

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Т.Г. ШЕВЧЕНКА

ВІСНИК

*Чернігівського державного
педагогічного університету*

Випуск 64

*Серія: ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ.
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ*



Чернігів - 2009

**ЧЕРНІГІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені Т.Г. ШЕВЧЕНКА**

ВІСНИК

**Чернігівського державного
педагогічного університету**

Випуск 64

Серія: ПЕДАГОГІЧНІ НАУКИ.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

**Чернігів
2009**

ВІСНИК
Чернігівського державного педагогічного університету
імені Т.Г. Шевченка

Головна редакційна колегія

Головний редактор – доктор педагогічних наук, професор **Носко М.О.**

Відповідальний редактор – доктор історичних наук, професор **Дятлов В.О.**

Редакційна колегія серії "Педагогічні науки": Бобир С.Л., Боровик А.Г., Гетта В.Г., Гринь Т.В., Жила С.О., Завацька Л.М., Зайченко І.В., Іванишина В.П., Носко М.О., Сидоренко В.К., Кузьомко Л.М., Ляшенко О.І., Огієнко М.М., Пліско В.І., Ростовський О.Я., Савченко В.Ф., Сеніна В.К., Скок М.А., Скребець В.О.

Редакційна колегія серії "Фізична культура і спорт": Кузьомко Л.М., Огієнко М.М., Єрмаков С.С., Ляпін В.П., Власенко С.О., Сергієнко Л.П., Явоненко О.Ф., Яковенко Б.В., Приймак С.Г., Синіговець В.І., Гаркуша С.В.

Відповідальний за випуск – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
С.Г. Приймак

У збірнику вміщено наукові статті з актуальних проблем педагогіки і фізичного виховання. Збірник буде корисним для вчителів та викладачів фізичного виховання, тренерів, організаторів фізичного виховання та спорту, студентів, усіх, хто цікавиться сучасними проблемами розвитку фізичного виховання, спортивного тренування, фізичної реабілітації.

За зміст публікацій, достовірність результатів досліджень відповідальність несуть автори.

Свідоцтво **ЧГ № 171 від 30.11.1998 р.**

Адреса редакційної колегії: 14038, м. Чернігів, вул. Гетьмана Полуботка, 53,
тел. (04622) 3-20-09.

Рекомендовано до друку Вченою радою
Чернігівського педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка
(протокол № 9 від 01 квітня 2009 року)

Постановою Вищої атестаційної Комісії України «Вісник Чернігівського державного педагогічного університету. Серія: педагогічні науки» включено до переліку наукових видань, публікації яких зараховуються до результатів дисертаційних робіт з педагогічних наук.

(додаток до постанови президії ВАК України
від 11 жовтня 2000 р. № 1-03/8)

© Чернігівський державний педагогічний університет імені Т. Г.Шевченка, 2009

© Автори, 2009

Література

1. Апанасенко Г.Л. Проблемы управления здоровьем человека // Наука в олимпийском спорте: Спец. выпуск ГНИИФКС, 1999. – С. 56-60.
2. Жабокрицька О.В., Язловецький В.С. Нетрадиційні методи й системи оздоровлення. Навчальний посібник. – Кіровоград: РВЦ КДПУ ім. Володимира Винниченка. – 187 с.
3. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / За ред. Л. М. Проколієнко. – К., 1989. – С. 98–133.
4. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. Навчальний посібник для вищої школи. – К.: Наукова думка. – 1998. – 226с.
5. Никитюк Б.А. Адаптация, конституция и моторика // Теория и практика физ. культуры, 1989. – №1. – С. 40-42.
6. Оржеховська В.М., Хілько Т.В., Кириленко С.В. Посібник з самовиховання. – К.: ІЗМН, 1996. – 192 с.
7. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-11 класи. – К.: Початкова школа, 2001. – 112 с.
8. Фомин В.П., Линдер И.Б. Диалог о боевых искусствах Востока. – М.: Молодая Гвардия, 1990. – 365 с.
9. Чатышев А.Н. Курс лекций по древней и средневековой философии. – М.: Высшая школа, 1991. – С. 444-445.

Надійшла до редакції 16.02.2009 р.

УДК 378. 14

Кривенко А.П.

ОЦІНКА ЯК КРИТЕРІЙ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ

Чернігівський державний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка

В статті розглядаються особливості оцінювання результатів навчальної діяльності у фізичному вихованні студентів, наводяться дані експериментальних досліджень.

Ключові слова: оцінка, фізичне виховання, фізична підготовленість, студентки.

Annotation. Krivenko A.P. The estimation as the criterion of teaching educational process effectiveness of the physical training in a higher educational institution. The peculiarities of estimation of educational activities results in physical training of students are considered in the article, date of experimental research are presented.

Key words: estimation, physical education, physical preparedness, students.

Постановка проблеми. Рівень розвитку фізичних здібностей у практиці фізичного виховання студентів вищих закладів освіти (ВЗО) є основним критерієм його ефективності [1]. Для того, щоб ефективно керувати цим процесом, виникає необхідність оцінювати результати рухової активності студентів. Виконання державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості сприяє всебічному розвитку, зміцненню здоров'я та забезпечує високу загальну працездатність студентів. Проте, тут існує одна проблема, яку потрібно вирішувати. На думку С.А. Савчука [1], нормативний підхід в фізичному вихованні студентів без урахування їх індивідуальних особливостей, не вирішує питань формування мотивів і потреб у регулярній фізичній активності як складовій частині здорового способу життя, не виконує оздоровчої функції і потребує подальшого вдосконалення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Державна система тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України є основою нормативних вимог до фізичної підготовленості студентів [2]. Диференційований залік з фізичного виховання є обов'язковою формою підсумкового контролю у ВЗО. Його метою є перевірка й оцінка засвоєння студентами навчальної програми з фізичного виховання, відповідного року навчання, з теоретичної, методичної і фізичної підготовки [3].

Системний підхід до управління педагогічним процесом передбачає наявність як прямого, так і зворотного зв'язків. У нашій системі це „викладач” – „студент”. Каналом прямого зв'язку надходить завдання, що дає викладач, каналом зворотного – інформація про те, як студент виконав це завдання, як

зміни відбулися в його організмі під час виконання цього завдання чи системи завдань. У фізичному вихованні каналом зворотного зв'язку є педагогічний контроль (попередній, терміновий, поточний) [4].

Вагомим стимулом підвищення ефективності фізичного виховання, вияву фізичної активності, ініціативи і творчості є оцінка діяльності студентів. Вона повинна відповідати праці студента, не якогось загального нормативу, а індивідуально можливого результату в засвоєнні теоретичних знань та умінь, практичних навичок, розвитку фізичних здібностей [5, 6].

На думку С. Присяжнюка [7], перш за все оцінка повинна бути результатом об'єктивного врахування показників і виконувати функції: а) контролю педагога за результатами навчання; б) управління поведінкою та діяльністю студентів; в) отримання студентами інформації за правильністю їхніх дій та вчинків (зворотний зв'язок для студентів); г) об'єктивне оцінювання фізичних та морфофункціональних можливостей студентів.

Велику шкоду фізичному вихованню наносить пріоритет нормативного підходу, коли навчальний процес і діяльність кафедр направлені не на особистість студента, а на зовнішні показники, що характеризуються контрольними нормативами чергової навчальної програми. Це не сприяє залученню студентів до систематичних занять фізичними вправами [8].

Мета роботи полягає у вивченні оцінки як критерію засвоєння студентка-ми навчальної програми з фізичного виховання та обґрунтування оцінювання їх фізичної підготовленості.

Методи дослідження. Для вирішення завдань нами були застосовані наступні методи: теоретичний аналіз літературних джерел, педагогічне тестування, педагогічний експеримент, статистична обробка експериментального матеріалу включала визначення середнього арифметичного \bar{X} та стандартного відхилення σ . Для оцінки показників фізичної підготовленості використовувався центильний метод. Достовірність змін статистичних оцінок визначалась по критерію t-Ст'юдента.

Організація дослідження. Дослідження проводилось упродовж 2001-2003 рр. В експерименті взяли участь 244 дівчини віком від 17 до 20 років, студентки I курсу Чернігівського державного інституту економіки і управління. Всі студентки пройшли медичне обстеження і не мали протипоказань до занять з фізичного виховання в основній медичній групі. Дівчата займалися фізичними вправами протягом навчального року, два рази на тиждень за загальноприйнятою методикою. Тестування проводилося на початку та в кінці навчального року. Результати випробувань оцінювалися за державними тестами і нормативами оцінки фізичної підготовленості населення України [2].

Виклад основного матеріалу. Отримані результати дослідження дозволили об'єктивно оцінити рівень фізичної підготовленості студенток на початковому етапі навчання у ВЗО (табл. 1). Аналіз отриманих даних показав, що середні показники студенток на початку експерименту знаходилися на дуже низькому рівні і оцінювалися в 1-2 бали. Низький рівень фізичної підготовленості студенток обумовлений різними причинами, одна з них – це відсутність стійкої мотивації і серйозних стимулів до систематичних занять фізичними вправами.

Для визначення індивідуального рівня розвитку фізичних здібностей ми використовували центильний метод оцінки [9]. Критерії оцінювання фізичної підготовленості студенток на початку експерименту наведені в табл. 1. Дані таблиці свідчать, що на цьому етапі навчання студентки не готові виконати державні тести.

Таблиця 1

Критерії оцінювання та показники фізичної підготовленості студенток на початку експерименту

Види випробувань	Нормативи, бали					$\bar{X} \pm \sigma$
	5	4	3	2	1	
Біг на 2000 м, хв, с	10,47	11,34	13,07	14,20	15,10	12,16 ± 1,3
Біг на 100 м, с	16,9	17,5	18,8	19,3	20,4	18,1 ± 1,0
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	12	10	5	3	1	7,0 ± 3,7
Стрибок у довжину з місця, см	182	172	155	144	134	164 ± 14,5
Піднімання тулуба із положення лежачи в сід за 1 хв., разів	39	37	31	28	25	34 ± 4,5
Човниковий біг 4 x 9 м, с	10,9	11,1	11,8	12,0	12,5	11,4 ± 0,5
Нахил вперед в положенні сидячи, см	18	15	9	6	3	12 ± 4,5

Враховуючи низький рівень фізичної підготовленості студенток та необхідність формування у них позитивної мотивації до занять фізичними вправами, критерієм успішності може бути динаміка показників виконання тестів за семестр. Цим вимогам в достатній мірі відповідає досить проста в застосуванні формула, розроблена А.В. Селєзньовим (1991) [10]:

$$B = K - \frac{P_5 - P_0}{P - P_0};$$

При використанні цієї формули викладачу достатньо визначити нормативи (P_5) для різних тестів і вибрати значення коефіцієнта K (у нашому випадку $K = 7$). Необхідно знати початковий результат (P_0) та кінцевий результат показника (P), щоб отримати оцінку B . Цю формулу ми використовували для поточного і підсумкового контролю для визначення рівня розвитку фізичних здібностей студенток.

Аналіз отриманих даних в кінці експерименту показав, що рівень фізичної підготовленості студенток значно зріс (табл. 2). Середні показники дівчат в таких видах випробувань, як біг на 2000 м, човниковий біг 4 x 9 м, піднімання тулуба із положення лежачи на спині за 1 хв. та нахил вперед в положенні сидячи відповідали нормативному рівню. В таблиці представлено критерії оцінювання показників фізичної підготовленості студенток, які також свідчать про позитивні зміни.

Таблиця 2

Критерії оцінювання та показники фізичної підготовленості студенток в кінці експерименту

Види випробувань	Нормативи, бали					$\bar{X} \pm \sigma$
	5	4	3	2	1	
Біг на 2000 м, хв, с	10,12	10,38	11,58	12,44	13,45	11,17 ± 1,0 *
Біг на 100 м, с	16,4	16,9	18,0	18,6	21,0	17,4 ± 1,0 *
Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	21	17	9	6	2	13,4 ± 5,5 *
Стрибок у довжину з місця, см	189	182	164	155	136	172,9 ± 13,9 *
Піднімання тулуба із положення лежачи в сід за 1 хв., разів	47	43	37	33	26	39,8 ± 5,0 *
Човниковий біг 4 x 9 м, с	10,7	10,9	11,3	11,7	12,3	11,1 ± 0,4 *
Нахил вперед в положенні сидячи, см	21	18	12	10	5	15,1 ± 4,2 *

Примітка: * – $p < 0,05$ між показниками на початку та в кінці експерименту;

Висновки. 1. Аналіз літератури свідчить, що оцінка в фізичному вихованні студенток повинна бути комплексною і включати теоретичну, методичну і фізичну підготовку. При оцінюванні показників фізичної підготовленості студенток необхідно враховувати їх індивідуальні особливості. 2. Державні нормативи з бігу на 100 м та зі стрибка у довжину з місця є завишеними і вимагають перегляду. 3. Оцінювання показників фізичної підготовленості студенток у ВЗО за динамікою приросту результатів тестування допомагає враховувати їх індивідуальні можливості та підвищувати мотивацію до занять і фізичну активність.

Перспективи подальших досліджень. Плануємо продовжити розробку критеріїв оцінювання рухових здібностей студенток II курсу.

Література:

1. Савчук С.А. Фізична підготовленість студентів ієхнічного вищого закладу освіти // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. під ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХХПІ, 2000. – № 16. – С. 49-55.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. – К., 1996. – 31 с.
3. Положення про заліки з фізичного виховання в школі. – 1996. – № 3. – С. 34-35.
4. Круцевич Т. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності // Фізичне виховання в школі. – 1999. – № 1. – С. 47-50.
5. Шиян Б.М. Що потрібно для формування національної системи фізичного виховання школярів // Фізичне виховання в школі. – 1997. – № 2. – С. 5.
6. Козетов І. Ефективний засіб фізичного вдосконалення // Фізичне виховання в школі. – 1996. – № 2. – С. 34.

7. Присяжнюк С. Критерії оцінювання успішності студентів з предмета „Фізичне виховання”// Фізичне виховання в школі. – 2003. – № 2. – С. 35-38.
8. Атрощенко Л.Б. Спортивно-ориентированная технология обучения студентов по предмету «Физическая культура» // Теория и практика физической культуры, 2002. – № 2. – С. 47-54.
9. Практикум по психофизиологической диагностике: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000. – 128 с.
10. Селезнев А.В. Универсальная формула для определения оценки по физическому воспитанию в зависимости от динамики результатов тестирования // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 8. – С. 51-52.

Надійшла до редакції 16.02.2009 р.

УДК: 796.072.2

Коняєва Л.Д.¹, Коробейніков Г.В.², Россоха Г.В.¹, Мазманян К.Р.¹

РОЗРОБКА КРИТЕРІЇВ ДІАГНОСТИКИ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ ТА ЄДИНОБОРСТВ

¹Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту (м. Київ)

²Національний університет фізичного виховання і спорту України (м. Київ)

Розглядалась проблема розробки інформативних критеріїв діагностики психофізіологічного стану представників спортивних ігор та єдиноборств з урахуванням умов їх діяльності та найбільш важливих для її успішності параметрів особистості спортсменів, що відображують особливості їх психофізіологічного стану.

Ключові слова: критерії діагностики психофізіологічного стану, структура психофізіологічного стану, спортивні ігри та єдиноборства.

Annotation. *Konyayeva L.D., Korobeynikov G.V., Rossokha G.V., Mazmanian K.R. Evaluation criteria of psychophysiological state in athletes engaged in sport games and combats. The problem of development of informing diagnostic criteria of psychophysiological state athletes engaged in sport games and combats was examined. The evaluation criteria were formed taking into account the terms of athletes' activity and personality parameters essential for the success, reflecting the features of their psychophysiological states.*

Key words: *diagnostic criteria of psychophysiological states, structure of the psychophysiological state, sport games, combats.*

Постановка проблеми, аналіз останніх досліджень та публікацій.

У процесі багаторічної підготовки кваліфікованих спортсменів на перші позиції висуваються компоненти, що безпосередньо визначають ефективність змагальної діяльності, до яких відноситься психофізіологічний стан (ПФС) спортсмена [1].

Науковці [1] підкреслюють, що проблема діагностики ПФС, або стану психофізіологічної готовності спортсмена до специфічної діяльності передбачає визначення спектру й ієрархії інформативних показників цього стану на різних етапах онтогенезу і підготовки та розробку інтегральних кількісних показників його оцінки.

Не дивлячись на існуючу потребу у наявності надійного контролю за станом підготовленості спортсменів в умовах тренувальної і змагальної діяльності, практично відсутні інформативні критерії оцінки ПФС спортсменів. Хоча вченими розроблялась універсальна методологія діагностики функціональної готовності до змагань спортсменів різних дисциплін на різних етапах їх онтогенезу і підготовки [1], вивчались окремі показники різних складових ПФС спортсменів [2; 3; 4; 5], виділені окремі показники оцінки ПФС при різних видах психологічного контролю в ряді видів спорту [6], але у цих роботах недостатньо відображені усі складові ПФС спортсменів, і особливо у їх взаємозв'язку, відсутні інтегральні кількісні критерії оцінки ПФС спортсменів в різних видах спорту на різних етапах підготовки.

Отже, розробка кількісних критеріїв діагностики ПФС в залежності від особливостей спортивної діяльності є актуальною проблемою сучасної науки, вирішення якої надасть можливість оцінити та прогнозувати поточні стани, які виникають в умовах спортивної діяльності, із подальшою корекцією

© Коняєва Л.Д.¹, Коробейніков Г.В.²,
Россоха Г.В.¹, Мазманян К.Р.¹, 2009

<i>Гаврилюк В.О.</i> СПЕЦИФІЧНІСТЬ БОЙОВИХ МИСТЕЦТВ У ЗАБЕЗПЕЧЕННІ ВСЕБІЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ	284
<i>Кривенко А.П.</i> ОЦІНКА ЯК КРИТЕРІЙ ЕФЕКТИВНОСТІ НАВЧАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ВИЩОМУ ЗАКЛАДІ ОСВІТИ	288
<i>Коняєва Л.Д., Коробейніков Г.В., Россоха Г.В., Мазманян К.Р.</i> РОЗРОБКА КРИТЕРІЇВ ДІАГНОСТИКИ ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОГО СТАНУ СПОРТСМЕНІВ ІГРОВИХ ВИДІВ СПОРТУ ТА ЄДИНОБОРСТВ	291
<i>Куликовський Я.В.</i> ФОРМУВАННЯ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ З ВИКОРИСТАННЯМ ТРАДИЦІЙНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ БОРТЬБИ НА ПОЯСАХ	296
<i>Куртова Г.Ю., Гричик Д.В.</i> ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ ПЛАВЦІВ ВИСОКОЇ СПОРТИВНОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ	300
<i>Квартич В.В.</i> ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ ПЛЯЖНОЇ БОРТЬБИ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ СТУДЕНТІВ	303
<i>Лелека В.М.</i> МЕТОДИКА НАВЧАННЯ МЕТАННЮ ГРАНАТ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ З ПОЧАТКОВОЇ ВІЙСЬКОВОЇ ПІДГОТОВКИ	306
<i>Гребік О.В.</i> ВПЛИВ СТРЕСУ (СТОМЛЕННЯ, СТРАХ) НА ТОЧНІСТЬ КООРДИНАЦІЇ КЕРОВАНИХ РУХІВ	311
<i>Огієнко П.М., Афіногенова Н.О., Новопащен С.С.</i> ОСОБЛИВОСТІ КІКБОКСІНГУ ЯК МОЖЛИВОГО КОМПОНЕНТА ШКОЛИ ВИЖИВАННЯ В НИНІШНІХ УМОВАХ	314
<i>Ніколайчук О.</i> ЗАГАЛЬНІ ГІГІЄНІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗАНЯТЬ ПЛАВАННЯМ, АКВА-АЕРОБІКОЮ ТА РИТМІЧНОЮ ГІМНАСТИКОЮ	317
<i>Музика В.</i> ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ: СУЧАСНИЙ СТАН, АСПЕКТИ, ПРОБЛЕМИ	320
<i>Огієнко П.М., Огієнко М.М., Буренок С.Ф.</i> СПРОБА АДАПТАЦІЇ МЕТОДИКИ РУКОПАШНОГО БОЮ АРМІЙСЬКОГО СТИЛЮ ДО ПОТРЕБ НОВОГО ЧАСУ	322

НАУКОВЕ ВИДАННЯ

Друкується за рішенням вченої ради Чернігівського
державного педагогічного університету
імені Т.Г. Шевченка

**Вісник Чернігівського державного педагогічного
університету імені Т.Г. Шевченка. Випуск 64. Серія:
педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт:
Збірник. — Чернігів: ЧДПУ, 2009. — № 64. — 592 с.**

Технічний редактор

О. Клімова

Комп'ютерна верстка
та макетування

О. Савонова

*Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу
масової інформації
серія ЧГ № 171 від 30 листопада 1998 р.*

Підписано до друку 04.04.2009 р. Формат 70x108 1/16. Друк на різнографі.
Обл. друк. арк. 55,25. Ум. друк. арк. 51,8. Наклад 350 прим. Зам. №305.

Редакційно-видавничий відділ ЧДПУ ім. Т.Г. Шевченка,
14013, м. Чернігів, вул. Гетьмана Полуботка, 53, оф. 208.
т. 65-17-99