

підготовки.

2. В результаті проведеної роботи представлені основні регулятивні прийоми, спрямовані на підвищення ефективності спільної спортивної діяльності, що можуть бути використані викладачами в процесі навчально – тренувальної діяльності.

Література

1. Александрова Н.Е. Критерии спортивного отбора волейболистов на основе их соматотипологических характеристик: автор. дисс. канд. пед. наук / Н.Е. Александрова. – Малаховка, 1999. – 23с.
2. Войтенко С.М. Підвищення групової ефективності волейбольної команди на стані спеціалізованої базової підготовки / С.М. Войтенко // Фізична активність, здоров'я і спорт. 2015. - №4 (22).С.19-22
3. Клещев Ю.Н., Беляев А.И., Фомин Е.В. Волейбол."Методы, средстворазвития и контроль за специальной подготовленностью спортсменов"/Методические рекомендации. 2009
4. Козина Ж.Л. Индивидуализация подготовки спортсменов в игровых видах спорта: [монография] / Ж.Л. Козина. – Харьков: Точка, 2009. - 396с.
5. Платонов В.Н. Физическая подготовка спортсменов/ В.Н. Платонов, М.М. Булатова. – К.: Олимпийская литература, 2004. - 575с.
6. Izotov V. Methodology of training of volleyball technique / V. Izotov // Sports at school. - 2009 (No. 3).
7. Sukhanov. A System-structural approach in the analysis of typical variants of strike attacks / A. Sukhanov, O. Topyshev // The theory and practice of physical culture. - 2006. - No. 11. - P. 59.
8. Furmanov. A Training volleyball players / A. Furmanov - Minsk: MET, 2007. - 329 p.

Сазанова І.О., Дорошенко Е.Ю.

Запорізький державний медичний університет

ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ В СИСТЕМІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТОК МЕДИЧНИХ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

В статті на матеріалах оцінювання рівня фізичної підготовленості студенток 1-2 курсів медичних і фармацевтичних факультетів Запорізького державного медичного університету проаналізовано динаміку рівня фізичної підготовленості та розглянуто можливості використання цих показників в системі професійно-прикладної фізичної підготовки.

Ключові слова: оцінка, рівень, студентки, професійно-прикладна фізична підготовка, результат, динаміка, показник.

Сазанова І.А., Дорошенко Е.Ю. Оценка физической подготовленности в системе профессионально-прикладной физической подготовки студенток медицинских высших учебных заведений. В статье на материалах оценки уровня физической подготовленности студенток 1-2 курсов медицинских и фармацевтических факультетов Запорожского государственного медицинского университета проанализирована динамика уровня физической подготовленности и рассмотрены возможности использования этих показателей в системе профессионально-прикладной физической подготовки.

Ключевые слова: оценка, уровень, студентки, профессионально-прикладная физическая подготовка, результат, динамика, показатель.

Sazanova I., Doroshenko E. Assessment of Physical Fitness in the System of Professional and Applied Physical Training of Students of Medical Higher Educational Institutions. Preparation for future professional activities includes not only the acquisition of relevant knowledge, skills and abilities in the chosen specialty, but also requires some physical training that provides high productivity. Specialist in medical (pharmaceutical) profile for qualitative performance of production duties should be optimal or close to optimal levels of health, physical fitness and physical development. The students of higher bulk establishments have trouble moments associated with reduced levels of health and physical fitness due to hypodynamia, inappropriate nutrition and lifestyle. The dynamics of the level of physical preparedness and the possibilities of using these indicators in the system of professional and applied physical training are analyzed in the article on the materials of assessment of the level of physical fitness of students 1-2 courses of medical and pharmaceutical faculties of Zaporizhzhya State Medical University. The assessment of the level of physical fitness of students of 1-2-courses indicates the tendency toward higher indicators, according to estimates of the manifestation of flexibility and coordination abilities and, accordingly, significantly lower indicators of the level of development of power, speed capabilities and overall endurance. Despite the rather high level of coverage of the issues of physical fitness of students, it remains unresolved the problem of the formation of the system of professional and applied physical training of students of medical higher educational institutions, in which the leading place is the improvement of the level of physical preparedness and the appropriate orientation of the use of physical education to the requirements of a specific profession of the future medical worker

Key words: assessment, level, students, professional-applied physical training, result, dynamics, index.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Взаємозв'язок показників фізичної підготовленості, фізичного розвитку та здоров'я, в значному ступені, детермінує можливості ефективного виконання виробничих обов'язків. На особливу увагу дослідників цієї проблематики заслуговують майбутні фахівці медичного та фармацевтичного профілю, які за професійним покликом, безпосередньо, здійснюють функції з охорони

здоров'я людини. Очевидно, що фахівець медичного (фармацевтичного) профілю для якісного виконання виробничих обов'язків повинен мати оптимальні або близькі до оптимальних рівні здоров'я, фізичної підготовленості та фізичного розвитку. В свою чергу, це порушує питання формування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних вищих навчальних закладів у відповідності до вимог конкретної спеціальності: хірурга, терапевта та ін. Крім цього, взагалі у студентів вищих навчальних закладів наявні проблемні моменти, що пов'язані зі зниженими рівнями здоров'я та фізичної підготовленості внаслідок гіподинамії, нераціонального харчування та способу життя. Вищезазначене свідчить про актуальність і своєчасність наукової розробки питань формування професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів. Особливо це стосується майбутніх фахівців медичного або фармацевтичного профілю.

Дослідження виконано згідно з планом науково-дослідної роботи кафедри фізичної реабілітації, спортивної медицини, фізичного виховання і здоров'я Запорізького державного медичного університету Міністерства охорони здоров'я України за темою «Оптимізація фізичного стану студентів засобами фізичного виховання та спорту в умовах медичного вищого навчального закладу». Тематика дослідження відповідає Зведеному плану науково-дослідних робіт у сфері фізичної культури і спорту на 2016-2020 рр. Міністерства молоді та спорту України за темою 3.13. «Теоретико-методичні основи здоров'яформуючих технологій у процесі фізичного виховання різних груп населення», номер державної реєстрації 0116U001615.

Аналіз наукової літератури свідчить, що питаннями професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців медичного або фармацевтичного профілю опікуються не лише вітчизняні [9] а й закордонні науковці [6, 10]. При цьому, проблематику професійно-прикладної фізичної підготовки вважають актуальними не тільки медичні спеціалісти, а й науковці галузей педагогіки і фізичного виховання та спорту, що дозволяє підійти до вирішення означених проблемних питань на міждисциплінарному рівні.

Значущим у формуванні системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних вищих навчальних закладів є вдосконалення рівня фізичної підготовленості, про що свідчить зацікавленість широкого кола фахівців – науковців і практиків, до проблемних моментів стосовно вирішення цього питання.

Аналізу показників фізичної підготовленості студентів присвячені дослідження [2, 3], автори яких, розглядають ці показники в якості критерію ефективності функціонування системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах. В дослідженнях [4, 5] автори детально та ґрунтовно акцентують увагу на розробці оптимальних підходів до оцінювання рівня фізичної підготовленості згідно з основними положеннями теорії тестування. Крім цього, виокремлюють значущість психологічного та психоемоційного компонентів у процесі оцінювання рівня фізичної підготовленості студентів, що істотно впливає на підсумкові результати якості виконання контрольних тестів і нормативів [1]. На необхідності диференціації тренувальних навантажень для студентів із різним рівнем фізичної підготовленості та застосування окремих елементів кондиційного тренування у процесі фізичного виховання наголошено в наукових розробках [7-9].

Підсумовуючи вищенаведене, констатуємо, що незважаючи на достатньо високий рівень висвітлення питань фізичної підготовленості студентської молоді остаточно не вирішеною залишається проблематика формування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних вищих навчальних закладів, у якій провідне місце займає вдосконалення рівня фізичної підготовленості.

Мета дослідження – оцінити поточний рівень фізичної підготовленості студенток 1-2 курсів медичних і фармацевтичних факультетів Запорізького державного медичного університету та дослідити її динаміку протягом навчального року.

Виклад основного матеріалу дослідження. З метою визначення поточного рівня фізичної підготовленості відібрано тести, які широко застосовуються в практиці фізичного виховання і дозволяють, достатньо об'єктивно, оцінити рівень розвитку рухових здібностей студенток: швидкісних, силових, координаційних здібностей і загальної витривалості (табл. 1).

Таблиця 1

Показники фізичної підготовленості студенток 1-2 курсів медичних і фармацевтичних факультетів Запорізького державного медичного університету ($\chi \pm m$), $n=273$

Тести	Показники фізичної підготовленості			
	1 медичний факультет	2 медичний факультет	3 медичний факультет	фармацевтичний факультет
Біг 30 м, с	5,67±0,17	5,7±0,15	5,66±0,16	5,72±0,17
Стрибок у довжину з місця, см	160,56±5,22	162,51±6,11	166,14±7,34	164,1±6,16
Човниковий біг (4x9 м), с	11,23±0,30	11,15±0,29	11,35±0,87	10,79±0,20
Піднімання тулуба в положення сидячи, п	38,7±3,14	37,7±3,44	40,05±3,92	39,5±3,77
Згинання, розгинання рук в упорі лежачи, п	15,6±2,18 1	17,15±1,69	14,65±2,26	14,95±2,16
Присідання на правій-лівій нозі, п	14,7±2,24	14,9±2,18	15,2±2,29	14,77±2,51
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, п	19,52±2,21	18,37±2,78	21,05±2,75	20,05±1,23
Біг 1000 м, хв	5,02±0,15	5,06±0,17	5,03±0,17	4,98±0,19

Примітки: п – кількісне значення показника; χ – значення середнього арифметичного показника; m – значення помилки середнього арифметичного показника

З точки зору професійно-прикладної фізичної підготовки студенток значущими є рухові здібності, що відповідні конкретній медичній спеціальності. Стосовно наших досліджень, на медичних і фармацевтичному факультетах Запорізького державного медичного університету навчаються студентки за наступними спеціальностями: перший медичний факультет – «Лікувальна справа», другий медичний факультет – «Педіатрія», третій медичний факультет – «Стоматологія» і фармацевтичний факультет – «Фармація».

Аналіз показників фізичної підготовленості студенток, які наведені в таблиці 1, дозволяє констатувати відсутність статистично достовірних відмінностей у студенток 1, 2, 3 медичних і фармацевтичного факультетів Запорізького державного медичного університету в 2016-2017 н.р. Наявні відмінності не перевищують значень помилки показників середньої арифметичної величини з урахуванням діапазону даних.

В таблиці 2 наведено показники оцінки фізичної підготовленості студенток 1-2-х курсів, які вони отримали в процесі модульного контролю з дисципліни «Фізичне виховання і здоров'я».

Таблиця 2

Узагальнені результати оцінки фізичної підготовленості студенток 1-2 курсів медичних і фармацевтичних факультетів Запорізького державного медичного університету (%), n=273

Рухові здібності	Курс	Оцінка фізичної підготовленості студенток, %			
		Відмінно	Добре	задовільно	незадовільно
Силові здібності	1	3,0	11,9	38,5	46,6
	2	2,9	11,3	26,5	59,3
Витривалість	1	7,2	15,6	33,4	43,8
	2	5,9	13,4	44,1	36,6
Гнучкість	1	48,9	13,2	15,6	22,3
	2	54,5	18,2	14,0	13,3
Координаційні здібності	1	24,5	29,9	42,1	3,5
	2	24,9	28,5	44,1	2,5
Швидкісні здібності	1	11,2	22,5	47,8	18,5
	2	15,0	16,9	51,2	16,9

Аналіз показників успішності студенток з дисципліни «Фізичне виховання і здоров'я» дозволяє наголосити, що їй притаманна певна структура, а саме: найбільш високі показники успішності у студенток зафіксовано за показниками розвитку гнучкості та координаційних здібностей. У студенток першого курсу оцінки «відмінно» та «добре» отримали 62,1% за виконання нормативів і контрольних тестів, які детермінують розвиток гнучкості; 54,4% за виконання нормативів і контрольних тестів стосовно розвитку координаційних здібностей. Протилежна тенденція спостерігається за оцінками показників прояву силових, швидкісних здібностей і витривалості. Оцінки «відмінно» та «добре» отримали 14,9%, 33,7% і 22,8% студенток першого курсу відповідно. Аналогічно зростає або зменшується частка оцінок «задовільно» та «незадовільно».

Ці тенденції простежуються в оцінці показників фізичної підготовленості студенток 2 курсу медичних і фармацевтичного факультетів. Частка оцінок «відмінно» та «добре» за результатами виконання нормативів і тестових завдань стосовно розвитку гнучкості та координаційних здібностей складає 72,7% і 53,4% відповідно. Зворотна тенденція спостерігається за показниками прояву силових, швидкісних здібностей і витривалості: оцінки «відмінно» та «добре» отримали 14,2%, 31,9% і 19,3% студенток другого курсу відповідно.

Отримані, в результаті проведених досліджень, дані є підґрунтям для формування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студенток медичних вищих навчальних закладів. З одного боку, оцінку показників фізичної підготовленості та прояву рухових здібностей доцільно використовувати в якості чинників оперативного, поточного та етапного контролю, з іншого, необхідно розробити критерії, нормативи, шкали оцінок у системі професійно-прикладної фізичної підготовки студенток для конкретних медичних або фармацевтичних спеціальностей: хірурга, терапевта, офтальмолога та ін.

Висновки.

1. Проведена, в результаті експериментальних досліджень, оцінка рівня фізичної підготовленості студенток 1-2-х курсів медичних і фармацевтичного факультетів свідчить про наявність тенденцій до більш високих показників за оцінками прояву гнучкості та координаційних здібностей і, відповідно, значно нижчих показників рівня розвитку силових, швидкісних здібностей і загальної витривалості.

2. Формування системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних вищих навчальних закладів потребує вдосконалення системи оцінювання рівня прояву рухових здібностей і відповідної спрямованості застосування засобів фізичного виховання до вимог конкретної професіограми майбутнього медичного працівника (або фармацевта) – хірурга, терапевта, офтальмолога та ін.

3. На окрему увагу науковців заслуговують питання вдосконалення контрольних нормативів і тестових завдань стосовно оцінювання прояву рухових здібностей студенток з урахуванням комплексу чинників: відповідності вправ теорії тестів, психоемоційного стану і фаз оваріально-менструального циклу студенток, узгодження практичних занять з дисципліни «Фізичне виховання і здоров'я» з режимом самостійних занять фізичною культурою та спортом, тощо.

Перспективи подальших розробок даному напрямку ґрунтуються на необхідності подальшої розробки системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів медичних вищих навчальних закладів з урахуванням вимог до рівня фізичної підготовленості конкретної медичної або фармацевтичної спеціальності та її впровадження в практичну діяльність

кафедр фізичного виховання і здоров'я та студентських спортивно-оздоровчих клубів.

Література

1. Андрійчук О. Особливості фізичного й психологічного компонентів здоров'я студентів залежно від їхніх навчальних досягнень / О. Андрійчук, А. Шевчук, О. Самчук, А. Хомич // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2015. – № 3 (31). – С. 96-104.
2. Дух Т. Фізична підготовленість як критерій ефективності фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів / Т. Дух, О. Лесько, Н. Рачук // Молода спортивна наука України. – 2015. – Т. 2. – С. 81-85.
3. Павлюк Р. Стан фізичної підготовленості студентів ВНЗ як індикатор якості їхнього фізичного виховання / Р. Павлюк, В. Світлик, Ю. Боровик, О. Булатов // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). – 2016. – Вип. 03 (72) 16. – С. 96-99.
4. Петрина Р. Оцінювання показників фізичної підготовленості студентів ВНЗ / Р. Петрина, В. Стадник, А. Окопний // Молода спортивна наука України. – 2013. – Т. 2. – С. 212-216.
5. Сабіров О. Стан фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів / О. Сабіров, В. Пантук, А. Шевчук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – 2016. – №4 (36). – С. 67-72.
6. Brueilly K.E. The Effect of Early Contextual Learning on Student Physical Therapists' Self-perceived Level of Clinical Preparedness / K.E. Brueilly, T.K. Nelson, T.N. Gravano, P.G. Kroll // Physical Therapy Faculty Research: Marshall University. – 2009. – P. 6-13.
7. Faidevych V. The level of physical preparedness of students of higher educational institutions as a prerequisite of modular training / V. Faidevych // Journal of Education, Health and Sport. – 2015. – №5 (6). – P. 87-94. DOI: 10.5281/zenodo.18330
8. Kozhurina I.E. Određivanje optimalne fizičke aktivnosti za studentice s različitom razinom razvoja motornih sposobnosti / I.E. Kozhurina // Tehnički glasnik. – 2015 – № 9 (1). – S.51-53.
9. Liudovik T. Efficiency of professionally applied physical preparation program and its influence on the psychophysiological function level of students studying «micro and nanoelectronics» / T. Liudovik, L. Kozibroda, S. Romanchuk, A. Dunets, O. Lesko // Journal of Physical Education and Sport. – 2016. – № 16 (3). – P. 927-931. DOI:10.7752/jpes.2016.03146
10. Yang Y.-Y. Effects of a new parallel primary healthcare centre and on-campus training programme on history taking, physical examination skills and medical students' preparedness: a prospective comparative study in Taiwan / Ying-Ying Yang et al. // BMJ OPEN: [Medical education and training Research]. – 2017. –7:e016294. doi:10.1136/bmjopen-2017-016294.

Сироватко З.В.

**Національний технічний університет України
«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»**

ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ У СТУДЕНТІВ ПІД ЗАНЯТЬ ВОЛЕЙБОЛОМ

В статті розкрито важливе значення спортивно-ігрової діяльності студентів на розвитку фізичних якостей.

Охарактеризовано особливості методики розвитку фізичних якостей у студентів волейболістів та показано їх вплив на результати змагальної діяльності.

Ключові слова: волейбол, методика, фізичні якості, студенти-волейболісти.

Сироватко З.В. Особенности методики развития физических качеств в студентов во время занятий волейболом. В статье раскрыто важное значение спортивно-игровой деятельности студентов на развитии физических качеств.

Охарактеризованы особенности методики развития физических качеств у студентов волейболистов и показано их влияние на результаты соревновательной деятельности.

Ключевые слова: волейбол, методика, физические качества, студенты-волейболисты.

Syrovatko Z. Features of the methodology of development of physical qualities in students during volleyball. The article reveals the importance of sports and gaming activities of students on the development of physical qualities. Characteristics of the methodology of development of physical qualities in students of volleyball players are described and their influence on the results of competitive activity is shown.

Volleyball is one of the most popular sports games. This game has spread among student youth for the great emotionality, motor activity, which requires players to detect various physical qualities and motor activities. Systematic volleyball classes not only increase the level of muscular fitness, improve the health, but also get great pleasure from the classes.

However, in modern conditions, improvement of the methods of development of physical qualities of students for volleyball lessons becomes especially relevant, because this problem is given insufficient attention, which leads to a gradual decrease in their interest in the classes themselves on physical education.

The process of training volleyball involves a system of pedagogical influence on the formation of the child's personality and his physical education. Therefore, the training process involves high requirements, which are not limited to the training of athletes. Along with physical development and sports improvement it is necessary to educate a person of modern society.

In the process of exercises under the influence of physical exercises the student-volleyball is brought up appropriate skills and abilities. The repeated repetition of exercises affects the activities of all organs and systems.

The basis of the physical training of young volleyball players is the speed and strength training and development of force,