

УДК 796.0111:378.4(477-25)КМА

Копилов О. М., Сотула А. М.

СТАН ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ СОЦІАЛЬНИХ НАУК І СОЦІАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ «КИЄВО-МОГИЛЯНСЬКА АКАДЕМІЯ»

У статті розглянуто показники успішності студентів факультету соціальних наук та соціальних технологій з фізичного виховання за 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальні роки (в осінньому триместрі) з метою порівняння стану фізичної підготовленості в ці роки.

Серед багатьох сфер людської діяльності чільне місце посідає фізична культура. Фізична культура - це частина культури суспільства, сукупність досягнень, що спрямовані на фізичне вдосконалення людини. Кінцевий результат фізичної культури визначається станом здоров'я людини, її фізичними можливостями, творчим довголіттям.

Про позитивну роль оздоровчої поведінки відомо здавна. З'ясовано, що заняття фізичними вправами забезпечують високий оздоровчий ефект.

Сучасне уявлення про здоров'я, згідно з Концепцією здоров'я відповідно до Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я, базується не тільки на відсутності захворювань, а й на оцінці рівня фізичного розвитку і фізіологічного функціонування організму, що відповідає місцевим стандартам і дає змогу людині без особливих труднощів витримувати звичайне фізичне і психологічне навантаження у повсякденному житті, здатності до праці та навчання.

Причиною багатьох захворювань, які обмежують життєдіяльність людини, є її недостатня фізична активність. Особливо низька фізична активність у представників сфери розумової праці (педагоги вищої школи, студенти, вчителі).

Реформа вищої школи, спрямована на доведення змісту вищої освіти в Україні до світових

стандартів, значно змінила організацію навчання у вищих навчальних закладах. Значна інтенсифікація процесу навчання може негативно впливати на здоров'я студентів при загальному погіршенні стану здоров'я населення України в останнє десятиріччя, пов'язаному з негативним впливом соціально-економічних та екологічних чинників.

На даний час більшість студентів вищих навчальних закладів за станом свого здоров'я потребують проведення фізкультурно-оздоровчих заходів. В умовах низької якості медичного обслуговування студентської молоді й відсутності в неї достатнього рівня валеологічних знань фізична культура виступає основним засобом відновлення і зміцнення здоров'я організму на етапі завершення розвитку і формування, ефективним джерелом підвищення загальної розумової працездатності.

Порівнюючи результати студентів-чоловіків I курсу факультету соціальних наук і технологій, ми бачимо, що рівень їхньої підготовки в 2001/2002 навчальному році дещо гірший від 1999/2000 навчального року, однак усе ж кращий, ніж у 2000/2001 роках. Це видно як за результатами виконання студентами нормативів, так і за рівнем відвідування занять. Такі тенденції можна спостерігати також за рейтингом студентів.

Таблиця 1. Порівняльна таблиця результатів з фізичного виховання студентів ФСНСТ-I 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальних років у першому триместрі серед чоловіків (за середніми балами)

		Навчальний рік		
		1999/2000	2000/2001	2001/2002
Біг 100 м	Норм.	14,44 ±1,13	14,03 ± 0,95	13,96 ±1,08
	Оцін.	2,88 ±0,31	3,58 ± 0,42	3,78 ± 0,29
Стрибки в довжину	Норм.	4,16 ±0,75	4,33 ±0,81	4,32 ± 0,85
	Оцін.	3,71 ±0,48	3,83 ± 0,39	3,67 ±0,35
Біг 3 КМ	Норм.	13,02 ±1,25	13,51 ± 1,05	13,54 ±1,17
	Оцін.	7,71 ± 0,87	6,92 ± 0,68	6,71 ± 0,72
Прес	Норм.	45,88 ±1,13	47,10 ±1,21	46,75 ±1,19
	Оцін.	3,75 ±0,45	4,10 ±0,42	4,13 ±0,39
Бруси	Норм.	16,29 ±0,91	13,25 ±0,67	13,86 ±0,74
	Оцін.	4,14 ±0,23	4,25 ±0,18	4,43 ±0,16
Підйом пе реворотом	Норм.	4,50 ± 0,25	3,20 ± 0,17	3,50 ± 0,15
	Оцін.	3,67 ± 0,18	3,20 ± 0,13	3,50 ± 0,14
Рейтинг	Відвід.	52,88 ±1,36	43,83 ±1,50	48,11 ±1,43
	Норм.	32,13 ±1,18	28,08 ±1,36	29,00 ±1,31
	Разом	85,00 ±1,22	71,92 ±1,42	77,11 ±1,38

Таблиця 2. Порівняльна таблиця результатів з фізичного виховання студентів ФСНСТ-I 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальних років у першому триместрі серед жінок (засередніми балами)

		Навчальний рік		
		1999/2000	2000/2001	2001/2002
Біг 100 м	Норм.	17,22 ±1,25	17,15 ±1,12	17,76 ±0,96
	Оцін.	4,58 ± 0,67	4,57 ±0,58	3,41 ±0,49
Біг 2 КМ	Норм.	9,95 ± 0,89	11,02 ±0,92	11,2 ±0,78
	Оцін.	8,79 ±1,12	6,63 ±1,10	5,89 ±1,07
Прес	Норм.	45,13 ±0,73	42,77 ± 0,82	41,94 ±0,68
	Оцін.	4,58 ± 0,58	4,15 ±0,54	4,06 ± 0,47
Скакалка	Норм.	82,04 ±1,23	79,96 ±1,12	79,06 ±1,03
	Оцін.	4,8 ± 0,40	4,33 ± 0,35	4,29 ± 0,25
Віджиман ня	Норм.	15,63 ±0,83	17,61 ±0,93	10,91 ± 0,84
	Оцін.	6,75 ± 0,68	7,83 ± 0,54	4,73 ± 0,42
Стрибки в довжину	Норм.	3,43 ±0,71	3,34 ± 0,68	54,5 ± 0,59
	Оцін.	3,84 ± 0,42	3,54 ± 0,37	3,18 ±0,28
Рейтинг	Відвід.	51,92 ±1,58	51,21 ±1,44	52,28 ±1,37
	Норм.	32,32 ±1,61	37,07 ±1,58	23,33 ±1,49
	Разом	84,64 ±1,59	88,28 ±1,49	75,61 ± 1,43

Таблиця 3. Порівняльна таблиця результатів з фізичного виховання студентів ФСНСТ-II 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальних років у першому триместрі серед чоловіків (за середніми балами)

		Навчальний рік		
		1999/2000	2000/2001	2001/2002
Біг 100 м	Норм.	13,61 ±0,93	14,83 ± 0,89	13,96 ±0,95
	Оцін.	4,13 ±0,18	2,63 ±0,15	3,30 ±0,16
Біг 3 КМ	Норм.	13,19 ±1,25	12,79 ±1,12	12,73 ±1,17
	Оцін.	7,57 ±1,01	7,50 ± 0,93	7,75 ± 0,97
Стрибки в довжину	Норм.	4,56 ± 0,54	4,34 ± 0,41	4,30 ± 0,43
	Оцін.	4,25 ±0,18	3,50 ±0,14	3,37 ±0,17
Прес	Норм.	48,25 ± 0,89	54,43 ± 0,72	47,00 ± 0,68
	Оцін.	4,13 ±0,33	4,71 ± 0,29	3,72 ± 0,25
Бруси	Норм.	15,00 ±0,65	15,57 ±0,57	15,22 ±0,61
	Оцін.	4,25 ± 0,48	4,71 ± 0,44	3,89 ± 0,47
Підйом пе реворотом	Норм.	4,14 ±0,21	7,20 ±0,17	5,67 ±0,19
	Оцін.	3,43 ±0,18	4,40 ±0,16	3,90 ±0,11
Рейтинг	Відвід.	46,13 ±1,12	53,13 ±1,08	52,67 ±1,09
	Норм.	33,63 ±1,30	30,38 ±1,26	22,75 ±1,28
	Разом	79,75 ±1,26	83,50 ±1,18	75,42 ±1,17

Таблиця 4. Порівняльна таблиця результатів з фізичного виховання студентів ФСНСТ-II 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальних років у першому триместрі серед жінок (за середніми балами)

		Навчальний рік		
		1999/2000	2000/2001	2001/2002
Біг 100 м	Норм.	17,46 ±1,01	16,81 ±0,95	17,11 ±0,99
	Оцін.	3,67 ± 0,64	5,30 ± 0,54	4,16 ±0,56
Біг 2 КМ	Норм.	10,66 ±1,12	10,08 ±1,02	11,50 ±1,05
	Оцін.	6,96 ± 0,95	8,18 ±0,84	8,31 ± 0,85
Стрибки в довжину	Норм.	3,33 ± 0,71	3,53 ± 0,68	3,32 ±0,71
	Оцін.	3,14 ±0,21	4,09 ±0,17	3,20 ±0,19
Віджиман ня	Норм.	16,85 ±0,93	20,73 ± 0,85	15,90 ±0,86
	Оцін.	6,33 ± 0,87	8,38 ± 0,74	6,00 ± 0,77
Прес	Норм.	44,57 ±0,54	48,13 ±0,48	44,10 ±0,51
	Оцін.	4,20 ± 0,24	4,78 ±0,19	4,05 ± 0,20
Скакалка	Норм.	84,20 ± 0,74	90,00 ± 0,71	84,80 ± 0,75
	Оцін.	4,37 ±0,29	4,83 ± 0,24	4,40 ± 0,26
Рейтинг	Відвід.	50,77 ±1,24	51,58 ±1,18	53,08 ±1,27
	Норм.	26,50 ±1,19	33,00 ±1,24	24,80 ±1,25
	Разом	77,27 ±1,22	84,17 ±1,20	77,88 ±1,26

Порівнявши результати студентів-жінок I курсу факультету соціальних наук і технологій 1999/2000, 2000/2001 та 2001/2002 навчальних років, можна помітити: за останній рік показники рейтингу різко впали, що свідчить про погіршення рівня фізичної підготовки студентів. Якщо в 1999/2000 н. р. середній рейтинг становив 84,64 бала, то в 2001/2002 він зменшився до 75,61 бала, тоб-

то знизився на 9,03 бала. І хоча стан відвідування занять з фізичного виховання дещо поліпшився порівняно з попередніми роками, проте результати складених нормативів значно погіршилися. У цілому напрошується висновок, що фізична підготовка студентів 2001/2002 н. р. була гіршою, ніж у 1999/2000 н. р., тобто помічається спад в активній діяльності студентів

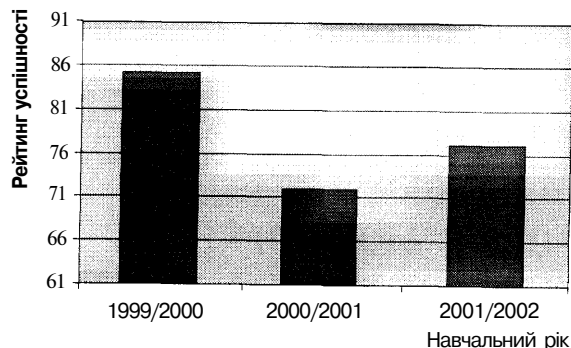


Рис. 1

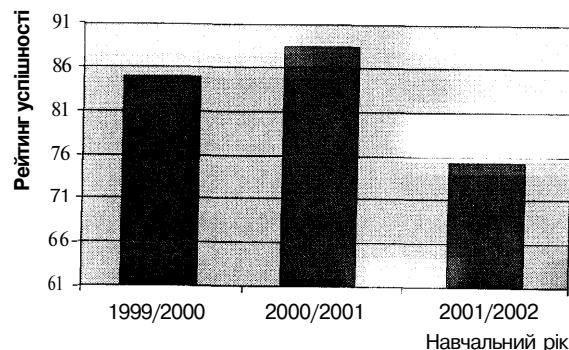


Рис. 2

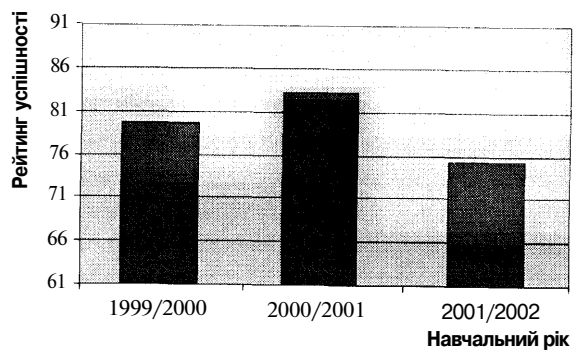
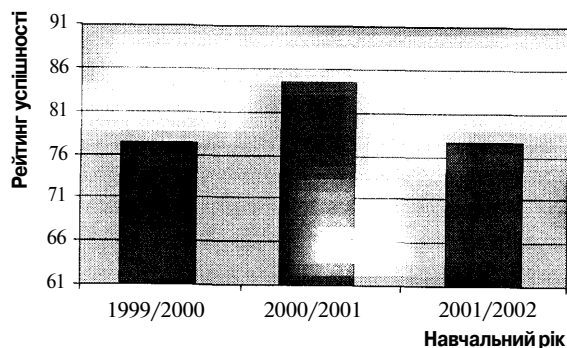


Рис. 3



факультету соціальних наук і соціальних технологій.

Як бачимо, результати з фізичного виховання в I триместрі серед студентів-чоловіків ФСНСТ-II в минулому навчальному році нижчі, ніж у їхніх попередників у 1999/2000 та 2001/2002 навчальних роках. Можна помітити також і те, що рівень складання нормативів студентами з кожним роком падає, що свідчить про погіршення їхньої фізичної підготовки.

З наведеної таблиці та діаграми ми бачимо, що в осінньому триместрі фізична підготовка студентів-жінок ФСНСТ-II була нижчою, ніж у студентів 2000/2001 навчального року, та вищою, ніж у 2001/2002 навчальному році, але рівень складання нормативів був нижчим.

У цілому порівнюючи результати успішності за останні три роки, важко зробити однозначний висновок про погіршення чи поліпшення стану фізичної підготовки студентів, адже в різні роки чоловіки та жінки ФСНСТ показували різні результати, хоча, навіть порівнявши наведені в роботі діаграми, можна помітити, що в 2001/2002 навчальному році показники рейтингу дещо впали.

Наведені в даній роботі результати фізичної підготовленості студентів ФСНСТ дають змогу простежити рівень їхньої фізичної культури в різні навчальні роки, зробити певне порівняння. Метою подальшої роботи є аналіз наведених даних для можливого впровадження якісних змін у підготовку студентів.

O. Kopylov, A. Sotula

COMPARATIVE CHARACTERISTICS OF THE PHYSICAL STATUS OF STUDENTS OF THE DEPARTMENT OF SOCIAL SCIENCE AND SOCIAL TECHNOLOGIES IN THE NATIONAL UNIVERSITY OF «KYIV-MOHYLA ACADEMY»

This article analyses the physical status of the 1st and 2nd year students of the Department of Social science and Social technologies of NaUKMA during 1999/2000, 2000/2001, 2001/2002 academic years (using results from the fall trimester), compares their attendance, progress and performance in general.