

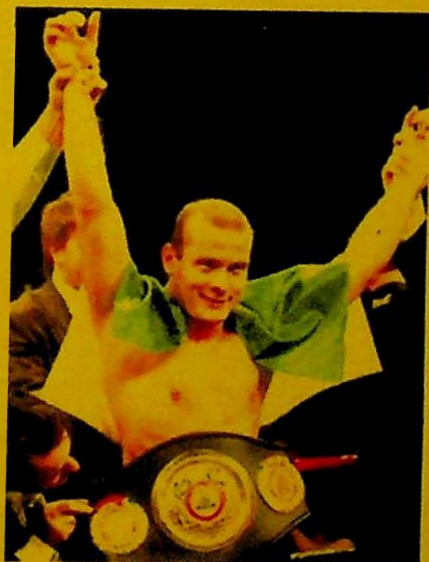
МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ,
МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

**ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА,
СПОРТ
ТА ЗДОРОВ'Я
НАЦІЇ**



Збірник наукових праць



Вінниця - 2011

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБИНСЬКОГО

ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА, СПОРТ ТА ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ

Збірник наукових праць

Випуск 12

ТОМ 1

***ПРИСВЯЧУЄТЬСЯ 55-РІЧЧЮ ІНСТИТУТУ
ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ І СПОРТУ***

Вінниця – 2011

УДК 769.011.3-796.015-045

ISSN 2071-5285

ББК 75.116

Ф-50

Фізична культура, спорт та здоров'я нації / збірник наукових праць– Випуск 12.
– Том 1 – Вінниця, 2011. – 394 с.

Редакційна колегія

Головний редактор: доктор педагогічних наук, професор О. С. Куц.

Відповідальний секретар: кандидат педагогічних наук, доцент П. С. Данчук.

Члени редакційної колегії:

Ахметов Р. Ф.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
Белканія Г. С.	доктор медичних наук, професор
Драчук А. І.	кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Козлова К. П.	кандидат педагогічних наук, професор
Костюкевич В. М.	кандидат педагогічних наук, професор
Сметанський М. І.	доктор педагогічних наук, професор
Сущенко Л. П.	доктор педагогічних наук, професор
Фурман Ю. М.	доктор біологічних наук, професор
Цьось А. В.	доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор
Шахов В. І.	доктор педагогічних наук, професор
Яковлів В.Л.	кандидат педагогічних наук, доцент

**Збірник рекомендовано до друку вченою радою
Вінницького державного педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського
протокол № 6 від 08.05.2011 р.**

**Збірник затверджено ВАК України як фахове видання
у галузі фізичного виховання і спорту:
*постанова президії ВАК України
від 10.02.2010 р. №1-05/1***

У збірнику наукових праць з галузі фізичної культури і спорту висвітлюється теоретичні й прикладні аспекти фізичного виховання і спорту різних груп населення, медико-біологічні проблеми фізичного виховання та фізичної реабілітації, розкриваються закономірності спортивного виховання.

Реєстраційний № КВ 8415
від 06.03.2008 р.

© Вінницький державний педагогічний
університет імені Михайла Коцюбинського

За достовірність інформації відповідальність несуть автори статей.

ЗМІСТ

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Філософські, історичні та соціально-економічні аспекти розвитку фізичної культури та спорту

<i>Бовкіт Христина</i> Сучасне термінотворення в галузі фізичної культури та спорту.....	9
<i>Бріскін Юрій, Пітин Мар'ян</i> Проблеми реалізації олімпійської освіти в умовах загальноосвітніх навчальних закладів.....	13
<i>Войнаровський Анатолій</i> Фізичне та естетичне виховання молоді західного регіону як частина української етнопедагогіки.....	17
<i>Долбишева Ніна</i> Характеристика етапів розвитку всесвітніх ігор як міжнародного спортивного заходу.....	21
<i>Ібрагімов Михайло</i> Проблеми становлення філософсько-гуманітарного напрямку у фізкультурно-спортивному наукознавстві.....	26
<i>Козьма Василь</i> Проблеми формування культури здорового способу життя.....	34
<i>Лозовик М., Асаулюк І.</i> Становлення фізкультурно-спортивного руху на поділлі з кінця XIX ст. до середини 20-х років XX ст.	37
<i>Попова О.Б.</i> Спорт, здоровий спосіб життя і меценатство в Києві у другій половині XIX – початку XX ст.	40
<i>Самойлов Анатолій</i> Фізичне здоров'я як соціально-педагогічна проблема.....	44
<i>Свістельник Ірина</i> Журнальні видання 20-30-х років XX століття як джерело дослідження розвитку галузі фізичної культури та спорту	48
<i>Соколова Наталія</i> Фізична культура в загальноосвітніх навчальних закладах України (1970-1990-х рр.)	52
<i>Тимошенко Юрій</i> Фізкультурна наука в Україні: історична студія.....	57

Школа Олена Розвиток історії фізичної культури як навчальної дисципліни у вищих навчальних закладах.....	62
---	----

Юрченко Олександр Арабська філософія про самоцінність здоров'я людини.....	66
--	----

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Науково-методичні основи використання засобів фізичного виховання для підвищення працездатності і зміцнення здоров'я різних груп населення

Андреянов Андрій, Сергієнко Юрій Формування професійної готовності курсантів на заняттях з фізичного виховання у вищих військових навчальних закладах.....	72
---	----

Андріанов Тарас Система роботи з формування культури здорового способу життя студентської молоді.....	77
---	----

Бабаліч Вікторія До проблем організації індивідуальної самостійної роботи студентів у процесі вивчення курсу "Теорія і методика викладання спортивних ігор.....	82
--	----

Бакіко Ігор Місце згубних звичок та рухової активності у житті сучасного студента (на прикладі Луцького національного технічного університету)	86
---	----

Бала Тетяна Динаміка рівня розвитку гнучкості школярів 7-9-х класів під впливом вправ черлідінгу	91
---	----

Биканов Сергій, Кравченко Ірина, Яцко Володимир Використання ситуаційних завдань при викладанні дисципліни "Теорія і методика викладання плавання" в умовах кредитно-модульної системи організації навчального процесу.....	97
---	----

Бондарчук Наталія, Чернов Віктор Чинники диференційованого підходу та критерії диференціації у фізичному вихованні різних категорій населення.....	101
---	-----

Бурко С.В. Особенности волевых качеств студентов аграрных вузов, занимающихся в секции рукопашного боя	107
---	-----

Вовченко І.І. Особливості фізичного розвитку студентів вищого навчального закладу.....	112
--	-----

Войтович Ірина, Гнітецька Тетяна Мотивація старшокласників профільних спортивних класів до занять фізичною культурою.....	116
--	-----

Воропай С.М., Сукачов О.В. Заняття з елементами баскетболу в системі фізичної культури дошкільнят.....	121
Гакман Анна Експертна оцінка доцільності розробки рекреаційно-оздоровчої програми в літніх оздоровчих таборах.....	125
Галайдюк М.А., Краснобаєва Т. М., Кузьмік В.Б. Програмне забезпечення навчального процесу із фізичного виховання за кредитно-трансферною системою	130
Гацоєва Лілія, Куц Олександр Динаміка показників психомоторної функції дітей 9-10 років зі зниженим слухом під впливом експериментальної методики.....	134
Горбачова Ірина Організаційні аспекти процесу фізичного виховання студентів гуманітарно-педагогічних спеціальностей.....	138
Городинський С.І., Слухенська Р.В., Ібрагімова Л.С. Використання програмного забезпечення як практика індивідуального підходу до студентів	142
Грабик Н.М. Залежність успішності учнів дев'ятих класів від функціонального стану їхнього організму.....	147
Дейнеко С.М., Могильний Ф.В. Діагностика компонентів здорового способу життя учнів загальноосвітніх шкіл	152
Сергій Драчук, Тетяна Дідик, Валентина Кузьмик Особливості формування взаємозв'язків між різними фізичними якостями школярів середніх класів на уроках фізичної культури	157
Дуб І., В.Бочарова, Л.Совик Вплив екзогенних чинників на стан здоров'я молоді в умовах світової радіаційної небезпеки.....	161
Дудорова Людмила Спортивно-оздоровчий туризм як один із засобів виховання здорового способу життя у студентів-майбутніх учителів.....	166
Дуржинська Оксана Оцінка адекватності фізичних навантажень у процесі оздоровчого тренування студентів з низьким рівнем соматичного здоров'я.....	169
Евеліна Жигульова Здоров'я як пріоритетна цінність гуманістично орієнтованої освіти.....	172
Зубаль М.В., Юрчишин Ю.В., Мисів В.М. Моральні цінності та фізична підготовка туристів-початківців.....	177

Кізім В. М. Рівень розвитку відчуття ритму у студентів інституту фізичного виховання відповідно до різних видів спорту і спортивної кваліфікації.....	183
Козлова Клавдія, Асаулюк Інна, Дмитренко Світлана Особиста фізична культура та поведінка учнів старших класів.....	186
Клавдія Козлова Фізична активність юнаків та дівчат 14-15 років.....	190
Колос Н.А., Малинський І.Й., Яременко В. В. Ніконов О. В. До питання використання інформаційних технологій в процесі фізичного виховання студентської молоді	193
Копочинська Юлія Значення фізичних вправ в попередженні та профілактиці надлишкової маси тіла та ожиріння.....	198
Костюк П. М., Лапковський Е. Й. Оцінка стану здоров'я школярів України та факторів, що на нього впливають.....	202
Кузнєцова О.Т., Петрук Л.А. Проблеми формування здорового способу життя молоді.....	207
Кушнерчук Ірина Руховий компонент програми різнобічного розвитку учнів 5 класу у процесі фізичного виховання.....	214
Леонова Валентина, Наталія Хлус Вплив занять степ-аеробіки на функціональний стастуденток старших курсів.....	219
Лышевская В.М. Серологические маркеры в прогнозе развития силовых способностей юношей и девушек.....	221
Борис Максимчук Валеологічна діяльність: сутність, структура й зміст.....	226
Маленюк Т.В. Оптимізація емоційно-вольової сфери спортсменок засобами шейпінгу.....	232
Мелега К.П., Дуб М.М., Дуло О.А., Мелега О.О. Якість життя студенток молодших курсів з різним індексом маси тіла.....	236
Мінжоріна Ірина, Марчик Валентина, Рудь Іван, Макаренко Наталія Єдність емоційного і інтелектуального компонентів як запорука успіху на заняттях з фізичного виховання.....	241
Мірошніченко В'ячеслав Фізична та функціональна підготовленість студенток (17-19) років різних соматотипів.....	246

Москаленко Наталія, Анастасія Самошкіна Обґрунтування методики самостійних занять з фізичного виховання для студентів після гострих респіраторних захворювань.....	251
Муратова О.П., Гордієнко І.А. Ціннісні орієнтації та ставлення сучасних студентів до фізичної культури і спорту.....	255
Нестерова С.Ю., Горшова І.В. Адаптивні можливості організму молоді в умовах несприятливої метеоситуації за показниками фізичної працездатності та аеробної продуктивності.....	264
Овчарук О.М., Романчук О.П. Проблеми розвитку фізичного потенціалу учнів загальноосвітніх шкіл.....	267
Тетяна Овчаренко, Нінель Мацкевич, Анатолій Тучак, Цінові стратегії у маркетингу туристично-спортивних та оздоровчих послуг.....	275
Павлишин О.Ф. Козак І.В. Савка І.В. Використання засобів фізичної культури для зміцнення здоров'я студентів спеціальних медичних груп і підвищення їх адаптаційних можливостей.....	278
Пальчук М.Б. Попередній контроль показників фізичного розвитку школярів 9-х класів як невід'ємна складова навчального процесу.....	283
Переверзева Світлана, Андріанов Вадим, Дроннікова Тетяна Особливості фізичної та функціональної підготовленості учнів молодшого шкільного віку.....	288
Пічурін Валерій, Пічурін Віктор Типи недоліків контролю у фізичному вихованні студентів	293
Станіслав Присяжнюк Аналіз фізичної підготовленості дівчат першого курсу спеціальної медичної групи.....	296
Юлія Притуляк-Казмірук Пріоритетність формування мотивації до рухової активності в учнів середнього шкільного віку.....	298
Олександр Радченко, Олександр Куцай Профілактика вживання алкогольних напоїв студентками вищих навчальних закладів у процесі фізичного виховання	303
Романенко В.В, Гудима С.А., Поліщук В.М. Адаптація випускників середніх загальноосвітніх закладів до навчання у ВНЗ за динамікою показників фізичного стану.....	307

Вікторія Романова Методика оптимізації обсягу рухової активності студенток старших курсів засобами фізичного виховання.....	316
Романчишин О.М., Сидорко О.Ю. Ціннісно-мотиваційні установки студентів факультету фізичного виховання педагогічного коледжу.....	322
Возний С., Кедровський Б., Ромаскевич Ю. Здоров'я учнів та перспективи його корекції засобами фізичної культури.....	330
Романна Руденко Методологічні аспекти викладання дисципліни «Масаж» у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту з урахуванням освітньо-кваліфікаційного рівня студентів.....	332
Сайчук Микола Аксіологія фізичної культури в життєвому просторі старшокласників.....	337
Сальникова Світлана Аквафітнес, як засіб вирішення проблеми оздоровлення студентської молоді.....	343
Сергета І. В., Дунець І. Л. Рухова активність та її роль у підвищенні працездатності і збереженні здоров'я осіб підліткового та юнацького віку.....	347
Сергієнко В. М. Педагогічний контроль розвитку гнучкості студентів.....	352
Марія Сибіль, Іванна Боднар, Володимир Кобрин Вплив плавання на фізичний розвиток і соматичне здоров'я школярів.....	360
Собко С.Г., Собко Н.Г. Підвищення працездатності студентів неспеціальних факультетів педагогічного ВНЗ засобами футболу.....	369
Наталія Хлус, Оксана Швець Вплив комплексів степ-аеробіки на фізичну підготовленість студентів старших курсів.....	373
Хуртенко Оксана Деякі аспекти розвитку сили у юнаків старших класів на уроках фізичної культури.....	377
Чернявський Сергій Побудова тренувального процесу велосипедистів до змагань на треку.....	381
Сергей Шкарупа Динамика уривня физической подготовленности школьников за период пребывания в летнем лагере отдыха.....	385
Володимир Шпак, Наталія Цись Динаміка фізичної працездатності студенток старших курсів під впливом різних режимів фізичних навантажень.....	387
Іменний покажчик.....	391

ЧИННИКИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПІДХОДУ ТА КРИТЕРІЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ

Наталія Бондарчук, Віктор Чернов
Ужгородський національний університет

Постановка проблеми. Здоров'я людини, яке тісно пов'язане з її психоемоційним станом, звичками, професійною діяльністю, характером відпочинку, а отже, всім способом її життя, є одним із найважливіших соціальних чинників, який свідчить про загальне здоров'я суспільства. З точки зору кожної людини гарне здоров'я є важливим для неї на будь-якому етапі життя: так, здоров'я представників учнівської та студентської молоді виступає запорукою забезпечення високого рівня фізичної та психофізіологічної надійності й готовності до майбутньої професійної діяльності; гарне здоров'я та висока працездатність працюючих осіб нерідко стають обов'язковими умовами виживання в умовах сучасного ринку праці; збереження здоров'я в похилому віці дає змогу продовження соціально активного образу життя.

На жаль, сьогоденне українське суспільство характеризує незадовільний стан здоров'я більшості населення, що значною мірою пов'язане з незадовільною мотивацією щодо занять фізичними вправами; більшість людей, навіть відчуючи потребу в повсякденній фізичній активності, не виявляють зацікавленості в заняттях фізичною культурою, не бачать доцільності таких занять і реальних перспектив збереження і зміцнення свого здоров'я, покращення фізичного та функціонального стану, рівня фізичної підготовленості. Отже, існує потреба в підвищенні психосоціальної складової фізичної культури, яка проявляється через ставлення особи до фізкультурно-спортивної діяльності як запоруки збереження і зміцнення власного здоров'я. Змінити це ставлення в позитивний бік можливо лише за рахунок зміни мотивації, підвищення інтересу до занять фізичною культурою, враховуючи при цьому, що населення розрізняється за віком і статтю, соціальним положенням, характером і психічними особливостями, функціональним і фізичним станом організму, особливостями мислення, рівнем адаптації до професійної діяльності; все це наводить на думку про існування потреби в застосуванні диференційованого підходу у процесі фізичного виховання різних категорій населення. На наш погляд, застосування такого підходу повинно сприяти формуванню особистості як суб'єкта власної фізичної культури, яку вона сприйматиме як невід'ємну складову індивідуального стилю життя, не тільки фізичному, але й моральному, розумовому, емоційному розвитку особистості, більш повному розкриттю її творчих потенцій.

Дослідження здійснене у відповідності до плану науково-дослідницької роботи УжНУ в рамках розробки теми "Теоретико-методичні основи диференційованого підходу у фізичному вихованні в навчальних закладах".

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Останнім часом проведено чимало досліджень з розробки принципів і методик диференційованого підходу до фізичного виховання дітей дошкільного віку, школярів і студентів. Серед досліджень учнівської молоді в контексті даної проблеми варто виділити дослідження проблем диференційованого фізичного виховання школярів з урахуванням екологічних особливостей регіону (М. Ішмухаметов) [3], рухових якостей учнів (В. Леонова) [6], темпів їхнього біологічного розвитку (А. Сітовський) [9], дослідження технології диференційованої фізкультурної освіти в загальноосвітніх навчальних закладах (І. Сулейманов) [10]. Серед доробок в області вивчення застосування диференційованого підходу у фізичному вихованні студентів звертають на себе увагу дослідження проблем реалізації такого підходу на основі суб'єктного досвіду студентів (С. Алькова) [1], розробки диференційованої системи їхньої фізичної підготовки

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

(Д. Лавриненко) [4], переходу до індивідуалізації та диференціації фізичного виховання в умовах ВНЗ (Б. Леко) [5], планування занять з урахуванням необхідності диференціації студентів (А. Тимофеев) [11] тощо. Слід також відзначити вагомі наукові доробки в області вивчення психолого-педагогічних та інших проблем індивідуалізації та системної диференціації навчання [12; 13; 15]. Між тим, необґрунтовано мало уваги приділяється вивченню можливостей застосування диференційованого підходу до фізичного виховання дорослих. Крім того, розробляючи ті чи інші критерії диференціації населення, дослідники не ставлять завдання об'єднати їх у комплексну систему, в рамках якої можна було б формувати оптимально однорідні за різними показниками групи й розробляти для них оригінальні методики фізичного виховання і програми занять фізичною культурою.

Мета дослідження – окреслити можливі чинники і критерії, що мають стати невід'ємними складовими комплексної системи диференційованого фізичного виховання різних категорій населення. Перед дослідженням було поставлено такі завдання: 1) розкрити сутність основних наукових понять, пов'язаних із диференціацією навчання й виховання; 2) визначити основні чинники, які повинен враховувати диференційований підхід до фізичного виховання; 3) в рамках кожного з чинників виробити й обґрунтувати критерії диференційованого підходу до фізичного виховання різних груп населення.

Результати дослідження. Термін "диференціація" походить від французького *differentia* і означає "розділення, розчленування цілого на різні частини, форми, ознаки". В педагогіці він найчастіше застосовується в концептах "диференціація навчання" і "диференціація освіти". Диференціацію навчання розуміють, наприклад, як створення спеціалізованих класів і шкіл за психологічними особливостями учнів (З. Калмикова), врахування індивідуальних особливостей учнів, коли вони групуються на основі певних особливостей для роздільного навчання (Т. Унт) [12], при цьому в основу диференціації навчання має бути покладено не здатність до навчання, а його реальні результати [3]. Трактовки концепту "диференціація освіти" ще більш різноманітні: це й розподіл між частинами освітньої системи за різними напрямками, і розподіл навчальних планів і програм, а в більш широкому розумінні – забезпечення освітніх можливостей відповідно до походження, індивідуальних відмінностей, інтересів, схильностей, здібностей і потреб учнів з метою досягнення кожним кінцевої мети освіти найбільш економічним шляхом.

З огляду на численні тлумачення зазначених концептів спадає в око, що практично не розроблено концепт "диференціація виховання", хоча виділяючи в педагогічній теорії і практиці внутрішню і зовнішню диференціацію [13], мають на увазі передусім диференціацію в контексті організації навчально-виховного процесу. Між тим, метою саме диференціації виховання в широкому розумінні є створення оптимальних умов для розвитку кожної окремої особистості, що включає врахування індивідуальних відмінностей, специфіки регіону, різноманітних соціальних і культурних чинників тощо. Мету диференційованого фізичного виховання людини ми можемо визначити як складову цілеспрямованого формування особистості, основу якої складає досягнення фізкультурної досконалості шляхом розвитку індивідуальних фізкультурно-спортивних потреб і здібностей.

Говорячи про диференціацію навчання й виховання, слід відокремлювати це поняття від індивідуалізації, яка пайчастіше розглядається як форма диференціації. Так, якщо під диференціацією навчання розуміти розподіл навчальних планів і програм, то під індивідуалізацією навчання будемо розуміти таку організацію навчального процесу, за якої вибір способів, прийомів, темпів навчання враховує індивідуальні відмінності учнів, рівень розвитку їхніх здібностей. Хоча, наприклад, у Німеччині під поняттям "диференціація навчання" розуміють будь-які форми й методи врахування індивідуальних особливостей учнів [16], а в США ці поняття переважно вживаються майже як тотожні [17].

Немає єдності й у визначенні поняття "диференційований підхід", хоча узагальнено ми можемо визначити його як виділення в неоднорідній сукупності осіб груп або типів, якісно однорідних за певними попередньо заданими ознаками. Цей концепт, як правило, вживається, коли йдеться про вирішення проблем відбору, формування й корекції розвитку особистості в

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

обраній галузі [15]. Диференційований підхід до навчання чимало авторів розглядають як своєрідний профілактичний засіб, що попереджує відставання у навчанні [8]. У спортивній практиці диференційований підхід розглядається як метод об'єднання спортсменів у навчально-тренувальні групи з використанням для кожної групи способів тренування, адекватних її типовим особливостям.

Важливо розуміти змістову різницю між поняттями "диференціація навчання" і "диференційований підхід до навчання": зміст першого складають правові, соціально-економічні, організаційно-управлінські і дидактичні аспекти навчання, другого – організаційно-методичні основи здійснення такого навчання відповідно до групових особливостей школярів. Розрізняються також поняття диференційованого, індивідуального та особистісного підходів: диференційований підхід передбачає цілеспрямований педагогічний вплив на однорідні групи осіб, індивідуальний – врахування індивідуальних особливостей кожної особи, особистісний – послідовне ставлення до конкретної особи як до свідомого відповідального суб'єкта власної фізичної культури, фізичного саморозвитку. При цьому ми погоджуємося з тим, що диференційований підхід доцільно розглядати як один із шляхів реалізації індивідуального підходу [13]. Іноді дослідники вживають термін "індивідуально-диференційований підхід", під яким розуміють одночасне врахування як індивідуально-своєрідного, так і типово-однорідного.

Серед чинників, які повинен враховувати диференційований підхід до фізичного виховання, ми вважаємо за потрібне виділити такі: 1) індивідуальні; 2) середовищні; 3) соціальні. Водночас реалізація диференційованого підходу до фізичного виховання різних категорій населення передбачає його групову диференціацію, тобто поділ на групи, здійснення якого потребує вироблення певних критеріїв диференціації, що співвідносяться з названими чинниками.

Розглянемо насамперед критерії, що співвідносяться з індивідуальними чинниками. Найпершим із них являється статево-віковий критерій, групування осіб за яким фактично є першим етапом диференціації населення на групи, однорідні також за іншими критеріями. В його межах здійснюється диференціація в рамках окремих вікових періодів. Особливе значення цей критерій має при диференціюванні дітей і підлітків, оскільки в цьому віці специфіка функціонування організму визначається ступенем біологічного розвитку, існують значні статеві відмінності в розвитку рухових функцій; у підлітковому віці важливо враховувати стан статевого дозрівання.

Наступним індивідуальним критерієм є індекс фізичного стану, що враховує комплекс ознак, які характеризують морфофункціональний стан організму, рівень розвитку фізичних якостей і здібностей, необхідних для життєдіяльності організму. Фізичний стан включає три основні компоненти: антропологічні, рухові і фізіологічні. Отже, з такої точки зору, фізичний стан визначається фізичним розвитком, фізичною працездатністю, фізичною підготовленістю, станом здоров'я, функціональними можливостями організму. Залежно від індексу фізичного стану особам пропонуються різні комплекси вправ різної тривалості та інтенсивності виконання з різними навантаженнями. Але слід зазначити, що даний індекс не враховує особливостей будови тіла та рівень розвитку фізичних якостей, тому цей критерій необхідно застосовувати в сукупності з іншими.

Серед них – індивідуально-соматичні особливості організму. Морфологічними показниками, які є інтегральною характеристикою соматичного розвитку, є будова й маса тіла. Вплив фізичних навантажень коригує будову тіла людини, а маса тіла безпосередньо впливає на ступінь виявлення фізичних здібностей. При застосуванні цього критерію доцільно використовувати розповсюджені схеми соматичної типологізації, наприклад, розподіл на ендоморфи, мезоморфи, ектоморфи або виділення п'яти соматотипів – дигестивного, м'язового, торакального, абдомінального, астеноїдного. Для кожного типу розрізняються напрями підбору фізичних навантажень, наприклад, для дигестивного типу більше підходять навантаження силового характеру, для астеноїдного – короткочасні навантаження. Можливе також застосування індексів типологічних пропорцій, що характеризують лінійні взаємовідносини між окремими частинами тіла, наприклад, довжиною тіла й довжиною тулуба.

Функціональний стан людини характеризують показники частоти серцевих скорочень, артеріального тиску, частоти дихання, споживання кисню, які відображають реакцію організму на фізичні навантаження. За цими показниками ми можемо дізнатися про зрушення в організмі різних людей, що відбуваються під дією фізичних вправ. Вони важливі для попередження перетому й побудови ефективних тренувальних програм для різних груп.

Важливим індивідуальним критерієм є рівень фізичної підготовленості, який характеризує адаптаційні можливості організму, рівень функціонування його різних систем. Фізична підготовленість є результатом фізичної активності людини, її інтегральним показником, оскільки при виконанні фізичних вправ усі органи й системи організму працюють у тісному взаємозв'язку. В ході тренувань, спрямованих на зміцнення функцій і систем організму, фізична підготовленість підвищується. У фізичному вихованні важливо враховувати особливості адаптації організму різних осіб до фізичних вправ з точки зору фізіологічних механізмів.

Для дослідження фізичної підготовленості студентів використовуються рухові тести на визначення рівня розвитку фізичних якостей [6], отже, ми виділяємо такі критерії як рівень розвитку фізичних якостей, рухові вміння й навички, переважний характер рухової активності. Застосування критерію за рівнем розвитку фізичних якостей спирається на закономірності гетерогенності та гетерохронності розвитку людського організму. Групи можуть формуватися за рівнем відставання в розвитку тих чи інших фізичних якостей; при цьому диференційований підхід передбачає визначення обсягів та інтенсивності навантаження з переважною спрямованістю на певні сторони фізичної підготовленості. При застосуванні зазначених критеріїв важливо враховувати попередній досвід кожної особи в кожному виді рухової активності, а також динаміку індивідуальних досягнень у галузі фізичної культури [8; 14].

Диференціацію населення слід проводити також за критерієм фізичної працездатності, яка, як правило, визначається за допомогою велоергометричного тесту PWC₁₇₀. Іноді слід враховувати й такі індивідуальні критерії як професійна належність особи й рівень розвитку її професійних умінь, адже при заняттях фізичною культурою часто виникає формування тих рухових навичок, які виступають складовими певних фізичних вправ і водночас певних технічних прийомів, отже, тісно пов'язані з професійними навичками. За таких умов заняття фізичною культурою можуть набувати професійної спрямованості, що істотно підвищує мотивацію до таких занять.

Окрему велику групу складають психологічні критерії диференціації населення, серед яких ми виділяємо якраз мотиви занять фізичною культурою. Формування мотивів може залежати від суб'єктивної актуалізації цінностей фізичної та професійної культур, забезпечення умов реалізації фізкультурних потреб, рівня умов для реалізації особистісних інтересів, емоційного фону занять фізичною культурою тощо [1]. Важливими психологічними критеріями є також рівень розвитку уваги, вольових зусиль.

Методи і методичні прийоми фізичного виховання слід диференціювати відповідно до психічних особливостей різних осіб, в залежності від яких можуть формуватися групи різної фізкультурно-спортивної спеціалізації. Наприклад, згідно з результатами наших спостережень, особи, які відрізняються добродушністю, експресивністю, комунікативністю, більш схильні займатися ігровими видами спорту, а особи, яким властива цілеспрямованість і наполегливість, – швидко-силовими й циклічними видами. Важливим критерієм виступають і типологічні особливості нервової системи. Так, особи з сильною нервовою системою здатні виконувати навантаження з високою інтенсивністю, а особам зі слабкою нервовою системою доцільно планувати дещо менші обсяги тренувальних навантажень, особливо в інтервальній і повторній роботі. Типологічні особливості нервової системи можуть зумовлювати також тривалість навантажень і пауз для відпочинку під час занять фізичною культурою. Коли йдеться про освоєння нових вправ і рухів, для осіб зі слабкою нервовою системою оптимальним є розчленований і наочний спосіб навчання, а для осіб із сильною – концентрований і словесний.

Також в основу диференційованого підходу до фізичного виховання можуть бути покладені особистісні якості. Наприклад, спокійні та впевнені в собі особи надають перевагу біговим навантаженням зі знизеним обсягом, а особи з іншими якостями більшою мірою

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

прагнуть до навантажень із підвищеною інтенсивністю. На наше переконання, слід враховувати й такий критерій як індивідуальні особливості мислення; показовими в цьому плані є швидкість засвоєння нової інформації, гнучкість процесів мислення, зв'язок між його абстрактними та конкретними складовими. Зрештою, при формуванні груп варто зважати й на індивідуальні спортивні чи оздоровчі інтереси, при цьому підбирати такі форми й організувати заняття фізичною культурою так, щоб вони сприймалися конкретною особою не лише як необхідний засіб збереження і зміцнення здоров'я, а й як найулюбленіший вид активного відпочинку.

Серед критеріїв, що співвідносяться із середовищними чинниками, виділимо зовнішні умови оточуючого середовища. Це антропогенні фактори, ендемічна обстановка в регіоні й т. п. [3]. Наприклад, гірські місцевості характеризуються екологічно обумовленою йодною недостатністю, а оскільки недостатнє постачання йоду в організм ускладнює виконання щитоподібною залозою своїх функцій, більшість осіб, які протягом тривалого часу проживають у гірській місцевості, характеризуються більш низьким рівнем фізичного стану в порівнянні з особами з рівнинних місцевостей. Отже, при формуванні груп слід враховувати й комплекс біохімічних показників організму кожної людини. У процесі диференціації постає завдання з'ясування основних відмінностей у загальній структурі фізичного стану осіб, які проживають у різних місцевостях, що можуть слугувати підґрунтям для розробки програм і вправ різної спрямованості. Варто зважати й на зовнішні чинники, що впливають на ті чи інші прояви фізкультурної активності особи, наприклад, чинники, які визначають і регулюють режим та умови праці й відпочинку.

До критеріїв, що співвідносяться із соціальними чинниками, в широкому розумінні належать соціальний статус особи, умови її проживання, професійні заняття, фінансові можливості й т. п.

Зазначимо, що у практиці організації процесу диференційованого фізичного виховання комплексний обґрунтований вибір окреслених нами критеріїв диференційованого підходу є лише першим кроком; за ним слідує діагностика обраних критеріїв, розподіл осіб за групами за результатами такої діагностики, розробка для кожної групи різнорівневих методик і програм, а також регулярне здійснення діагностичного контролю, за підсумками якого гнучко змінюється склад груп і характер диференційованих програм і вправ.

Висновки.

1. Між поняттями диференціації та диференційованого підходу, диференціації та індивідуалізації навчання й виховання існує змістова різниця. Мета диференційованого фізичного виховання – цілеспрямоване формування особистості, основу якої складає досягнення фізкультурної досконалості шляхом розвитку індивідуальних фізкультурно-спортивних потреб і здібностей.

2. При застосуванні диференційованого підходу до фізичного виховання різних груп населення необхідно оптимально враховувати різницю у статі, віці, фізичному стані, соматичних особливостях організму, функціональному стані, фізичній підготовленості, зокрема розвитку фізичних якостей, рухових умінь і навичок, характері рухової активності, фізичній працездатності, професійній належності та професійних уміннях, мотивації занять фізичною культурою, розвитку уваги й вольових зусиль, психічних особливостях і типологічних особливостях нервової системи, особистісних якостях, індивідуальних спортивних чи оздоровчих інтересах. Разом з цим критеріями диференціації слугують зовнішні умови оточуючого середовища, чинники, що впливають на ті чи інші прояви фізкультурної активності особи, її соціальний статус, умови проживання, професійні заняття, фінансові можливості.

3. При застосуванні диференційованого підходу до фізичного виховання різних категорій населення важливими є пошук і групування найбільш оптимальних критеріїв розподілу осіб на групи, які враховували би переважний вплив індивідуальних, середовищних і соціальних чинників диференційованого підходу до фізичного виховання, а також пошук оптимального співвідношення засобів, методів і форм фізичного виховання відповідно до обраних критеріїв.

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алькова С. Ю. Реализация дифференцированного подхода в физическом воспитании на основе субъектного опыта студентов / С. Ю. Алькова // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 10-12. – С. 10-12.
2. Івашенко Л. Я. Диференційований підхід у фізичному вихованні студентської молоді / Л. Я. Івашенко, Т. Ю. Круцевич // Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: Матеріали всеукраїнської наукової конференції. – Київ-Чернопілля, 1997. – С. 138-140.
3. Ишмухаметов М. Г. Дифференцированное физическое воспитание школьников с учетом экологических особенностей региона / М. Г. Ишмухаметов. – М.: Научно-издательский центр "Теория и практика физической культуры и спорта", 2005. – 234 с.
4. Лавриненко Д. Й. Розробка диференційованої системи фізичної підготовки студентів / Д. Й. Лавриненко і др. // Фізичне виховання студентів творчих спеціальностей: Сб. науч. тр. Харків: ХГАДИ (ХХІТЧ), 2003. – № 1. – С. 81-90.
5. Лєко Б. Диференціація фізичного виховання у ВНЗ – шлях до спорту для всіх / Б. Лєко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. науч. пр. Харків: ХДАДМ, 2003. – № 22. – С. 101-112.
6. Лєонова В. А. Дифференцированный подход к выбору методов совершенствования двигательных качеств школьников / В. А. Лєонова, А. С. Куц // Матеріали II Міжнародної наукової практичної конференції "Фізична культура, спорт та здоров'я нації". – Вінниця, 1996. – С. 118-123.
7. Малімон О. О. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 / О. О. Малімон. – Луцьк: Волинський державний університет ім. Лесі Українки, 1999. – 19 с.
8. Мурачковский Н. И. Психологические аспекты организации дифференцированных форм работы на уроке / Н. И. Мурачковский // Советская педагогика. – 1993. – № 10. – С. 35-40.
9. Сітовський А. М. Диференційований підхід у фізичному вихованні підлітків з різними темпами біологічного розвитку (на прикладі школярів 7-х класів): автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02 / А. М. Сітовський. – Львів: Львівський державний університет фізичної культури, 2008. – 20 с.
10. Сулейманов И. И. Содержание и технология дифференцированного физкультурного образования учащихся общеобразовательной школы / И. И. Сулейманов, Н. С. Ниясова, Е. А. Короткова // Теория и практика физической культуры. – 1995. – № 9. – С. 52-56.
11. Тимофеев А. А. Дифференцированный подход к проведению занятий по физическому воспитанию / А. А. Тимофеев, Г. А. Плыгань // Тезисы докладов Международной научно-практической конференции "Актуальные проблемы физического воспитания и спортивной тренировки студенческой молодежи". – Часть 1. – Минск, 1995. – С. 57.
12. Унт Т. И. Индивидуализация и дифференциация обучения / Т. И. Унт. – М.: Педагогика, 1990. – 192 с.
13. Фурман А. В. Системна диференціація навчання: концепція, теорія, технологія / А. В. Фурман // Освіта і управління. – 1997. – Том 1. – Число 2. – С. 37-67.
14. Цюсь А. В. Диференційований підхід у процесі професійної підготовки вчителя фізичної культури: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.01 / А. В. Цюсь. – К.: Український державний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова, 1994. – 16 с.
15. Якиманская И. С. Психолого-педагогические проблемы дифференцированного обучения / И. С. Якиманская, С. Г. Абрамова и др. // Советская педагогика. – 1991. – № 4. – С. 46.
16. Hirtz P. Koordinative Fähigkeiten / P. Hirtz // Trainingswissenschaft. – Berlin: Sportverlag, 1994. – С. 137-148.
17. King A. C. Theoretical approaches to the promotion of physical activity. Forging a transdisciplinary paradigm / A. C. King, D. Stokols. E. Talen et al. // Am J. Prev. Med. – 2002. – V. 23. – № 2. – Suppl. 1. – С. 15-25.
- 18.

АНОТАЦІЇ

ЧИННИКИ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНОГО ПІДХОДУ ТА КРИТЕРІЇ ДИФЕРЕНЦІАЦІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ

Наталія Бондарчук, Віктор Чернов

Ужгородський національний університет

У статті розкрито сутність основних наукових понять, пов'язаних із диференціацією навчання в вихованні, розмежовано зміст відповідних концептів, визначено основні чинники, які повинні

II. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

враховувати диференційований підхід до фізичного виховання, окреслено й обґрунтовано критерії диференціації населення для застосування диференційованого підходу у фізичному вихованні його різних категорій.

Ключові слова: диференціація, диференційований підхід, чинники диференційованого підходу, критерії диференціації, фізичне виховання, різні категорії населення.

ФАКТОРЫ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА И КРИТЕРИИ ДИФФЕРЕНЦИАЦИИ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ РАЗНЫХ КАТЕГОРИЙ НАСЕЛЕНИЯ

Наталия Бондарчук, Виктор Чернов

Ужгородский национальный университет

В статье раскрыта суть основных научных понятий, связанных с дифференциацией обучения и воспитания, разграничено содержание соответствующих концептов, определены основные факторы, которые должен учитывать дифференцированный подход к физическому воспитанию, обозначены и обоснованы критерии дифференциации населения для использования дифференцированного подхода к физическому воспитанию его различных категорий.

Ключевые слова: дифференциация, дифференцированный подход, факторы дифференцированного подхода, критерии дифференциации, физическое воспитание, различные категории населения.

FACTORS OF THE DIFFERENTIATED APPROACH AND CRITERIA OF DIFFERENTIATION ARE IN PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT CATEGORIES OF POPULATION

Natalia Bondarchuk, Victor Chernov

Uzhhorod national university

The article exposes the essence of the basic scientific concepts related to the differentiation of teaching and education, differentiates the content of the corresponding conceptions and determines basic factors which should be taken into consideration relatively the differentiated approach in the physical education. The article also marks and grounds criteria of population differentiation for using the differentiated approach in the physical education of different population categories.

Key words: differentiation, differentiated approach, factors of the differentiated approach, criterion of the differentiation, the physical education, different population categories.

ОСОБЛИВОСТІ МАТЕРІАЛУ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ВУЗІВ
ЗАПОРІЗЬКОЇ ТА СЕРВІЙ ПІВДАКЦІОННОЇ ОСВ.
Сурко С.В.

Науковий журнал «Ужгородський національний університет»

Визначено проблемні завдання до розробки курсу спеціальності «Фізичне виховання» за курсом загальної середньої освіти молодших і старшої прохідної спеціальності, розроблено зміст курсу в процесі навчання студентів спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах.

Розроблено курс спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах. На основі аналізу програм спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах, встановлено, що в процесі навчання студентів спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах необхідно врахувати особливості матеріалу навчання студентів.

Особливості матеріалу навчання студентів спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах.

Визначено проблемні завдання до розробки курсу спеціальності «Фізичне виховання» за курсом загальної середньої освіти молодших і старшої прохідної спеціальності, розроблено зміст курсу в процесі навчання студентів спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах.

Розроблено курс спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах. На основі аналізу програм спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах, встановлено, що в процесі навчання студентів спеціальності «Фізичне виховання» в аграрних вищих навчальних закладах необхідно врахувати особливості матеріалу навчання студентів.