

Анотації

Серед актуальних питань фізичного виховання школярів значне місце займає така специфічна проблема, як розвиток у дітей основних рухових якостей (швидкості рухів, сили м'язів, витривалості, гнучкості, спритності). Це дослідження проведено для порівняльного аналізу показників фізичної підготовленості хлопчиків і дівчаток середніх класів Вінницької та Хмельницької областей. За рівнем розвитку швидкості серед хлопців із Вінницької, і з Хмельницької областей переважає середній рівень (55 % і 60 %, відповідно). Серед дівчат обох областей – вищий від середнього рівень (45 % і 35 %, відповідно). За рівнем розвитку швидкісно-силових якостей серед хлопців обох областей переважає вищий від середнього рівень (45 % – у Хмельницькій, 65 % – у Вінницькій); серед дівчат переважає нижчий від середнього рівень (35 % – у Хмельницькій і 45 % – у Вінницькій області). Отже, суттєвих відмінностей між показниками фізичної підготовленості дітей різних областей Подільського регіону не встановлено. Але представники Вінницької області мають перевагу: серед юнаків у тесті стрибка в довжину з місця різниця становить 9,2 см; серед дівчат у тесті згинання й розгинання рук в упорі лежачи – 12,8 разів.

Ключові слова: фізичні якості, фізична підготовленість, учні середніх класів.

Светлана Дмитренко, Клавдія Козлова, Інна Асаулюк. Характеристика показателів фізическої підготовленості дітей середнього шкільного віку Вінницької та Хмельницької областей. Среди актуальных вопросов физического воспитания школьников существенное место занимает такая специфическая проблема, как развитие у детей основных физических качеств (быстроты движений, силы мышц, выносливости, гибкости, ловкости). Наши исследования проведены с целью сравнительного анализа показателей физической подготовленности юношей и девушек средних классов Винницкой и Хмельницкой областей. По уровню развития быстроты среди юношей Винницкой и Хмельницкой областей преобладает средний уровень (55 % и 60 %, соответственно). Среди девушек обеих областей уровень выше среднего – 45 % и 35 %, соответственно. По уровню развития скоростно-силовых качеств среди юношей обеих областей преобладает уровень выше среднего (45 % – в Хмельницкой, 65 % – в Винницкой). Среди девушек преобладает уровень выше среднего (35 % – в Хмельницкой и 45 % – в Винницкой области). Таким образом, существенных различий между показателями физической подготовленности детей разных областей Подольского региона не установлено. Но представители Винницкой области имеют преимущества: среди юношей в тесте прыжок в длину с места разница составляет 9,2 см; среди девушек в тесте сгибание и разгибание рук в упоре лёжа – 12,8 раза.

Ключевые слова: физические качества, физическая подготовленность, ученики средних классов.

Svitlana Dmitrenko, Klavdiya Kozlova, Inna Asauliuk. Characteristic of Physical Preparedness of Pupil in Vinnitsa and Khmelnytsky Regions. Among urgent questions of pupils' physical braining such specific problem as development of main moving qualities (quickness of movements, strength of muscle, endurance, elasticity, adroitness) is very important. Aim of the research. This research work was done to compare indices of physical preparedness among girls and boys of secondary school in Vinnitsa and Khmelnytsky regions. According to the level of quickness development among the boys of Vinnitsa and Khmelnytsky region predominates average level 55 % and 60 %. Among the girls of two regions predominates above the average level 45 % and 35 %. According to the development of quick powerful qualities predominates above the average level 45 % in Khmelnytsky and 65 % in Vinnitsa region. Among girls predominates below the adverse level 55 % in Khmelnytsky and 45 % in Vinnitsa region. Thus, there are no substantial differences between the indices of physical preparedness of the children of Podilskiy region. But the representative of Vinnitsa region have advantage: among the boys in long jump tests the difference is 9,2 cm; among the girls in doing a press-up best is 12,8 times.

Key words: physical qualities, physical preparedness, pupils of secondary school.

УДК 37.037

Геннадій Єдинак,
Євген Приступа

До питання про вдосконалення системи оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців Збройних сил України

Львівський державний університет фізичної культури (м. Львів)

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Сучасні вимоги, які спрямовані на покращення підготовки спеціалістів різних галузей, повною мірою стосуються й підготовки військових кадрів для Збройних сил України (ЗСУ). Одним з основних етапів становлення професійної майстерності майбутніх офіцерів – спеціалістів найвищого рангу – є навчання у вищих військових навчальних закладах (ВВНЗ). Курсанта потрібно не тільки якісно готувати до військової

професії за спеціальними дисциплінами, а й забезпечити йому високий рівень фізичної готовності до бойової діяльності, перенесення значних фізичних навантажень, нервово-психічних напружень в екстремальних ситуаціях [5].

Актуальними є питання, які стосуються трансформації системи фізичної підготовки (ФП) у ЗСУ. Вони повинні передбачати прогресивні зміни на всіх рівнях управління та організації ФП, підтримуватися належним забезпеченням, супроводжуватися підвищеною відповідальністю військовослужбовців за стан своєї підготовленості [2]. Система перевірки й оцінювання досягнень військовослужбовців у фізичній підготовленості як елемент управління відповідним процесом значною мірою визначає його спрямованість, фактичний зміст, організацію та методику реалізації в практичній діяльності. Іншими словами, система перевірки й оцінювання досягнень фактично є концентрованою моделлю основних вимог, що висуваються до військовослужбовців залежно від характеру та умов навчально-бойової діяльності [6]. Незаперечним є те, що вибір засобів і визначення нормативних вимог до фізичної підготовленості військовослужбовців повинен здійснюватися за критеріями, що є адекватними їхній навчально-професійній діяльності, оскільки це дає змогу визначати відповідність процесу фізичного виховання у ВВНЗ означеній діяльності та підвищити ефективність управління цим процесом [4].

Іноземний досвід свідчить про реалізацію в системі оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців більшості країн диференційованого підходу. Зокрема, у ЗС Німеччини структура оцінювання передбачає такі рівні: відмінно, дуже добре, майже добре, задовільно, майже задовільно. У ЗС США використовується 100-бальна система оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовця [7; 8].

З іншого боку, потрібно враховувати, що рівень здоров'я призовного контингенту, його фізична готовність до військової служби не покращуються. Сьогодні система фізичного виховання молоді в середніх спеціальних і вищих навчальних закладах не сприяє ефективному розв'язанню цього завдання, значною мірою – у зв'язку зі зміною нормативних вимог у бік суттєвого зменшення. У зв'язку із зазначеним значно складніше успішно розв'язати завдання з досягнення військовослужбовцями високого рівня фізичної підготовленості.

Аналіз чинної протягом останнього часу системи перевірки й оцінювання досягнень у фізичній підготовленості курсантів ВВНЗ [6] дає змогу виявити комплекс недоліків, що знижують її ефективність. До них, насамперед, можна віднести такі:

- суворо регламентований нормативний підхід, який не стимулює подальше фізичне вдосконалення, зводить процес фізичного виховання, переважно, до “натаскування” на виконання наявних нормативів [3];

- невідповідність нормативів фізичної підготовленості військовослужбовців реальним фізичним і психічним навантаженням, що витримують військовослужбовці під час здійснення військово-професійної діяльності [1];

- неадекватність вимог системи оцінювання аналогічним вимогам армій країн блоку НАТО, що не сприяє уніфікації та встановленню переваг або недоліків у стані фізичної підготовленості військовослужбовців ЗСУ [3; 7].

Однією з причин низької ефективності чинної системи оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців є недоліки методологічного, організаційного й управлінського характеру, що зумовлює необхідність детальнішого вивчення означеної проблеми, передусім в аспекті обґрунтування доцільності та ефективності використання нових підходів при розробленні адекватної системи оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців.

Завдання дослідження – визначити ефективність чинної системи оцінювання фізичної підготовленості курсантів ВВНЗ.

Методи й організація дослідження. Під час дослідження використовували загальнонаукові (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація літературних і документальних джерел), педагогічні (тестування, експеримент, анкетування) та математико-статистичні методи. В анкетному опитуванні взяло участь 190 військовослужбовців різних категорій та 115 курсантів 2–4 років навчання у ВВНЗ, у констатувальному експерименті – 32 курсанти-першокурсники. Для оцінювання фізичної підготовленості цих курсантів використовували такі тестові вправи: № 2 – підтягування на перекладині, № 11 – зіскок боком із поворотом на 90° на брусах; № 22 – біг 1000 м; № 27 – човниковий біг 10x10 м.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Проведеним анкетним опитуванням виявили, що 92 % респондентів висловилися за повернення до бальної системи оцінювання їхньої фізичної підготовленості, 5,6 % – за чинну, решта – 2,4 % – за обидві

системи оцінювання. Водночас заслуговує на увагу те, що близько 40 % військовослужбовців, посадові обов'язки яких передбачають перевірку фізичної підготовленості їхніх підлеглих, вважають традиційну систему оцінювання кращою, ніж бальна.

Одну з причин зазначеного вбачаємо в тому, що на оцінювання фізичної підготовленості підрозділу витрачається дещо менше часу (зникає необхідність звертатися до таблиці нарахування балів).

Водночас понад 60 % опитаних осіб командного складу вважають за доцільне повернутися до бальної системи оцінювання особового складу у зв'язку з вищою підсумковою оцінкою, яку при інших рівних умовах може одержати підрозділ.

Аналіз досягнень курсантів першого року навчання з дисципліни "Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка і спорт" після перших чотирьох місяців навчання засвідчив, що середній бал при використанні чинної (традиційної) системи оцінювання [6] склав 3,6, при використанні бальної системи оцінювання, передбаченої НФП-97 [5] і яка діяла до 2008 р., – 4,2 бала (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняння кількісних і якісних показників успішності курсантів із фізичної підготовленості

Оцінка	Кількість оцінок за чинною системою		Кількість оцінок за бальною системою	
	в абс. значеннях	у %	в абс. значеннях	у %
Відмінно	3	9,3	13	40,6
Добре	18	56,2	13	40,6
Задовільно	6	18,8	5	15,6
Незадовільно	5	15,6	1	3,1

Інакше кажучи, використання останньої дає змогу одержати значно кращі результати ніж застосування чинної системи оцінювання досягнень курсантів у фізичній підготовленості. Водночас потрібно зазначити, що такі розбіжності зумовлені значно більшою кількістю курсантів із відмінною фізичною підготовленістю, хоча при застосуванні чинної системи оцінювання їхня кількість зменшується більш ніж у чотири рази (рис. 1).

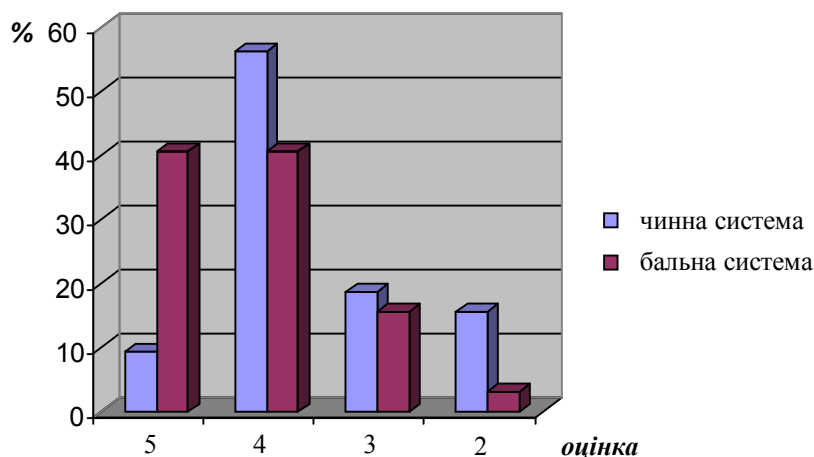


Рис. 1. Розподіл оцінок модульного контролю фізичної підготовленості курсантів під час застосування різних систем оцінювання

З огляду на можливість вияву кращих результатів, доцільним є використання бальної системи оцінювання.

З іншого боку, важлива не власне оцінка, а реальний стан фізичної підготовленості курсантів, передусім її відповідність вимогам, що висувають до неї бойові умови професійної діяльності. Крім цього, важливу роль відіграє мотиваційний аспект проблеми, а саме її посилення в курсантів для досягнення високої рухової активності в позанавчальний час. Беручи до уваги вищезазначене, оче-

видно, що бальна система оцінювання фізичної підготовленості, яка діяла до недавнього часу, більшою мірою відповідає поставленому завданню, ніж традиційна, оскільки дає змогу:

- визначити індивідуальний рейтинг кожного військовослужбовця за загальною оцінкою (“відмінно”, “добре”, “задовільно”) та розглядати фізичну підготовленість за критерієм її якості;
- порівняти результати виконання різних рухових завдань із відмінними одиницями вимірювання результатів;
- стимулювати діяльність курсантів із розвитку фізичних якостей;
- підвищити ефективність навчально-виховного процесу із фізичного виховання у ВВНЗ;
- компенсувати гірший результат вияву певної фізичної якості кращим результатом вияву іншої якості;
- підвищити зацікавленість курсантів до занять фізичними вправами з подальшого розвитку самостійно визначеної ними фізичної якості (декількох якостей);
- надає можливість визначити кваліфікаційний рівень військовослужбовця;
- уніфікувати вітчизняну систему оцінювання та стандарти оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців, що використовується в країнах ЄС і США.

Висновки Аналіз зарубіжного досвіду свідчить, що найбільш ефективною на сучасному етапі є бальна система оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців.

Проведеним дослідженням встановлено, що використання бальної системи оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців сприяє розв’язанню відповідного завдання, а також завдань, безпосередньо не пов’язаних з оцінюванням досягнень, але при успішному розв’язанні яких створюються передумови для досягнення більш високих результатів у фізичній підготовленості військовослужбовців.

Перспективи подальших досліджень. Напрямок подальших досліджень убачаємо в розробленні нормативів оцінки загальної фізичної підготовленості військовослужбовців, що враховують їхні індивідуальні особливості.

Список використаної літератури

1. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. / Волков В. Л. – К. : Освіта України, 2008. – 256 с.
2. Глазунов С. І. Трансформація системи фізичної підготовки військовослужбовців в умовах реформування Збройних сил України / С. І. Глазунов // Фізична культура і професійний спорт. – 2008. – С. 4–10.
3. Лаговский С. М. Сравнительные результаты испытаний физической подготовленности курсантов по тестам вооруженных сил России, США и ФРГ / С. М. Лаговский, В. П. Сорокин // Тезисы докладов научной конференции факультета ВГИФК за 1996 г. – СПб. : ВГИФК, 1997. – С. 21–22.
4. Леонтьев В. П. Нормативное обеспечение физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений Сухопутных войск : автореф. дис. на соискание науч. степени канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02 “Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / В. П. Леонтьев. – Киев, 2000. – 20 с.
5. Наказ Міністра оборони України № 400 від 5.11.1997 “Про затвердження Настанови з фізичної підготовки у Збройних силах України”. – К. : Варта, 1997. – 129 с.
6. Наказ Міністра оборони України № 444 від 3.08.2007 “Про затвердження Змін до Настанови з фізичної підготовки у Збройних силах України”. – К., 2007. – 33 с.
7. Оленев Д. Г. Збірник лекцій з фізичної підготовки : навч. посіб. / Д. Г. Оленев, Г. І. Сухорада, Ю. С. Фіногенов – К. : НАОУ, 2003. – С. 12–23.
8. Горбунов Д. “Фізо” по-натовськи / Д. Горбунов // Народна армія. – 2009. – 7 с. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : p_army@army.kiev.ua

Анотація

Вивчено стан проблеми, пов’язаної із системами оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців Збройних сил України, що враховують сучасні тенденції й досягнення галузевої науки, а також ефективність чинної системи в розв’язанні поставлених завдань. Проведено порівняння результатів успішності курсантів вищого військового навчального закладу, визначено переваги й недоліки бальної та традиційної систем під час оцінювання як індивідуальної фізичної підготовленості, так і певного підрозділу.

Ключові слова: *військовослужбовці, система оцінювання, фізична підготовленість.*

Геннадий Единак. К вопросу о совершенствовании системы оценивания физической подготовленности военнослужащих Вооруженных сил Украины. *Изучено состояние проблемы, связанной с системами оценивания физической подготовленности военнослужащих Вооруженных сил Украины, которые учитывают современные тенденции и достижения отраслевой науки, а также эффективность действующей системы в*

решении поставленных задач. Проведено сравнение результатов успеваемости курсантов высшего военного учебного заведения, определены преимущества и недостатки бальной и традиционной систем при оценивании как индивидуальной физической подготовленности, так и определенного подразделения.

Ключевые слова: военнослужащие, система оценивания, физическая подготовленность.

Gennady Iedina. On the Question of Improving Physical Fitness Assessment of the Armed Forces of Ukraine.

The state of the problem associated with the evaluation of physical readiness of the Armed Forces of Ukraine, taking into account current trends and achievements of industry science and effectiveness of the current system in the task. Comparison of results of students in higher military educational institutions, benefits and drawbacks of traditional and scoring systems in assessing individual physical fitness as well as a unit were defined.

Key words: military, systems evaluation, physical preparedness.

УДК 37.037

**Борис Кедровський,
Ірина Маляренко,
Юрій Ромаскевич**

Ефективність використання проби Руф'є під час розподілу учнів на групи для занять фізичною культурою

*Херсонський державний університет (м. Херсон);
Херсонський обласний центр здоров'я та спортивної медицини (м. Херсон)*

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень. Як показали дані наукових досліджень, які проводились у різних регіонах України за методиками Г. Апанасенка та О. Шаповалової, лише 17–18 % міських дітей за станом фізичного здоров'я спроможні виконувати передбачені навчальною програмою фізичні навантаження на уроках фізкультури. При оцінці рівня фізичного здоров'я юних селян цей показник збільшується до 32–36 % [1, 3].

На сьогодні спільними нормативними актами Міністерства охорони здоров'я й Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України передбачено при розподілі на основну, підготовчу й спеціальну медичні групи проводити пробу Руф'є задля визначення рівня толерантності або підготовленості організму дитини до фізичних навантажень [4].

Уважаємо за доцільне відзначити, що захворюваність дітей дошкільного віку та школярів має чітку тенденцію до щорічного зростання, а показник захворюваності перевищив 1000 на 1000 дітей. При цьому навіть він не відображає істинної катастрофічної ситуації зі станом здоров'я дітей. Наведемо лише декілька прикладів: протягом 2010–2011 рр. при проведенні вибіркового обстеження дітей у дитячих дошкільних закладах фахівцями Херсонського обласного центру здоров'я та спортивної медицини виявлено, що майже 37 % дітей мають порушення постави, у випускних класах загальноосвітніх шкіл розповсюдженість цієї патології становить уже понад 60 %. Більше половини порушень постави виявлено вперше, тому реальна статистика захворюваності дітей значно гірша, ніж офіційна. За даними анонімного анкетування, майже 26 % школярів випускних класів мають практичний досвід використання наркотичних або психотропних речовин. Кількість соматичних захворювань, які вимагають організації занять із фізичного виховання в спеціальній медичній групі в різних вікових групах дітей коливається в межах 20–34 % [3, 6].

Мета дослідження – дослідити інформативність результатів проби Руф'є під час розподілу учнів загальноосвітніх шкіл на групи для занять фізичною культурою.

Завдання – дослідити функціональність проби Руф'є та проаналізувати ефективність її використання при розподілі учнів загальноосвітніх шкіл на групи для занять фізичною культурою.

Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження. Згідно зі спільним Наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 № 518/674 (zareєстровано в Міністерстві юстиції України 17 серпня 2009 р. за №773/16789), розроблено інструкцію розподілу учнів на групи для занять на уроках фізичної культури [4, 5].