

## Аналіз комплексного тестування фізичної підготовленості студентів першого курсу НАУ з дисципліни „фізичне виховання”

Для ефективного вирішення завдань фізичного виховання студентів ВНЗ дуже важливо мати достовірну інформацію про контингент, що навчається на першому курсі університету: про рівень фізичної підготовленості, здоров'я, відповідність змісту програми інтересам першокурсників, їхнім мотивам, що допомагають виявленню активності у процесі занять фізичними вправами, свідомого ставлення до вирішення поставлених завдань і позитивного вирішення мети фізичного виховання, а також реалізувати її у професійній діяльності.

**Мета дослідження** – полягала у встановленні оцінки фізичної підготовленості студентів першого курсу НАУ факультету літальних апаратів за фахом інженер – механік.

**Методи дослідження.** Системний аналіз, в II семестрі 2007 та 2008н.р. було проведено тестування.

В програму тестування були включені наступні види:

- 1). Біг 100м.
- 2). Біг 3000м.
- 3). Підтягування на високій перекладині.
- 4). Піднімання в сід за 1 хв.
- 5). Стрибок у довжину з місця.
- 6). Човниковий біг 4 x 9м.

**Результати досліджень.** Технічні результати оцінювалися за „Таблицею державних тестів і нормативів оцінки фізичної підготовленості населення України від 15 січня 1996р. № 80’’. Дослідження проводилось з квітня по травень 2007р. та 2008р., у якому взяли участь 204 студенти (юнаки) першого курсу Аерокосмічного інституту факультету літальних апаратів.

В результаті опрацювання технічних результатів були одержані такі данні (%):

Рік	Відміно	Добре	Задовільно	Незадовільно
2007	5,77 %	13,07 %	14,47 %	66,69 %
2008	5,23 %	12,82 %	15,15 %	66,80 %

Виходячи із цих даних, можна зробити висновок, що фізична підготовленість студентів 1 курсу незадовільна. Найбільш слабкі результати були показані з бігу на 100м, спритності (4×9м) і витривалості (3000м), а також у підтягуванні на перекладині. Більш підготовленими першокурсники виявились в вправі (піднімання в сід за 1хв), та стрибку в довжину з місця.

За результатами дослідження рекомендується:

1) Проведення занять по фізичному вихованню освітньої спрямованості, щоб сприяти формуванню більш усвідомленого ставлення студентів до виконання навчальних завдань і активізування формування інтересів до самостійних занять фізичними вправами.

2) Організацію факультативних і додаткових занять для студентів з ціллю підвищення витривалості, сили,спритності, розвитку прикладних навичків і покращення по видам спорту, входячими в програму тестування.