

4. Lukovs'ka O.L. Metodi klinichnikh i funktsional'nikh doslidzhen' v fizichnii kul'turi i sporti: [pidruchnik] / O.L. Lukovs'ka. – Dnipropetrovs'k: Zhurfond, 2016. – 310 s.
5. Malikov N.V. Adaptivnyye vozmozhnostiorganizma robochikh v usloviyakhpromyshlennogo proizvodstva (monografiya) / N.V.Malikov. – Zaporozh'ye: ZGU, 2002. – 271 s.
6. Mameshina M.A. Stan ta problemi fizichnogo vikhovannya v oblasnikh zagal'noosvitnikh navchal'nikh zakladakh / M.A. Mameshina, Í.P. Maslyak, V.O. Zhuk // Slobozhans'kiy naukovo-sportivniy visnik. – 2015. – № 3. – S. 52–56.
7. Maslyak Í.P. Optimizatsiya protsesu fizichnogo vikhovannya shkolyariv molodshikh klasiv / Í.P. Maslyak // Teoriya ta metodika fizichnogo vikhovannya : Naukovo-metodichniy zhurnal. – Kharkiv: Vid. «OVS», 2006. – № 3. – S. 5–8.
8. Monitoring i korrektsiya fizicheskogo zdorov'ya shkol'nikov: metod. posobiye / [S.D. Polyakov, S.V. Khrushchev, I.T. Korneyeva i dr.]. – Ayris-press, 2006. – 96 s.
9. Sovremennyye metody issledovaniya funktsional'nogo sostoyaniya serdechno-sosudistoy i dykhatel'noy sistem v fizicheskoy kul'ture i sporte / [Savchenko V.G., Moskalenko N.V., Lukovskaya O.L., Kovtun A.A.]. – Dnepropetrovsk, 2007. – 89 s.
10. Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya / Pod red. T.YU. Krutsevich. – K.: Olimpiys'ka literatura, 2008. – 368 s.

УДК 796.322 : 796.071 : 005.584

РІВЕНЬ ПРАКТИЧНИХ ВМІНЬ З ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Сінюгіна М.Б., Чипко О.О.

69600, Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66, Україна

hostkvo@mail.ru

Вивчено рівень сформованості практичних вмінь з плавання на основі експертної оцінки викладачів (за 10-бальною системою). Проаналізована динаміка успішності студентів 2 курсу напряму підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» факультету фізичного виховання ЗНУ з дисципліни «Плавання з методиками викладання» поточного і минулого навчальних років. Проведено тестування спеціальної фізичної підготовленості з дисципліни. Дослідження проведено на базі у ДЮСШОР «Мотор-січ» з плавання та стрибків у воду. У дослідженні взяли участь студенти 2 курсу факультету фізичного виховання напрямів підготовки «Фізичне виховання» (59 осіб), «Спорт» (25) у загальній кількості 84 особи, викладачі факультету фізичного виховання, які проводять заняття з плавання у ЗНУ. Визначено, що існуюча кількість навчальних годин не дає можливості студентам у повному обсязі засвоїти теоретичні аспекти дисципліни та оволодіти на практиці технікою спортивних та прикладних способів плавання. Рівень практичних вмінь студентів факультету фізичного виховання з плавання є задовільним. Середній бал успішності студентів напрямів підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» відповідав задовільному і доброму рівням. Існуюча кількість навчальних годин, яка відведена на засвоєння вмінь з плавання, не дає можливості засвоїти спортивні та прикладні способи плавання.

Ключові слова: плавання, студент, практичні вміння.

УРОВЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ ЗАПОРОЖСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА

Синюгина М.Б., Чипко А.А.

69600, Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66, Украина

hostkvo@mail.ru

Изучен уровень сформированности практических умений по плаванию на основе экспертной оценки преподавателей (по 10-балльной системе). Проанализирована динамика успеваемости студентов 2 курса направления подготовки «Физическое воспитание» и «Спорт» факультета физического воспитания ЗНУ по дисциплине «Плавание с методиками преподавания» текущего и прошлого учебного года. Проведено тестирование специальной физической подготовленности по дисциплине. Исследование проведено на базе в ДЮСШОР «Мотор-Сич» по плаванию и прыжкам в воду. В исследовании приняли участие студенты 2 курса

факультета фізического воститання направлений подготовки «Фізическое воститание» (59 человек), «Спорт» (25) в общем количестве 84 человека, преподаватели факультета фізического воститання, проводят занятия по плаванию в ЗНУ. Определено, что существующее количество учебных часов, не дает возможности усвоить основные спортивные способы плавания. Уровень практических умений студентов факультета фізического воститання по плаванию является удовлетворительным. Средний балл успеваемости студентов направлений подготовки «Фізическое воститание» и «Спорт» отвечал удовлетворительному и хорошему уровням. Существующее количество учебных часов, которая отведена на усвоение умений по плаванию, не дает возможности усвоить спортивные и прикладные способы плавания.

Ключевые слова: плавание, студент, практические умения.

Key words: swimming, student, practical skills.

THE LEVEL OF FORMATION OF PRACTICAL SKILLS IN SWIMMING OF STUDENTS IN THE ZAPORIZHZHYA NATIONAL UNIVERSITY

Sinyugina M., Chipko O.O.

69600, Zaporizhzhya National University, Zhukovsky str., 66, Ukraine

hostkvo@mail.ru

Studied the level of formation of practical skills in swimming, based on expert evaluation of teachers (10 points system). The dynamics of progress in training in the past and present academic year was analyzed for the 2nd year students of «Physical Education» and «Sport», faculty of Physical Education of ZNU, subject, «Swimming with teaching methods». Testing of special physical condition was performed. It was determined that the existing number of training hours, makes it impossible to learn the basic methods of sports swimming. The level of practical skills of students of faculty of physical training in swimming is satisfactory. Grade point average (GPA) of student performance in «Physical Education» and «Sport» emphasized satisfactory and good levels.

Key words: swimming, student, practical skills.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Навчання у вищій – важливий етап формування особистості майбутнього фахівця, його професійних вмінь та навичок [1]. Дослідження різних проблем підвищення рівня здоров'я та якості життя через заняття плаванням представлені в багатьох роботах [2, 4]. Автори засвідчили напрями ефективного вирішення поставлених проблем і навели практичні рекомендації, що стосуються студентів з різним рівнем підготовки. Разом з тим, відзначено помітне зниження рівня здоров'я студентської молоді [3,5,6].

Теоретичний аналіз літератури свідчить, що існуюча система підготовки фахівців фізичного виховання та спорту, здатних на високому професійному рівні керувати процесом фізичного виховання дітей не задовольняє сучасних потреб. У більшості випускників факультетів фізичного виховання не сформована готовність до фізкультурно-оздоровчої діяльності, яка значною мірою визначає успішність реалізації функцій вчителя фізичної культури ЗОШ [2]. Заняття плаванням і їх ефективність багато в чому залежать від правильної організації навчального процесу, відповідного технічного та кадрового забезпечення [7]. Якісні зміни в професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту підвищує спеціальні вимоги до формування сучасного рівня підготовки вчителів фізичної культури [3]. Важливою ланкою професійної підготовки кваліфікованих педагогічних кадрів є вдосконалення теорії та методик викладання спеціального предмета «Плавання» на основі накопиченого досвіду вивчення навчальної, спортивної та педагогічної дисципліни.

Спортивне плавання – один із найбільш масових і популярних видів спорту, за кількістю медалей, що розігруються на Олімпійських іграх, який поступається лише легкій атлетиці [2]. Фахівцю з фізичного виховання та спорту, який вивчає предмет «Плавання з методиками викладання», необхідно ознайомитися з теорією і методикою навчання та історією плавання. Цей напрям є основним і характеризується набуттям життєво необхідної навички – вміння плавати і, пов'язаних з нею теоретичних знань. Отримані вміння є базою для спеціалізації в спортивній і професійно-прикладній діяльності. Вміння плавати необхідне, і для занять багатьма видами спорту, і для оволодіння професіями, що пов'язані з водним середовищем.

ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ

Мета дослідження – оцінити рівень сформованості практичних умінь із плавання у студентів 2 курсу напряму підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» факультету фізичного виховання ЗНУ. У зв'язку з метою дослідження перед роботою були поставлені завдання:

1. Визначити рівень практичних вмінь з плавання у студентів 2 курсу на основі експертної оцінки викладачів.
2. Визначити рівень спеціальної фізичної підготовленості з плавання студентів 2 курсу.

Для вирішення поставлених завдань у роботі були використані методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел за темою дослідження; педагогічні спостереження; експертна оцінка викладачів щодо визначення рівня практичних вмінь студентів з дисципліни «Плавання з методиками викладання» студентів 2 курсу; методи математичної статистики (визначення середніх величин – середнього арифметичного значення (\bar{x}), відхилення від середнього арифметичного (m), критерій вірогідності за Стьюдентом (t) [5].

Дослідження проведене на базі у СДЮШОР «Мотор-січ» з плавання та стрибків у воду. У дослідженні взяли участь студенти 2 курсу факультету фізичного виховання напрямів підготовки «Фізичне виховання» (59 осіб), «Спорт» (25) у загальній кількості 84 особи, викладачі факультету фізичного виховання, які проводять заняття з плавання у ЗНУ.

Ми вивчили рівень сформованості практичних вмінь з плавання у студентів на основі експертної оцінки викладачів з плавання (за 10-бальною системою).

Тестування спеціальної фізичної підготовленості проводилось за такими показниками:

На суші: біг на місці за 20 с, кількість кроків; піднімання в сід з положення лежачи за 30 с, кількість разів; згинання і розгинання рук в упорі лежачи за 20 с, кількість разів; кількість вистрибувань вгору з торканням рукою предмету за 20 с, кількість разів; стрибок у довжину з місця.

У воді: плавання 100 м кролем на грудях, брасом та на спині, с; плавання 25 м за допомогою ніг, с; плавання 25 м за допомогою рук, с.

Проаналізована динаміка успішності студентів 2 курсу з дисципліни «Плавання з методикою викладання» поточного навчального року і минулого студентів напрямів підготовки «Фізичне виховання», «Спорт».

РЕЗУЛЬТАТИ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

Під час дослідження ми з'ясували, що студенти, які вивчають дисципліну «Плавання з методиками викладання» (54 академічні години, 1,5 кредита – **один семестр**) повинні оволодіти технікою трьох обов'язкових спортивних стилів плавання, вміти надавати допомогу і рятувати потопаючого, оволодіти теоретичними знаннями, правилами проведення змагань з плавання, проводити заняття з початкового навчання способам плавання, брати участь у змаганнях як спортсмени і судді тощо. Разом з тим, рівень початкової фізичної підготовленості молоді, яка виступає у вищій навчальній заклад, зокрема на факультет фізичного виховання, з кожним роком знижується, що не дозволяє їм успішно засвоювати програму навчання. Як наслідок, проведені педагогічні дослідження дозволяють констатувати той факт, що існуюча кількість навчальних годин, відведені на засвоєння вмінь з плавання, не дає можливості майже 90% студентів оволодіти на практиці технікою спортивних та прикладних способів плавання.

Під час дослідження низьким балом викладачі оцінили техніку плавання студентів способом батерфляй, а також уміння **самостійно побудувати та провести** тренувальне заняття з кваліфікованими та юними спортсменами (табл.1). Найвищим балом викладачі оцінили вміння студентів плавати кролем і брасом у повній координації, пірнати, здійснювати суддівство змагань з плавання, транспортувати потопаючого.

Таблиця 1 – Вивчення сформованості практичних умінь з плавання у студентів 2 курсу (оцінка експертів за 10-бальною системою, $X \pm m$)

Предметно-практичні знання і вміння	ФВ	Спорт
Проведення уроку з початкового навчання плаванню	3,3 \pm 0,23	3,0 \pm 0,5
Проведення уроку з плавання з різновіковими групами	3,5 \pm 0,5	3,2 \pm 0,6
Проведення тренувального заняття з плавання з юними спортсменами	3,2 \pm 0,1	3,2 \pm 0,7
Проведення тренувального заняття з плавання з кваліфікованими спортсменами	2,0 \pm 0,3	2,5 \pm 0,9
Плавання на спині в повній координації	5,9 \pm 0,1	6,0 \pm 0,3
Плавання кролем на грудях у повній координації	7,1 \pm 0,7	7,0 \pm 0,6
Плавання брасом у повній координації	6,0 \pm 0,7	6,0 \pm 0,5
Плавання батерфляєм у повній координації	1,0 \pm 0,9	1,2 \pm 0,4
Транспортування потопаючого	6,3 \pm 0,1	6,0 \pm 0,9
Пірнавання в глибину та довжину	7,1 \pm 0,4	7,4 \pm 0,2
Суддівство змагань та склад суддівської колегії	6,2 \pm 0,2	6,5 \pm 0,8

Також нами була проаналізована динаміка успішності студентів 2 курсу з дисципліни «Плавання з методиками викладання» поточного навчального року і минулого (рис.1). Виявлено, що динаміка успішності у студентів напряму підготовки «Спорт» є негативною.

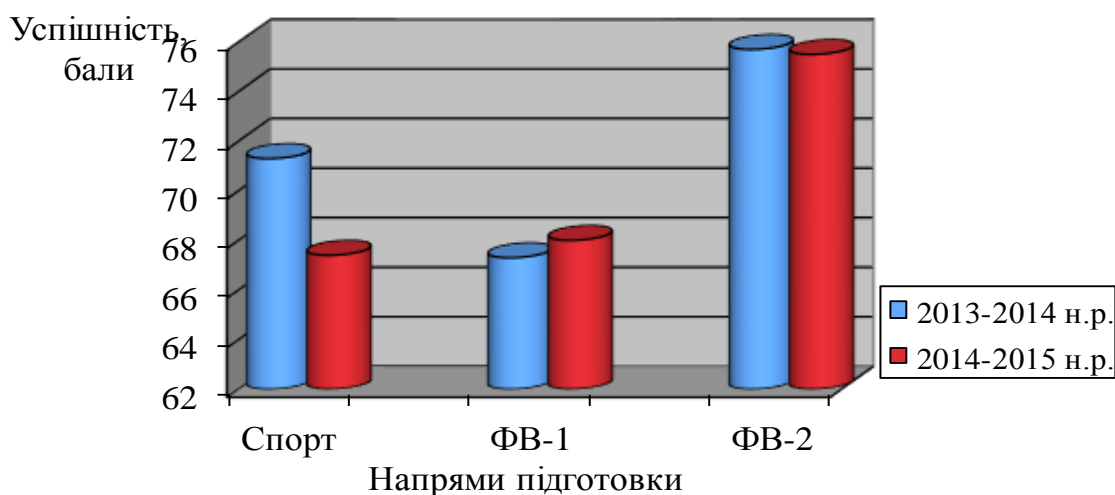


Рис. 1. Динаміка успішності студентів 2 курсу з предмета «Плавання з методиками викладання»

Середній бал студентів першої групи напряму підготовки «Фізичне виховання» дещо підвищився (у поточному році – 68,0 \pm 1,9 балів, порівняно з минулим роком навчання – 67,3 \pm 2,3 балів). У студентів другої групи напряму «Фізичне виховання» цей рівень майже не змінився. Середній бал студентів напрямів підготовки «Спорт» і першої групи «Фізичне виховання» відповідав задовільному рівню. На доброму рівні опинились студенти другої групи напряму «Фізичне виховання». У таблицях 2, 3 наведено результати тестування спеціальної фізичної підготовленості юнаків і дівчат.

На відміну від минулого року (2015-2016 н.р.), в якому плавання проходило протягом 2 семестрів (1 рік) по 2 години на тиждень, – з цього (2016-2017 н.р.) плавання урізано до 1 семестру (півроку). Все це відбивається на результатах практичних навичок і вмінь студентів. Останні 4 роки дисципліна плавання була скорочена з 4 семестрів (2 роки навчання – 2,3 курси) до 1 семестру (лише друге півріччя 2-го курсу). На нашу думку, для більш досконалого засвоєння практичних вмінь вкрай необхідно збільшити кількість навчальних годин на вивчення цієї дисципліни.

Таблиця 2 – Результати тестів студенток різних напрямів підготовки ($M \pm m, t$)

Показники	Фізичне виховання	Спорт
Тести на суші		
Біг на місці за 20 с, кількість кроків	52,7 \pm 2,6	53,9 \pm 5,3
Піднімання в сид з положення лежачи за 30 с, кількість разів	35,1 \pm 5,1	36,8 \pm 6,9
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи за 20 с, кількість разів	18,2 \pm 4,9	20,1 \pm 4,0
Кількість вистрибувань вгору з торканням рукою предмета за 20 с, кількість разів	35,7 \pm 2,6	36,4 \pm 3,9
Тести на воді		
Плавання 100 м, с	1.52.50 \pm 0,8	1.45.80 \pm 0,6
Плавання 25 м за допомогою ніг, с	29,20 \pm 0,2	29,50 \pm 0,3
Плавання 25 м за допомогою рук, с	25,30 \pm 1,1	23,80 \pm 0,7

Середні значення студентів напряму підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» майже не відрізнялися. Результати дівчат у плаванні на 100 м відповідали 1 юнацькому розряду, у юнаків 3 дорослому розряду.

Таблиця 3 – Результати тестів студентів різних напрямів підготовки ($M \pm m, t$)

Тести	Фізичне виховання	Спорт
Тести на суші		
Біг на місці за 20 с, кількість кроків	61,5 \pm 3,5	57,0 \pm 6,2
Піднімання в сид з положення лежачи за 30 с, кількість разів	46,9 \pm 2,5	39,0 \pm 7,2
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи за 20 с, кількість разів	25,7 \pm 3,1	23,2 \pm 3,5
Кількість вистрибувань вгору з торканням рукою предмета за 20 с, кількість разів	48,2 \pm 4,2	40,6 \pm 6,3
Тести на воді		
Плавання 100 м, с	1.32.50 \pm 0,2	1.30.80 \pm 0,3
Плавання 25 м за допомогою ніг, с	29,20 \pm 0,7	28,00 \pm 0,6
Плавання 25 м за допомогою рук, с	22,30 \pm 0,6	21,80 \pm 0,8

ВИСНОВКИ

1. Існуюча кількість навчальних годин, яка відведена на засвоєння вмінь з плавання, не дає можливості засвоїти спортивні та прикладні способи плавання.
2. Низьким балом викладачі оцінили техніку плавання студентів способом батерфляй, а також вміння провести тренувальне заняття з кваліфікованими спортсменами та юними спортсменами. Найвищим балом викладачі оцінили вміння студентів плавати кролем і брасом у повній координації, пірнати, здійснювати суддівство змагань з плавання, транспортувати потопаючого.
4. Середній бал успішності студентів напрямів підготовки «Спорт» і першої групи «Фізичне виховання» відповідав задовільному рівню. У студентів другої групи «Фізичне виховання» – доброму рівню.
5. Середні значення студентів напряму підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» майже не відрізнялися. Результати дівчат у плаванні на 100 м відповідали 1 юнацькому розряду, у юнаків – 3 дорослому розряду.

На основі вищезазначеного можна констатувати, що рівень практичних вмінь студентів факультету фізичного виховання з плавання є задовільним.

ЛІТЕРАТУРА

1. Викулов А.Д. Плавание : [учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений] / А.Д. Викулов. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. – 367 с.
2. Качуровский Д.О. Актуальные проблемы плавания в Украине // Физическое воспитание студентов. – 2009. – №3. – С. – 41- 45.

3. Клопов Р.В. Плавання з методикою викладання: прикладне плавання: навч. посіб. для студ. фак-тів фізичного виховання / Р.В.Клопов, А.П. Іванов, В.В. Назаренко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2005. – 40 с.
4. Курко Я.В. Показатели здоровья студентов, занимающихся оздоровительным плаванием // Физическое воспитание студентов, 2012. – № 1. – С. 59-62.
5. Сергієнко Л. П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти / Л. П. Сергієнко. – К. : КНТ, 2010. – 776 с.
6. Химич И.Ю. Проведение учебных занятий по плаванию в НТУУ Киевский политехнический институт // Физическое воспитание студентов, 2009. – № 2. – С. –101-103.
7. Цеслицка М. Заняття плаванням в підвищенні рівня здоров'я студентів / М. Цеслицка // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2013. – № 12. – С. 101-104. doi:10.6084/m9.figshare.880636.

REFERENCES

1. Vykulov A.D. Plavanye : [ucheb. posobyе dlya stud. vyssh. ucheb. zavedenyy] / A.D. Vykulov. – М :VLADOS-PRESS, 2004. – 367 s.
2. Kachurovskyy D.O. Aktual'nye problemy plavanyya v Ukraine // Fyzycheskoe vospytanye studentov, 2009. – № 3. – S. – 41- 45.
3. Klopov R.V. Plavannya z metodykoyu vykladannya: prykladne plavannya: Navchal'nyy posibnyk dlya studentiv fakul'tetiv fizychnoho vykhovannya ta instytutiv fizychnoyi kul'tury. / R.V.Klopov, A.P.Ivanov, V.V. Nazarenko. – Zaporizhzhya: ZNU, 2005. – 40 s.
4. Kurko YA.V. Fedchyshyn O.YA. Pokazately zdorov'ya studentov, zanyamayushchyksya ozdorovytel'nyy plavanyem // Fyzycheskoe vospytanye studentov, 2012. – № 1. – S. 59- 62.
5. Serhiyenko L. P. Sportyvna metrolohiya: teoriya i praktychni aspekty / L. P. Serhiyenko. – К. : KNT, 2010. – 776 s.
6. Khymych Y.YU. Provedenye uchebnykh zanyatyuy po plavanyyu v NTUU Kyevskyy polytekhnycheskyy ynstytut // Fyzycheskoe vospytanye studentov, 2009. – № 2. – S. 101 – 103.
7. Tseslytska M. Zanyatyuya plavanyem v povyshenyy urovnya zdorov'ya studentov // Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. – 2013. – № 12. – S. 101-104. doi:10.6084/m9.figshare.880636.

УДК 796.011.3 – 057.875 : 373.58 (477.64 – 2)

ДОСЛІДЖЕННЯ РІВНІВ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ І ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗАПОРІЗЬКОГО ПЕДАГОГІЧНОГО КОЛЕДЖУ

Соколова О.В., Семикін Д.М.

*69600, Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66,
м. Запоріжжя, Україна*

handball.survey@gmail.com

Сучасна гуманістична парадигма освіти повинна не просто дати студентам обсяг знань, а сформувати таку людину-фахівця, яка має світоглядні переконання, здатна творчо мислити, приймати рішення, на основі своєї життєвої позиції, яка узгоджена з інтересами інших людей. Майбутній учитель повинен дбати про своє

Фізичне виховання та спорт