

## Питання стану фізичної підготовленості студенток Національного університету “Львівська політехніка” та проблема диференціації заліку з предмета “Фізичне виховання”

*Національний університет “Львівська політехніка” (м. Львів)*

**Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останнім часом спостерігається стійка тенденція до спаду рівня фізичної підготовленості молоді, погіршення здоров'я студентства та зниження зацікавленості навчальним предметом “Фізичне виховання”.

Серед сучасних проблем фізичного виховання у вищих навчальних закладах України є: низький рівень фізкультурної освіти, недостатнє матеріальне забезпечення, низький рівень мотивації, недостатній професіоналізм викладачів, розбіжність програм з фізичного виховання у школах та вищих закладах освіти, а також їх застарілість, узагальненість та, в деяких випадках, формальність [1, 3, 4, 5, 8].

Багато авторів (А. І. Драчук, В. А. Коляда, Г. В. Фомина, В. И. Мазуркевич, Е. Н. Арсеньев) висловлювались на тему недостатньо ефективного вирішення питань зменшення дефіциту рухової активності студентів засобом фізичного виховання в межах навчальних програм вищих освітніх закладів [2; 6; 7].

**Мета дослідження** – проаналізувати результати щорічного Державного тестування з фізичного виховання, зробити висновки на підставі анкетування та інтерв'ювання студентів НУ “ЛП” та виявити слабкі сторони в їх фізичному розвитку, а також спробувати внести відповідні корективи в програму фізичного виховання.

**Методи досліджень:** анкетування, інтерв'ювання, метод математичної статистики, педагогічне спостереження, тестування.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Ретельно проаналізувавши дані анкетування та інтерв'ювання 1500 студенток 14 інститутів Національного університету “Львівська політехніка”, ми отримали такі результати:

- більшість дівчат (84 %) відвідує заняття з фізичного виховання лише через бажання отримати високу оцінку;
- водночас студентки з задоволенням займаються в комерційних спортивних клубах з метою покращити своє здоров'я, самопочуття та сформувати привабливе тіло (81,5 % дівчат вказали в анкетах, що займаються фізичною культурою і спортом самостійно хоча б 1–2 рази на тиждень);
- студентки НУ “ЛП” не особливо переймаються питанням покращення свого фізичного розвитку, тільки 16 % дівчат бажають збільшити ці показники;
- майже 66 % студенток оцінюють свій рівень фізичної підготовленості як середній, а 25,9 % дівчат визначили його низьким;
- лише 3,7 % дівчат вважають, що вони мають достатню кількість знань для самостійних занять фізичною культурою і спортом;
- також анкетування студентів Національного університету “Львівська політехніка” виявило, що 87,6 % з них мають позитивне ставлення до фізичної культури загалом і до занять з фізичного виховання в НУ “ЛП” зокрема. Проте займатися студенти бажають з обраної спеціалізації (приблизно 75 % дівчат висловили бажання відвідувати заняття з аеробіки).

Результати педагогічного спостереження за проведенням занять з фізичного виховання зі студентками “Львівської політехніки” дали можливість виявити, що навантаження під час занять мають однобічний характер, спрямований, переважно, на розвиток сили та витривалості. Щодо розвитку спритності, швидкості та сили м'язів рук, то їм приділяється надзвичайно мало уваги.

На заняттях з фізичного виховання студентки НУ “ЛП” займалися в осінній та весняний періоди згідно з програмою з легкої атлетики.

У зимовий період робота кафедри фізичного виховання НУ “ЛП” зі студентками будувалася за допомогою програм:

- загально-фізичної підготовки;
- спортивних ігор (волейбол та баскетбол) – групи були набрані як експериментальні;

- аеробіки та фітнесу (контрольна група, заняття в якій мали на меті підвищити у студенток ступінь зацікавленості предметом “Фізичне виховання” та сприяти всебічному та гармонійному фізичному розвитку молоді).

Аналіз підсумкових оцінок студенток НУ “ЛП” з предмету “Фізичне виховання” за весняний семестр 2006–2007 навчального року дав змогу отримати такі результати:

- оцінка “відмінно” – 27,9 % студентів;
- оцінка “добре” – 38,5 % студентів;
- оцінка “задовільно” – 23,7 % студентів;
- “незадовільно” – 9,75 % студентів.

Порівняння результатів семестрових оцінок з результатами складання контрольних нормативів (або Державних тестів) дає змогу зробити такий висновок: незадовільна оцінка з фізичного виховання насамперед пов'язана з дисциплінарним покаранням студента викладачем та психологічним фактором тиску і, по-суті, семестрова оцінка з фізичного виховання відображає ставлення студента до предмета (відвідування занять), а не рівень його фізичного розвитку. Особливо це стосується студенток, оскільки їх семестрова оцінка має на 85 % суб'єктивний характер (за аналізом результатів складання контрольних нормативів та інтерв'ювання професорсько-викладацького складу кафедри фізичного виховання НУ “ЛП”).

Майже всі контрольні нормативи Державних тестів з фізичного виховання студентки складають з результатом – 2 бали. Це унеможливує отримання ними позитивної семестрової оцінки. Проте, заради дисципліни виконання, певного спонукання студентів до дій та підняття престижу предмета “фізичне виховання” відмова від диференційованого заліку, на нашу думку, не є доцільною.

Дані, отримані під час аналізу результатів нормативів Державного тестування, представлено у табл. 1:

*Таблиця 1*

**Середні показники результатів складання державних тестів студентками НУ “ЛП” у 2006–2007 навчальному році**

Курс	2000 м (хв)	100 м (с)	Стр. д/м (см)	Сила рук (с)	Піднімання в сід (раз за 1 хв)	4×9 м (с)	Нахили тулуба (см)
I курс	11,27 (2)*	18,2 (1)	173,29 (2)	16,19 (3)	32,04 (2)	11,07 (3)	17,1 (4)
II курс	12,09 (2)	18,05 (1)	175,1 (2)	14,22 (2)	34,02 (2)	11,92 (1)	17,4 (4)
III курс	11,45 (2)	17,72 (1)	178,56 (2)	17,72 (3)	34,76 (2)	11,47 (2)	19,4 (4)

\* В дужках наведені результати в балах.

**Висновки**

1. Процес фізичного виховання студентської молоді повинен здійснюватися з урахуванням фізичного розвитку, стану здоров'я та ступеня зацікавленості певним видом фізичних вправ.

2. Найменш розвинутою студенток НУ “ЛП” є швидкість (1 бал). Найвищий рівень розвитку – гнучкість (4 бали). Ми вважаємо за доцільне перебудувати зміст занять з фізичного виховання в НУ “ЛП”, збільшивши кількість вправ, що сприяють розвитку швидкісних якостей, та підтримувати розвиток фізичних якостей в комплексі.

3. Оскільки диференціація заліку з фізичного виховання у НУ “ЛП” значною мірою не відображає реального стану рівня розвитку фізичних якостей (особливо серед дівчат), а відмова від диференційованого заліку не є доцільною, для більшої об'єктивності та з освітньою метою ми пропонуємо збільшити кількість теоретичних занять, вести самостійну роботу (написання рефератів), розробити систему додаткових заохочень (балів) за покращення результатів складання контрольних вимог від семестру до семестру та за виконання індивідуальних завдань з усунення недоліків у фізичному розвитку.

**Література**

1. Драчук А. І. Оптимізація фізичного виховання студентів ВНЗ освіти гуманітарного профілю: Автореф. дис. канд. ... наук з фіз. виховання і спорту.– Л., 2001.
2. Ефремова И. В. Состояние здоровья и мотивации физкультурно-оздоровительной деятельности студентов при различных факторах риска нейросоматических заболеваний // Теор. и практ. физ. культуры.– 1996.– № 8.– С. 19–22.
3. Зайцев Л. В., Стафеев В. Ф., Образцова А. М. Контроль за динамикой состояния здоровья и двигательной активностью студентов // Вопросы физ. воспитания студентов.– М., 1991.– Вып. 22.– С. 3–6.

4. Катиков А. М. Физическая культура и спорт в образе жизни студентов (социально-воспитательный аспект): Автореф. дис. ... канд. пед. наук.– Л.: ГЦОЛИФК, 1985.– 22 с.
5. Колосовская Л. А., Левина Е. П., Куликовский С. П. Формирования интереса к самостоятельным занятиям физической культурой студентов-медиков // Междунар. науч. конгресс “Физ. культура, спорт, туризм – в новых условиях развития стран СНГ”.– Минск: Тессей, 1999.– С. 184–186.
6. Коляда В. А., Фомина Г. В. Прогнозирование в физическом воспитании студенческой молодёжи // Междунар. науч. конгресс “Физ. культура, спорт, туризм в новых условиях развития стран СНГ”.– Минск: Тессей, 1999.– С. 181–183.
7. Мазуркевич В. И., Арсеньев Е. Н. Дозирование физических нагрузок в процессе физического воспитания на основании определения адаптационных возможностей организма студентов // Педагогическое и медико-биологическое обоснование физ. воспитания студентов.– Красноярск, 1990.– С. 33–35.
8. Цільова комплексна програма “Фізичне виховання – здоров’я нації”: Указ Президента України від 1 вересня 1995 р., № 963/ 68.

#### Анотації

*Розглянуто питання розвитку рівня фізичної підготовленості студенток НУ “ЛП” на основі Державних тестів. Вивчається думка студенток та викладачів стосовно предмета “фізичне виховання”. Також здійснено спробу порівняти результати нормативів Державних тестів та семестрових оцінок студенток. Отримані дані ми плануємо використати для удосконалення процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах.*

**Ключові слова:** фізична підготовленість, Державні тести, семестрові оцінки, фізичні якості.

*Рассмотрен вопрос уровня развития физической подготовленности студенток НУ “ЛП” на основе Государственных тестов. Изучается мнение студенток и преподавателей относительно предмета “физическое воспитание”. Также предпринята попытка сравнить результаты нормативов Государственных тестов и семестровых оценок студенток. Полученные данные мы планируем использовать для усовершенствования процесса физического воспитания в высших учебных заведениях.*

**Ключевые слова:** физическая подготовленность, Государственные тесты, семестровые оценки, физические качества.

*This article deals with the problem of the physical preparedness condition of the Lviv Polytechnika students (female) on the basis of State tests. The opinions of students and teachers concerning physical culture as a subject have been investigation. An attempt has been made to compare the results of the State tests with the semester marks. We are planning to apply the data obtained for the attempt to improve the process of physical education in the Higher Educational Establishment.*

**Key words:** physical preparedness, State tests, semester marks, physical abilities.