

УДК 796.011.1 : 378.4 (477) КМА

Копилов О. М., Сотула А. М.

ХАРАКТЕРИСТИКА СТАНУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ СОЦІАЛЬНИХ НАУК І СОЦІАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАУКМА (1999-2000, 2000-2001 рр.)

У статті досліджено стан фізичної підготовленості студентів /-// навчальних років факультету соціальних наук і соціальних технологій НАУКМА, а також подано аналіз результатів складання контрольних нормативів, кількості відвідуваних практичних занять та рівня загального рейтингу успішності з навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

Для ефективного вирішення завдань фізичного виховання студентів дуже важливо мати достовірну інформацію щодо рівня фізичної підготовленості та здоров'я, а також ступеня відповідності змісту навчальної програми інтересам студентів, оскільки основна мета фізичного виховання - формування фізичної культури студентів і можливості реалізувати її у соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності та побуті [1].

Підвищення рівня фізичної підготовленості студентів неможливе без об'єктивної оцінки та своєчасної корекції. У статті було використано дані про результати фізичної підготовленості студентів факультету соціальних наук і соціальних технологій за два навчальні роки (осінні триместри) - 1999/2000 та 2000/2001 рр. Під нашим спостереженням перебувало 175 студентів основного (академічного) навчального відділення, які займалися фізичним вихованням 4 години на

тиждень. Практичні заняття проводилися на стадіоні та передбачали оволодіння студентами вимог навчальної програми з легкої атлетики та загальної фізичної підготовки.

Показники, подані у таблицях та рисунках (1-4), ілюструють середні результати рухової підготовленості студентів у різні навчальні роки. Діаграми відображають середній бал-рейтинг курсу за роками. Це дослідження дало змогу впевнитися, наскільки фізична підготовленість студентів, як жінок, так і чоловіків, відповідає вимогам державних стандартів. Порівнявши результати жінок у першому триместрі 1999 р. та у першому триместрі 2000 р., можна переконатися, наскільки нижчими є результати складання нормативів і, відповідно, рівень фізичної підготовленості. Окрім цього, нижчим є і рівень відвідування занять. Відповідно, в осінньому триместрі 2000 р. середній бал-рейтинг складає 79,7 (на відміну від 1999 р.- 84,6).

Таблиця 1. Порівняльна характеристика тестування фізичної підготовленості студентів ФСНСТ-I 1999/2000-2000/2001 навчальних років у першому триместрі за середніми балами (жінки)

Навчальний рік	Біг 100 м (с)		Стрибок у довжину (м)		Біг 2 км (хв, с)		Прес (разів)		Віджимання (разів)		Скакалка (разів за 30 с)		Рейтинг (бали)		
	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Відв. дув.	Норматив	Разом
1999/2000	17,2 ± 1,24	4,6 ± 0,68	3,4 ± 0,70	3,8 ± 0,41	9,9 ± 0,87	8,8 ± 1,14	45,1 ± 0,74	4,6 ± 0,59	15,6 ± 0,84	6,7 ± 0,72	82,04 ± 1,23	4,8 ± 0,39	51,9 ± 1,60	32,3 ± 1,60	84,6 ± 1,58
2000/2001	17,1 ± 1,14	4,6 ± 0,57	3,35 ± 0,70	3,53 ± 0,36	11,0 ± 0,90	6,6 ± 1,11	42,7 ± 0,83	4,1 ± 0,53	17,6 ± 0,94	7,8 ± 0,52	79,9 ± 1,13	4,3 ± 0,37	49,4 ± 1,45	28,9 ± 1,56	79,7 ± 1,51

Таблиця 2. Порівняльна характеристика тестування фізичної підготовленості студентів ФСНСТ-I 1999/2000-2000/2001 навчальних років у першому триместрі за середніми балами (чоловіки)

Навчальний рік	Біг 100 м (с)		Стрибок у довжину (м)		Біг 3 км (хв, с)		Прес (разів)		Підтягування (разів)		Підйом переворотом (разів)		Бруси (разів)		Рейтинг (бали)		
	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Відв. дув.	Норматив	Разом
1999/2000	14,4 ± 1,14	2,8 ± 0,33	4,16 ± 0,74	3,7 ± 0,46	13,0 ± 0,26	7,7 ± 1,90	45,8 ± 1,14	3,7 ± 0,44	14,1 ± 0,93	9,1 ± 0,25	4,5 ± 0,23	3,6 ± 0,17	16,2 ± 0,90	4,1 ± 0,25	52,8 ± 1,37	32,1 ± 1,19	85 ± 1,24
2000/2001	14,0 ± 0,94	3,5 ± 0,43	4,3 ± 0,80	3,8 ± 0,38	13,5 ± 0,90	6,9 ± 1,04	47,1 ± 0,67	4,1 ± 1,20	9 ± 0,69	6,1 ± 0,20	3,2 ± 0,19	3,2 ± 0,14	13,25 ± 0,66	4,25 ± 0,15	43,8 ± 1,51	28,0 ± 1,37	72 ± 1,41

Таблиця 3. Порівняльна характеристика тестування фізичної підготовленості студентів ФСНСТ-II 1999/2000-2000/2001 навчальних років у першому триместрі за середніми балами (жінки)

Навчальний рік	Біг 100 м (с)		Стрибок у довжину (м)		Біг 2 км (хв, с)		Прес (разів)		Віджимання (разів)		Скакалка (разів за 30 с)		Рейтинг (бали)		
	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Відв. дув.	Норматив	Разом
1999/2000	17,4 ± 1,02	3,6 ± 0,63	3,32 ± 0,72	3,1 ± 0,22	10,6 ± 1,13	6,9 ± 0,94	44,5 ± 0,53	4,2 ± 0,23	16,8 ± 0,94	6,3 ± 0,85	84,2 ± 0,73	4,3 ± 0,27	50,7 ± 1,25	26,5 ± 1,20	77,2 ± 1,23
2000/2001	16,7 ± 0,94	5,3 ± 0,53	3,5 ± 0,67	4,0 ± 0,16	10,0 ± 1,03	8,1 ± 0,85	48,1 ± 0,47	4,7 ± 0,18	20,7 ± 0,84	8,3 ± 0,76	85,4 ± 0,23	4,8 ± 0,25	51,5 ± 1,20	32,5 ± 1,25	84,1 ± 1,21

Таблиця 4. Порівняльна характеристика тестування фізичної підготовленості студентів ФСНСТ-I 1999/2000 - 2000/2001 навчальних років у першому триместрі за середніми балами (чоловіки)

Навчальний рік	Біг 100 м (с)		Стрибок у довжину (м)		Біг 3 км (хв, с)		Прес (разів)		Підтягування (разів)		Підйом переворотом (разів)		Бруси (разів)		Рейтинг (бали)		
	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Норматив	Оцінка	Відв. дув.	Норматив	Разом
1999/2000	13,6 ± 0,94	4,1 ± 0,19	4,56 ± 0,55	4,25 ± 0,16	13,1 ± 1,23	7,5 ± 1,02	48,25 ± 0,87	4,1 ± 0,34	12,8 ± 0,67	7,25 ± 0,51	4,14 ± 0,23	3,42 ± 0,20	15 ± 0,63	4,25 ± 0,47	46,12 ± 1,13	33,6 ± 1,29	79,7 ± 1,24
2000/2001	14,3 ± 0,88	2,6 ± 0,13	4,3 ± 0,42	3,5 ± 0,16	13,0 ± 1,13	7,5 ± 0,95	54,4 ± 0,73	4,7 ± 0,28	15,6 ± 0,60	8,5 ± 0,46	7,2 ± 0,19	4,4 ± 0,18	16,1 ± 0,58	4,7 ± 0,42	53,12 ± 1,06	30,3 ± 1,25	83,5 ± 1,20

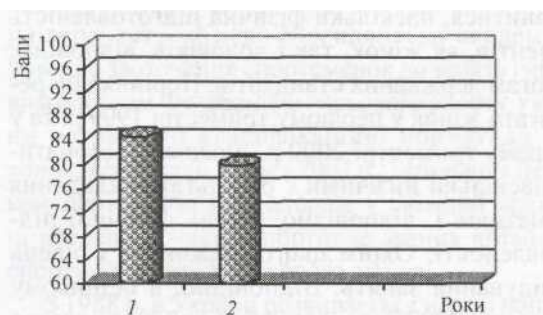


Рис. 1. Динаміка змін рейтингу фізичної підготовленості жінок за роками: 1 – 1999–2000 рр.; 2 – 2000–2001 рр.

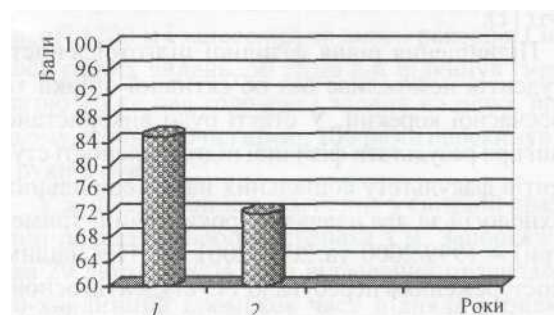


Рис. 2. Динаміка змін рейтингу фізичної підготовленості чоловіків за роками: 1 – 1999–2000 рр.; 2 – 2000–2001 рр.

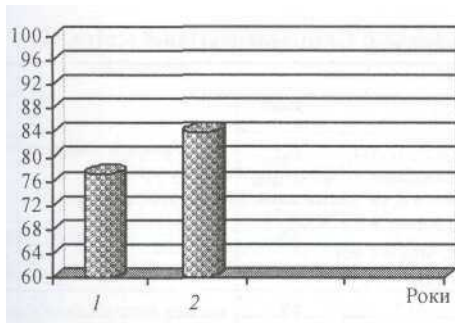


Рис. 3. Динаміка змін рейтингу фізичної підготовленості жінок за роками:
/ - 1999-2000 рр.; 2 - 2000-2001 рр.

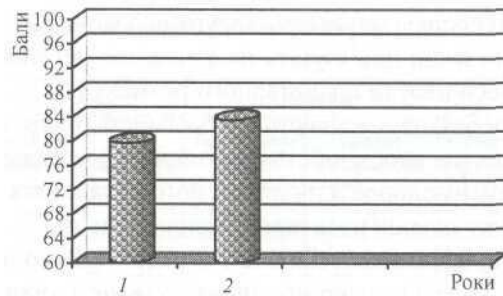


Рис. 4. Динаміка змін рейтингу фізичної підготовленості чоловіків за роками:
/ - 1999-2000 рр.; 2 - 2000-2001 рр.

Серед чоловіків першого року навчання ФСНСТ маємо таку ж ситуацію. Навіть якщо результати за деякими нормативами (біг 100 м, прес) є вищими, то відвідування і, відповідно, рейтинг за триместр є набагато нижчими у 2000 р., ніж у 1999 р.

Щодо жінок другого курсу ФСНСТ, то можна відзначити, що результати осіннього триместру 2000 р. є набагато вищими. Це свідчить про рівень кращої фізичної підготовленості. Так, наприклад, рейтинг жінок 2000 р. є вищим на 6,9 за рейтинг 1999 р.

1. Товт В. А. Контроль фізичної підготовленості студентів Ужгородського державного університету інформатики, економіки і права: Навчальний посібник.- Ужгород: УЖДПЕП, 1998.-26с.

У чоловіків другого року навчання можна також спостерігати покращення рівня фізичної підготовленості в осінньому триместрі 2000 р. Рівень відвідування збільшився на 7,0, а рейтинг - на 3,8.

Результати проведених досліджень дають підставу зробити висновок, що рівень підготовленості студентів факультету соціальних наук і соціальних технологій в останні роки в основному відповідає вимогам державних стандартів.

2. Соломко Ю. !., Чекає В. Д. Модульно-рейтингова система оцінки знань і стану фізичної підготовленості студентів з навчальної дисципліни «Фізичне виховання»: Методична розробка-Львів: УООПС ПІЛКА, 1994.- 14с.

O. Kopylov, A. Sotula

THE CHARACTERISTIC OF THE PHYSICAL STATUS OF THE SOCIOLOGICAL DEPARTMENT STUDENTS OF NaUKMA (1999-2000,2000-2001)

The physical status of the 1st and 2nd year students of the Sociological Department at NaUKMA is researched in the article and the results of control specifications, quantity of visited practical classes and the general rating at a subject "Physical training" are also analyzed.