

УДК 796.81/85:37.047:371.212

ВПЛИВ ЗАСОБІВ СПОРТИВНОЇ БОРОТЬБИ НА ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ВЕТЕРИНАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Семенів Б.С., Голубева О.Т., Приставський Т.Г.,
Бабич А.М., Сопіла Ю.М.

Львівський національний університет ветеринарної медицини
та біотехнологій імені С.З. Ґжицького

Фізична культура – невід’ємна частина життя людини. Вона займає досить важливе місце в навчанні та професійній діяльності людей. Аналіз теорії та практики фізичного виховання та профільної фізичної підготовки у закладах вищої освіти України показує, що засоби фізичної культури і спорту розглядаються з точки зору підвищення індивідуального рівня фізичної підготовленості та фізичного розвитку студентів у процесі фізичного виховання. Водночас, раціонально організовані заняття з профільної фізичної підготовки студентів здатні забезпечити не лише високий рівень їх фізичного розвитку та фізичної підготовленості, а й суттєво вплинути на розвиток та вдосконалення їхньої психофізіологічної природи, від рівня розвитку якої залежить готовність до виконання професійних обов’язків майбутніх лікарів ветеринарної медицини.

Ключові слова: фізичне виховання, емоційний стан, психофізіологічні якості, активність, експеримент, профілююча фізична підготовка, студенти.

Постановка проблеми. Заняття фізичними вправами відіграють значну роль у працездатності членів суспільства, саме тому набутті знання, уміння, навички з фізичної культури повинні закладатися в освітніх установах різних рівнів поетапно. У сучасних методичних розробках для закладів вищої освіти, розроблених різними авторами, підкреслюється необхідність включення до них і навчання вправам, схожих за своєю структурою та м’язовими напруженнями до професійних.

Тобто процес фізичного виховання студентської молоді повинен мати профільний характер. Крім того, особливого значення набуває психофізична підготовка студентів у процесі фізичного виховання.

Мислення має особливе значення у навчально-виховному процесі майбутніх лікарів ветеринарної медицини, його розвиток зумовлює розуміння техніки виконання рухових дій, підвищує свідому і активну участь у навчально-виховному процесі. Фізичні вправи вимагають від студентів активного використання всіх видів мислення й тому є ефективним способом розвитку інтелекту. Важливо, щоб фізичні вправи відрізнялися доступністю на початковому етапі вивчення фізичних вправ та тренувальних режимів з поступовим підвищенням складності на наступних етапах у структурі навчання техніки фізичних вправ.

Наукове обґрунтування змісту фізичної підготовки на весь період навчання студентів закладів вищої освіти, які готують майбутніх фахівців ветеринарних спеціальностей полягає у необхідності комплексного підходу з використанням різноманітних форм, засобів і методів, за допомогою яких рівень розвитку професійно важливих якостей студентів до моменту закінчення навчального закладу буде відповідати необхідним параметрам.

Тому пошук нових шляхів підвищення та вдосконалення ефективності занять профілюючою фізичною підготовкою зі студентами закладів вищої освіти являється актуальним. Разом з тим, відзначаючи науковий і практичний інтерес до проблеми фізичної підготовки студентів, можна відмітити, що цей напрям в системі фізичного виховання вимагає подальшого вивчення та вдосконалення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема фізичної підготовки студентів пере-

буває в центрі уваги вітчизняних і зарубіжних науковців. Протягом останніх років проведено чимало досліджень, присвячених вивченню проблеми зниження рухової активності студентської молоді [6; 7; 8], вдосконаленню змісту фізичного виховання студентів [1; 3; 5]. Ряд авторів наголошують на необхідності використання нових технологій у фізичному вихованні студентів для підвищення мотивації до занять фізичною культурою і спортом [10; 11].

Науковцями з фізичного виховання та фізіології фізичних вправ (Л.П. Пилипей, В.А. Романенко, Р.Т. Раєвський, С.І. Присяжнюк, Б.С. Семенів, Г.Г. Лапшина) розроблені та обґрунтовані основні характеристики різних груп професійної діяльності та вимоги до психофізичних якостей робітників, які забезпечують ефективну професійну діяльність разом із основними завданнями робочих програм з профільної фізичної підготовки для підготовки фахівців різних професій [3; 4; 9; 10].

Пошук шляхів підвищення ефективності формування психофізіологічних здібностей є пріоритетним напрямом у системі фізичного виховання. Така увага обумовлена тим, що фізична підготовка є однією з форм підготовки студентів до майбутньої трудової діяльності [1; 3; 6; 11].

Криворучко П.П. та Хміляр О.Ф. вважають, що найвагоміший є вплив засобів фізичної підготовки на розвиток якостей вольової сфери особового складу військовослужбовців, підвищення емоційної та психологічної стійкості [7].

Науковці Гусак О.Д., Романчук С.В. доводять про тісний зв’язок вольових якостей з емоціями, що водночас із вихованням вольових якостей відбувається підвищення здатності воїнів керувати своїми емоціями та протистояти їм [7].

Шандригось В.І. доводить ефективність застосування засобів спортивної боротьби в процесі фізичного виховання учнів. Психофізіологічні механізми координації та побудови рухів відіграють надзвичайно важливу роль у професійному навчанні [12].

Ефективність застосування засобів спортивної боротьби для розвитку силових якостей на заняттях з фізичного виховання доводить Ю.Г. Коджаспиров [2].

Як стверджує Ж.Г. Дьоміна, спеціально підібрані засоби фізичної культури і спорту для майбутніх викладачів музики які позитивно впливають на розвиток уваги, допомагають відтворювати образи рухових дій та полегшує їх засвоєння. Сприйняття руху відображає у свідомості образи фізичних вправ та окремих положень частин тіла та їх зміни в часі й просторі. Синтез зорових, рухових, вестибулярних, слухових і тактильних відчуттів дозволяє студентів визначити форму, амплітуду, напрям, тривалість, прискорення й характер рухів [1].

Науковцями з фізичного виховання Бабич А.М., Стахів М.М., Ковбан О.Л. встановлено, що у студентів експериментальних груп, котрі займалися за спеціально розробленою програмою, до кінця експерименту спостерігалось значне зменшення перерв та пауз під час виконання виробничих операцій під час проходження виробничої практики, ніж у студентів контрольних груп, які займаються фізичним вихованням за традиційною методикою [8; 10].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Результати аналізу науково-методичної літератури дозволяють відзначити, що професійна підготовка студентів закладів вищої освіти спрямована перш за все на оволодіння визначеним обсягом теоретичних знань, практичних умінь і навичок, на підтримку необхідного стану здоров'я. Разом з тим, не приділяється достатньої уваги цілеспрямованому формуванню у студентів високого рівня спеціальної професійної працездатності засобами фізичної культури і спорту в навчально-виховному процесі з фізичного виховання, пов'язаного з розвитком психофізіологічних та професійних якостей майбутніх фахівців ветеринарної медицини.

Мета статі. Головною метою цієї роботи є визначення ефективності застосування засобів спортивної боротьби на психоемоційний стан і професійну працездатність студентів під час занять з фізичного виховання.

Для вирішення мети дослідження в роботі були визначені наступні завдання:

1. Дослідити рівень психоемоційного стану після спеціального професійного навантаження студентів факультету ветеринарної медицини.
2. Визначити доступні засоби спортивної боротьби під час занять з фізичного виховання студентів факультету ветеринарної медицини.
3. Дослідити вплив засобів спортивної боротьби, на психоемоційний стан та професійну працездатність студентів ветеринарних спеціальностей.

Методи дослідження:

1. Аналіз та узагальнення науково-методичних літературних джерел.
2. Методика визначення психологічного статусу студентів.

3. Психофізіологічні методики дослідження.
4. Педагогічні методи дослідження.
5. Математичні методи обробки даних наукового дослідження.

Організація дослідження. Дослідження проводились на базі Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького. У дослідженні приймало участь 40 студентів (2 групи – контрольна (КГ), експериментальна (ЕГ), по 20 чол. в групі – 10 чол., 10 жін.) четвертого курсу факультету ветеринарної медицини, а також викладачі кафедри фізичного виховання, спорту та здоров'я Львівського національного університету ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького.

Виклад основного матеріалу. До та після педагогічного експерименту в студентів експериментальної та контрольної груп реєструвались показники, які відповідають за спеціальну професійну діяльність: зорово-моторна реакція на простий та диференційований подразник, увага, концентрація та переключення уваги; психоемоційний стан за тестом САН (самопочуття, активність, настрій). Рівень фізичної підготовленості визначався за показниками швидкісно-силових характеристик (біг 30 м, та 4 × 30 м), результат стрибка в довжину з місця, згинання розгинання рук в упорі лежачи. Студентам експериментальної групи були запропоновані комплекси фізичних вправ та тренувальних режимів з програми з вільної та жіночої боротьби, а також боротьби на поясах «Алиш» для груп початкової підготовки. За період педагогічного експерименту у функціональному стані студентів і їх спеціальної працездатності відбулися суттєві, хоча й неоднозначні, зміни. Оцінюючи їх за величиною приросту спеціальних і психомоторних якостей, варто зазначити, що найсуттєвіші зрушення відбулися в студентів експериментальної групи.

Розроблені навчально-тренувальні заняття із застосуванням засобів спортивної боротьби під час фізичного виховання, відповідали ергофізіологічним режимам.

Застосування, засобів спортивної боротьби в процесі фізичного виховання позитивно вплинуло на психоемоційний стан студентів експериментальної групи, їх емоційна активність за тестом САН (самопочуття, активність, настрій) зросла на 46,4%.

Навчально-тренувальні заняття з фізичного виховання із застосуванням засобів спортивної боротьби сприяли покращенню зорово-моторної реакції на диференційований подразник на 42,7% з одночасним зменшенням кількості помилкових реакцій на 17,3%, покращились показники, які відповідали за розумову працездатність – увага збільшилась на 43,4%, концентрація та переключення уваги збільшилась на 11,8%, короткочасна зорова пам'ять на 13,5%.

Таблиця 1

Розподіл тренувального навантаження з урахуванням ергофізіологічних режимів у період педагогічного експерименту

№ з/п	Досліджувані групи (контр., експ.)	Кількість годин в семестр	Моторна щільність заняття, %	Фізіологічний режим ЧСС, уд /хв.
1.	Заняття за програмою МОН України (контрольна група)	60	46,2	130+1,8
2.	Засоби спортивної боротьби (експериментальна група)	60	64,4	143 + 2,3

Таблиця 2

**Ергофізіологічна характеристика тренувального заняття (90 хв),
із застосуванням засобів спортивної боротьби**

Показник	Значення показника		
	у вихідному положенні	під час роботи	у відновлювальний період
1. Ергометричні			
Темп роботи, швидкість		середній	
Загальний час роботи, хв.		58	
Загальний час відпочинку, хв.		32	
Моторна щільність, %		64,4	
1. Фізіологічні			
ЧСС, уд./хв.	82,3	140,8	110
Середня пульсова вартість роботи, уд./хв.		118,4	109,7

Таблиця 3

**Зміна активності (од.) студентів факультету ветеринарної медицини
за даними тесту САН під впливом тренувальних режимів**

Група	К-ть осіб	Початок експерименту		Кінець експерименту		Величина приросту у %
		X±Mx	σ	X±Mx	σ	
Контрольна	20	2,8±0,3	0,1	2,8±0,3	0,1	-
Експеримент.	20	2,8±0,4	0,1	4,1±0,6	0,3	46,4

Таблиця 4

**Зміни спеціальної працездатності і функціонального стану студентів
за період педагогічного експерименту**

Показники	Група	Початок експерименту		Кінець експерименту		Величина приросту, у %
		X±Mx	σ	X±Mx	σ	
Індекс спеціальної працездатності	Контр.	61,3±1,9	8,0	62,1±1,7	7,3	1,3
	Експ.	62,0±2,3	9,0	69,7±1,9	8,1	12,0
Зорово-моторна реакція на диференційований подразник, мс	Контр.	403,3±12,4	47,8	388,3±13,4	52,1	-3,7
	Експ.	412,5±18,5	72,2	341,4±14,0	56,1	-17,3
Кількість помилок при ЗМР диф., од.	Контр.	3,0±0,3	1,2	3,2±0,25	1,1	6,7
	Експ.	2,8±0,4	1,6	1,6±0,1	0,4	42,7
Увага, од.	Контр.	169,5±33,4	83,4	173,5±33,4	81,5	2,35
	Експ.	169,7±31,5	82,8	243,4±31,5	82,7	43,4
Концентрація та переключення уваги, с	Контр.	133,3±5,2	13,8	135,7±5,2	13,2	1,8
	Експ.	138,2±4,2	13,5	154,4±8,7	13,3	11,8
Короткочасна зорова пам'ять	Контр.	4,4±0,43	1,13	4,6±0,4	1,13	4,5
	Експ.	4,3±0,45	1,12	4,9±0,4	1,07	13,5

Таблиця 5

Динаміка фізичної підготовки студентів в період проведення педагогічного експерименту

№ з/п	Види контрольних вправ	Група	Початок експерименту		Кінець експерименту		Величина приросту, у %
			X±Mx	σ	X±Mx	σ	
1.	Біг 30 м, с	К	6,0±1,1	2,5	5,9±1,4	5,8	3,4
		Е	5,9±1,0	3,9	5,0±0,7	2,7	7,5
2.	Стрибки в довжину з місця, см	К	156,8±8,3	32,1	160,0±7,7	29,3	2,04
		Е	160,2±8,1	31,6	174,0±8,1	31,6	8,7
3.	Човниковий біг 4 × 30, с	К	26,8±2,9	11,8	26,6±2,2	8,3	2,5
		Е	26,2±2,9	11,3	25,4±2,1	8,2	8,4
4.	Згинання, розгинання рук, в упорі лежачи кіл. разів	К	11,0±0,9	3,6	12,0±1,6	5,1	14,2
		Е	11,0±1,8	7,0	19,0±2,4	9,4	57,5

У фізичній підготовці студентів відбулися наступні зміни: швидкісно-силові якості – на 7,5 і 8,7%, швидкісна витривалість – на 8,4%.

Найбільший приріст у фізичній підготовці (57,5%) спостерігався в показнику, що визначав силову витривалість (57,5).

Висновки і пропозиції.

1. Таким чином, заняття із застосуванням засобів спортивної боротьби призвели до покращення рівня фізичної підготовленості та позитивно вплинули на психоемоційний стан студентів, який зріс на 46,4%.

2. Оцінюючи такі зміни за величиною приросту показників спеціальних і психомоторних якос-

тей, сприяв покращенню показників у спеціальній працездатності на 12,0%.

3. За результатами проведеного дослідження можна стверджувати, що вплив засобів спортивної боротьби на формування професійних якостей майбутніх фахівців ветеринарної медицини має достатню ефективність, та може використовуватись в навчальному процесі.

Наступним етапом буде дослідження впливу фізичних навантажень різної потужності на спеціальнупрофесійну працездатність та психоемоційний стан студентів ветеринарних спеціальностей в процесі фізичного виховання.

Список літератури:

1. Дьоміна Ж.Г. Методика навчання вправ координаційної спрямованості майбутніх учителів музики у процесі фізичного виховання: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / Жанна Геннадіївна Дьоміна. – К., 2010. – 242 с.
2. Коджаспиров Ю.Г. Развитие силы средствами единоборств / Ю.Г. Коджаспиров // Физическая культура в школе. – 2006. – № 7. – С 46-50.
3. Пилипей Л.П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів [Текст]: монографія / Л.П. Пилипей. – Суми: ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.
4. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. посібник / С.І. Присяжнюк. – К.: Центр учебной литературы, 2008. – 504 с.
5. Приставський Т.Г. Самостійні заняття студентів фізичною культурою у ВНЗ : навч. посіб / Т.Г. Приставський, О.Л. Ковбан, А.М. Бабич, С.П. Незгода. – Львів, 2018. – 120 с.
6. Романенко В.А. Диагностика двигательных способностей человека / В.А. Романенко. – Донецк: ДНУ, 2005. – 72 с.
7. Романчук С.В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів сухопутних військ Збройних сил України: Монографія / С.В. Романчук. – Львів: АСВ, 2012. – 367 с.
8. Семенів Б.С. Теоретико-методичні рекомендації з профільної фізичної підготовки студентів харчових технологій: навч. посібн. / Б.С. Семенів, А.М. Бабич, І.Д. Якимішин, О.Т. Голубева. – Львів, 2018. – 72 с.
9. Семенів Б.С. Професійно-орієнтована фізична підготовка студентів : навч.-метод. посібн. / Б.С. Семенів, Г.Г. Лапшина. – Львів, 2012. – 144 с.
10. Семенів Б.С. Профільююча фізична підготовка студентів: навч. посібн. / Б.С. Семенів, І.Д. Якимішин, М.М. Стахів. – Львів, 2016. – 138 с.
11. Фізичне виховання: навчальний посібник / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третьяков, Р.Т. Раєвський, В.Й. Кійко, Ф.В. Панченко. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 192 с.
12. Шандригось В.І. Рухливі ігри з елементами единоборств. Методичні рекомендації. – Тернопіль: ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2006. – 44 с.
13. Hopper C. Physical activity and nutrition for health / C. Hopper, B. Fisher, K.D. Munoz. – Champaign: Human Kinetics, 2008. – 374 p. + CD. – (World of wellness health education series).
14. Hardman K. Contemporari issues in phisical education / K. Hardman, K. Green. – Mayer & Mayer Verlag, 2011. – 300 p.
15. Visek A.J. Athletic identity and aggressiveness: A cross-cultural analysis of the athletic identity maintenance model / A.J. Visek, J.C. Watson, J.R. Hurst, J.P. Maxwell, B.S. Harris // International Journal of Sport and Exercise Psychology. 2010, vol. 8(2), pp. 99-116. doi:10.1080/1612 197X.2010.9671936

**Сэмэнив Б.С., Голубева О.Т., Приставский Т.Г.,
Бабыч А.М., Сопила Ю.М.**

Львовский национальный университет ветеринарной медицины и биотехнологий имени С.З. Гжицкого

ВЛИЯНИЕ СРЕДСТВ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НА ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ СТУДЕНТОВ ВЕТЕРИНАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

Аннотация

Физическая культура – неотъемлемая часть жизни человека. Она занимает достаточно важное место в учебе и профессиональной деятельности людей. Анализ теории и практики физического воспитания и профильной физической подготовки в учреждениях высшего образования Украины показывает, что средства физической культуры и спорта рассматриваются с точки зрения повышения индивидуального уровня физической подготовленности и физического развития студентов в процессе физического воспитания. В то же время рационально организованы занятия по профильной физической подготовки студентов способны обеспечить не только высокий уровень их физического развития и физической подготовленности, но и существенно повлиять на развитие и совершенствование их психофизиологической природы, от уровня развития которой зависит готовность к выполнению профессиональных обязанностей будущих врачей ветеринарной медицины.

Ключевые слова: физическое воспитание, эмоциональное состояние, психофизиологические качества, активность, опыт, профилирующая физическая подготовка, студенты.

Semeniv B.S., Golubeva O.T., Prystavskiy T.G.,

Babych A.M., Sopila J.M.

Stepan Gzhytskyi National University of Veterinary Medicine
and Biotechnologies Lviv

INFLUENCE OF SPORTS STRUGGLE ON FORMATION OF PROFESSIONAL QUALITIES OF STUDENTS OF VETERINARY SPECIALTIES

Summary

Physical culture is an integral part of human life. It occupies a very important place in the training and professional activities of people. Analysis of the theory and practice of physical education and profile physical training in institutions of higher education of Ukraine shows that the means of physical culture and sports are considered in terms of increasing the individual level of physical fitness and physical development of students in the process of physical education. At the same time, rationally organized classes on profile physical training of students can provide not only a high level of their physical development and physical preparedness, but also significantly affect the development and improvement of their psychophysiological nature, the level of development of which depends on the readiness for the professional duties of future veterinarians medicine.

Keywords: physical education, emotional state, psychophysiological qualities, activity, experiment, profile physical training, students.