

В. В. Овчарук¹
І. М. Овчар²
Д. В. Пінтя¹
А. С. Нагорняк¹

ДИНАМІКА ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ ВНТУ

Вінницький національний технічний університет¹
Вінницький технічний фаховий коледж²

Анотація. У Вінницькому національному технічному університеті щорічно, згідно з тематичним планом науково-дослідної роботи 75 К1 «Моніторинг і оцінка фізичної підготовленості студентів 1-4 курсів ВНТУ», що виконується кафедрою фізичного виховання у межах робочого часу викладачів, впродовж 2020-2024 навчальних років було здійснено моніторинг та статистичну обробку результатів фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти I-IV курсів ВНТУ. У даній статті досліджено та проаналізовано динаміку показників рухової підготовленості й висвітлено особливості навчального процесу здобувачів освіти ВНТУ. Здійснено аналіз останніх досліджень і публікацій за даною темою. З допомогою методів математичної статистики визначено статичні критерії та здійснено порівняльний аналіз динаміки показників рухової підготовленості. Виявлено шляхи вдосконалення фізичної підготовленості здобувачів освіти ВНТУ під час навчання в університеті.

Ключові слова: фізичне виховання, здобувачі освіти, тестування, фізична підготовленість.

Abstract. At the Vinnytsia National Technical University, annually, according to the thematic plan of scientific research work 75 K1 "Monitoring and assessment of physical fitness of students of 1-4 years of VNTU", which is carried out by the department of physical education within the working hours of teachers, during the 2020-2024 academic years, monitoring and statistical processing of the results of physical fitness of students of higher education of the 1st-4th courses of the National Technical University. This article investigates and analyzes the dynamics of indicators of motor readiness and highlights the peculiarities of the educational process of VNTU students. An analysis of the latest research and publications on this topic was carried out. Using the methods of mathematical statistics, static criteria were determined and a comparative analysis of the dynamics of motor readiness indicators was carried out. Ways to improve the physical fitness of VNTU students while studying at the university have been identified.

Key words: physical education, education seekers, testing, physical fitness.

Вступ

Як відомо, головним показником системи контролю за станом фізичного розвитку та здоров'я населення України є щорічне оцінювання фізичної підготовленості і за даними МОН України, сучасна система фізичного виховання студентів перебуває у кризовому стані [1]. В умовах сьогодення, коли розвиток системи фізичного виховання в ЗВО регламентується нормативно-правовими актами, наказами та рекомендаціями МОН України, виникає досить багато запитань до їх трактування. Адже керівництво закладів освіти на власний розсуд може вирішувати, яку форму організації занять з фізичної культури запроваджувати у своєму навчальному закладі, що призводить до певних особливостей в побудові навчального процесу.

Універсальним засобом збереження та зміцнення здоров'я вважається рухова підготовленість, яка є важливим результатом фізичного виховання студентської молоді і визначається за допомогою розробленої системи державних тестів. Однак, враховуючи те, що в нашій країні йде повномасштабна війна, поряд з кризисними явищами останніх років в соціально-економічній, політичній і культурній сферах суспільства, та зважаючи що й система фізичного виховання у закладах вищої освіти України переживає складний процес реформ, а також з метою вдосконалення навчального процесу з фізичного виховання, постало питання особливостей підготовки здобувачів освіти ВНТУ до тестування, визначення динаміки їхнього рівня рухової підготовленості та

проведенні порівняльного аналізу згідно державних тестів і нормативів фізичної підготовленості населення України [2, 3].

Показники фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти є важливим компонентом здоров'я, підґрунтям високої працездатності та життєздатності, основою, за рахунок якої відбувається вся рухова діяльність людини. Враховуючи це, вдосконалення фізичної підготовленості студентської молоді є одним із першочергових завдань не тільки кафедр фізичного виховання та спортивних клубів, а й всієї системи вищої освіти України. Проте, кафедри фізичного виховання та сучасні методики фізичної підготовки не задовольняють в повній мірі природну біологічну потребу студентської молоді в руховій активності. Разом з цим, причини низької фізичної підготовленості студентської молоді та погіршення стану її здоров'я закладені ще на ранньому етапі виховання дітей в сім'ях, школах, професійних навчально-виховних закладах тощо [2].

Результати дослідження

Дослідження було складено відповідно постанови Кабінету Міністрів України від 09 грудня 2015 року №1045 “Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України, наказу № 4607 від 04.10.2018 р. «Про затвердження тестів і нормативів для осіб, щорічне оцінювання фізичної підготовленості яких проводиться на добровільних засадах, Інструкції про організацію його проведення та форми Звіту про результати його проведення», рішення ректорату ВНТУ від 28.08.2017 р. (протокол №1) та наказу по ВНТУ № 232 від 28.08.2017 року “Про порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості студентів ВНТУ”. Були дотримані як загальні положення так і вимоги до виконання тестів.

Вивчення динаміки показників фізичної підготовленості проводилось на базі Вінницького національного технічного університету, у якому приймали участь здобувачі вищої освіти I – IV курсів. Для оцінки рівня рухової підготовленості були використані 7 тестів: біг 100 м, стрибки у довжину з місця, ходьба 2400 м, човниковий біг 4×9 м, підтягування на перекладині, нахили тулуба вперед з положення сидячи, піднімання в сід за 1 хв. Результати тестування учасників заносилися до відомостей проходження щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України за формою наведеною у додатку 3 наказу №4665 від 15.12.2016 року «Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України». Підсумкові оцінки тестування порівнювалися зі шкалою результатів виконання тестів і нормативів для студентської молоді й оцінювалися за чотирма рівнями фізичної підготовленості: високий, достатній, середній, низький.

Зведені звіти про результати проведення тестування фізичної підготовленості здобувачами вищої освіти ВНТУ, відповідно до графіку освітнього процесу, за період 2020-2023 років представлено у таблицях 1-4.

Таблиця 1

Зведений звіт про результати проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (жовтень 2020)

№ п/п	Показник	Кількість навч. закладів, підприємств, установ, організацій, що звітували (одиниць)	Кількість осіб, які навчаються (працюють, проходять службу) у навчальних закладах, на підприємствах, в установах, організаціях, що звітували	Кількість осіб, які допущені до тестування		Кількість осіб, які отримали результати за рівнем фізичної підготовленості												
						високий		достатній		середній		низький						
А	Б	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1				всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них	
					чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.
2	Здобувачі вищої освіти	Вінницький національний технічний університет	2558	1776	1598	178	24	23	1	172	156	16	431	358	73	471	383	88

Таблиця 2

**Зведений звіт про результати проведення
щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (жовтень 2021)**

№ п/п	Показник	Кількість навч. закладів, підприємств, установ, організацій, що звітували (одиниць)	Кількість осіб, які навчаються (працюють, проходять службу) у навчальних закладах, на підприємствах, в установах, організаціях, що звітували	Кількість осіб, які допущені до тестування		Кількість осіб, які отримали результати за рівнем фізичної підготовленості												
						високий			достатній			середній			низький			
А	Б	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1				всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них	
					чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.
2	Здобувачі вищої освіти	Вінницький національний технічний університет	3294	1800	1616	184	27	26	1	177	161	16	442	365	77	477	392	89

Таблиця 3

**Зведений звіт про результати проведення
щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (жовтень 2022)**

№ п/п	Показник	Кількість навч. закладів, підприємств, установ, організацій, що звітували (одиниць)	Кількість осіб, які навчаються (працюють, проходять службу) у навчальних закладах, на підприємствах, в установах, організаціях, що звітували	Кількість осіб, які допущені до тестування		Кількість осіб, які отримали результати за рівнем фізичної підготовленості												
						високий			достатній			середній			низький			
А	Б	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1				всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них	
					чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.
2	Здобувачі вищої освіти	Вінницький національний технічний університет	3901	2120	1907	213	43	41	2	304	222	22	564	485	79	617	531	86

Таблиця 4

**Зведений звіт про результати проведення
щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України (жовтень 2023)**

№ п/п	Показник	Кількість навч. закладів, підприємств, установ, організацій, що звітували (одиниць)	Кількість осіб, які навчаються (працюють, проходять службу) у навчальних закладах, на підприємствах, в установах, організаціях, що звітували	Кількість осіб, які допущені до тестування		Кількість осіб, які отримали результати за рівнем фізичної підготовленості												
						високий			достатній			середній			низький			
А	Б	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1				всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них		всього	з них	
					чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.		чол.	жін.
2	Здобувачі вищої освіти	Вінницький національний технічний університет	3574	2167	1729	438	56	90	6	347	400	57	709	760	169	589	483	186

Слід відзначити, що визначення рівня фізичної підготовленості здобувачів освіти ВНТУ проводилося на початку кожного навчального року.

Проаналізувавши отримані дані маємо наступні висновки по кожному навчальному році.

Так, у 2020-2021 н. р., у тестуванні прийняли участь 2558 студентів ВНТУ, з яких 1776 було допущено до тестування (1598 юнаків і 178 дівчини), а 1098 осіб (68,8%) – здали всі тести.

У 2021-2022 н. р. у тестуванні прийняли участь 3294 студенти ВНТУ, з яких 1800 було допущено до тестування (1616 юнаків і 184 дівчини), а 1123 особи (62,4%) – здали всі тести.

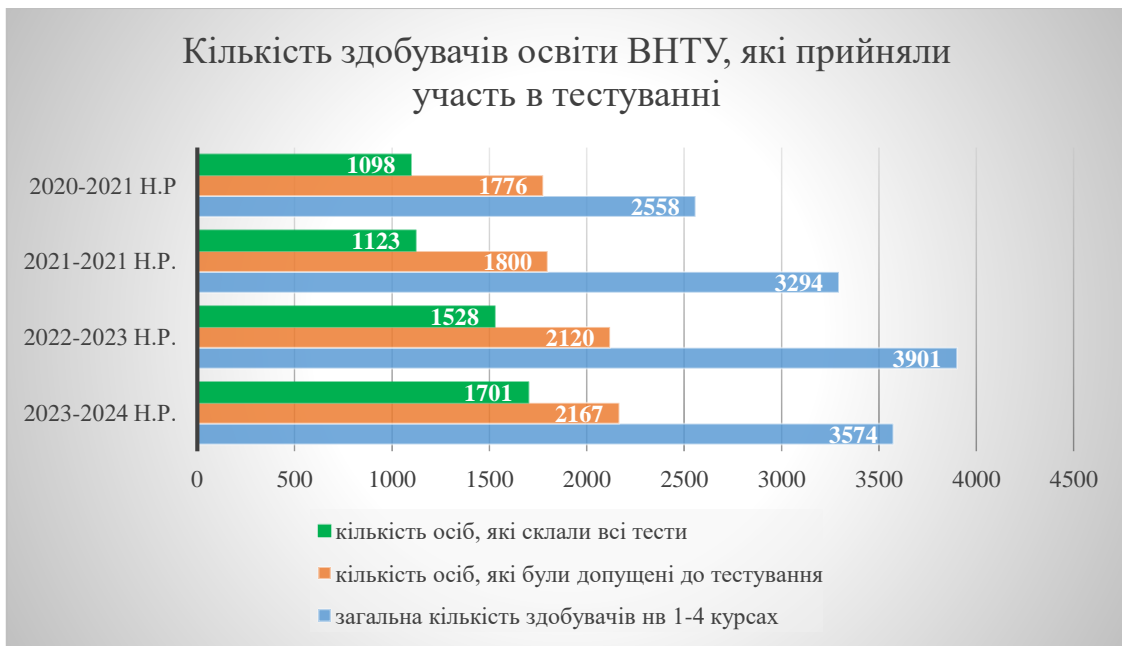


Рис. Кількість здобувачів освіти ВНТУ, які прийняли участь в тестуванні

У 2022-2023 н. р. у тестуванні прийняли участь 3901 студентів ВНТУ, з яких 2120 було допущено до тестування (1907 юнаків і 213 дівчини), а 1528 осіб (72,0%) – здали всі тести.

Так, у 2023-2024 н. р., у тестуванні прийняли участь 3574 студентів ВНТУ, з яких 2167 було допущено до тестування (1729 юнаків і 438 дівчини), а 1701 особа (78,5%) – здали всі тести.

Як бачимо, в результатах дослідження треба враховувати й те що в силу тих чи інших обставин в середньому від 37,4 до 21,5 % студентів, які були допущені до тестування не змогли здати всі нормативи. В силу цього, оцінити їх рівень фізичної підготовленості в повній мірі не було можливим. Однак, аналізуючи проміжні результати в окремих видах тестування, на нашу думку, загальної картини це не змінило б.

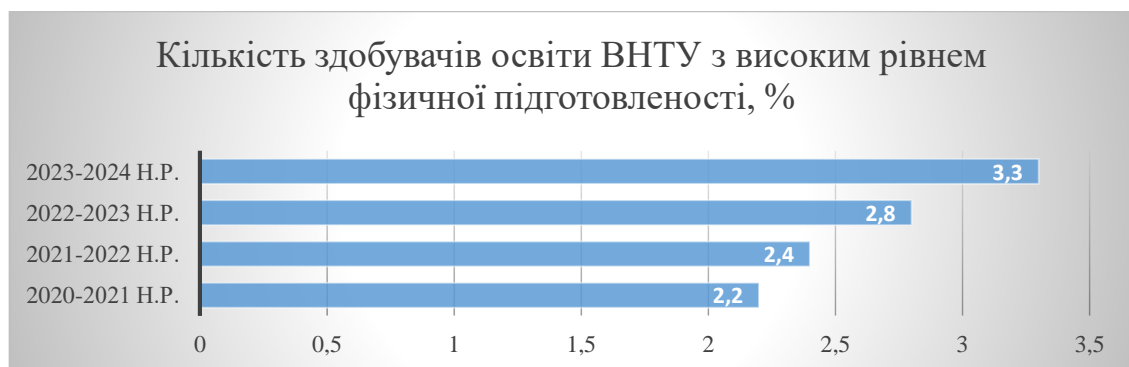


Рис. Кількість здобувачів освіти ВНТУ з високим рівнем фізичної підготовленості

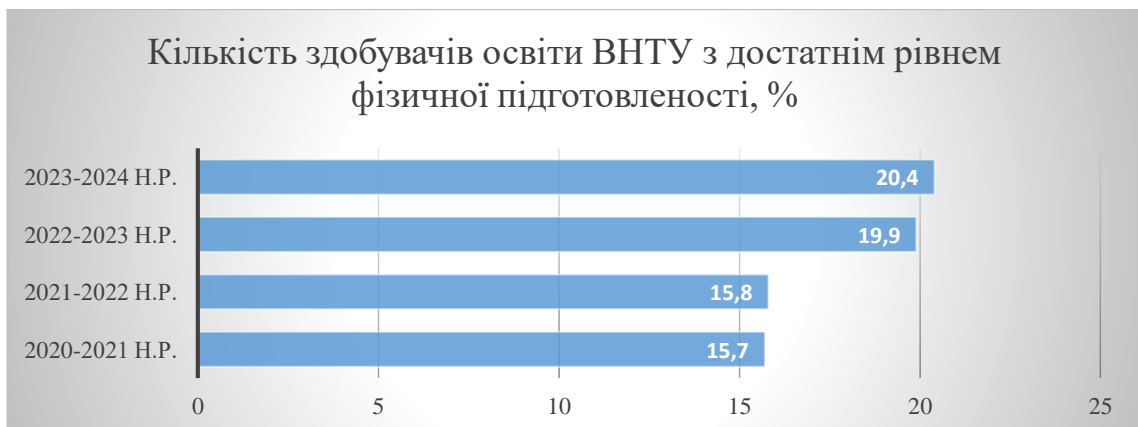


Рис. Кількість здобувачів освіти ВНТУ з достатнім рівнем фізичної підготовленості

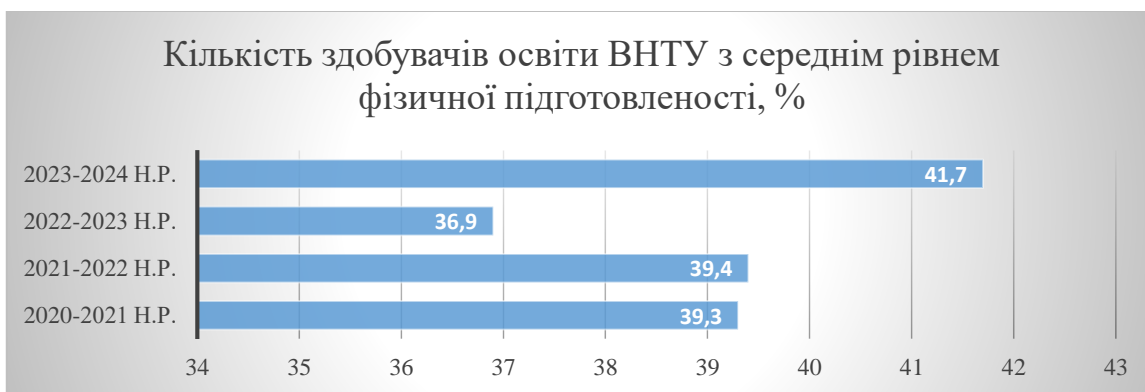


Рис. Кількість здобувачів освіти ВНТУ з середнім рівнем фізичної підготовленості



Рис. 5 Кількість здобувачів освіти ВНТУ з низьким рівнем фізичної підготовленості

З рисунків 2-5 бачимо наступну динаміку показників фізичної підготовленості здобувачів освіти ВНТУ за період 2020-2023 років:

- ✓ високий рівень – зростання відбулося з 2,2 до 3,3 %;
- ✓ достатній рівень – зростання з 15,7 до 20,4 %;
- ✓ середній рівень – впродовж 2020-2022 років спочатку зменшився з 39,3 до 36,9 %, а на початок 2023-2024 навчального року зріс до 41,7%;
- ✓ низький рівень – зменшення відбулося з 42,9 до 35,2 %.

Отримані результати дослідження вказують на позитивну динаміку показників фізичної підготовленості здобувачів освіти ВНТУ. Це свідчить про те, що студенти систематично займаються фізичною активністю та спортом. На наш погляд, цьому сприяють особливості підготовки здобувачів освіти у ВНТУ. Університетська спільнота постійно проявляє зацікавленість до ведення здорового способу життя та фізичної активності. Тренування в спортивних секціях та участь в спортивних заходах сприяють збереженню здоров'я студентів й покращують загальне самопочуття, а також підвищують їхню академічну продуктивність.

Висновки

На наш погляд, можна говорити про те, що рівень фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти ВНТУ покращується й прямопропорційно залежить саме від занять з «Фізичної культури», самостійних занять в спортивних секціях з видів спорту та участі в спортивно-масових заходах в позаурочний час.

Також, ми вважаємо, що одним із основних способів підвищення рухової підготовленості студентів є й мотиваційна складова, якої можна було б досягти, якби підсумковий контроль з дисципліни «Фізична культура» був у формі заліку із налагодженою системою об'єктивного контролю та оцінки рухових здібностей. Все це дозволило б значно підвищити мотивацію до занять фізичною культурою та спортом й в свою чергу призвело до поліпшення результатів фізичної підготовленості. В перспективі у подальших досліджень планується звернути увагу на прогнозування показників фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти ВНТУ.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року. - 2021. <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-rekomendacij-shodo-strategichnogo-rozvitku-fizichnogo-vihovannya-ta-sportu-sered-studentskoyi-molodi-na-period-do-2025-roku-5>

2. Овчарук В. В. Особливості рухової підготовленості студентів факультету електроенергетики та електромеханіки ВНТУ [Текст] / В. В. Овчарук, В. Г. Овчарук // Молодий вчений : науковий журнал. - 2015. - № 7, ч. 2. - С. 63-66.

3. Наказ від 04.10.2018 № 4607 «Про затвердження тестів і нормативів для осіб, щорічне оцінювання фізичної підготовленості яких проводиться на добровільних засадах, Інструкції про організацію його проведення та форми Звіту про результати його проведення». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1207-18#n12>

Овчарук Василь Володимирович — к. пед. н., доцент, завідувач кафедри фізичного виховання, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця, yvovcharuk@gmail.com.

Овчар Інна Миколаївна — викладач математики та інформатики, спеціаліст вищої категорії, Вінницький технічний фаховий коледж, м. Вінниця, ihycik@gmail.com.

Пінтя Дмитро Валентинович – студент ФІТА, група ЗКН-20б, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця.

Нагорняк Антон Сергійович – студент ФЕЕЕМ, група ЕМСА-22б, Вінницький національний технічний університет, м. Вінниця.

Ovcharuk Vasyl V. — Candidate of Pedagogical Sciences, associate professor, Head of the Department of Physical Education, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia, yvovcharuk@gmail.com.

Ovchar Inna M. — teacher of mathematics and informatics, specialist of the highest category, Vinnytsia Technical Vocational College, Vinnytsia, ihycik@gmail.com.

Pintya Dmytro V. — student FIITA, group ZKN-20b, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.

Nagornyak Anton S. — student FEEEM, group EMSA-22b, Vinnytsia National Technical University, Vinnytsia.