

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ імені Володимира Гнатюка

Актуальні проблеми розвитку руху «Спорт для всіх» у контексті європейської інтеграції України

24–25 червня 2004 року

Матеріали міжнародної
науково-практичної конференції

Тернопіль – 2004

**ББК 75.1
А 43**

Актуальні проблеми розвитку руху «Спорт для всіх» у контексті європейської інтеграції України: Матеріали міжнар. наук-практ. конф., Тернопіль, 24-25 червня 2004 р. – Тернопіль, 2004. – 385 с. – укр.

У збірнику представлені матеріали, які розкривають оптимальні шляхи вирішення актуальних проблем фізичного виховання учнівської молоді. Висвітлено досвід роботи у цій галузі зарубіжних та вітчизняних навчальних закладів. Наведено приклади підготовки та перепідготовки фахівців у сфері фізичної культури. Визначено роль фізичної культури як складової частини національної культури. Розглянуто напрями роботи з фізичного виховання з студентами вищих закладів освіти. Подано результати науково-теоретичного аналізу проблем фізичного виховання дітей дошкільного віку в спеціалізованих закладах.

*Випуск підготовлено за участю науковців Академії педагогічних наук України та
Зеленогурського університету (Польща)*

*Друкується за рішенням вченої ради Тернопільського державного
педагогічного університету імені Володимира Гнатюка
від 25 травня 2004 року (протокол №10)*

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Василь Мадзігон — доктор педагогічних наук, професор, академік АПН України
Володимир Кравець — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України
Едуард Вільчковський — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України
Григорій Терещук — доктор педагогічних наук, професор, член-кор. АПН України (головний редактор)
Генадій Ложкін — доктор психологічних наук, професор
Богдан Шиян — доктор педагогічних наук, професор
Богуслав П'єтрулевич — доктор педагогічних наук, професор (Польща)
Януш Беявські — доктор педагогічних наук, професор (Польща)

*Редакція не несе відповідальності за якість та достовірність
матеріалів так, як вони надані в авторській редакції*

Літературний редактор: Богдана Волович
Комп'ютерна верстка: Володимир Омеляненко

**ББК 75.1
А 43**

©Тернопільський державний педагогічний університет

ВПЛИВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ВПРОДОВЖ НАВЧАННЯ ЇХ У ВУЗАХ.

Олена Кузнєцова

Європейський університет ВП м.Рівне

При вивченні фізичної культури на життя людини і її професійну діяльність необхідно враховувати, як постійно існуючі фактори, так економічні і соціальні умови, що ставлять перед людиною завдання адаптуватися до цих умов, у тому числі удосконалювати свій фізичний стан здоров'я. Сьогодні змінилися соціальні орієнтири та теоретико – методологічні засади, які визначали мету і зміст фізичного виховання. На перший план висувається зв'язок фізичного та духовного потенціалу особистості студента. Досить актуальним стає оновлення змісту фізичного виховання, орієнтація навчально – виховного процесу на особистість студента, пошук нових форм навчання.

Значення і роль фізичної культури повинні розглядатися з позицій не тільки різних вікових категорій людей, але і з позиції їх соціальної і професійної орієнтації. Саме цим критерієм і оцінюється значення фізичної культури в професійній діяльності фахівців економіки.

Предмет фізична культура, що викладається у ВНЗ, передбачає оволодіння студентами певним обсягом і тематикою теоретичних знань, інформацією з основ теорії і методики фізичного виховання.

Тому органічне поєднання завдань фізичного виховання з профілактикою захворювань, створення умов для раціональної побудови режиму дня, правильного поєднання розумових і фізичних навантажень, орієнтація вільного часу студентів потребує вивчення даних питань, від яких у великій мірі залежить стан здоров'я молоді.

Саме це і визначає актуальність обраної теми досліджень.

Метою наших досліджень було вивчення стану фізичного здоров'я студентів I-IV курсів впродовж навчання у ВНЗ, виявлення відхилень від нормального функціонування організму, що сприятиме більш ранньому усуненню факторів, які негативно впливають на здоров'я.

Суб'єктом досліджень були студенти I-IV курсів ВП Європейського університету у м.Рівному.

Стан здоров'я студентів визначався за допомогою об'єктивних статистичних даних лікарського контролю та за допомогою анкетування, що слугує суб'єктивною оцінкою власного здоров'я.

При диспансеризації студентів-першокурсників виявлено 26,5-27,2% випадків відхилення в стані здоров'я. З них на спеціальну медичну групу припадає 8,3-8,7%, на підготовчу – 6,6-6,9%, на основну – 73,3-74,5%. В окремих студентів зафіксовано декілька захворювань.

Слід відзначити, що студенти молодших курсів скаржаться на захворювання серцево-судинної системи і гострих респіраторних захворювань (ГРЗ), а старших курсів – захворювання серцево-судинної системи, системи травлення та неврози.

Навчання у вищих навчальних закладах часто призводить до напруження психічних функцій, емоційного пере навантаження, перевтоми і загалом, до психічного знесилення організму в цілому, що є основною передумовою неврозу та інших захворювань.

У цьому аспекті нами отримані статистичні показники щодо кількості пропущених навчальних днів через хворобу.

Таблиця 1

Кількість пропущених через хворобу навчальних днів (у%)

Курси	До 3-х днів	Від 3 до 6 днів	Більше 6 днів
1	24,4%	26,6%	20%
2	20%	27%	17,8%
3	32,2%	36,6%	28,8%
4	34,4%	42,2%	35,5%

Аналіз отриманих даних свідчить про те, що найбільшу кількість пропущених навчальних днів виявлено на третьому й четвертому курсах. Ми це пояснюємо тим, що протягом навчання у ВНЗ стан здоров'я студентів із кожним роком погіршується, що підтверджується низкою досліджень інших авторів [1,2,3]. Захворювання студентів молодших курсів нетривалі і здебільшого пов'язані з грипозними епідемічними хворобами.

За результатами медичного огляду студентів I-IV курсів встановлено, що найчастіше зустрічаються хронічні захворювання органів дихання. Вони займають основне місце протягом усього навчання студентів у ВНЗ і вимагають серйозного спостереження і профілактичного лікування.

В цілому для студентів характерний слабкий функціональний стан серцево-судинної системи. Серед цих захворювань найчастіше спостерігаються запалення м'язів серця (міокардит), ревматичні етіології, ревматичне пошкодження клапанів серця, вроджені пороки серця.

«СПОРТ ДЛЯ ВСІХ» У СТУДЕНТСЬКОМУ СЕРЕДОВИЩІ

За період навчання серед студентів збільшилася кількість осіб із міопією високого ступеня. Це порушення стану здоров'я нерідко займає 3-4 місце в структурі захворювань після гострих респіраторних і серцево-судинних.

Серед інших хронічних захворювань зустрічаються хвороби опорно-рухового апарату, нерідко сколіози, які вже важко лікувати в цьому віці, захворювання органів дихання, шкіри, нервової системи.

За результатами проведених досліджень стану здоров'я всі студенти були розподілені на медичні групи для занять фізичним вихованням. Зауважимо, що кількісний склад медичних груп студентів ВП Європейського університету у м.Рівному з кожним роком збільшується.

Як показали результати нашого дослідження, стан здоров'я студентів вимагає негайного покращення матеріального стану та роботи лікувальних закладів, які забезпечують лікувальну, профілактичну, санітарно-гігієнічну службу в навчальних закладах.

Крім того, на нашу думку, доцільним буде всебічне ознайомлення студентів з основами фізичної культури, як з теоретичного, так і практичного боку: знання з валеології, ЛФК, володіння практичними навиками з само діагностики розвитку та корекції фізичного стану. Заняття фізичною культурою і спортом

Таблиця 2

Розподіл студентів I-IV курсів у 2003-2004 навчальному році на медичні групи								
Групи	I курс		II курс		III курс		IV курс	
	осіб	%	осіб	%	осіб	%	осіб	%
Основна	44	73,3	63	70,8	46	57,5	28	43,8
Підготовча	4	6,6	4	4,5	6	7,5	7	10,9
Спеціальна	5	8,3	15	16,9	16	20	12	18,8
Тимчасово звільнені	7	1,6	7	7,9	12	15	17	26,6
Усього обстежених	60		89		80		64	

спонукають до свідомого вивчення літературних джерел з цих питань. Вивчення теоретичних питань також може привести до постійних, осмислених занять фізичною культурою, оскільки свідомо оволодіваючи здобутками фізичної культури, культури здоров'я студент стає повноцінною особистістю. У цьому процесі мають узгоджено діяти викладач і студент, оскільки педагог виступає посередником між культурою здоров'я і підростаючою особистістю. Для підвищення ефективності занять фізичною культурою, викладач повинен зробити студента своїм помічником, який активно допомагає у створенні самого себе. Така позиція домінуюча в теоретичному, так і в практичному виховному плані [2].

Визначивши значення фізичної культури в житті людини взагалі і в професійній діяльності зокрема, ще раз хотілося б підкреслити деякі моменти.

По-перше, необхідність занять фізичною культурою і спортом існує протягом життя людини, хоча явний результат впливу можливо буває помітний не відразу, принаймні ми не завжди усвідомлюємо, що дає нам фізична культура і спорт. Хоча пізніше бачимо різницю між власним самопочуттям у період, коли ми займаємося фізичними вправами, і коли ігноруємо їх.

По-друге, важливість фізичної підготовки людини обумовлена і проявом нового часу, хоча гарна фізична форма цінувалася за всіх часів, однак на даному етапі розвитку суспільства, вона має більш важливе значення. Зараз, коли країні потрібна молода робоча сила, що здатна була б допомогти їй відродитися, відновити і підняти рівень економіки, усе більшого значення набуває фізична форма і здоров'я працівників.

По-третє, заняття фізичною культурою і спортом дає людині не тільки почуття фізичної досконалості, але і додає йому його дух, піднімає рівень моральних якостей людини, що так необхідно в нинішніх умовах.

Таким чином, в умовах низької якості медичного обслуговування студентської молоді і відсутності у них достатнього рівня валеологічних знань фізична культура виступає засобом відновлення і зміцнення здоров'я організму, підвищення загальної розумової працездатності.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бабешко О. Вплив особистої фізичної культури в системі ціннісних орієнтацій студентів на формування здорового способу життя // Проблеми освіти: Наук. - метод. зб., 2003. Випуск 30 - с. 161-166.
2. Відюк А.П., Відюк О.О. Методичне виховання молоді - проблема нашої освіти // I Всеукраїнська науково-практична конференція „Здоров'я і освіта”. - Львів, 1993. - Ч.I - с.51-52.
3. Зайцев П.В. и др. Контроль за динамикой состояния здоровья и двигательной активности студентов // Вопросы физического воспитания студентов. - Москва. 1991. - выпуск 22 - с. 3-6.
4. Стефанидин В. Стан здоров'я студенток 1-4 курсів Львівського Національного університету імені Івана Франка // Молода спортивна наука України: Збірник - с. 263-266.

Annotation

We give you results of the investigation of 1-4 years students of the European University in Rivne in dynamics of training.

We made an accent for the necessary of health strengthening of student's youth, studying the main principles of hyafiene of brainwork, proving the physical-sanitary work.

Анатолій Крищенко. Вплив занять атлетичною гімнастикою на фізичний стан студенток	287
Марина Карченкова. Інформаційна значимість основних компонентів професійних здібностей студентів факультету фізичного виховання	290
Дмитрий Бондарев, Валентин Гальчинский. Дозирование физических нагрузок при построении учебно-тренировочных программ студентов, занимающихся футболом	293
Сергій Бубка. Структура педагогічних здібностей студентів та їх використання у русі "Спорт для всіх"	295
Л.Кошечая, Анатолій Рыбковский. Мотивационный механизм формирования личностных качеств студентов	298
Сергій Коробко. Боротьба сумо як засіб вдосконалення здоров'я студентів	299
✓ Олена Кузнецова. Вплив фізичної культури на стан здоров'я студентів економічних спеціальностей впродовж навчання їх у вузах	301
Сергій Семенович. Особливості пливу засобів атлетичної гімнастики на розвиток силових здібностей у юнаків 15-17 років	303
Олена Шай. Гірськолижний спорт для студентської молоді	308
Ірина Карпова, Віталій Бацунов, Наталія Домашенко, Володимир Касьянок, Ірина Клімова, Вікторія Ковтун, Сергій Корнієнко, Марина Співак. Напрями удосконалення системи оцінювання з фізичного виховання у вищій школі	309
Володимир Пильненький, Олександр Куц. Ритмічність застосування засобів різної спрямованості як чинник ефективності оздоровчого тренування	312
Любов Веселовська, Ігор Чорнобай. Розвиток прудкості в учнів 8-9 років на уроках футболу	315
Сергій Гаркуша. Вплив занять спортивними іграми на стан фізичної підготовленості студентів, які спеціалізуються з волейболу	318
Василь Марчук. Деякі аспекти оптимізації системи управління фізичним станом студентів-першокурсників	321
Валерій Єднак. Фізичний стан та його корекція засобами фізичного виховання у юнаків-студентів віком 17-18 років	325
Олексій Курток. Схема автоматизованого оптимального оцінювання студентів фізкультурного профілю	327
Роман Римик. Професійно-прикладна фізична підготовка учнів у професійно-технічних навчальних закладах за профілем радіотехніка	328
Олександра Алексеєнко, Галина Петренко, Тетяна Півень. Здоровий спосіб життя – шлях до здоров'я молоді	331
Анатолій Веселовський, Роман Шологон. Оптимізація рухової активності студентської молоді засобами і формами фізичної культури і спорту	333
Рем Раєвський, Станіслав Канішевський, Віктор Лапко, Олексій Попичко. До проблеми кадрового забезпечення фізичного виховання студентської молоді	335
Юрій Мазуренко, Неля Мальяр, Наталя Опришко. Відповідність рівня фізичної підготовленості до рівня соматичного здоров'я	338
Юрій Ячнюк, Ірина Ячнюк. Роль фізичного виховання у підготовці сучасного фахівця високої кваліфікації	340
Богдан Ференчук. Створення комп'ютерних навчальних програм як один із пріоритетів розвитку вищої фізкультурної освіти	341