організовують роботу секції з різних видів спорту та оздоровчої фізичної культури. Для студентів заняття в секціях безкоштовні (кількість занять – 1 раз на тиждень). У ДУАН обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання проводяться протягом 7 семестрів: перші 4 семестри – по 4 години аудиторних занять на тиждень, 5-й -7-й семестр – по 2 години. На вибір студентам запропоновано 5 видів спорту: баскетбол, бадмінтон, настільний теніс, атлетична гімнастика, танцювальна аеробіка. У позанавчальний час на базі ДУАН працюють секції з тих самих видів спорту.

Визначення показників фізичної підготовленості студентів нами здійснювалася в динаміці навчання на 1-4м курсах.

Рівень розвитку основних фізичних якостей визначався за допомогою контрольних випробувань, передбачених для студентів Державними тестами і нормативами визначення фізичної підготовленості населення України: біг 100 і 3000м, підтягування на перекладині, човниковий біг 4x9 м, нахил вперед з положення сидячи. Показники фізичної підготовленості студентів у динаміці навчання у вузі наведені в табл. 1.

Аналіз показників свідчить про те, що на першому курсі у студентів не спостерігалось статистично достовірних відмінностей у показниках розвитку фізичних якостей ($p>0,05$). За період

навчання у студентів всіх закладів вищої освіти, які брали участь у дослідженні, не спостерігалось статистично достовірних змін у показниках розвитку швидкості (тест – «біг 100м») і спритності (тест – «човниковий біг 4x9м») ($p>0,05$).

До другого курсу у студентів ДУАН спостерігається статистично достовірний приріст показників у тестах «біг 3000 м», «підтягування у висі на перекладині», «піднімання тулуба в сід за 1 хв» і «нахил вперед із вихідного положення сидячи» ($p<0,05$), на третьому і четвертому курсах результати в цих тестах достовірно не змінюються ($p>0,05$).

У студентів ДНУ ім. О. Гончара і ПДАБА до другого курсу також спостерігається деяке поліпшення показників у зазначених тестах, однак ці зміни статистично недостовірні ($p>0,05$). На третьому і четвертому курсах у студентів ДНУ ім. О. Гончара спостерігається постійне зростання показників у даних тестах, які на четвертому курсі достовірно вищі, ніж ті, які були продемонстровані студентами на першому курсі. У студентів ПДАБА, навпаки, – з третього курсу спостерігається деяка тенденція до погіршення результатів за всіма тестами, які використовувалися в ході експерименту ($p>0,05$).

Подібні тенденції спостерігаються і в показниках фізичної підготовленості дівчат-студенток (табл. 2).

Як і в юнаків, групи студенток різних закладів вищої освіти на першому курсі не мають статистично достовірних відмінностей ($p>0,05$) у показниках фізичної підготовленості і є однорідними. Як свідчать дані, наведені в таблиці 2, в показниках розвитку швидкості і спритності у дівчат також не спостерігається статистично достовірних змін з першого по четвертий курс. На другому курсі найбільш виражені позитивні зміни спостерігаються

в показниках розвитку сили, витривалості та гнучкості у студенток ДУАН ($p<0,05$), в той час, як у представниць ДНУ ім. О. Гончара і ПДАБА не відзначається достовірного приросту даних якостей ($p>0,05$).

Але у студенток ДУАН показники стабілізуються і навіть незначно знижуються ($p>0,05$) на третьому і четвертому курсах, в той час, як у студенток ДНУ ім.О.Гончара спостерігається поступовий приріст показників у тестах «біг 3000 м», «підтягування у висі на перекладині», «піднімання тулуба в сід за 1 хв» і «нахил вперед із вихідного положення сидячи», які на четвертому курсі достовірно вище, ніж на першому ($p<0,05$). У студенток ПДАБА не спостерігається статистично достовірних відмінностей у показниках фізичної підготовленості ($p>0,05$) протягом всього періоду навчання на першому-четвертому курсах, проте відзначається деяка тенденція до погіршення результатів у всіх тестах, які застосовувалися в нашому дослідженні.

На наш погляд, такі результати пояснюються тим, що: в ДУАН студентам створені найбільш сприятливі умови для занять фізичною культурою у позанавчальний час; на навчальних заняттях студентам надається право вільного вибору виду спорту або фізкультурно-оздоровчої системи з тих, які може запропонувати кафедра фізичного виховання; стан матеріально-технічної бази ДУАН дозволяє впроваджувати в навчальний процес сучасні фізкультурно-оздоровчі технології, що користуються популярністю в студентської молоді; для визначення рівня фізичного стану студентів застосовуються комп'ютерні програми; при плануванні навантаження викладачами використовується індивідуальний підхід, що враховує рівень підготовленості і функціональні можливості кожного студента.



Показники фізичної підготовленості студентів протягом навчання в ЗВО (дівчата)

Курси	ДНУ ім. О. Гончара (n = 30)				ПДАБА (n = 30)				ДУАН (n = 30)			
	\bar{x}	σ	V	m	\bar{x}	σ	V	m	\bar{x}	σ	V	m
Біг 100 м, с												
1-й курс	17,33	1,17	6,75	0,25	16,87	1,16	6,87	0,19	17,16	1,18	6,70	0,18
2-й курс	16,83	1,21	7,18	0,31	17,01	1,13	6,64	0,21	16,71	1,15	6,88	0,21
3-й курс	16,21	1,19	7,34	0,24	17,13	1,18	6,88	0,23	16,88	1,14	6,75	0,19
4-й курс	16,51	1,22	7,38	0,22	17,21	1,14	6,62	0,18	17,02	1,16	6,81	0,23
Біг 2000 м, хв,с												
1-й курс	11,55	0,59	5,10	0,35	11,57	1,01	8,72	0,26	11,52	0,76	6,59	0,33
2-й курс	11,46	0,57	4,96	0,29	11,49	0,58	5,04	0,24	11,04*	0,69	6,25	0,27
3-й курс	11,32	0,54	4,77	0,27	11,55	1,04	9,00	0,27	11,08	0,71	6,40	0,26
4-й курс	11,24	0,56	4,98	0,28	11,59	1,02	8,80	0,31	11,13	0,82	7,36	0,28
Човниковий біг 4x9 м, с												
1-й курс	11,13	0,53	4,76	0,13	11,02	0,48	4,35	0,11	10,96	0,47	4,28	0,16
2-й курс	11,10	0,48	4,32	0,12	10,70	0,53	4,95	0,14	10,91	0,51	4,67	0,12
3-й курс	11,06	0,46	4,15	0,16	11,13	0,58	5,21	0,15	11,08	0,58	5,23	0,14
4-й курс	10,88	0,51	4,68	0,14	11,21	0,61	5,44	0,13	11,07	0,57	5,14	0,18
Стрибок у довжину з місця, см												
1-й курс	163,54	13,89	8,49	1,87	165,82	13,48	8,12	1,79	167,18	14,23	8,51	1,97
2-й курс	169,81	14,01	8,25	1,93	170,73	13,76	8,05	1,86	176,15	13,95	7,91	1,89
3-й курс	171,95	14,17	8,24	1,91	168,28	13,84	8,22	1,91	174,05	14,11	8,10	1,91
4-й курс	175,17	14,28	8,15	1,89	166,11	13,65	8,21	1,94	172,37	14,26	8,27	1,92
Піднімання тулуба в сід за 1 хв., разів												
1-й курс	35,66	6,59	18,48	1,76	37,81	6,97	18,43	1,69	36,56	6,71	18,35	1,81
2-й курс	39,19	6,73	17,17	1,82	41,95	7,02	16,73	1,76	45,67	7,65	16,75	1,93
3-й курс	44,67	6,91	15,46	1,78	40,34	6,89	17,07	1,74	44,51	6,98	15,68	1,73
4-й курс	48,80	7,11	14,56	1,91	38,82	7,12	18,34	1,77	43,43	7,13	16,41	1,86
Підтягування у висі на перекладині, кількість разів												
1-й курс	14,82	3,41	23,00	0,69	14,56	2,82	19,36	0,56	14,10	3,42	24,25	0,62
2-й курс	15,58	5,54	35,55	1,01	15,31	4,39	28,67	0,81	17,91*	4,64	25,90	0,83
3-й курс	17,59	4,49	25,52	1,02	15,08	4,56	30,23	0,90	17,53	4,39	25,04	0,78
4-й курс	18,03	5,38	29,83	1,10	14,17	4,18	29,49	0,89	16,77	3,91	23,31	0,81
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см												
1-й курс	14,33	5,13	35,79	0,93	15,18	4,67	30,76	0,81	14,84	4,53	30,52	0,82
2-й курс	15,81	5,19	32,82	0,96	15,96	6,02	37,71	1,12	18,93*	6,17	32,59	1,13
3-й курс	17,28	6,11	35,35	0,91	15,11	5,97	39,51	1,08	18,57	6,13	33,01	0,98
4-й курс	18,89	5,76	30,49	0,89	14,56	5,89	40,45	1,11	17,81	5,79	32,50	1,03

Такий підхід до організації навчального процесу з фізичного виховання підвищує інтерес студентів до навчальних занять, що призводить до поліпшення їх відвідуваності і знижує кількість

пропусків занять без поважних причин. Сприятливі умови для фізкультурно-оздоровчих і спортивних занять у позанавчальний час також сприяють підвищенню рівня рухової активності студен-

тів за рахунок їх більш активної участі в роботі спортивних секцій і фізкультурно-оздоровчих груп, ніж в інших закладах вищої освіти, що і обумовлює більш виражені позитивні тенденції у показ-



никах фізичної підготовленості студентів ДУАН. Але зменшення кількості обов'язкових навчальних занять на третьому курсі з 4 до 2 годин на тиждень призводить до стабілізації показників і навіть їх незначного погіршення.

У студентів ДНУ ім. О. Гончара також спостерігається позитивна динаміка показників фізичної підготовленості студентів, яка характеризується більш повільними темпами зростання, однак більшою стабільністю. Слід зазначити, що ДНУ ім. О. Гончара – єдиний заклад вищої освіти з тих, які брали участь у дослідженнях, в якому обов'язкові заняття з фізичного виховання проводяться протягом усього періоду навчання.

В ПДАБА показники фізичної підготовленості студентів незначно ($p > 0,05$) покращуються з першого на другий курс, потім поступово знижуються, хоча ці зміни статистично недостовірні ($p > 0,05$). Така динаміка показників фізичної підготовленості, на наш погляд, пов'язана з тим, що обов'язкові навчальні заняття з фізичного виховання в ПДАБА проводяться тільки протягом перших двох років навчання, а фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масовою роботою у позанавчальний час охоплена лише незначна кількість студентів.

Висновки. Таким чином, аналіз показників фізичної підготовленості студентів у динаміці навчання свідчить про достовірне збільшення показників сили, витривалості та гнучкості у студентів ДУАН з першого по другий курс та подальшій їх стабілізації. У той же час, у представників ДНУ ім. О. Гончара відзначаються більш повільні темпи приросту даних якостей, які до четвертого курсу достовірно збільшуються у порівнянні з показниками першого курсу. У студентів ПДАБА істотних змін у рівні розвитку фізичних якостей не спостерігається.

Аналіз науково-методичної літератури та результати власних досліджень дають підставу для визначення наступних шляхів удосконалення фізичної підготовки студентів:

- включення до змісту навчальних програм з фізичного виховання видів спорту та фізкультурно-оздоровчих систем, які викликають цікавість у студентів;
- надання можливості студентам обирати види спорту та фізкультурно-оздоровчі системи на навчальних заняттях за власним бажанням;

- забезпечення професійно-прикладної спрямованості практичних занять з фізичного виховання, для чого необхідно: визначити професійно значущі фізичні та психофізичні якості для різних спеціальностей, добрати фізичні вправи та види спорту, які мають прикладне значення, встановити оптимально співвідношення загальної та професійно-прикладної фізичної підготовки для різних спеціальностей по рокам навчання, включити до програм з фізичного виховання спеціальних тестів і нормативів для оцінки рівня розвитку професійно значущих фізичних і психофізичних якостей;

- активізація фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в закладах вищої освіти в позанавчальний час шляхом організації роботи оздоровчих груп і секцій з видів спорту, проведенням спортивних змагань і спортивно-масових заходів;

- створення сприятливих умов для самостійних занять студентів, для чого доцільно щоденно безкоштовно надавати студентам час для занять фізичними вправами на спортивних спорудах закладу вищої освіти, забезпечити студентів обсягом знань, необхідним для самостійного планування занять фізичними вправами на теоретичних заняттях і під час індивідуальних консультацій;

- забезпечення процесу фізич-

ного виховання студентів достатньою кількістю методичних вказівок і рекомендацій;

- формування мотиваційно-ціннісного ставлення студентів до занять фізичними вправами;

- підвищення кваліфікації науково-педагогічного складу кафедр фізичного виховання для забезпечення їх готовності до впровадження інноваційних освітніх технологій у навчально-виховний процес.

Література

1. Волочій Ф. Фізичний розвиток і фізична підготовленість студентів I-V курсів з різним рівнем рухової активності / Ф. Волочій, М. Васильків // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012 – № 2 – С. 92 – 97.
2. Грибан Г.П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України / Г.П. Грибан // зб.наук. праць [«Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка»]. – Вип. 118. – Чернігів: ЧЕПУ, 2014. – С.88-93.
3. Королев В.Г. Физическая подготовленность студентов-юношей младших курсов и ее динамика в процессе обучения в техническом университете / В.Г. Королев, В.В. Барадущкин // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2011 – № 1 – С.58-62.
4. Косівська С. Вплив засобів лижної підготовки на рівень фізичної підготовленості студентів I курсу факультету фізичного виховання в ході практичних занять з дисципліни «Теорія і методика викладання лижного спорту» / С. Косицька // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017 – № 3. С.160-164.
5. Кошелева Е. Динаміка показателів фізического состоя-



- ния студентов разных вузов / Е. Кошелева // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 2. – С. 57-62
6. Кошелева Е. Динамика показателей физической подготовленности студентов как один из критериев эффективности системы физического воспитания в вузе / Е. Кошелева // «Здоровье для всех»: сборник статей V международной научно-практической конференции, УО «Полесский государственный университет», Пинск: ПолесГУ, 2013. – С.302-305.
7. Круцевич Т. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у закладах вищої освіти / Т. Круцевич, Н. Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2016. – № 3. – С.109-114.
8. Круцевич Т.Ю. Научные подходы к определению нормативов физической подготовленности школьников и студентов / Т.Ю. Круцевич, Д. Даджани, Т.И. Лошицкая // : материалы XII международного научного конгресса [«Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех»]. – Т.3. – М.: [б.в.], 2008. – С.129-130.
9. Пилипей Л. Стан фізичної підготовленості студенток I курсу ВНЗ / Л.Пилипей, М. Шаповал // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – №2. – С.57-61. 7.
10. Шиян О. Оцінка стану фізичної підготовленості студентів вищого навчального закладу технічного профілю / О. Шиян // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2017 – № 3. С.210-213.

