

**ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ
ТА
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**



№ 6, 2006

PEDAGOGICS, PSYCHOLOGY,
MEDICAL-BIOLOGICAL PROBLEMS
OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS

The scientific monography is edited by professor S. Yermakov

№6

KHARKIV 2006

Міністерство освіти і науки України
Харківська державна академія дизайну і мистецтв
(Харківський художньо-промисловий інститут)

ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ ТА
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Наукова монографія за редакцією проф. С. Єрмакова

№6

ХАРКІВ 2006

Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С.С. - Харків: ХДАДМ (ХХП), 2006. - №6. - 158 с.

(Укр., рос., польс., англ. мов.)

У збірку вміщено статті, що висвітлюють нові технології фізичного виховання молоді і підготовки спортсменів.

Збірник розрахований на вчителів і викладачів фізичного виховання, тренерів, спортсменів, докторантів, аспірантів.

Видається за рішенням Вченої ради Харківської державної академії дизайну і мистецтв (протокол № 6 від 28.02.2006 р.).

Збірник входить до переліку наукових видань, в яких можуть публікуватися основні результати дисертаційних робіт:

«**Фізичне виховання і спорт**» - постанова ВАК України від 09.06.1999р. №1-05/7. - Бюл. ВАК України, 1999. - №4. - С. 59;

«**Педагогічні науки**» - додаток до постанови президії ВАК України від 11.04.2001р. №5-05/4. - Бюл. ВАК України, 2001. - №3. - С. 6;

Окремі статті зараховуються як фахові з **біологічних наук** за поданням спеціалізованої ради - постанова президії ВАК України від 11.10.2000р. №2-03/8. - Бюл. ВАК України, 2000. - №6. - С. 7.

Видання зареєстровано ISSN International Centre (Париж, Франція):

ISSN 1818-9172 (Print);

ISSN 1818-9210 (Online) - URL: <http://www.nbu.gov.ua/articles/khhpi/>

Редакційна колегія:

Бізін В.П., д.пед.н., проф.; Бойченко С.Д., д.пед.н., проф.; Дмитриєв С.В., д.пед.н., проф.; Друзь В.А., д.біол.н., проф.; Єрмаков С.С., д.пед.н., проф., (гол.ред.); Камаєв О.І., д.пед.н., проф.; Клименко А.І., д.біол.н., проф.; Лапутін А.М., д.біол.н., проф.; Ложкін Г.В., д.психол.н., проф.; Романенко В.О., д.біол.н., проф.; Ткачук В.Г., д.біол.н., проф.

Почесна редакційна колегія:

Веріч Г.Є., д.мед.н., проф.; Дмитренко Т.О., д.пед.н., проф.; Золотухіна С.Т., д.пед.н., проф.; Корягін В.М., д.пед.н., проф.; Максименко Г.М., д.пед.н., проф.; Сак Н.М., д.мед.н., проф.

ISBN 966-8106-35-0

ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ РОЗВИТКУ КООРДИНАЦІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ ТА ГУМАНІТАРНИХ ФАКУЛЬТЕТІВ

Підвальна О.В., Євтушок М.В.

Національний педагогічний
університет ім. М.П. Драгоманова

Анотація. У статті досліджуються розбіжності у розвитку здібностей до оволодіння координаційними вправами у студентів спеціального медичного відділення.

Ключові слова: спеціальне медичне відділення, координаційні здібності, ритмічна гімнастика.

Аннотация. Подвальная Е.В., Евтушок М.В. Сравнительный анализ развития координационных способностей студентов технических и гуманитарных факультетов. В статье исследуется отличие в развитии способностей к овладению координационными упражнениями у студентов специального медицинского отделения.

Ключевые слова: специальное медицинское отделение, координационные способности, ритмичная гимнастика. Annotation. Podvalnaya E.V., Yevtushok M.V. The comparative analysis of development of coordination abilities of students of technical and humanitarian faculties. In the article the differences in development of capacities for the capture by co-ordinating exercises at the students of the special medical group are explored.

Keywords: special medical group, co-ordinating capabilities, rhythmic gymnastics.

Вступ.

Роки перебування в вузі – важливий етап формування особистості майбутнього спеціаліста. Велика роль в системі учбово-виховного процесу належить фізичному вихованню. Результат цього процесу – рівень індивідуальної фізичної культури кожного студента, його духовність, рівень розвитку професійно значущих здібностей[2]. Більша частина студентської молоді веде малорухомий спосіб життя. І тому виникає питання, як заохотити молодь до постійних занять фізичною культурою. Особливо це стосується студентів з ослабленим здоров'ям, які відносяться до спеціального медичного відділення[1]. І хоча останнім часом трохи змінилося на краще відношення суспільства до фізичної культури, фізичного розвитку і стану здоров'я, необхідно використовувати різні засоби мотивації до занять фізичною культурою[4].

Підвищення мотивації до занять з фізичного виховання є одним з головних завдань кафедри “Фізичного виховання і здоров'я” під керівництвом професора О.Д.Дубогай. Молодь багато уваги приділяє розвитку розумовим, фізичним та естетичним якостям, і тому на кафедрі багато років поспіль проводяться змагання з ритмічної гімнастики “Свято руху, краси і здоров'я”, яке має велику популярність не тільки серед студентства, а також підтримується керівництвом Національного Педагогічного університету ім.М.П.Драгоманова. Тому студенти активно вивчають та засвоюють один із розділів програми „Ритмічна гімнастика”, а саме обов'язковий комплекс зі скакалкою. Змагання проводяться з трьох номінацій: 1) обов'язковий комплекс із скакалкою; 2) довільна програма збірних факультетів; 3) дов-

ільна програма збірних гуртожитків. Кафедра працює з студентами, які належать до спеціально-медичних груп, тому всі композиції мають бути середньої інтенсивності та тривалістю не менше 2-х хвилин[3,5].

Робота виконана у відповідності до плану НДР Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова.

Формулювання цілей роботи.

Мета нашого дослідження – виявити розбіжності у розвитку координаційних здібностей студентів I курсу фізико-математичного та дефектологічного факультетів.

Нами проведено анкетування, в результаті якого були відібрані студенти, яким виповнилось 17 років. Всього в дослідженні брали участь по 15 студенток з кожного факультету, які займалися за однією програмою, та загальним планом.

Для досягнення мети роботи були поставлені наступні завдання:

1. Підібрати комплекс тестів для визначення координаційних здібностей студенток.
2. Розробити анкету з метою визначення ступеню засвоєння складнокоординаційних рухів.
3. Провести анкетування студенток.
4. Порівняти результати змагань з ритмічної гімнастики двох факультетів.
5. Провести опитування самооцінки засвоєння вивченого обов'язкового комплексу зі скакалкою.
6. Порівняти самооцінку студентів з оцінкою, вираженою викладачем та результатами змагань з ритміки.

Для виконання завдань дослідження були застосовані наступні методи: аналіз літературних джерел, тестування для визначення координаційних здібностей:

- стрибки через скакалку за 30с (кількість разів);
- частота постукування 30 разів (за одиницю часу).

Результати дослідження.

Після проведених тестувань нами було з'ясовано, що студенти фізико-математичного факультету мають вищий середній показник із стрибків зі скакалкою (57 разів), ніж студенти дефектологічного факультету (54 рази). Результати тесту на частоту постукування показали, що студенти фізико-математичного факультету мають незначну перевагу в часі (табл. 1).

Наступним завданням роботи була розробка анкети та системи її оцінювання.

АНКЕТА:

1. Дата народження.
2. Ваша спеціальність.
3. Чи любите Ви танцювати?
4. Чи подобаються Вам заняття з ритміки?
5. Яка кількість повторювань Вам потрібна для засвоєння складнокоординаційних вправ?
А) 1 раз;
Б) 3 рази;
В) 5 разів;

Таблиця 1.		
<i>Результати тестування</i>		
Факультет	Тест: стрибки зі скакалкою за 30с (кількість разів)	Тест частота постукування 30 разів за одиницю часу
Фізико-математичний факультет	57	16
Дефектологічний факультет	54	19

Г) більше 7 разів.

6. Яким чином Ви швидше запам'ятовуєте складнокоординаційні рухи?

А) під рахунок;

Б) під музичний супровід.

7. Як Ви вважаєте, чи допомагають Вам заняття з ритміки більш впевнено почувати себе у повсякденному житті?

Після проведеного анкетування (питання №3) нами встановлено, що 91% студенток фізико-математичного факультету і 87% студенток дефектологічного факультету люблять танцювати. Своє негативне ставлення до танцю виявили на фізико-математичному факультеті 9% студенток, а на дефектологічному факультеті 13%. Обробка анкетування (питання №5) показала, що результати засвоєння складнокоординаційних рухів на двох факультетах виявились різними. За 3 рази координаційні вправи змогли засвоїти 25 % студенток фізико-математичного факультету, а дефектологічного факультету – жодної. Протягом 5-ти разового повторення 58 % та 75 % студенток відповідних факультетів засвоїли запропоноване завдання. Лише 17 % студенток фізико-математичного факультету знадобилось для опанування цих вправ 7 разів, в той час як кількість дівчат з дефектологічного факультету складала 25 %. З цього можна зробити висновок, що засвоєння складнокоординаційних рухів у студенток фізико-математичного факультету виявилось кращим.

Відповіді на 6 запитання анкети не відрізняються між факультетами. Студенти обох факультетів краще запам'ятовують складнокоординаційні рухи під рахунок. Це може бути пов'язано з тим, що студенти на I курсі мають не достатньо розвинену координаційну пам'ять (табл. 2).

Відповідаючи на питання №7 анкети, 98% студенток зазначили, що заняття з ритмічної гімнастики допомагають більш впевнено почувати себе у повсякденному житті.

Різними виявляються показники самооцінки та оцінки отриманої від викладача (за п'ятибальною системою). На фізико-математичному факультеті середній бал самооцінки і оцінки отриманої за комплекс майже співпадає (різниця складала 0,1 бал), а на дефектологічному факультеті різниця складає (0,5 бали).

За результатами проведених змагань серед першокурсників всіх факультетів НПУ ім. М.П.Драгоманова з ритмічної гімнастики (обов'язковий комплекс зі скакалкою), більш вдало виступив фізико-математичний факультет (табл.3). Це можна пов'язати з кращим фізичним розвитком та засвоєнням складнокоординаційних рухів.

Висновки:

1. В результаті дослідження було виявлено, що розвиток координаційних здібностей студенток фізико-математичного факультету є вищим ніж у студенток дефектологічного факультету.

Таблиця 2.		
<i>Результати дослідження</i>		
Факультет	Кількість повторювань рухів для засвоєння складнокоординаційних вправ	Координаційна пам'ять: - під рахунок; -під музичний супровід
Фізико-математичний факультет	3 рази – 25% 5 разів – 58% 7 разів – 17	Під рахунок – 67% Під музичний супровід – 33%
Дефектологічний факультет	3 рази – 0 5 разів – 75 % 7 разів – 25%	Під рахунок – 71% Під музичний супровід – 29%

Таблиця 3.			
<i>Результати дослідження</i>			
Факультет	Самооцінка комплексу зі скакалкою (середній бал)	Оцінка за комплекс зі скакалкою виставлена викладачем (середній бал)	Результат змагання з ритміки. Комплекс зі скакалкою (загальне місце)
Фізико-математичний факультет	4,4	4,3	II
Дефектологічний факультет	4,2	3,7	IX

2. Анкетування студенток показало, що ступінь засвоєння складнокоординаційних рухів також вищий у дівчат з фізико-математичного факультету ніж дефектологічного факультету.
3. Студентки фізико-математичного факультету виявляють більшу зацікавленість у заняттях з ритмічної гімнастики і ставляться до них відповідальніше.
4. Самооцінка студенток дефектологічного факультету є завищеною, про що свідчить різниця в самооцінках студенток та в оцінках викладачів.

Наступним етапом нашої роботи буде виявлення динаміки росту координаційних здібностей досліджених вже нами студенток після проходження навчального процесу протягом 2 семестрів I курсу.

Література:

1. Дубогай О.Д. та ін. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спец. мед. групи. – Луцк, Настир. 1995 -218 с.
2. Теория и методика физического воспитания.: Учебник для высших учебных заведений физического воспитания и спорта / Под ред. Т.Ю.Круцевич. – К.,2003.
3. Герасимова В.В. та ін. Використання композицій танцювальної гімнастики на заняттях фізкультурою зі студентами спец. мед. групи. // Міжнародна науково-практична конференція „Фізична культура, спорт та здоров'є нації”. –Вінниця, 1994. – с. 134-136.
4. Уэйнберг Р.С., Гоулд Д. Основы психологии спорта и физической культуры. – Киев, Олимпийская литература, 2001.
5. Бороменський О.В. Організація фізичного виховання з спец. мед. групами. Методичні рекомендації для студентів всіх спеціальностей. –Херсон, ХДПУ, 2001 – 32 с.
Надійшла до редакції 26.05.2006р.

ЗАНЯТТЯ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ СПОРТСМЕНОВ-ВETERANOV

Виталий Полишук

Национальный университет физического
воспитания и спорта Украины

Аннотация. В статье изложены особенности занятий легкой атлетикой спортсменов-ветеранов (основополагающие принципы, основы поддержания двигательных качеств, подготовка к соревнованиям, организация и их проведение).

Ключевые слова: спортсмены-ветераны, легкая атлетика, тренировка, соревнования

Анотация. Полишук В. Заняття легкою атлетикою спортсменів-ветеранів. У статті викладено особливості занять легкою атлетикою спортсменів-ветеранів (основоположні принципи, основи підтримки рухових якостей, підготовка до змагань, організація та їх проведення).

Ключові слова: спортсмени-ветерани, легка атлетика, тренування, змагання.

Annotation. Polischuk V. Employment by track and field athletics of sportsmen - veterans. In article features of employment to track and field athletics of sportsmen - veterans (basic principles, bases of maintenance of impellent qualities, preparation for competitions, the organization and their carrying out) are stated.

Key words: sportsmen - veterans, track and field athletics, training, competitions.

Введение.

В настоящее время значительное количество работ посвящено спортивной подготовке спортсменов

в различных видах спорта, начиная от этапов начальной специализации до максимальной реализации индивидуальных возможностей в процессе многолетнего совершенствования и практически нет данных, посвященных построению тренировочного процесса и участия в соревнованиях спортсменов-ветеранов. Данная проблема становится актуальной в связи с тем, что уже начиная со среднего возраста (40–59 лет у мужчин и 35–54 года у женщин), наблюдаются различные изменения в органах и системах организма, влекущие за собой снижение его работоспособности. У людей пожилого возраста (60–74 года у мужчин и 55–74 года у женщин) уменьшаются показатели силы, ухудшаются подвижность и уравновешенность нервных процессов, наблюдается снижение способности к обучению движениям. Наряду с этим уменьшается скорость движений, ухудшается подвижность в суставах, снижается ловкость. Особенно значительные изменения происходят с возрастом в сердечно-сосудистой и дыхательной системах, что предъявляет специфические требования к величинам нагрузок, используемых при тренировке. Существенно изменяется в пожилом возрасте и состояние нервно-мышечного аппарата, что приводит к снижению силы и выносливости (Р.Жордочко, В.Полишук, 1994).

Необходимость противодействовать комплексу отрицательных воздействий делает весьма существенной роль оптимальной и научно обоснованной двигательной активности и занятий спортом в жизни людей среднего и, особенно, старшего возраста, в том числе не только с использованием дозированного бега, ходьбы и других средств из арсенала легкой атлетики для укрепления здоровья, профилактики заболеваний, продления трудовой и творческой активности, но и для продолжения регулярной тренировки и участия в соревнованиях теми спортсменами (в том числе легкоатлетами, которые по возрастным причинам расстались с большим спортом, но не хотят прерывать занятия любимым видом спорта и продолжают тренироваться).

Исследование выполнено согласно плана НИР Национального университета физического воспитания и спорта Украины по теме «Структура и содержание подготовки, особенности соревновательной деятельности спортсменов-ветеранов на примере легкой атлетики».

Формулирование целей работы.

Цель исследования: выявить особенности соревновательной и тренировочной деятельности спортсменов-ветеранов в легкой атлетике.

Методы исследования:

- Анализ научно-методической литературы;
- Обобщение опыта подготовки спортсменов-ветеранов.

Результаты исследования.

В странах Европы и, особенно, в США движение ветеранов легкой атлетики активно развивается уже многие годы и давно оформлено организационно. Действуют и европейская, и мировая

Артюшенко П.О., Безрукавий Р.В., Артюшенко А.О. Про зовнішню стимуляцію вольових зусиль в учнів 10 - 12 років	3
Банникова Р.А., Биденко О.В. Методи немедикаментозної терапії в комплексній реабілітації больных с гонартрозами	5
Белих С.І. Роль полікультурної освіти в становленні толерантної особистості	7
Бородін Ю.А., Ольховий О.М., Піддубний О.Г., Красота В.М. Вплив несприятливих факторів військово-професійної діяльності на фізичний стан офіцерів – спеціалістів операторського профілю	10
Герасименко С.О., Бышевец Н.Г., Голованова Н.Л. Основы использования дистанционных технологий обучения в вузах физкультурного профиля	13
Гордієнко-Митрофанова І.В. Можливості маніпулятивних ігрових технологій (на прикладі гри «dominoes-plural») ..	16
Грищенко О.В., Фролов В. Д. Зміни показників фізичної підготовленості в процесі колового спортивного тренування юнаків 18-22 років	20
Дараган В.Н. Взаимосвязь уровня устойчивости вестибулярной сенсорной системы с технической и физической подготовленностью квалифицированных футболистов	24
Доброскок І.І. Організаційно-наукова діяльність Івана Семеновича Орлая у сфері медицини наприкінці XVIII століття	29
Жукотинський К.К. Формування фізичної культури учнів у позашкільних навчальних закладах	32
Журид С.М. Особливості оперативної оцінки психофізіологічного стану юних футболістів 15-17 років у процесі підготовки до змагальної діяльності	37
Золотухіна С.Т., Зеленська Л.Д. Дослідження вченими Слобожанщини кінця XIX – початку XX століття актуальних проблем організації вищої освіти східних регіонів України	41
Іноземцева С.В. Навчання дітей з особливими потребами у зарубіжних країнах	44
Караулова С.И., Маликов Н.В. Сравнительный анализ различных методических подходов к оценке адаптивных возможностей сердечно-сосудистой системы организма спортсменов и спортсменок, специализирующихся в беге на средние дистанции	47
Касянюк М.В. Дослідження позитивного відношення до фізичної культури і спорту молодших підлітків	51
Козіна Ж.Л., Коломієць Н.А., Щедріва А., Сірий О.В., Безязичний Б.І., Поліщук С.Б., Попова А.В., Чорний Ю.П. Ефективність практичного застосування психофізіологічних методів дослідження в ситуаційних видах спорту	54
Логвін М.Л. Фізична реабілітація дітей с захворюванням бронхіальна астма	59
Мартишевський К.К. Волейбол: шлях до майстерності (1947-1964 рр.)	61
Медведева Ирина. Построение композиций короткой программы в фигурном катании на коньках	69
Мудрик В.И. Технология совершенствования менеджмента органов управления физической культуры и спорта	74
Підвальна О.В., Євтушок М.В. Порівняльний аналіз розвитку координаційних здібностей студентів технічних та гуманітарних факультетів	80
Поліщук Виталий. Заняття легкою атлетикою спортсменів-ветеранів	82
Прокуда Т.В., Онищенко Ю.П. Використання засобів фізичної реабілітації при церебральному паралічі у дітей 7-8 років	86
Проскурнин А.В. К вопросу о некоторых средствах и методах развития выносливости	88
Сава Микола, Юр'єва Лариса, Яворський Юрій. Вплив самовиховання на професійне формування фахівця фізичної культури до практичної діяльності з учнями загальноосвітнього навчального закладу	91
Селіванова О.В. Експериментальне обґрунтування організаційно-педагогічних умов формування професійної готовності курсантів-дівчат	94
Скирене В., Ивашкене В. Подготовка современных специалистов физического воспитания: Проблемы, поиски, решения	98
Смирская Ж.В., Новохатняя Е.С., Власюк Е.А. Оценка перспективности девочек 6-8 лет, занимающихся художественной гимнастикой, с учетом психофизиологических особенностей на этапе начальной специализированной подготовки	103
Смоляр И.И. Личностный аспект лидерства в мужских и женских спортивных командах	106
Совенко С.П. Обґрунтування раціональної побудови тренувального процесу легкоатлетів-стрибунів на етапі збереження вищої спортивної майстерності у річному циклі підготовки	108
Таран Л.А. Отображение физической культуры и спорта в музыкально песенных произведениях советских композиторов XX века	112
Фандікова Л.О., Щербак Л.М. Мотивація до фізкультурно-оздоровчих занять у студентів спеціального відділення гуманітарних ВНЗ	117
Федієнко В.В. Шляхом болонського процесу: методи побудови функцій належності лінгвістичної змінної “рівень навчальних досягнень”	120
Філатова З.І., Гловацька І.В. Впровадження фізичної культури в спосіб життя молодших школярів як певний організаційний процес	127
Хейлік Ігор. Особливості прояву емоційної напруженості тенісистів в змагальному мезоциклі підготовки	131
Цыганок А. Изучение динамики функционального состояния системы внешнего дыхания у девочек школьного возраста при занятиях гандболом	136
Шумська О.О. Проблеми естетичного виховання майбутніх учителів у педагогічній спадщині викладачів харківського університету (друга половина XIX-поч. XXст.)	138
Щербак Л.М., Штангєєва О.О., Артёмов А.В., Смольц Т.В. Особливості адаптації студентів спеціальних відділень до фізичних навантажень складно - координаційної спрямованості стосовно до майбутньої професії	140
Ященко А.Г., Майданюк О.В. Ознаки порушення адаптації периферичного кровообігу до тренувальних навантажень у спортсменів, які спеціалізуються у важкій атлетіці	143
Migala Mariusz. Rozwój rehabilitacji (fizjoterapii) na ziemiach polskich w XIX i pierwszej połowie XX wieku	148
Tiffert Monika, Cieśla Wojciech, Verych Georgiy. Znaczenie wczesnej i późnej rehabilitacji szpitalnej na poprawę funkcji ręki u pacjentów oparzonych	151
Вимоги до статей	155
Структура статті	155
Витяг з Постанови ВАК України від 15.01.2003 N 7-05/1 “Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України”	155