

УДК 796.07:377.35-057.875(045)

Фотинюк В. Г.  
кандидат педагогічних наук, доцент  
Національний авіаційний університет

## АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДЕРЖАВНОГО ТЕСТУВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ З ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ

У статті відображаються результати державного тестування з фізичної підготовленості студентів першого курсу ВОЗ. Завдання даного дослідження полягало у проведенні тестування для визначення фізичної підготовленості студентів першого курсу, а також аналіз результатів проведеного дослідження.

У процесі дослідження встановлено, що рівні фізичної підготовленості у більше 82,36 % студентів першого курсу мають низький рівень, що відповідає оцінці незадовільно.

Отримані результати державного тестування підтверджують низький рівень фізичної підготовленості студентів першого курсу у повній мірі який не відповідає вимогам, що ставляться до сучасного фахівця. Подальшого удосконалення вимагає реалізація розділу фізичної підготовки студентів як складової процесу фізичного виховання в тому числі і самовдосконалення.

**Ключові слова:** студенти, тестування, рівні, фізична підготовленість.

**Фотинюк В. Г. Анализ результатов государственного тестирования студенческой молодежи из физической подготовленности.** В статье отображаются результаты государственного тестирования из физической подготовленности студентов первого курса ВОЗ. Задача данного исследования заключалась в проведении тестирования для определения физической подготовленности студентов первого курса, а также анализ результатов проведенного исследования.

В процессе исследования установлено, что уровни физической подготовленности в больше 82,36 % студентов первого курса имеют уровень, который отвечает оценке неудовлетворительно.

Полученные результаты государственного тестирования подтверждают низкий уровень физической подготовленности студентов первого курса в полной мере который не отвечает требованиям, которые относятся к современному специалисту. Дальнейшего усовершенствования требует реализация раздела физической подготовки студентов как составляющей процесса физического воспитания в том числе и самосовершенствования.

**Ключевые слова:** студенты, тестирование, уровень, физическая подготовленность.

**Fotyniuk V. Analysis of results of state testing of student youth from physical preparation.** In the article the results of the state testing are represented from physical preparedness of students of the first course of BO3. The task of this research consisted in the conducted testing for determination of physical preparedness of students of the first course, and also analysis of results undertaken a study. It is set in the process of research, that the levels of physical preparedness in more than 82,36 % students of the first course have subzero level that answers an estimation unsatisfactorily. Physical fitness was determined by means of speed training (running 100 m), endurance exercises (running 3000 m (h), exercises (pulling on the crossbar (h), strength exercises (jump in length from place), exercise exercises for shuttle running 4 x 9 m., exercises for flexibility (tilt of the trunk forward from the sitting position see). In the investigated attended by first year students of the higher education institution (HEI) (n = 136; 136 boys). Age of study participants was 17 – 20 years. All participants according to the data of the medical examination belonged to the main medical group.

The got results of the state testing confirm the low level of physical preparedness of students of the first course in a complete measure that does not answer requirements that behave to the modern specialist. A further improvement is required by realization of division of physical preparation of students as a constituent of process of including self-perfection.

**Key words:** students, testing, level, physical preparedness.

**Постановка проблеми.** Фізична підготовленість студентської молоді, яка в цілому являє собою комплекс різноманітних фізичних якостей (сили, швидкості, витривалості, спритності, гнучкості), які через нераціональний розподіл часу на навчання та відпочинок, малорухливий спосіб життя поступово знижується.

Відповідно до статті 7 Закону України "Про фізичну культуру і спорт", Постанови Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 року № 1045 "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України" оцінювання для студентської молоді навчальних закладів усіх типів незалежно від форми власності є обов'язковим. Одним з основних завдань щорічного оцінювання є: визначення рівня фізичної підготовленості; сприяння розвитку фізичної культури серед населення України; формування у населення України потреби в руховій активності [8]. Як наголошено у нормативних документах, починаючи з 2017 року, тестування повинно стати головним показником системи контролю за станом фізичного розвитку та здоров'я студентської молоді Зростання кількості студентів з низьким рівнем розвитку фізичних якостей, зниження рівня рухової активності молоді, зумовлюють необхідність проведення теоретичних та експериментальних досліджень.

Матеріали даної статті відображають результати дослідження науково – педагогічними працівниками кафедри фізичного виховання та спортивної підготовки Національного авіаційного університету (м. Київ) теми НДР № 67/12.01.06, «Індивідуальні типологічні особливості нервової системи, як базової передумови системи оцінки фізичних можливостей студентів I курсу»

**Аналіз літературних джерел.** Питання фізичної підготовленості студентської молоді є досить актуальним та знаходить своє відображення у багатьох наукових працях.

Аналіз останніх досліджень і публікацій із проблеми визначення рівня фізичної підготовленості студентської молоді присвячено чимало наукових праць [1, 2, 3, 4, 7, 11]. За результатами їхніх досліджень доведено, що рівень фізичної підготовленості студентів-першокурсників надзвичайно низький. Викликає занепокоєння той факт, що подібна тенденція з кожним роком посилюється. Сучасна ситуація, що спостерігається в галузі фізичного виховання і в загальноосвітній, і у вищій школі, свідчить про його занепад. Ряд авторів [4, 5, 10, 11], які досліджували фізичну підготовленість студентів і провели якісну оцінку розвитку їхніх фізичних якостей за Державними тестами, висловили занепокоєність із цього приводу: у більшості досліджуваних рівень розвитку фізичних якостей не відповідає нормативним вимогам.

**Мета дослідження** полягала у визначенні рівня фізичної підготовленості студентів першого курсу вищого освітнього закладу (ВОЗ).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні взяли участь 136 студентів першого курсу різних спеціальностей вищого навчального закладу (ВНЗ) (n=136; 136 юнаків). Вік учасників дослідження складав 17 – 20 років. Всі учасники за даними лікарського огляду відносились до основної медичної групи.

Фізична підготовленість визначалася за допомогою вправи на швидкість (біг 100 метрів), вправи на витривалість (біг 3000 м. (ч), вправи на силу (підтягування на перекладині (ч.), або швидкісно-силової вправи (стрибок у довжину з місця), вправи на спритність човниковий біг 4 x 9 м., вправи на гнучкість (нахил тулуба вперед з положення сидячи см.). Вони представлені в таблиці 1 [9]. Усі контрольні вправи (тести) на визначення показників розвитку рухових здібностей проводились на заняттях з фізичного виховання в основній частині.

Таблиця 1

Критерії оцінки фізичної підготовки студентів першого курсу.

з/п	Види тестів	Стать	Нормативи, бали			
			5	4	3	2
	Рівномірний біг 3000 м, хв.,	ч	13,0	13,3	14,2	15,3
	Підтягування на перекладині, разів, або стрибок у довжину з місця, см	ч	14	12	11	10
			260	240	235	205
	Біг на 100 м, с	ч	13,2	14,0	14,3	15,0
	Човниковий біг 4 x 9 м, с	ч	9,0	9,6	10,0	10,4
	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	ч	13	11	9	6

Оцінювання рівня фізичної підготовленості проводилося за шкалою результатів представлених в таблиці 2..

Таблиця 2.

Шкала результатів виконання тестів і нормативів для учнівської та студентської молоді (8-20 років)

Бали	Рівень фізичної підготовленості	Оцінка рівня фізичної підготовленості
25-21	Високий	Відмінно
20-16	Достатній	Добре
15-11	Середній	Задовільно
10 та менше	Низький	Незадовільно

Результати отриманих нами даних досліджень оброблялись за допомогою непараметричних методів статистико-ймовірнісного аналізу. Проводилася перевірка *нуль-гіпотези*. Дані, утворені цими результатами вибірки, належать до сукупності з однаковим законом розподілу.

У результаті тестування фізичної підготовки нами виявлено достовірно значущі показники студентів першого курсу ВОЗ які представлені в таблиці 3.

Таблиця 3.

Розподіл студентів першого курсу за фізичною підготовленістю.

з/п	Види тестів	Стать	Рівні, бали			
			Високий	Достатній	Середній	Низький
			5	4	3	2
	Рівномірний біг 3000 м, хв.	ч	1.47%	0.73%	6.62%	91.18%
	Підтягування на перекладині, разів, або стрибок у довжину з місця, см	ч	8.08%	11.02%	4.42%	76.48%
			Біг на 100 м, с	ч	5.14%	16.91%
	Човниковий біг 4 x 9 м, с	ч	0.00%	3.68%	13.97%	82.35%
	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	ч	5.14%	6.62%	1.47%	86.77%

Аналіз отриманих результатів, що визначають рівень фізичної підготовки студентів, які представлені в таблиці 3. засвідчили найбільш високі показники щодо виконання вправ силового, швидкісно-силового характеру (підтягування на перекладині, разів, або стрибок у довжину з місця, см): 8,08 % респондентів показали високий результат, достатній – 11,02 %; середній рівень – 4,42 %; низький рівень – 76,48%.

У вправі на витривалість (біг 3000 м.): високий рівень результатів склав – 1,47 %; достатній – 0,73 %; середній рівень – 6,62 %; низький рівень – 91,18%.

Отримані результати у вправі на швидкість (біг 100 метрів): високий рівень результатів склав – 5,14 %; достатній – 16,91 %; середній рівень результатів склав 13,24 %, кількість показників низького рівня склав – 64,71 %.

Результати, отримані при виконанні вправи спрямованої на спритність (човниковий біг 4 x 9 м.) свідчать, що результат високого рівня склав – 0,0 0%; достатній – 3,68 %; середнього рівня результати склали – 13.97%; кількість показників низького рівня в силовій вправі склала – 82,35 %.

У вправі на гнучкість (нахил тулуба вперед з положення сидячи): рівень високих результатів 5,14%; достатній – 6,62 %; середній рівень результатів склав 1,47 %; кількість показників низького рівня склала – 86,77 %.

Нами встановлено, що низка життєво необхідних функціональних показників фізичного розвитку має зниження, а саме з фізичної підготовленості: біг 3000 м. низький рівень –91,18 %. підтягування на високій перекладині, або стрибок у довжину з місця: низького рівня в вправі склала –76,48 %, біг 100 м. – низького рівня склав – 64,71 %, човниковий біг 4 x 9 м: низького рівня – 82,35 %, нахил тулуба вперед з положення сидячи: кількість показників низького рівня склала – 86,77 %.

Таким чином, контрольні тестування виявило негативну динаміку низького рівня фізичної підготовки студентів першого курсу ВОЗ, які представлені в таблиці 4.

Таблиця 4.

Розподіл студентів першого курсу за шкалою результатів виконання тестів і нормативів для студентської молоді (17–20 років)

Всього виконали учасників:	136	3 них %	136
з них за рівнем фізичної підготовленості	136	%	з них за оцінкою рівня фізичної підготовленості
Високий	1	0.74%	Відмінно
Достатній	3	2.20%	Добре
Середній	20	14.70%	Задовільно
Низький	112	82.36%	Незадовільно

Результати нашого дослідження підтверджують та доповнюють дані відомості різних авторів [3, 10, 11] про динаміку зниження показників рівня фізичної підготовленості студентів.

Наші дані доповнюють інформацію авторів [3, 5, 6, 10, 11] про низьку динаміку фізичної підготовленості студентів за весь період навчання у ВОЗ. У своєму дослідженні встановили, що рівні фізичної підготовленості у більше 82,36 % студентів першого курсу мають низький рівень, що відповідає оцінці незадовільно.

**Висновки.** Вважаємо, що основними чинниками зниження рівня фізичної підготовленості студентів є: обмежена кількість академічних занять з фізичного виховання; відсутність потреби у студентів до систематичних занять фізичними вправами; низький рівень мотивації студентів щодо занять фізичним вихованням; відсутність зацікавленості до занять фізичною культурою у вільний від навчання час; погіршення здоров'я студентської молоді ще до вступу до ВОЗ; недосконалість процесу фізичного виховання у ЗОШ.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у потребі розробки спеціальних методичних рекомендацій, які дадуть змогу не лише враховувати, а й підвищувати рівень фізичної підготовленості студентів.

#### Література

1. Белых С. И. Динамика показателей физического и функционального состояния студентов в ходе эксперимента по апробации личностно ориентированного физического воспитания / С. И. .Белых // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 9 – С. 8–15.
2. Голод Н. Динаміка параметрів фізичного розвитку і фізичної підготовленості студенток спеціальної медичної групи під впливом реабілітаційної програми / Н. Голод // Молода спортивна наука України : зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту. – Львів: ЛДУФК, – Вип. 19/2015 (3) – С. 45 – 52.
3. Гулай В. С. Фізична підготовленість та здоров'я студентів НУДПС України. / В. С. Гулай. Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт. Зб. наук. пр. Київ. Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, – Вип. 10/2014. (15) – С. 36 – 40.
4. Гуреева А. М., Клопов Р. В. Факторная структура физического состояния студенток высшего учебного заведения / А. М Гуреева, Р. В Клопов // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 7. – С. 7-11.
5. Драчук А., Романенко В., Гудима С. Порівняльна характеристика показників фізичного стану студентів 1-4 курсів ВНЗ України. / А. Драчук, В. Романенко, С. Гудима // Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінницький держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського; – Вінниця: ТОВ «Планер», Вип. 18/2014. (1) – С 76 – 83.
6. Ольховик А. В. Фізичний розвиток та фізична підготовленість студентів спеціальної медичної групи із захворюванням на вегетативно-судинну дистонію за змішаним типом / А. В. Ольховик // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2015. – № 3. – С. 38-45.
7. Павлось Р, Світлик В, Боровик Ю, Булатов О. Стан фізичної підготовленості студентів ВНЗ як індикатор якості їхнього фізичного виховання. / Р. Павлось, В. Світлик, Ю. Боровик, О. Булатов. // Науковий часопис НПУ ім. М.П.

Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт. Зб. наук. пр. Київ. Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова. Вип. 3/2016. (15) – С. 96 – 99

8. Постанова Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 року № 1045 "Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України" – Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=248719427>.

9. Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0195-17>

10. Korol S. A. Assessment of physical health and physical fitness of students of technical specialties of I course. Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, 2014, vol.11, pp. 23-29. doi:10.15561/18189172.2014.1105

11. Fotynyuk V. G. Determination of first year students' physical condition and physical fitness level. Physical education of students, 2017; 21 (3):116–120. doi:10.15561/20755279.2017.0303

#### References

1. Belykh S. I. (2013), "Dynamics of physical and functional status of students in the experiment on approvals personality oriented physical education". Pedagogics, psychology, medicalbiological problems of physical training sports, Vol. 9, pp. 8-15.

2. Golod N. (2015), "Dinamika parametriv fizichnogo rozvitku i fizichnoi pidgotovlenosti studentok special'noi medichnoi grupi pid vplivom reabilitacijnoi programi". Moloda sportivna nauka Ukraini, Vol.19, no. 3, pp. 45 - 52.

3. Gula V. S. (2014), "Physical fitness and health of students NUSTS Ukraine". Science magazine named NEA. MP Dragomanova. Scientific-pedagogical problems of physical culture. Physical culture and sport. Coll. Science. pr. Kyiv. Izdatel'stvo nous of MP Dragomanova, Vol. 15, no. 10, pp. 36 - 40.

4. Gurieieva A. M., and Klopov R. V. (2014), "Factor structure of physical state of female students of higher education institution". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports. Vol. 7, pp. 7-11.

5. Drachuk A. Romanenko V., and Hudyma C. (2014)"Comparative specifications in physical condition of students 1-4 courses of universities in Ukraine". Physical Culture, Sport and Health of the Nation: Coll. Science. pr. Vinnitsa state. ped. Univ name Kotsiubynskyi; - Ball: LLC "Glider", Vol. 18, no. 1, pp. 76 – 83.

6. Olchovik A. V. (2015), "Physical development and physical preparedness of students of special medical group with the disease of vegetative-vascular dystonia of mixed type". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, Vol. 3, pp. 38 – 45

7. Pavlos R. Svitlyk V., J. Borovik, and Bulatov A. (2016),"State of physical fitness of university students as an indicator of their quality of physical education". Science magazine named NEA. MP Dragomanova. Scientific-pedagogical problems of physical culture. Physical culture and sport. Coll. Science. pr. Kyiv. Izdatel'stvo nous of MP Dragomanova, Vol. 15, no. 3, pp. 96 – 99

8. Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated December 9, 2015 No. 1045 "On Approval of the Procedure for conducting an annual evaluation of the physical preparedness of the population of Ukraine", available at: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?Docid=248719427>.

9. On the approval of tests and standards for conducting an annual evaluation of physical preparedness of the population of Ukraine, available at: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0195-17>

10. Korol S. A. "(2014), Assessment of physical health and physical fitness of students of technical specialties of I course". Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports, Vol. 11, pp. 23 – 29. available at: doi:10.15561/18189172.2014.1105

11. Fotynyuk V. G. (2017), "Determination of first year students' physical condition and physical fitness level". Physical education of students, Vol. 21 no. 3, pp.116–120. available at: doi:10.15561/20755279.2017.0303

**Хомяк І. І.**

**аспірант**

**Задорожна О. Р.**

**кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент**

**Львівський державний університет фізичної культури**

#### **ХАРАКТЕРИСТИКА ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ВИСОКОКВАЛІФІКОВАНИХ БОКСЕРІВ В УМОВАХ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

*У статті проаналізовано науково-методичну літературу та встановлено, що найменші зміни правил змагань вимагають дослідження змісту змагальної діяльності для встановлення модельних показників, які є орієнтиром для досягнення максимального результату.*

*Визначено структуру, зміст атакуючих та захисних техніко-тактичних дій боксерів, а також їх динаміку відповідно до змін у правилах змагань. Проаналізовано показники змагальної діяльності висококваліфікованих боксерів (півфінальні та фінальні поєдинки чемпіонатів світу та Європи 2017 року). Визначено співвідношення атакуючих техніко-тактичних дій боксерів високої кваліфікації: прямих, ударів збоку та ударів низу. Встановлено результативність техніко-тактичних дій висококваліфікованих боксерів у змагальних поєдинках, а також кількісні показники різновидів захисних техніко-тактичних дій. Також проаналізовано значущість використання боксерами високої кваліфікації у змагальній діяльності відволікаючих техніко-тактичних дій.*

**Ключові слова:** *техніко-тактичні дії, кількісні показники, змагальна діяльність, висококваліфіковані боксери.*