

**АНАЛІЗ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО
КУРСУ УКРАЇНСЬКОЇ АКАДЕМІЇ БАНКІВСЬКОЇ СПРАВИ ЗА ПЕРІОД
2003-2010 н.р.**

Остапенко Ю.О., Остапенко В.В.

Державний вищий навчальний заклад «Українська академія банківської справи
Національного банку України». м. Суми

Анотація. У статті представлено результати тестування фізичної підготовленості студентів перших курсів Української академії банківської справи Національного банку України впродовж 2003-2010 років навчання. Досліджено динаміку показників фізичної підготовленості за даний період, як необхідної передумови для проектування системи професійно – прикладної фізичної підготовки студентів вищого навчального закладу економічного профілю. Представлені результати дослідження фізичної підготовленості перших курсів свідчать про наявність тенденції до зниження.

Ключові слова: Державне тестування, фізична підготовленість, студенти Української академії банківської справи (УАБС), вищий навчальний заклад (ВНЗ).

**АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ
ПЕРВОГО КУРСА УКРАИНСКОЙ АКАДЕМИИ БАНКОВСКОГО ДЕЛА
В ПЕРИОД 2003-2010 у.г.**

Остапенко Ю.О., Остапенко В.В.

Государственное высшее учебное заведение «Украинская академия
банковского дела Национального банка Украины»

Аннотация. В статье представлены результаты тестирования физической подготовленности студентов первых курсов Украинской академии банковского дела Национального банка Украины за период 2003-2010 учебного года. Исследовано динамику показателей физической подготовленности за данный период как необходимой предпосылке при проектировании системы профессионально – прикладной физической подготовке студентов высшего учебного заведения экономического профиля. Представленные результаты исследования физической подготовленности первых курсов свидетельствуют о наличии тенденции к снижению.

Ключевые слова: государственное тестирование, физическая подготовленность, студенты Украинской академии банковского дела (УАБД), высшее учебное заведение (ВУЗ).

ANALYSIS OF THE PHYSICAL TRAINING OF THE FIRST YEAR STUDENTS OF THE UKRAINIAN ACADEMY OF BANKING BUSINESS IN THE PERIOD 2003-2010 a.y.

Ostapenko U.O., Ostapenko V.V.

Ukrainian Academy of Banking of the National Bank of Ukraine

Annotation. The article presents the results of testing physical training first year students of Ukrainian Academy of banking during 2003-2010 academic years. Investigated dynamic of indicators of physical training for this period, it is necessary prerequisite for projecting system of professional applied physical training of students economic profile. Presented results of research of physical training of first year students show the trend to lower.

Key words: governmental testing, physical training, students of the Ukrainian Academy of Banking (UAB), university (academy).

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Фізичне виховання студентської молоді у вищих навчальних закладах освіти регламентується і забезпечується системою державних нормативних показників, які є критеріями його ефективності і якості [1].

Основним фактором сучасного способу життя студентів є напружена розумова праця в умовах дефіциту часу на фоні прискорення темпів життя, великих обсягів необхідної інформації, різкого зниження рухової активності.

У більшості студентів спостерігається недостатній розвиток загальних професійно важливих якостей. Це значно гальмує засвоєння рухових компонентів обраної спеціальності і наступну професійну адаптацію. Однією з головних причин, яка негативно впливає на розвиток функцій організму, забезпечуючи адаптацію до навчальної і виробничої діяльності, є малорухливий режим, адже відомо, що при фізичній активності підвищується неспецифічна стійкість організму до негативних впливів охолодження, перегріву, опромінення, обсягу інформації [7].

Особливо можна відмітити першокурсників, в яких відбувається процес адаптації організму до нових умов життєдіяльності, де звичний ритм навчання й способу життя в школі переходить до нової діяльності ВНЗ, де діє велика кількість різних факторів, які навантажують інтелектуальну сферу і рухову діяльність студентів. Останнім часом спостерігається низький рівень фізичної підготовленості студентів, які вступають на перший курс вищого навчального закладу [2, 5, 6, 8].

Сьогодні гостро стоїть питання інтенсифікації виробництва, посилюються вимоги до якості підготовки спеціалістів у ВНЗ до конкретних видів професійної діяльності, урахування вимог до обраної професії [5, 6].

Так, особливістю майбутньої професійної діяльності банківського працівника є значна психоемоційна напруга та високий рівень загальної та статичної витривалості [6].

Майбутні фахівці повинні набути в процесі навчання, окрім професійних знань та навичок, відмінного рівня фізичної підготовленості як складової здоров'я.

Результати досліджень вітчизняних науковців свідчать про значну кількість студентів з низьким рівнем здоров'я та незадовільною фізичною підготовленістю [2, 3, 6], а також про збільшення [4] контингенту, що належить до спеціальних медичних груп в процесі навчання.

Вивченням рівня фізичної підготовленості майбутніх працівників банківської сфери в різні роки займались С.А. Усенко, Н.Н. Завидівська, Л.П. Пилипей, але у вивченій нами літературі відсутня інформація про рівень фізичної підготовленості та його динаміку за останні роки.

Тому фізичне виховання у ВНЗ повинно сприяти зміцненню здоров'я і розвитку рухових здібностей. Для вирішення цих завдань необхідно досліджувати рівень фізичної підготовленості студентів і на основі отриманих результатів враховувати індивідуальні особливості, проводити ефективні заняття з фізичного виховання.

Факт існування тісного взаємозв'язку між здоров'ям молоді й організацією та методикою фізичного виховання підтверджується у працях багатьох провідних науковців (Бальсевича В. К., Запорожанова В. А., 1987; Сухарева А. Г., 1991; Круцевич Т.Ю. 1999 та інших).

В умовах сьогодення одним із самих доступних і найефективнішим засобом профілактики захворювань, підвищенням розумової фізичної працездатності є фізичне виховання [7, 10].

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження виконане у відповідності до плану НДР Української академії банківської справи згідно зі Зведеним планом науково – дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011 – 2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою “ Теоретико-методичні та технологічні основи фізичного виховання та спорту для всіх ” (3.3.1п).

Мета дослідження.

1. Визначити рівень фізичної підготовленості студентів 1-го курсу УАБС за період 2003-2010 н.р.
2. Простежити динаміку фізичної підготовленості студентів УАБС за даний період.

Методи дослідження. В процесі дослідження використовувалися наступні методи: теоретичний аналіз літературних джерел, педагогічне спостереження, тестування рухових здібностей.

Національна система фізичного виховання передбачає функціонування державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення. Тестування фізичної підготовленості населення включає виконання комплексу рухових дій, що дозволяють визначити і оцінити рівень розвитку основних фізичних якостей – витривалості, сили, спритності, гнучкості [9], які є основними компонентами фізичного здоров'я, тому критеріями оцінки фізичної підготовленості студентів УАБС нами було обрано систему державних тестів: для визначення рівня фізичної підготовленості спритності запропоновано використовувати човниковий біг 4x9 м; швидкості – 100 м; силова витривалість визначається шляхом підтягування на перекладині; вибухова сила – стрибком у довжину; гнучкість – нахилом тулуба вперед; витривалості – біг 3000 м.

Дослідження було організовано на базі УАБС за період 2003-2010 н.р. Загальна кількість студентів, які взяли участь у тестуванні, становила 233 юнаки віком 17-18 років.

В процесі аналізу результатів тестування студентів УАБС впродовж обраного періоду часу були встановлені середні значення показників тестування рухових здібностей (табл.1).

Показники, що характеризують швидкісні здібності (біг 100 м) студентами-першокурсниками в 2003 н.р. виконані на рівні 4 балів, потім фіксується поступове зниження у 2004 н.р. на 1,8 %; 2005 н.р. – на 2,7 %; 2006 н.р. – 3,6 %; 2007 н.р. – 5,4 %; 2008-2009 н.р. - покращення на 1,8 % (4 бали) у порівнянні з 2003 н.р., у 2010 році знову погіршення на 4,5 % (2 бали).

Таблиця 1

Показники розвитку рухових здібностей студентів першокурсників УАБС
за період 2003-2010 н.р.

Тести	Рік вступу на навчання							
	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010
Біг 100 м, с	13,8	14,0	14,1	14,2	14,4	13,6	13,6	14,3
Підтягування на перекладині, кількість разів	13,5	10,2	11,4	10,5	10,4	10,2	9,6	8,1
Стрибок у довжину з місця, см	231,8	225,2	235,9	234,8	233,6	227,3	229,8	219,1
Вис на перекладині, с	41,6	39,5	43,2	42,3	40,6	45,1	44,4	35,5
Човниковий біг 4x9 м, с	9,6	10,1	10,4	9,6	9,5	9,4	9,4	9,5
Нахил тулуба вперед сидячи, с	14,2	11,4	8,2	9,2	9,7	8,1	8,2	9,9
Біг 3000 м, с	13,15	13,25	14,00	13,53	13,36	13,49	14,08	14,05

З отриманих результатів із човникового бігу у 2003 році (3 бали) погіршення відбувається у 2004 і 2005 н.р., (відповідно 5,2 % і 8,3 %). З 2006 по 2010 н.р. результати утримуються на рівні 3 балів.

Динаміка змін результатів у підтягуванні на перекладині відбувається нерівномірно. Так, у порівнянні з 2003 н.р. (3 бали) відбувається зниження на 32,3 % у 2004 н.р. (2 бали), на 18,4 % у 2005 н.р. і поступово знижується до мінімального рівня у 2010 н.р. Середній результат знизився на 49,6 % у порівнянні з 2003 н.р.

Найбільше зростання показника (24,2 %) із вису на перекладині спостерігається у студентів, які навчалися у 2009 році, але у 2010 році знову йде зниження статичної витривалості на 21,1 %.

Довжина стрибка з місця найкраща була у студентів 1-го курсу 2005 н.р. (3 бали), де загальний приріст складає 1,7 % у порівнянні з 2003 роком і 2,9 % у

порівнянні з 2004 роком. З 2005 по 2010 н.р. спостерігається тенденція до поступового зниження на 14,6 %. У показниках з нахилу тулуба вперед і з бігу на 3000 м, виявлено зниження у порівнянні з вихідними даними студентів 2003 н.р. та студентів 2009 н.р. на 73,1 % і 7,1 % відповідно.

Таким чином, представлені результати фізичної підготовленості студентів перших курсів свідчать про наявність тенденції до зниження.

Висновки:

1. За результатами державного тестування щодо рівня фізичної підготовленості студентів 1-го курсу УАБС за період 2003-2010 років можна виділити 2003 рік, у якому показники фізичної підготовленості студентів-першокурсників були найвищими, а у 2010 році, ці показники – найнижчі.

2. Динаміка покращення результатів з човникового бігу спостерігається у 2006-2008 н.р., з бігу на 100 м 2008-2009 н.р.; погіршення результатів з розвитку гнучкості спостерігається кожні 3 роки, а погіршення силової витривалості (підтягування на перекладині) з 2005 по 2010 н.р. на 49,6 %.

3. Виходячи з результатів тестування впродовж 2003-2010 н.р., підтверджуються дані вітчизняних науковців про тенденцію зниження рівня фізичної підготовленості у значної кількості студентів.

4. Систематичне спостереження за руховою підготовленістю студентів вимагає враховувати стан розвитку рухових якостей і рівень загальної фізичної підготовленості студентів при проектуванні системи професійно-прикладної фізичної підготовки.

Перспективи подальших досліджень передбачається спрямувати на пошук шляхів підвищення рівня прояву фізичних здібностей студентів, вивчення динаміки рівня фізичної підготовленості протягом 4-х років навчання.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Наказ Міністерства освіти України 25.05.98, № 188 [Електронний ресурс] : <http://shkola.net.ua/view.php?doc=22092007120457>
2. Гнинюк О. Зміст контролю за фізичною підготовленістю студентів інженерно-технічного фаху /О. Гнинюк //Педагогіка і психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : наукова монографія за ред. професора С.С. Єрмакова – Харків : ХДАДМ – 2006. – № 5. – 17 с.
3. Грибан Г. П. Аналіз стану здоров'я абітурієнтів та студентів, які проживають в негативних умовах навколишнього середовища /Г. П. Грибан //Теорія і практика фізичного виховання, ДНУ. – № 3. – 2004. – С. 146-148.
4. Дубогай О. Фактори, які визначають ефективність фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи /О. Дубогай //Актуальні проблеми розвитку руху «Спорт для всіх» у контексті Європейської інтеграції України : матеріали наук.-практ. конференції – Тернопіль : 2004. – С. 370-374.
5. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю: автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец 13.00.04 /Наталія Назарівна Завидівська //Національний державний педагогічний університет. – К. 2002. – 20с.
6. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: монографія /Л. П. Пилипей. – Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 39 с.
7. Пилипей Л. П. Оптимальний руховий режим при проектуванні ППФП студентів вузів економічного профілю /Л.П. Пилипей, В.В. Остапенко //Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2007. – № 12. – С. 28.
8. Криводуд Т.Є. До вивчення рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу денного відділення СумДПУ ім. А.С. Макаренка за

- результатами контрольних нормативів /Т.Є. Криводуд, Н.А. Кулик, Н.Д. Шошура //Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2010. – № 4. – С. 22.
9. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання /Б. М. Шиян – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2006, Ч. 1. – 51 с.
10. Румие Салман Хани Характеристика показателей физического развития и физической подготовленности школьников Ливана / Румие Салман Хани //Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2006. – № 9. – С. 37.

Остапенко, Ю. О. Аналіз фізичної підготовленості студентів першого курсу Української академії банківської справи за період 2003-2010 н.р. [Текст] / Ю. О. Остапенко, В. В. Остапенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. - 2011. - N 2. - С. 41-44.