

Технологія оцінювання фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів*Вінницький державний аграрний університет (м. Вінниця)*

Постановка проблеми. Фізичне виховання – невід’ємна частина навчально-виховного процесу в університеті. У зв’язку з прогресуючою гіподинамією, яка зумовлена великим обсягом навчальних занять не тільки в університеті, а й з самопідготовкою до занять, нормування рухової активності студентів має важливе значення.

Недостатня рухова активність негативно впливає на більшість функцій організму студентів і є патогенетичним чинником виникнення й розвитку захворювань [2–4]. Як зазначено в цільовій комплексній програмі “Фізичне виховання – здоров’я нації” (1998), протягом останніх п’яти років на 41 % збільшилася кількість студентської молоді, яка віднесена за станом здоров’я до спеціальної медичної групи. Понад 50 % студентів мають незадовільну фізичну підготовленість, низький та нижчий за середній рівень фізичного здоров’я [1; 2; 5]. Цю проблему може частково вирішити фізичне виховання і спорт як найбільш економічно вигідні та ефективні засоби профілактики захворюваності, покращення генофонду нації та розв’язання інших соціальних проблем. У зв’язку з цим, перед фізичним вихованням на сучасному етапі ставляться такі завдання:

- формувати у студентів потребу зміцнення здоров’я засобами фізичної культури;
- збільшити обсяг рухової активності студентів відповідно до психофізіологічної потреби в рухах;
- визначити й запровадити наукові принципи й засоби мотиваційних стимулів до систематичних занять фізичними вправами;
- удосконалити матеріально-технічне забезпечення з урахуванням сучасного економічного становища держави;
- підвищити якість навчального процесу фізичного виховання;
- оптимізувати управління фізичним вихованням студентської молоді.

Система вирішення існуючих проблем фізичного виховання студентів складається з багатьох засобів, методів і форм педагогічного впливу, які перебувають у взаємозв’язку і спрямовані на вдосконалення фізичних здібностей студентської молоді. Одним із таких засобів є контроль, оцінювання й облік навчальної роботи студентів.

Досвід роботи зарубіжних та вітчизняних навчальних закладів показує, що успішне вирішення цієї проблеми є можливим за умови запровадження рейтингової системи оцінювання (В. Добринський, 2000; О. Куц, 1995; В. Морозов, 1991; О. Сидорко, 1960; Степаненко, 1992). Водночас наукова література, яка висвітлює питання рейтингового оцінювання, базується в багатьох випадках на досвіді практичної роботи й має описовий характер. Отже, недостатньо досліджені проблеми використання такого оцінювання контролю навчальних досягнень студентів у фізичному вихованні, відсутні обґрунтовані та експериментально доведені технології створення та методика застосування рейтингу визначають актуальність теми наукового дослідження.

Мета дослідження полягає в обґрунтуванні й розробці рейтингової оцінки фізичної підготовленості студентів 1–2 курсів.

Організація дослідження. У проведенні педагогічного експерименту брали участь студенти чотирьох факультетів аграрного університету (менеджменту, економіки і підприємництва, агрономічного, механізації сільського господарства), всього 416 осіб. Експеримент проводився протягом 2002–2003 навчального року.

Методика поточного контролю в системі фізичного виховання експериментальної групи включала такі положення:

- тестування фізичної підготовленості на початку навчального року здійснювалося за системою тестів, що були рекомендовані як найбільш інформативні;

- “абсолютне” оцінювання результатів тестів здійснювалося за двадцяти-бальною системою (згідно з сумою балів визначався рівень фізичної підготовленості кожного студента і його рейтинг у групі);
- “відносне” оцінювання фізичної підготовленості здійснювалося за диференційованою системою з урахуванням вихідного рівня та приросту показників;
- у системі організації фізичного виховання враховано стимули, які сприяють підвищенню мотивації до систематичних занять фізичною культурою.

Критеріями ефективності запропонованої методики поточного контролю у процесі фізичного виховання обрано:

- підвищення інтересу й мотивації до занять фізичною культурою (за результатами анкетування);
- підвищення рівня здоров'я студентів (зниження кількості захворювань і пропущених через хворобу днів);
- підвищення рівня фізичної підготовленості (за результатами тестування);
- підвищення обсягу й інтенсивності добової рухової активності та її структура (за методикою О. С. Куца, 1993).

Ефективність розробленої експериментальної програми визначалася шляхом порівняння фізичного розвитку, функціонального стану та фізичної підготовленості студентів контрольної та експериментальної груп у кінці навчального року.

Для визначення фізичної підготовленості за основу взято систему тестів запропоновану нами та Державними тестами оцінювання фізичної підготовленості населення України.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз середньогрупових результатів тестування дав змогу зробити висновок, що фізична підготовленість студентів перебуває на низькому рівні. З 20 тестів лише тести з човникового бігу 4×9 м, піднімання тулуба з положення лежачи, рівноваги “Фламінго”, кистьової динамометрії студенти виконали на “задовільно” та “добре”. З інших тестів отримано результати “незадовільно”.

Визначення інформативності тестів, які більшою мірою пов'язані з показниками соматичного здоров'я, проводилось із застосуванням кореляційного аналізу взаємозв'язків показників фізичного здоров'я і фізичної підготовленості студентів.

Розробка рейтингової системи оцінювання проводилася з використанням методу перцентильного аналізу. Результати всіх рухових тестів розподілені за шістьма ознаками (3 %, 10 %, 25 %, 75 %, 90 %, 97 %), що зустрічаються в студентів у процесі дослідження. За допомогою отриманих таблиць перцентильних шкал результатів тестування розроблялись таблиці оцінки результатів у балах.

Для оцінювання результатів тестування ми використовували шкалу рангового оцінювання двадцятибальної системи, оскільки діапазон перцентилів був теоретично обґрунтований і рекомендований у Державних тестах. Відповідно до п'яти коридорів центильної шкали розподіляється межа та діапазон балів, що визначає якісний рівень вимірюваних ознак. Від 1 до 5 балів – “низький рівень”; 6–8 балів – “нижче середнього”; 9–13 – “середній”; 14–17 – “вище середнього”; 18–20 – “високий”.

Система оцінювання за перцентильними рівнями має низку переваг порівняно з існуючою стандартною шкалою оцінювання за середньостатистичними результатами. Вона об'єктивніше показує рівень розподілу тих чи інших показників і дає змогу розробити десятибальну і т.д. систему оцінювання, яка є більш “чутливою”, ніж п'ятибальна, й відповідає завданням нашої роботи. На базі перцентильних шкал розроблено експрес-систему оцінювання рівнів фізичної підготовленості. Показаний студентом результат тесту відноситься до того чи іншого рівня, що дає можливість нарахувати йому суму балів за 10 тестів і визначити стан фізичної підготовленості за якісними категоріями (табл. 1).

Таблиця 1

Оцінювання фізичної підготовленості за сумою балів 10 тестів

№ з/п	Рівень	Бали за один тест	Сума балів десяти тестів
1	Високий	17–20	170–200
2	Вище середнього	14–16	140–160
3	Середній	9–13	90–139
4	Нижче середнього	6–8	60–80
5	Низький	1–5	0–59

Аналізуючи приріст результатів із рухових тестів протягом навчального року за абсолютними величинами та відповідно до розроблених шкал бальної оцінки, ми визначили, що середній темп прогресу складається у 4 бали (чим нижче рівень фізичної підготовленості, тим вищий темп росту результатів).

Важче відбувається перехід від рівня “вище середнього” до “високого” (табл. 2), що визначає диференційовану систему оцінювання приросту результатів фізичної підготовленості залежно від вихідного рівня.

Таблиця 2

Диференційована система оцінювання прогресу фізичної підготовленості протягом навчального року залежно від вихідного рівня

Вихідний рівень фіз. підготов.	“Відмінно”	“Добре”	“Задовільно”	“Незадовільно”
Низький і нижче середнього	6,6 і вище	6,5–5,6	5,5–4,6	4,5 і нижче
Середній	5,6 і вище	5,5–4,6	4,5–3,6	3,5 і нижче
Вище середнього	3,6 і вище	3,5–2,6	2,5–1,6	1,5 і нижче
Високий	Утримання здобутого рівня	Зниження на один бал	Зниження на два бали	Перехід на рівень нижче

Оскільки результати в тестах “біг 100 м”, “біг на витривалість”, “кистьова динамометрія”, “піднімання тулуба з положення лежачи” мають тісний взаємозв’язок з показниками соматичного здоров’я студентів і деякі з них заохочуються в системі державних тестів коефіцієнтом 2, ми також рекомендуємо ріст результатів із цих тестів у балах помножити на 2.

Потім потрібно сумувати кількість балів за приростом результатів у запропонованих тестах і визначити середній бал прогресу у фізичній підготовленості за формулою:

$$P = \sum_n (X_2 - X_1) : N,$$

де P – прогрес у фізичній підготовленості в балах;

X₁ – результат у балах тестів на початку навчального року;

X₂ – результати в балах тестів у кінці навчального року;

N – кількість тестів;

∑n – сума балів приросту за тестами.

Висновки. Розроблено систему поточного педагогічного контролю, яка включає такі компоненти:

- блок тестів, який дає змогу характеризувати фізичну підготовленість та рівень соматичного здоров’я: біг на 100 м, біг 60 м, човниковий біг 4×9 м, нахил тулуба вперед із положення лежачи (30 с), балансування однією ногою на опорі (“Фламінго”);
- кількісні та якісні критерії оцінювання фізичної підготовленості в абсолютних одиницях та в рейтинговій системі, яка розрахована на базі перцентильних шкал результатів тестів і формалізована у бали (20 балів);
- відносне оцінювання динаміки показників протягом навчального року з урахуванням вихідного рівня фізичної підготовленості.

Протягом семестру під час систематичних занять на заняттях фізичною культурою і самостійних занять студентів з “низьким” рівнем фізичної підготовленості можна підвищити показники з тестів в середньому на 2 бали, з “середнім” рівнем – на 1,5 бали, з “вище середнім” рівнем – на 1 бал.

Отже, нормативи фізичної підготовленості, розроблені під час дослідження студентів аграрного університету, можна використовувати як порівняльні регіональні норми викладачі фізичного виховання у системі педагогічного контролю.

Література

1. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За заг. ред. М. Д. Зубалія.– 2-ге вид., перероб. і доп.– К., 1997.– 36 с.
2. Добринський В. С. Система оцінки і нормативи фізичної підготовленості хлопчиків 13–15 років Волинської області: Метод. рек.– Луцьк: Медія, 1999.– 30 с.

3. Количество и содержание физических упражнений для развития и поддержания физического состояния: Рекомендации Американского института спортивной медицины // Теория и практика физич. культ. 1989.– № 2.– С. 58–59.
4. Куц А. С. Модельные показатели физического развития и двигательной подготовленности населения центральной Украины: Монография.– К.: Искра, 1993.– 255 с.
5. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров'я нації”: Указ Президента України від 1 вересня 1998 р., № 963/98.

Анотації

Робота присвячена питанням удосконалення системи контролю фізичної підготовленості студентів. Розроблено шкалу “абсолютного” рейтингового оцінювання, яка формалізована двадцятьма балами, та диференційоване “відносне” оцінювання досягнень студентів із урахуванням вихідного рівня фізичної підготовленості.

Ключові слова: студенти, фізична підготовленість, система, контроль, шкала, рейтингове оцінювання, оцінка, досягнення.

Рассмотрен вопрос усовершенствования системы контроля физической подготовленности студентов. Разработано шкалу “абсолютного” рейтингового оценивания, которая формализована двадцатью балами, и дифференцированное “относительное” оценивание достижений студентов с учетом исходного уровня физической подготовленности.

Ключевые слова: студенты, физическая подготовленность, система, контрольная шкала, рейтинговое оценивание, оценка, достижения.

The paper considers the problem of the system control improvement of the students' physical readiness. The scale of the “absolute” rating evaluation formalized with twenty points and differential “relative” evaluation of the students' achievements taking into account the final level of their physical readiness have been developed.

Key words: students', physical readiness, control, scale, rating evaluation, achievement.