

10. Тукало М. Д. Мультимедійні системи навчання як новий методологічний засіб інтерактивного навчання на уроках хімії [Електронний ресурс] / М. Д. Тукало. — Режим доступу: nbuv.gov.ua/e-journals/ITZN/em4/content/07tmdcol.htm
11. Худобець О. Microsoft PowerPoint як інструментальне середовище вчителя // Історія та правознавство. — 2006. — №5. — С.25-27
12. Ястребов Л.И. Классификация презентаций [Електронний ресурс] / Л. И. Ястребов. — Режим доступу: openclass.ru/sites/default/files/33-7.doc

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ОЦІНКИ КОМПОНЕНТІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Дудко М.В., к.фіз.в., Мартинюк О.А., к.фіз.в., доцент, Калугін І.Г., старший викладач,
Кузнєцов В.А., викладач, Поветкіна А.А., викладач
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана

Актуальність. Останніми роками відмічено істотне погіршення стану здоров'я та фізичної підготовленості студентської молоді [1, 5, 7], пов'язують це не тільки з несприятливими соціально-економічними умовами життя і екологією, а й зі зниженням інтересу студентів до занять фізичною культурою і спортом, зменшенням обсягу й інтенсивності рухової активності, зниженням ефективності системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Аналіз даних науково-методичної літератури [4, 5], дозволяє стверджувати, що кількість студентів, що мають відхилення у стані здоров'я і фізичному розвитку збільшується з кожним роком. З результатів досліджень ряду авторів відомо [8, 9, 10, 11] що більш ніж 75% студентської молоді мають порушення постави і деформацію хребетного стовпа (сколіотична постава, плоска, кругла та кругло-увігнута спина). Ці порушення є преморбідним станом опорно-рухового апарату людини, але не являються в повному розумінні захворюванням, але при цьому створюють умови в організмі людини для розвитку багатьох захворювань [1, 6, 7].

Як вказують дані науково-методичної літератури, щодо питань порушень біогеометричного профілю постави студентів та методів її корекції засобами фізичного виховання, ця тема цікавить багатьох науковців: розроблена комп'ютерна інформаційно-методична програма «Гармонія тіла» [4]; науково обґрунтована та апробована програма корекції порушень просторової організації тіла студенток, яка дозволяє вирішувати оздоровчі задачі в процесі фізичного виховання [5]; розроблена вимірюючі інформаційно-методична програма «Телеметр», яка адаптована для використання в фізкультурно-оздоровчих заняттях різних груп населення [2].

В той же час, не дивлячись на велику кількість наукових публікацій, які стосуються вивчення порушень постави студентів, засобів та підходів її корекції в процесі фізичного виховання, деякі питання залишаються на даний час все ще не вирішеними.

Узагальнюючи погляди деяких фахівців можна констатувати той факт, що питання профілактики порушень постави, на наш погляд, ще не отримали достатньо поглибленої наукової розробки, що обумовлює актуальність дослідження.

Мета роботи – визначити особливості біогеометричного профілю постави студентів в процесі фізичного виховання на основі використання візуального скринінгу.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, антропометрія, візуальний скринінг стану біогеометричного профілю постави; фотозйомка і визначення типу постави студентів; методи математичної статистики.

У дослідженні брали участь 250 студентів першого курсу КНЕУ ім. В. Гетьмана. Згідно з даними медичних карт, за станом здоров'я обстежувані належали до основної групи з

фізичного виховання.

Викопіювання даних з медичних карт студентів за безпосередньої участі лікаря вертеброневролога, цифровій зйомці дозволили встановити, що тільки 15,2 % студентів першого курсу мають нормальну поставу. Водночас типи порушень постави розподілилися наступним чином: сколіотична постава – у 36,4 % обстежуваних, сутула спина – у 24 %, кругла спина – у 24, 4 % студентів.

Визначення рівня стану біогеометричного профілю постави студентів здійснювалося з використанням удосконаленої карти експрес-контролю біогеометричного профілю постави (В. Кашуба, Р. Бирик, Н. Носова, 2012).

За результатами оцінювання біогеометричного профілю постави студентів у фронтальній і сагітальній площинах, узагальненої сумарної оцінки розраховувалися рівні стану біогеометричного профілю постави студентів (значення оцінки в інтервалі $\bar{x} \pm S$ приймається як середній рівень, нижче $\bar{x} - S$ – низький рівень і вище $\bar{x} + S$ – високий рівень). Для виділення зони ризику (ЗР) виникнення функціональних порушень ОРА було побудовано графіки нормального розподілу студентів з нормальною поставою і з порушеннями постави за показниками оцінки біогеометричного профілю постави у фронтальній площині (рис. 1), сагітальній площині (рис. 2), та узагальненої сумарної оцінки біогеометричного профілю постави (рис. 3).

Висновки. 63,33 % студентів із нормальною поставою мають середній рівень стану біогеометричного профілю постави, а 40 % з них потрапляють у так звану «ЗР» виникнення функціональних порушень ОРА. Це означає, що вони потребують у подальшому постійного контролю стану біогеометричного профілю постави студентів, а також профілактики її порушень.

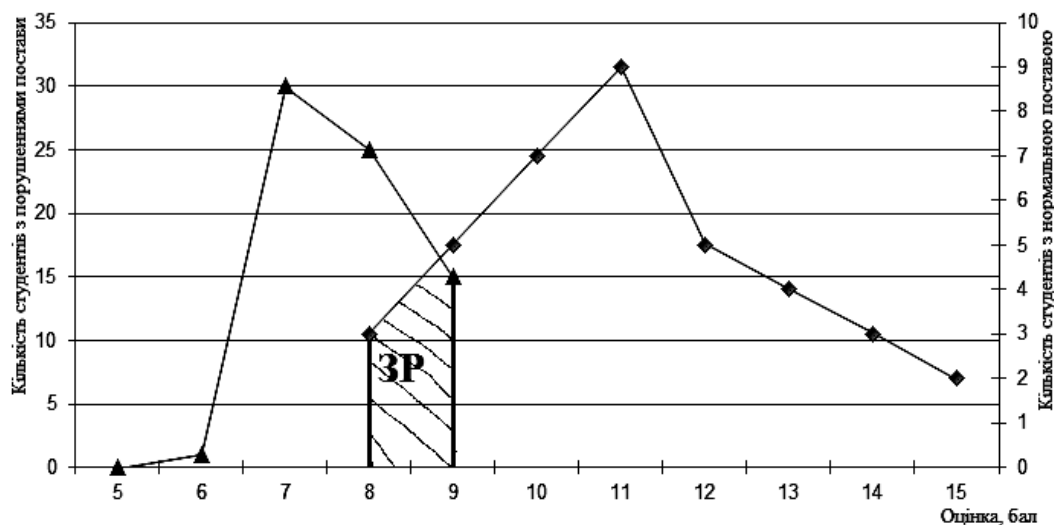


Рис.1. Розподіл студентів за оцінкою стану біогеометричного профілю постави у фронтальній площині:

▲ - порушення постави; ◆ - нормальна постава; ЗР - зона ризику;

Звертає на себе увагу той факт, що тільки 15,2 % із обстежених студентів мають нормальну поставу, сколіотична постава була виявлена у 36,4 % випробовуваних, кругла спина – у 24,4 %, а сутула спина – у 24 % студентів. Отримані дані свідчать, що збільшення кількості студентів з порушеннями постави надалі може створити проблемну ситуацію, оскільки потенційно несприятливий ефект даного стану рано чи пізно неодмінно призводить до зниження функціональних можливостей організму окремих індивідуумів.

Перспектива подальших досліджень полягає у розробці технології корекції порушень постави студентів у процесі фізичного виховання з урахуванням рівня стану її біогеометричного профілю.

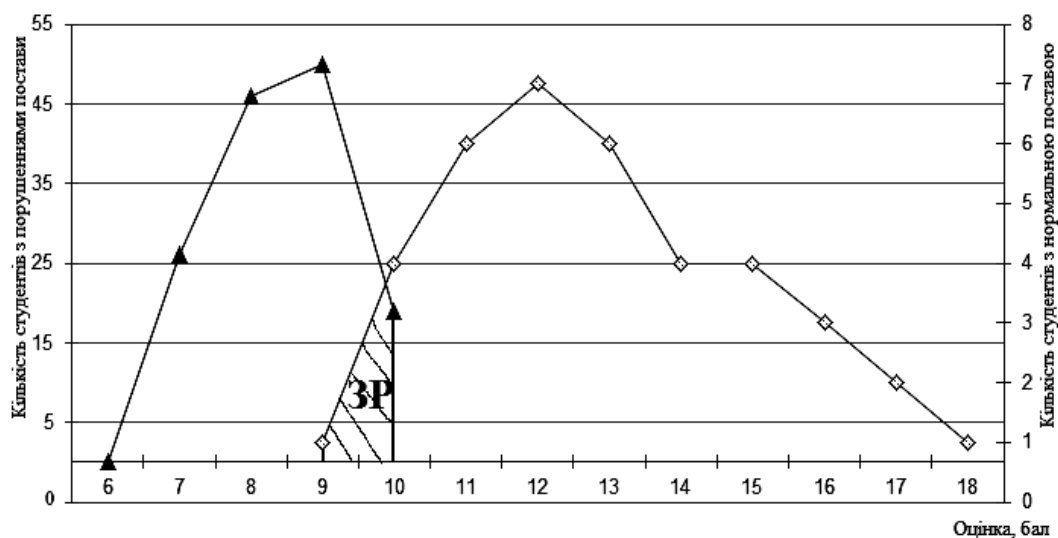


Рис. 2. Розподіл студентів за оцінкою стану біогеометричного профілю постави у сагітальній площині:

▲ - порушення постави; ◇ - нормальна постава; ЗР - зона ризику;

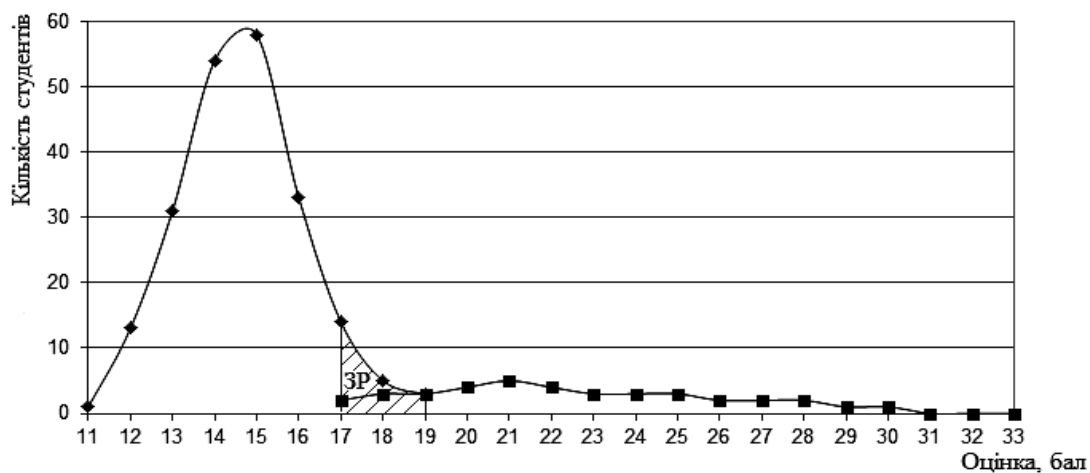


Рис. 3. Розподіл студентів за загальною оцінкою стану біогеометричного профілю постави:

◆ - порушення постави; ■ - нормальна постава; ЗР - зона ризику

1. Забалуева Т.В. Осанка как интегральный показатель физического состояния / Т.В. Забалуева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. - 2006. - № 6 - С. 6-9.

2. Кашуба В.А. К вопросу изменения пространственной организации тела человека в процессе физического воспитания с использованием компьютерных технологий /В. Кашуба, Т. Ивчатова, К. Сергиенко // Спортивний вісник Придніпров'я. -2014. - №1. - С. 42-45.

3. Кашуба В.А. К вопросу использования коррекционно-профилактических программ в процессе физического воспитания студенток с различными нарушениями пространственной организации тела / В.А. Кашуба, О.А. Мартынюк // Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова: зб. наук. праць / за ред. Г.М. Арзютова. -К.: Вд-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2013. - Вип. 1 (27). - С. 28-35.

4. Колос М. А. Корекція функціональних порушень опорно-рухового апарату студентів в процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / М. А. Колос. - Д., 2010. - 20 с.

5. Мартынюк О.А. Коррекция нарушений пространственной организации тела студенток в процессе физического воспитания : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. наук по физическому воспитанию и спорту: спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / О.А.Мартынюк. - К., 2011. - 22 с.
6. Носова Н. Л. Контроль просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Н. Л. Носова. – К.: 2008. – 19 с.
7. Румянцев А.Г., Панков Д.Д. Актуальные проблемы подростковой медицины.- М., 2002. - 376 с.
8. Поньрко Е.А. Коррекция осанки у студенток вузов средствами оздоровительных видов гимнастики: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. пед. Наук: 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры» / Е.А Поньрко. – Санкт-Петербург 2013. – 22 с.
9. Ретивых Ю.И. Применение комплексной методики коррекции нарушений опорно-двигательного аппарата у студентов / Ю.И. Ретивых // «Физическое воспитание и спорт в системе образования как фактор физического и духовного оздоровления нации» : материалы междунар. науч.-практ. конф., 8-10 апр. 2009 г. – Минск, 2009. – Т. 2. – С. 536 – 539.
10. Эрденко Д.В. Методика использования восточной гимнастики при нарушениях осанки студенток гуманитарных вузов: автореф. дисс. на соискание учен. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / Д.В. Эрденко. – М., 2009. – 24 с.
11. Юмашева Л.І.Корекція порушень постави студентів музичного вищого навчального закладу у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / Л.І.Юмашева. – К., 2007. - 20 с.

ФИТНЕС ТЕХНОЛОГИИ В ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Жук А.А. к.физ.восп., преподаватель

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины

Актуальность. Проблема физической подготовленности подрастающего поколения сегодня рассматривается в качестве одной из приоритетных задач физического воспитания.

В целом ряде публикаций последних лет [2, 6, 7] показано, что уровень физической подготовленности многих школьников находится на чрезвычайно низком уровне. Исследования уровня физической подготовленности школьников показали, что в среднем до 40% школьников имеют низкий уровень физической подготовленности [4].

Одной из причин снижения уровня физической подготовленности, по мнению ряда авторов [7, 9], является не только резкое снижение двигательной активности, которое особенно проявляется в период начала обучения детей в школе и малое число уроков по физической культуре, но и не удовлетворительное состояние материально-технической базы, и что особенно важно, неуправляемость физического воспитания в школах.

Анализ научно-методической литературы, посвященной исследованию состоянию здоровья детей школьного возраста, показал, что в период обучения в школе здоровье детей ухудшается. При поступлении в школу проблемы со здоровьем имеют 10–20 % учащихся, а уже в конце начальной школы – до 50–60 % [7, 8], только 20 % школьников Украины может считаться здоровыми, остальные имеют различные отклонения в состоянии здоровья [5].

Некоторые авторы [1-4, 6] отмечают, что действующая в настоящее время организация