МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Бердянський державний педагогічний університет
Факультет фізичної культури, спорту та здоров'я людини

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ВПЛИВУ ДОВКІЛЛЯ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Збірник матеріалів
IV Міжнародної науково-практичної конференції

Бердянськ
БДПУ
2019

УДК 378.091.212.613]:[502+796]
А 43

Редакційна колегія:

Головний редактор – **Кушнірюк С. Г.**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор (Бердянськ); ***заступник головного редактора*** – **Гнатюк В. В.**, кандидат біологічних наук, доцент (Бердянськ).

Друкується за рішенням вченої ради
факультету фізичної культури, спорту та здоров'я людини
Бердянського державного педагогічного університету
(протокол № 4 від 30.10.2019 р.)

А43 Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я студентської молоді : зб. наук. матеріалів IV Міжнародної науково-практичної конференції (Бердянськ, 12–14 вересня 2019 р.) / [гол. ред. С. Г. Кушнірюк]. – Видавничий будинок Мелітопольської міської друкарні, 2019. – 173 с.

У збірнику вміщено наукові статті які висвітлюють актуальні питання теоретико-методичних, валеологічних та психолого-педагогічних аспектів фізичного виховання і спорту різних верств населення, професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання, фітнесу, фізичної реабілітації, туризму й рекреації, сучасних аспектів фізичної реабілітації та адаптивної фізичної культури, а також еколого-біологічних проблем формування здорового способу життя студентської молоді.

УДК 378.091.212:613]:[502+796]

За зміст статей і правильність цитування відповідальність несуть автори

© Бердянський державний педагогічний університет, 2019

Н.Н. Колесникова,
кандидат педагогических наук,
доцент (УО «Полесский
государственный университет»)

СОВМЕСТНАЯ ФИЗКУЛЬТУРНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО И ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Поступление ребёнка в школу ставит целый ряд задач перед психологами и педагогами уже в период работы с будущим первоклассником. Преемственность содержания физического воспитания детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов определена программно – нормативными документами, используемыми при организации физкультурно – оздоровительной и спортивно-массовой работы образовательных учреждений. Тем не менее, по данным современных исследований от 20 до 60 % учащихся младших классов имеют серьезные трудности адаптации к условиям начальной школы. К числу учеников, плохо адаптирующихся к обучению, относят детей, не готовых к нему физически и психологически, с несформированной произвольной деятельностью, пониженной работоспособностью.

Одним из путей решения этих задач является, на наш взгляд, совместная физкультурно-оздоровительная деятельность детского сада и школы,

предшествующая поступлению ребенка в первый класс и позволяющая облегчить процесс его адаптации в новых условиях образовательного процесса.

В ходе экспериментальной работы нами были осуществлены оценка адаптационного потенциала (АП) детей, посещающих подготовительную к школе группу детского сада, планирование и проведение физкультурно-оздоровительных мероприятий, в которых принимали бы участие воспитанники детского сада и учащиеся начальных классов общеобразовательной школы и повторное тестирование, позволяющее определить изменения АП испытуемых, которые к концу экспериментального периода уже являлись первоклассниками и пол года проучились в школе.

Состояние адаптационных возможностей организма, базирующееся на интерпретации значений адаптационного потенциала, зависит от показателей, характеризующих деятельность сердечно-сосудистой системы, и уровня физического развития. В ходе исследования установлено, что удовлетворительная адаптация (по показателям системы кровообращения как индикатора общих приспособительных реакций) присутствует у 90% обследованных (у 88% детей в экспериментальной и у 92% детей в контрольной группах).

У 10 % обследованных выявлено напряжение механизмов адаптации (у 12% в экспериментальной и у 8% в контрольной группах) (таблица 1).

Таблица 1 – Показатели адаптационного потенциала детей шести-семи лет в начале экспериментального периода

Группа	Оценка адаптации, %			
	удовлетворительная адаптация	напряжение механизмов адаптации	неудовлетворительная адаптация	срыв адаптации
Э	88	12	-	-
К	92	8	-	-

Показателей, соответствующих неудовлетворительной адаптации, а также срыву адаптации, как в экспериментальной, так и в контрольной группе не зарегистрировано.

Таким образом, функциональное состояние детей шести-семи лет, посещающих подготовительные к школе группы, соответствовало среднестатистической возрастной норме по основным показателям гемодинамики (ЧСС и АД) с преобладанием удовлетворительной оценки АП.

Организация и проведение физкультурно-массовых и спортивных мероприятий в детском саду и школе осуществлялось по совместно разработанному календарному плану**,** содержание которого включало в себя следующие разделы:

- спортивно-массовый раздел, где планировались соревнования, и первенства среди детей подготовительной к школе группы и первоклассников;
- образовательно-воспитательный раздел, определяющий проведение конкурсов знатоков физической культуры и спорта и рисунков по этой теме, показ тематических видеофильмов, учебно-методические семинары для родителей и детей;
- оздоровительно-профилактический раздел, планирующий выходы на природу, совместные прогулки дошкольников и учащихся начальных классов, беседы о профилактике различных заболеваний, о формах оздоровительных упражнений с последующей демонстрацией их учителем физической культуры школы, апробацией.

В совместную физкультурно-оздоровительную деятельность детского сада и школы были включены дети экспериментальной группы. День начинался организованной 10 минутной утренней гимнастикой в детском саду. Физкультурные занятия проводились во время, предусмотренное расписанием детского сада, в спортивном зале общеобразовательной школы. На занятиях решались задачи, предусмотренные «Программой». Два из трех физкультурных занятий проводил учитель физической культуры школы. Комплексы физкультурных минуток и пауз выполнялись при проведении занятий теоретического плана под руководством воспитателя группы. Особое внимание уделялось физкультурно-оздоровительной и спортивной-массовой работе, которая проводилась во внеурочное время.

Успешности процесса адаптации детей к условиям образовательной деятельности определялась нами по результатам адаптационного потенциала детей контрольной и экспериментальной групп, уже обучающихся на момент повторного тестирования в первом классе.

Анализ показателей АД первоклассников в конце педагогического эксперимента позволил установить, что удовлетворительный уровень адаптации отмечен в этот период у 96%, а напряжение механизмов адаптации - у 4% детей из экспериментальной группы (таблица 2).Следовательно, у 8% из них уровень адаптационного потенциала повысился до удовлетворительного.

Показателей, соответствующих неудовлетворительной адаптации, а также срыву адаптации в экспериментальной группе не зарегистрировано.

Таблица 2 – Динамика показателей адаптационного потенциала детей шести-семи лет в течение экспериментального периода

Группа	Период обследования	Оценка адаптации, %			
		Удовлет-ворительная	Напряжение механизмов адаптации	Неудовлет-ворительная адаптация	Срыв адаптации
	До эксперимента	88	12	-	-
	После эксперимента	96	4	-	-
	До эксперимента	92	8	-	-
	После эксперимента	80	16	4	-

Также удовлетворительный уровень адаптации по показателям адаптационного потенциала имели в конце учебного года 80% первоклассников из контрольной группы. Напряжение физиолого - приспособительных механизмов к средовым воздействиям характерно для 16% детей этой группы. Неудовлетворительный уровень адаптации имели по окончанию эксперимента 4% школьников, составляющих контрольную группу. Адаптационный потенциал, соответствующий срыву адаптационно-приспособительных возможностей, ни у кого из испытуемых отмечен не был. Следовательно, у 12% первоклассников из контрольной группы уровень адаптационного потенциала за период эксперимента снизился (у 8% до «напряжения механизмов адаптации», у 4% - до неудовлетворительного уровня адаптации). Ухудшение адаптационного потенциала

у учащихся к концу учебного года отмечалось также другими исследователями [3,4]. Причиной этого специалисты называют утомление, связанное с интенсивной учебной деятельностью и ухудшением адаптационных способностей организма [1,2].

Таким образом, совместная физкультурно-оздоровительная деятельность учреждений дошкольного и общего среднего образования, без сомнения, является одним из условий, обеспечивающих успешность процесса адаптации детей к учебной деятельности.

Список использованной литературы

1. Ананьева, И.А. Физическое развитие и адаптационные возможности школьников / И.А. Ананьева, Ю.А. Ямпольская // Вестник Российской АМН. -1993.-№5. - С. 19 – 24.
2. Жданова, Н.А. Адаптация первоклассников к началу систематического обучения в школе / Н.А. Жданова // Педиатрия, 1984. - №1.- С. 47-51.
3. Хрипкова, А.Г. Адаптация организма учащихся к учебной и физической нагрузкам / А.Г. Хрипкова, М.В. Антропова. - М.: Педагогика, 1982. - 240 с.

ЗМІСТ

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ, ВАЛЕОЛОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ

Аніщенко Н.В., Скопич О.А. (Київ) Формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у обдарованих учнів початкової школи 6

Бейгул І.О., Шишкіна О.М. (Дніпро) Визначення аспектів здорового способу життя студентської молоді. 10

Гаврилін В.О., Мердов С.П., Білобров В.М.(Кривий Ріг) Підвищення фізичного здоров'я студентів через використання здоров'язбережувальних технологій. 13

Ганаба С.О. (м. Камянець-Подільський) Проблема тілесності у концепції цілісної людини: освітній аспект 17

Гладощук О.Г., Тонконог В.М. (Кам'янське) Освітньо-виховне середовище вищого технічного закладу освіти як умова формування фізкультурно-оздоровчої компетенції студентської молоді 23

Єфімова А.І., Ан О.В. (Бердянськ) Аналіз стану дихальної системи студентів спеціальної медичної групи 27

Зубченко Л.В. (Кривий Ріг) Здоров'я студентів як основна цінність 34

Колесникова Н.Н. (Беларусь) Совместная физкультурная деятельность учреждений дошкольного и общего среднего образования 37

Кушнірюк С.Г., Кравченко Л.М., Коновальска Л.О. (Бердянськ) Концепція "Фізична культура в Новій українській школі" 40

Мацухова Є.Є. (Бердянськ) Визначення рівня фізичної та розумової працездатності студентів технічних спеціальностей з різним рівнем фізичного стану. 44

Мірошніченко В.І. (Хмельницький) Формування здорового способу життя майбутніх офіцерів-прикордонників 46

Некрасов Г.Г. (Бердянськ) Проблеми рухової активності студентської молоді у ВНЗ 49

Остапенко Г.А., Яцина Е.О. (Беларусь) Теоретические аспекты совершенствования физической подготовленности учащихся II ступени общего среднего образования на занятиях по лыжным гонкам 51

Пристинський В.М., Пристинська Т.М. (Слов'янськ) Физическое воспитание студенческой молодежи как фактор формирования культуры здоровья личности 54

Тушко К.Ю., Дияк В.В. (Хмельницький) Технології здоров'язбереження у формуванні культури здоров'я майбутніх офіцерів прикордонної служби України 57

Шкулева Н.В., Остапенко Г.А. (Беларусь) Гибкость как морфофункциональное свойство опорно-двигательного аппарата и организационно-методические основы ее развития на занятиях физической культурой 60

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ,

ТРЕНЕРІВ З ВИДУ СПОРТУ, ФІТНЕС-ТРЕНЕРІВ, ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ТУРИЗМУ Й РЕКРЕАЦІЇ

Кортес Х. І., Алєксєєва Г.М. (Мексика, Бердянськ) ІКТ як інструмент для професійної підготовки студентів факультету фізичного виховання 63

Ан О.В., Єфімова А.І. (Бердянськ) Моніторинг показників серцево-судинної системи спортсменок секції «волейбол» у процесі навчально-тренувальних навантажень 65

Анастасова О.Ю., Писаренко С.М., Баєвська Л.В. (Бердянськ) Шляхи реалізації організаційно-педагогічних умов у процесі підготовки майбутніх учителів фізичної культури 72

Безкопильний О.О. (Черкаси) Контекстний підхід як складова методології підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі 74

Безкоровайна Л.В. (Запоріжжя) Роль науково-дослідної діяльності майбутніх фахівців з туризму у формуванні їх професійної компетентності в закладах вищої освіти 77

Безкоровайна Л.В. (Запоріжжя) Шляхи оптимізації формування професійної компетентності майбутніх фахівців з туризму в закладах вищої освіти 79

Данило С.М., Бикова А.В. (Бердянськ, Запоріжжя) Методологічні аспекти побудови занять силової спрямованості з використанням функціональних тренувань в процесі фізичного виховання учнів старших класів 86

Дрыгин А.В. (Беларусь) Основные условия, определяющие эффективность использования народных игр на уроках физической культуры в работе со школьниками 92

Дутчак Ю.В. (Хмельницький) Структура професійної компетентності майбутніх магістрів середньої освіти з фізичної культури 95

Книш С.І. (Бердянськ) Визначення сутності та змісту формування професійної компетентності при піготовці майбутніх фахівців фізичної реабілітації. 99

Копочинська Ю.В. (Київ) Про формування професійної ідентичності майбутніх фахівців з фізичної терапії, ерготерапії у закладах вищої освіти 103

Криштанович С.В. (Львів) Менеджмент у фізичній культурі і спорті: теоретичний аспект 105

Літус Н.О. (Бердянськ) Впровадження здорового способу життя засобами оздоровчого фітнесу для студентської молоді 107

Літус Р.І. (Бердянськ) Методика проведення секційних занять засобами пауерліфтингу для студентів закладів вищої освіти 109

Митяненко Ю.В. (Бердянськ) Спілкування як один з аспектів формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до педагогічної взаємодії у фізкультурно-оздоровчій діяльності 111

Михалюк Є.Л., Польський С.Г. (Запоріжжя) Вегетативне забезпечення центральної гемодинаміки у гандболістів залежно від спортивної кваліфікації 115

Пшенична Н.С., Расторгуєва І.С. (Бердянськ) Професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури до реалізації положень концепції НУШ. 119

Расторгуєва І.С., Пшенична Н.С. (Бердянськ) Роуп-скіппінг як один з видів оздоровчого фітнесу 121

Самсутіна Н.М. (Бердянськ) Основні аспекти практичної підготовки майбутніх

учителів фізичної культури 123
Сущенко Л.П., Базильчук О.В. (Київ, Хмельницький) Цінний досвід професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної терапії провідних європейських закладів вищої освіти 126
Хіврич І.І. (Бердянськ) Розвиток творчого потенціалу учнів шляхом впровадження інноваційних технологій у процесі викладання фізичної культури 129

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ТА АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Khatuntseva S.M., Cheremisina I.M. (Berdiansk, Wisconsin (USA)) Issue of rehabilitation of patients with psychophysical disorders 132
Алєксова Т.М. (Бердянськ) Постановка проблеми підготовки фізичних реабілітологів до використання фізкультурно-оздоровчих технологій 134
Кара С.І. (Бердянськ) Організація та зміст клінічної практики майбутніх фахівців із фізичної реабілітації 139
Мягченко О.П. (Маріуполь) Сучасна спортивна медицина як основа лікарського контролю за станом здоров'я спортсменів, фізкультурників 142
Осіпов В.М. (Бердянськ) Роль вегетативної нервової системи та Примітивних рефлексів у розвитку хронічного міофасціального больового синдрому 145

ЕКОЛОГО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Гнатюк В.В. (Бердянськ) Вивчення екологічного впливу сонячної енергетики на навколишнє середовище у системі екологічного виховання студентів. 149
Гнатюк В.В., Карацупа В.В. (Бердянськ) Усиление аномальных проявлений природных катастроф в последствии глобального климатического кризиса 151
Гнатюк В.В., Нехайчук І.А. (Бердянськ) Основні причини порушення екологічної рівноваги у м. Бердянськ та їх вплив на здоров'я містян. 154
Кравченко Л.М., Польський С.Г. (Бердянськ, Запоріжжя) Рекреаційні ресурси бердянська як основа формування здорового способу життя 156
Мягченко О.П. (Маріуполь) Оцінка стану і перспектив розвитку курортно-рекреаційного потенціалу північного приазовя, міста бердянська як основи фізичної реабілітації та оздоровлення людини 160
Писанець І.В. (Бердянськ) Особливості організації та проведення занять з плавання у відкритих водоймах під час літнього відпочинку дітей 164
Шаповалова Т.Г. (Маріуполь) Формування еколого-валеологічної компетентності майбутніх фахівців фізичного виховання через аналіз демографічного стану України, Північного Приазов'я 166