

Моторно-функціональні якості, як професійний розвиток студентів

Солом'яний О. М., Гранецький В.

Південноукраїнський національний педагогічний університет

імені К. Д. Ушинського (м. Одеса)

На сучасному етапі розвитку шкільної освіти суспільство відчуває дефіцит у висококваліфікованих фахівцях з фізичної культури. Тому головною метою професійної фізкультурної освіти залишається підготовка конкурентоздатних фахівців на підставі реального попиту на їхні послуги [2]. Але професійно підготувати майбутніх фахівців з фізичного виховання, здатних цілком відповідати високим професійним орієнтирам ХХІ століття, є складним і відповідальним завданням. Винятково важливого значення набуває професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання у вищих навчальних закладах, де повинно забезпечуватися на належному рівні озброєння майбутніх фахівців не тільки спеціальними знаннями, а й вміннями й навичками з певних видів спорту.

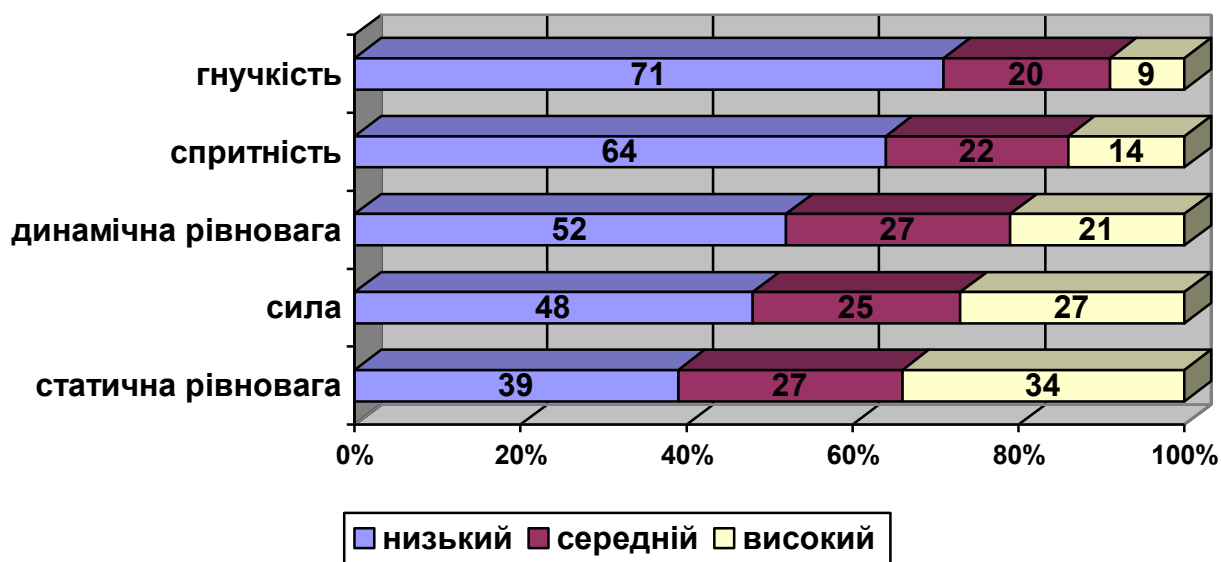
Зважаючи на це, а також ураховуючи потреби вищої освіти, предметом нашого дослідження було обрано розвиток моторно-функціональних якостей студентів.

Завдання, що ми поставили перед собою досліджуючи студентів 2-го курсу інституту фізичної культури і реабілітації наступні:

- визначити рівні моторно-функціональних якостей студентів на початку й наприкінці навчального року;
- проаналізувати зміни моторно-функціональних якостей студентів, що відбулися під час занять з гімнастики.

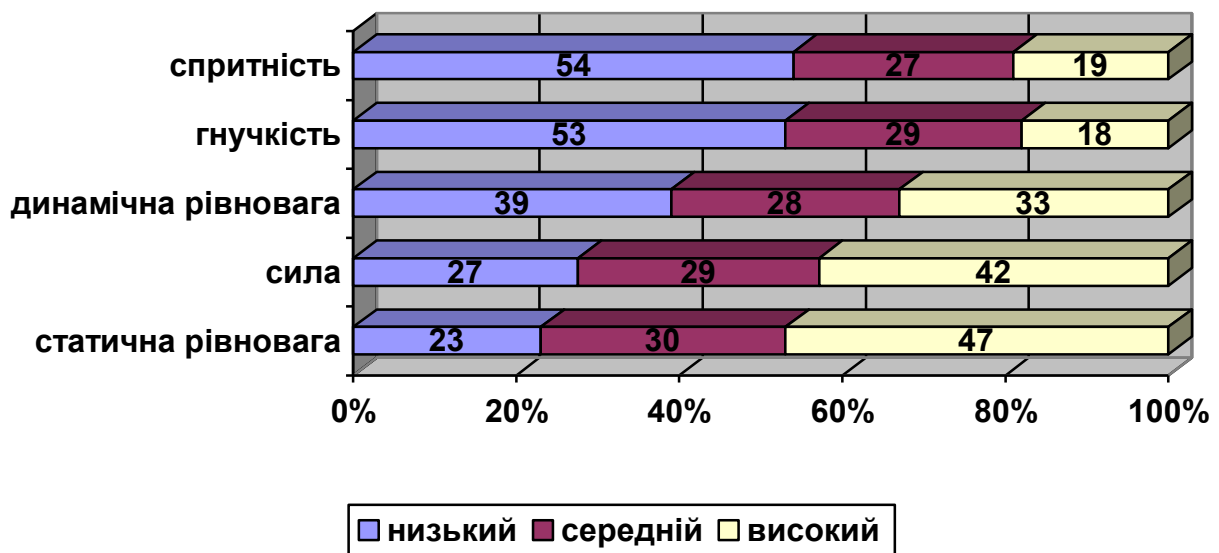
Дослідження відбулося на кафедрі гімнастики інституту фізичної культури і реабілітації Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського, в якому прийняли участь 82 студенти 2 курсу, яких було обстежено за спеціальною методикою [3], де визначались наступні моторно-функціональні якості: сила, гнучкість, спритність, динамічна та статична рівновага.

На другому курсі на початку навчального року майже половина студентів (48%) мають низький рівень розвитку сили основних м'язових груп. Також низький рівень розвитку, у переважній більшості, спостерігався у гнучкості – 71%, спритності 64%, динамічній рівновазі – 52%; лише показник статичної рівноваги (39%) є самим найкращим серед інших якостей студентів, що мають низький рівень. Кількість студентів, що мали високий рівень моторно-функціональних якостей, значно менше: гнучкість – 9%, спритність – 14%, динамічна рівновага – 21%, сила – 27%, статична рівновага – 34% (Мал. 1.).



Мал. 1. Показники рівнів розвитку моторно-функціональних якостей студентів 2-го курсу на початку навчального року.

Наприкінці навчального року кількість студентів, що мали низький рівень моторно-функціональних якостей, зменшилась на: 21% – сила, 18% – гнучкість, 16% – статична рівновага, 13% – динамічна рівновага й 10% – спритність. Що стосується показників з високим рівнем моторно-функціональних якостей, то вони теж покращились у студентів, але в меншій мірі ніж показники низького рівня, на: 15% – сила, 13% – статична рівновага, 12% – динамічна рівновага, 9% – гнучкість й лише на 5% спритність (Мал.2.).



Мал. 2. Показники рівнів розвитку моторно-функціональних якостей студентів 2-го курсу наприкінці навчального року.

Аналіз змін моторно-функціональних якостей студентів 2-го курсу, що були отримані під час нашого дослідження на заняттях з предмету «Теорія й методика викладання гімнастики», дає нам зробити наступні висновки:

- як низький так і високий рівень розвитку моторно-функціональних якостей студентів покращився, що свідчить про застосування вірної методики та засобів навчання;
- розбіжність показників середнього рівня найменша серед усіх рівнів;
- значне покращення показників відбулось у статичній рівновазі й силі в основному у студентів, що займаються спортом, в якому використовують гімнастичні, акробатичні вправи;
- незначне покращення показників відбулось у гнучкості в основному у студентів, що займаються ігровими видами спорту, а у спритності – що займаються різними видами спортивної гімнастики.

Література

1. Зуев В. А. Развитие физических качеств подрастающего поколения средствами физической культуры. – Минск, 1990. –71 с.
2. Магин В.А. Контекст модернизации высшего профессионального физкультурного образования // Теория и практика физической культуры. – №4. – 2005.
3. Палыга В. Д., Чустрак А. П., Романов Н. А. Методические рекомендации по оценке профессиональной подготовки студентов факультета физического воспитания по гимнастике. Министерство просвещения УССР. ОГПИ им. К.Д. Ушинского. Кафедра гимнастики. – Одесса. – 1988. – 22 с.
4. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики: навч. посібник. В 2-х частинах. – 3-є вид., випр. І доп. – Харків: «ОВЦ», 2004. – Ч. 1. – 414 с.
5. Чустрак А.П. Как повысить статокинетическую устойчивость.// Физическая культура в школе.– 1990. – № 7. – С. 27.
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 1. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан. – 2001. – 272 с.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 2. – Тернопіль: навчальна книга – Богдан. - 2002. – 248 с.