

СУЧАСНИЙ СТАН ЗДОРОВ'Я МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ЗАКЛАДІВ

Потапова О.В.

*69600, Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66,
м. Запоріжжя, Україна*

alenska18.1@mail.ru

У статті проаналізовано стан здоров'я та його основні складові, а саме – фізичне, психічне та соціальне здоров'я молодших школярів м.Запоріжжя. Протягом дослідження відібрано діагностичний арсенал для повного дослідження здоров'я молодших школярів. Для вивчення та визначення рівнів здоров'я теоретично визначено його критерії, показники та рівні, проаналізовано причини виникнення відхилень у здоров'ї, практично визначено рівні фізичної підготовленості молодших школярів на основі тестування рухливих навичок за тестами, передбаченими шкільною програмою з фізичної культури. Рівень фізичного розвитку визначався за допомогою антропометричних показників та розрахункових показників з розшифровки електрокардіограми (функціональний стан серцево-судинної системи) та спірометрії (функціональний стан дихальної системи). Також використано для визначення інтегрального показника фізичного здоров'я програму «Школяр», мотивація та активність і соціальне здоров'я вивчалось анкетуванням дітей та їхніх батьків. Зроблено висновок про причини зниження фізичного здоров'я та обрано основні шляхи оптимізації рухової активності молодших школярів протягом навчального дня для розвитку функціональних систем організму молодших школярів. У дослідженні брали участь 386 учнів молодшого шкільного віку (6-10 років), які навчаються в гімназії № 71, ЗВНК 109, школи-інтернату № 3 м. Запоріжжя. Отримані результати мають практичне значення, і подальша робота в школі повинна ґрунтуватися на підвищенні інтересу молодших школярів до шкільних занять; залученні батьків до активної участі в шкільному житті дитини; формуванні здоров'я, засвоєнні й слідування правилам здорового способу життя; становленні загальної культури молодшого школяра для подальшої позитивної соціалізації та інтеграції здорових учнів у доросле суспільство.

Ключові слова: молодші школярі, фізичне, психічне та соціальне здоров'я.

СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ

Потапова Е.В.

*69600, Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66,
г. Запорожье, Украина*

alenska18.1@mail.ru

В статье проанализировано состояние здоровья и его основных составляющих, а именно – физическое, психическое и социальное здоровье младших школьников г.Запорожья. В течение исследования выбран диагностический арсенал для полного изучения здоровья младших школьников. Для определения уровней здоровья были теоретически определены его критерии, показатели и уровни, проанализированы причины возникновения отклонений в здоровье, практически определены уровни физической подготовленности младших школьников на основе тестирования двигательных навыков по тестам, предусмотренным школьной программой по физической культуре. Уровень физического развития определялся с помощью антропометрических показателей и расчетных показателей с расшифровки электрокардиограммы (функциональное состояние сердечно-сосудистой системы) и спирометрии (функциональное состояние дыхательной системы). Также использовалась для определения интегрального показателя физического здоровья программа «Школьник», мотивация и активность и социальное здоровье изучались анкетированием детей и их родителей. В работе сделан вывод о причинах снижения физического здоровья и выбраны основные пути оптимизации двигательной активности младших школьников в течение учебного дня для развития функциональных систем организма младших школьников. В исследовании принимали участие 386 учащихся младшего школьного возраста (6-10 лет), которые учатся в гимназии № 71, ЗВНК 109, школы-интерната № 3 города Запорожья. Полученные результаты имеют практическое значение, и дальнейшая работа в школе должна основываться на повышении интереса младших школьников к школьным занятиям; приобщении родителей к активному участию в школьной жизни ребенка; формировании здоровья, усвоении и следовании правилам здорового образа жизни; становлении общей культуры младшего школьника для положительной дальнейшей социализации и интеграции здоровых учащихся во взрослое общество.

Ключевые слова: младшие школьники, физическое, психическое и социальное здоровье.

THE MODERN STATE OF HEALTH OF YOUNGER SCHOOL STUDENTS OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Potapova O.

69600, Zaporizhzhya national University, Zhukovsky str., 66, Zaporizhzhya, Ukraine

alenska18.1@mail.ru

The article analyzes the state of health and its main components, namely physical, mental and social health of Junior schoolchildren of the city of Zaporozhye. In the course of the study selected diagnostic Arsenal for a full investigation of health of Junior schoolchildren. To determine the levels of health was theoretically determined by its criteria, indicators and levels, to analyze the causes of deviations in health, practically defined levels of physical fitness of Junior schoolchildren on the basis of testing of mobile skills tests provided by the school program of physical culture at school. The level of physical development was determined using anthropometric indicators and calculated indicators from the transcripts of the electrocardiogram (the functional state of the cardiovascular system) and spirometry (functional condition of respiratory system). Also used to determine the integral indicator of the physical health program Student, motivation and activity and social health were studied by the survey children and their parents. In the conclusion the reasons for the loss of physical health and selected main ways of optimization of motor activity of younger schoolchildren during the school day for the development of functional systems of Junior schoolchildren. The study involved 386 students of primary school age (6-10 years) who attend secondary school No. 71, SUNK 109, boarding school № 3 of Zaporizhzhya. The obtained results are of practical importance and further work in school should be based on the increasing interest of younger students to school; enabling parents to take an active part in school life of the child; the formation of health, learning and following the rules of healthy lifestyle; formation of the General culture of the younger school student for positive further socialization and integration of disabled students into adult society.

Key words: schoolchildren, physical, social and mental health.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Соціальна напруга негативно позначилася на становищі молоді в суспільстві, діяльності закладів освіти і позашкільних установ (спортивних секцій, організацій дитячої творчості), побутовому оточенні, тобто на сферах виховання, розвитку й формуванні особистості дитини. Її наслідком став дефіцит мотивації на здоровий спосіб життя, що своєю чергою призвело до різкого зниження рівня здоров'я дітей, бездоглядності та безконтрольності з боку дорослих протягом дня, надлишку вільного часу [2, 3, 7].

Водночас виявлення основних чинників детермінації зниження рівня здоров'я в молодших школярів допомагає не тільки пояснити причини негативних відхилень у працездатності та фізичній підготовленості, у функціонуванні фізіологічних систем організму дітей, а й з'ясувати надалі шляхи активізації рухової активності і підвищення функціонального стану учнів початкових класів. Незважаючи на те, що в школах працюють учителі фізичної культури, інструктори з лікувальної фізичної культури, психологи, соціальні педагоги, адміністрація закладає багато часу на виховні години, що проводяться класоводами, ще й досі проблема удосконалення загальної системи фізичного виховання для покращення здоров'я в сучасних школярів не вирішена.

АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ І ПУБЛІКАЦІЙ

Науковцями різних галузей систематично ведеться дослідження і статистика моніторингу здоров'я сучасних школярів [7, 8]. Результати свідчать про необхідність співпраці з боку медичних працівників, психологів, батьків, вчителів, вихователів, працівників правоохоронних органів, а також вчителів фізичної культури.

Деякі автори вказують на зниження рухової активності в підлітковому періоді, тому саме перед молодшою шкільною ланкою гостро стоїть питання активізації функціональних систем організму, підвищення рівня здоров'я через профілактику гіподинамії в дітей цього віку [1, 6].

Проблемою дослідження функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем займалися О.Л. Луковська, В.Г. Савченко, Н.В. Москаленко, А.А. Ковтун та інші. Вони наголошують на вирішенні проблеми зниження здоров'я молодших школярів та пропонують

Фізичне виховання та спорт

авторські методики щодо підвищення ефективності процесу оздоровлення школярів на уроках фізичної культури в школі [4, 9, 10].

Ще донедавна одним із головних показників оздоровчо-виховної роботи були кількість та якість підготовки різноманітних заходів у школі. Життя показало, яких моральних та економічних збитків зазнає суспільство від такого роду виховання. Сьогодні вкрай потрібен якісно новий підхід до аналізу роботи вчителя і школи на основі сучасних досягнень науки.

Проаналізувавши діагностичні методики, якими користуються вчителі та психологи в школі, можна зробити висновок про те, що молодші школярі вивчаються недостатньо, хаотично, а отримані дані не підлягають подальшому аналізу.

ФОРМУЛЮВАННЯ МЕТИ ТА ЗАВДАНЬ СТАТТІ

Основною метою дослідження є визначення стану здоров'я молодших школярів у сучасних загально-виховних закладах (школах, гімназіях та школах-інтернатах) через дослідження його складових компонентів: фізичного, психічного та соціального здоров'я.

Для досягнення основної мети нами були сформульовані такі завдання:

1. Визначити стан функціональних систем організму молодших школярів у вікових групах 6-10 років та їх рівні.
2. Проаналізувати причини виникнення відхилень здоров'я в молодших школярів та їх моніторинг протягом навчання дітей у молодшій шкільній ланці.
3. Вибрати діагностичний арсенал для повного дослідження молодших школярів на базі навчального шкільного закладу.

Слід звернути увагу на те, що процес вивчення особистостей школярів та їхніх колективів був спрямований на вирішення певного завдання, у зв'язку з цим кожен методик щодо вивчення учнів ми добирали поетапно, згідно з індивідуальними та віковими особливостями молодших школярів.

У дослідженні брали участь учні гімназії № 71, школи-інтернату №3 та загальноосвітньої школи № 58 та ЗНВК № 109 м. Запоріжжя. Взагалі протягом дослідження підлягало діагностиці та було проаналізовано результати серед 386 учнів молодшої шкільної ланки перелічених навчальних закладів.

Педагогічна діагностика дозволила нам, а також педагогічному колективу школи, об'єктивно оцінити характер та особливості педагогічного процесу взаємодії вихователя і вихованців, визначити зону найближчого оточення, яке впливає на розвиток особистості учня, цілеспрямовано здійснювати визначення мети і вибір подальших шляхів досягнення поставлених завдань.

РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ТА ЇХ ОБГОВОРЕННЯ

За даними провідних науковців та дослідників галузі здоров'я, однією з причин погіршення функціонального стану організму молодших школярів є недостатній рівень фізичного розвитку та підготовленості. Із цієї причини діти швидко стомлюються, тому не засвоюють належну кількість інформації та навичок, не можуть бути активними учасниками оздоровчо-виховного процесу. Тому ми спочатку визначили саме рівень здоров'я, використовуючи різноманітні методики, що дають змогу визначити з різних боків стан організму молодших школярів.

Результати показали, що в дітей досліджуваного віку був відсутній високий рівень здоров'я, середньому рівню відповідали 46,85%, а наступні 53,15% мають низький рівень здоров'я згідно з діагностичною методикою «Школяр». Крім того, виявлено неефективну діяльність серцево-судинної системи у 96% молодших школярів, недостатню тренуваність серцево-судинної та дихальної систем – 40,8%, недостатні функціональні можливості органів

дихання та кровообігу – 35,4% та недостатній рівень розвитку м'язів тулуба – у 80,8% випадків.

Низький рівень фізичної підготовленості та фізичного розвитку залежить від стану розвитку функціональних систем організму дітей. Визначивши той факт, що переважна більшість дітей мають фізичну недорозвиненість, ми приділяли значну увагу особливостям розвитку кардіореспіраторної системи, неефективна робота якої спричиняє розлади фізичного здоров'я.

Фактичні результати електрокардіографічного обстеження дітей молодшого шкільного віку в другому стандартному відведенні (таблиця 1) співставлялися з показниками фізіологічної норми, які бралися з науково-практичних робіт проф. М. Малікова [5]. Вивчення їх показало, що в досліджуваних дітей вони перебувають у межах вікової норми, але на нижній її межі, або дещо нижче норми.

Таблиця 1 – Стан функціональних показників кардіореспіраторної системи на початку експериментального дослідження порівняно з віковою нормою

Функціональні показники	Фактичні показники (X ± m)	Вікова норма (X)
Показники серцево-судинної системи (ССС)		
Частота серцевих скорочень (уд/хв.)	95,00 ± 2,70	90,00
Артеріальний тиск, систолічний (мм рт.ст.)	107,25 ± 3,16	106,00
Артеріальний тиск, діастолічний (мм рт.ст.)	66,25 ± 4,55	64,00
Артеріальний тиск середній (мм рт.ст.)	79,61 ± 3,34	78,00
Систолічний об'єм крові (л)	0,03 ± 0,01	0,033
Хвилинний об'єм крові (л)	3,21 ± 0,24	3,00
Показники дихальної системи (ДС)		
Частота дихальних рухів (раз/хв)	26,27 ± 0,51	24,50
Об'єм дихання (л)	0,24 ± 0,03	0,29
Хвилинний об'єм дихання (л)	6,27 ± 0,34	6,96
Життєва ємність легенів (л)	1,36 ± 0,64	1,54
Резервний об'єм видиху (л)	0,97 ± 0,14	1,20

Згідно з даними Н. Богдановської, Р. Клопова, В. Лиходеда, Н. Сивакової, П. Филеши можливо здійснювати контроль за адаптивними можливостями організму, характером динаміки показників серцево-судинної системи в процесі загально-розвиваючих занять. Професор М. Маліков запропонував методику визначення цього показника за допомогою електрокардіограми у II стандартному відведенні, використовуючи дані варіаційної та амплітудної пульсомертії (таблиця 2), а саме: ПЕРС – показник ефективності роботи серця, АП_{ССС} – адаптаційний потенціал, ІН_{ССС} – індекс напруги.

Таблиця 2 – Показники стану роботи серця на початку експерименту

Розрахункові показники ЕКГ	Фактичні показники X ± m	Вікова норма		
		Високий рівень	Середній рівень	Низький рівень
ПЕРС (а.о.)	54,32 ± 20,85	116,14-132,9	82,76-116,3	<82,75
АП _{ССС} (а.о.)	3,24 ± 0,17	< 2,10	2,11-3,20	> 3,21
ІН _{ССС} (а.о.)	146,1 ± 12,66	збудження	норма	гальмування
		>145,0	105-145,0	<105,0

Підсумовуючи результати дослідження фізичного здоров'я, треба наголосити на тому, що за медичними даними (індивідуальні картки учнів) лише 10,4% дітей 6-10 років відносяться до I групи здоров'я, але й вони мають незначні порушення (плоскостопість, сколіоз, порушення зору). Другу групу здоров'я мають 72,8% (найбільш розповсюдженими захворюваннями є тубінфекування – 45,6%, порушення опорно-рухового апарату (ОРА) – 46%, часті запальні захворювання дихальної системи – 31,2%, порушення кровообігу та серцево-судинної системи – 9%, анемії – 2,4%), до третьої групи здоров'я належать 16,8% – це діти, що мають хронічні захворювання – бронхіальна астма, вегето-судинна дистонія по гіпертонічному або гіпотонічному типу, алергії тощо.

Насторожує той факт, що лише 3,8% дітей систематично займаються спортом (займаються в спортивних секціях, гуртках, відвідують спортивну школу), 8,6% відвідують спортивні секції, але не систематично через невизначеність з улюбленим видом спорту. Розмови з батьками дітей дали інформацію про те, що 84,1% з них вважають непотрібними навіть заняття фізичною культурою в школі і пропонують замінити їх факультативними та додатковими заняттями з профільюючих базових предметів (розвиток мовлення, правопис, математика, іноземна мова тощо). Але попри все вищезазначене в кожному класі є кілька дітей (по 3-7 у кожному класі), які із задоволенням беруть участь у спортивних шкільних та міжшкільних планових змаганнях. Але ці діти переважно не займаються систематично і професійно спортом, а беруть участь у всіх спортивних іграх для власного задоволення.

У таблиці 3 систематизовано результати з аналізу фізичної активності, стану сформованості опорно-рухового апарату, а також рівень розвитку функціональних систем організму молодших школярів.

Таблиця 3 – Результати дослідження спортивної (фізичної) активності молодших школярів (%)

Критеріальні показники		Рівні сформованості (386 уч.)		
		Високий	Середній	Низький
Функціональні проби	%	7,25	59,33	33,42
	кільк.	28	229	129
Стан сформованості ОРА	%	52,85	15,80	31,35
	кільк.	204	61	121
Працездатність	%	30,05	37,56	32,38
Заняття спортом	%	3,89	8,55	87,56
	кільк.	15	33	338
Участь у змаганнях	%	15,28	52,85	31,87
	кільк.	59	204	123
Всього по показнику		16,41	32,99	50,60

Взагалі в школі недостатньо приділяється уваги залученню школярів до систематичних занять спортом через те, що вчителі фізичної культури не досконало володіють визначеними навичками. А згідно з нашими дослідженнями, ми наголошуємо на тому, що саме завдяки заняттям спортом та додатковим спортивним та різноманітним рухливим ігровим вірогідність поетапного покращення здоров'я в молодших школярів значно вища, ніж за умови проведення пасивної педагогічної роботи з проблем оздоровлення дітей.

Розвиток молодших школярів здійснюється в умовах організованого виховання і навчання й перебуває лише на початковому етапі. Формування його ідеалів спрямоване на засвоєння узагальненого людського досвіду, суспільних норм та вироблення якостей поведінки, які є для суспільства ідеальними. Однак розвиток здоров'я не завжди збігається з тим, що проектується. Це залежить від того, чи відповідають поставленій меті зміст, організація, форми та методи виховання дітей у родині та школі. Ми вважаємо, що школярі повинні бути гармонійно розвиненими, здоровими та активними, а результати дослідження складових здоров'я – у таблиці 4.

Таблиця 4 – Результати дослідження складових здоров'я молодших школярів (%)

Критерії та показники	Розподіл за рівнями (386 уч.)		
	Високий	середній	низький
Показники здоров'я			
- фізичного	3,61	37,89	58,43
- психічного	22,54	47,41	30,05
- духовного	7,93	64,25	27,82
Показники соціальної активності			
- навчальна	11,08	36,08	52,84
- трудова	11,66	49,48	38,86
- спортивна	16,41	32,99	50,60
Всього	14,61	40,15	45,23

Аналізуючи узагальнену таблицю 4, треба зазначити, що за нашими визначеними критеріями та показниками низький рівень загального здоров'я мають 45,23% учнів досліджуваних колективів, а це майже половина всіх обстежених дітей. Активні, позитивно налаштовані та мають високі рівні соціальної активності і здоров'я лише 14,61% дітей.

Повертаючись до загального стану навчально-виховного процесу та визначення оздоровчо-виховних аспектів у школі, треба зазначити, що вивчення лише дітей шкільних колективів не достатньо для визначення причин детермінації зниження показників здоров'я, потрібно знати ще й взаємини з оточенням та ставлення до навчання. Саме тому до діагностики залучалися ще й батьки.

Ці дослідження показали, що багато з них ставляться до школи, як до «камери схову», куди вони віддають дітей на 11 років, не бажають брати участь у процесі навчання, але скаржаться на те, що школа не надає відповідного рівня підготовки, що діти починають саме в школі поводитися зухвало, агресивно, стають примхливими та зарозумілими як з батьками, так і з вчителями. Але причиною є саме те, що вони, починаючи з першого класу, а це всього лише 6-річна дитина, покладають всі права щодо виховання та навчання на школу і не бажають брати участь у спільних виховних оздоровчо-активних заходах.

За результатами опитування батьків, саме на вчителів-класоводів повинна покладатися зобов'язаність проведення виховних та оздоровчих заходів, а також учителів фізичної культури. Ми вважаємо, що для оздоровлення дітей, зацікавленості їх у результатах навчання та виховання потрібно, щоб схема формування стосунків «учитель-батьки-учні» мала також і зворотний зв'язок.

Результати дослідження засвідчили, що багато роботи, яка визначається вчителями на час виховних заходів, не є ефективною через неспроможність класоводів зацікавити дітей обраною темою оздоровчого виховання, а іноді ці виховні години та їх тематика залишаються лише на папері звітів про виконану роботу. У школі майже не використовується потенціал сімейного виховання, не проводиться консультативна та навчально-профілактична робота з батьками, що не дозволяє здійснювати безперервний процес корекції оздоровлення та профілактики захворювань, а надалі й комплексного формування гармонійної особистості молодшого школяра.

Виходячи з отриманих даних, майже половина дітей мають розлади здоров'я, що зумовлено такими причинами:

- 1) недостатній рівень підготовленості дітей до навчання в школі;
- 2) недооцінювання засобів фізичної культури та спорту як засобів ефективної оздоровчо-виховної діяльності молодших школярів протягом дня;

- 3) недостатній рівень організації навчального процесу, або його низька активність з формування здоров'я: зміст, форми і методи якого не забезпечують виконання навчальними закладами соціального замовлення;
- 4) відсутність у навчально-виховному процесі сучасних інноваційних виховних та інтерактивних технологій з формування культури здоров'я;
- 5) недостатній рівень сформованості знань та навичок батьків, щодо проблеми виховання та дотримання здорового способу життя та режиму рухової активності;
- 6) небажання батьків брати участь у плануванні та становленні навчально-виховного та оздоровчого процесу в школі, їх самоусуненість від сумісних оздоровчо-виховних дій, що спрямовані на органічне формування соціально корисної в майбутньому особистості;
- 7) низький рівень підготовки вчителів до здійснення систематичної діагностичної та оздоровчо-виховної діяльності, де особливою є вимога брати активну участь всьому педагогічному колективу школи разом з батьками молодших школярів;
- 8) невідповідність матеріальної бази школи для проведення одномоментно уроків фізичної культури у двох-трьох класів (особливо це стосується гімназій, де навчається по 3 класи на одній паралелі, а школа має лише один невеликий спортивний зал).

ВИСНОВКИ

На основі отриманих даних визначено високий, середній та низький рівні сформованості здоров'я в молодших школярів. За результатами дослідження визначено, що менше ніж 15% молодших школярів мають високий рівень здоров'я, 40,15% мають середній рівень та 45,23% мають низький рівень здоров'я. Достовірної різниці між дітьми шкіл різного профілю не було виявлено, але такий стан потребує негайної зміни ставлення та проведення процесу оздоровчо-виховної роботи у всіх типах шкіл.

Протягом дослідження вибрано діагностичний арсенал для повного дослідження здоров'я молодших школярів. Ми вважаємо, що саме цей показник є ключовим та базовим для здійснення корекційної роботи в школі щодо формування особистості молодших школярів, яка потребує активного залучення дитини до систематичної роботи. Крім того, потрібно досконало вивчити досліджуваних дітей з різних боків, а саме самопочуття (здоров'я) та активність самої дитини, що виявляється в бажанні здійснювати активний спосіб життя (соціальна активність).

На основі літературних даних нами зроблено висновок про те, що нині не існує єдиної ефективної комплексної методики оздоровчо-виховної роботи в школі з дітьми протягом навчального дня, яка була би придатна для активного оздоровлення дітей молодшого шкільного віку, спираючись на вікові, фізіологічні, психологічні, соціальні та поведінкові особливості цього віку. Заняття на уроках фізичної культури підтримують той рівень здоров'я, з яким діти приходять до школи. А йдеться про необхідність активізації процесів оздоровлення молодших школярів через додаткові заняття спортом (а це потребує фінансового додаткового навантаження на батьків, на жаль, не всі батьки мають таку змогу), або рухливими іграми протягом дня в школі.

З цього виходить, що для успішного здійснення та реалізації комплексу оздоровлення та формування ефективної роботи функціональних систем організму дітей 6-10 років необхідні певні педагогічні умови у школах протягом навчального дня та у позашкільних час. Доречним та ефективним була б організація спортивних секцій на базі шкіл та залучення до роботи волонтерів-студентів факультетів фізичного виховання.

Подальша робота з оздоровлення молодших школярів передбачає застосування рухливої ігрової діяльності, яка є потужним важелем впливу формування гармонійної особистості молодшого школяра через емоційне забарвлення атмосфери гри, активну участь у ігровому

процесі, можливість створювати ситуації успіху та перемоги над собою, переживання дитиною успішних результатів як особистих, так і колективних (команди, класу), сприяє сходженню особистості по сходинок культурного самовдосконалення, розвитку, тобто прямування до формування соціально корисного члена суспільства. Невикористання потенціалу гри може призвести до втрати зацікавленості в навчанні через недолік позитивних емоцій та повсякденність роботи.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Через вище зазначене подальша робота повинна ґрунтуватися на підвищенні інтересу молодших школярів до шкільних занять; включенні батьків до активної участі в шкільному житті дитини; формуванні здоров'я, засвоєнні й слідування правилам здорового способу життя; становленні загальної культури молодшого школяра для позитивної подальшої соціалізації та інтеграції здорових учнів у доросле суспільство.

ЛІТЕРАТУРА

1. Арефьев В.Г. Здоров'я підлітків і рухова активність / В.Г. Арефьев // Спортивний вісник Придніпров'я: [науково-практичний журнал]. – Дніпропетровск, 2011. – № 2. – С. 21–23.
2. Бала Т.М. Зміна рівня фізичного здоров'я школярів 7–9 класів під впливом вправ чирлідінгу / Т.М. Бала, І.П. Масляк // Спортивний вісник Придніпров'я: [науково-практичний журнал]. – Дніпропетровск, 2011. – № 2. – С. 21–23.
3. Круцевич Т.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : [навчальний посібник] / Т.Ю. Круцевич, М.І. Воробйов, Г.В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2011. – 36 с.
4. Луковська О.Л. Методи клінічних і функціональних досліджень в фізичній культурі і спорті: [підручник] / О.Л. Луковська. – Дніпропетровськ: Журфонд, 2016. – 310 с.
5. Маликов Н.В. Адаптивные возможности организма рабочих в условиях промышленного производства (монография) / Н.В.Маликов. – Запорожье: ЗГУ, 2002. – 271 с.
6. Мамешина М.А. Стан та проблеми фізичного виховання в обласних загальноосвітніх навчальних закладах / М.А. Мамешина, І.П. Масляк, В.О. Жук // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – № 3. – С. 52–56.
7. Масляк І.П. Оптимізація процесу фізичного виховання школярів молодших класів / І.П. Масляк // Теорія та методика фізичного виховання : Науково-методичний журнал. – Харків: Вид. ОВС, 2006. – № 3. – С. 5–8.
8. Мониторинг и коррекция физического здоровья школьников: метод. пособие / [С.Д. Поляков, С.В. Хрущев, И.Т. Корнеева и др.]. – Айрис-пресс, 2006. – 96 с.
9. Современные методы исследования функционального состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем в физической культуре и спорте / [Савченко В.Г., Москаленко Н.В., Луковская О.Л., Ковтун А.А.]. – Днепропетровск, 2007. – 89 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання / Под ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2008. – 368 с.

REFERENCES

1. Aref'ëv V.G. Zdorov'ya pídliťkív í rukhova aktivníst' / V.G. Aref'ëv // Sportivniy vísnik Pridníprov'ya: [naukovo-praktichniy zhurnal]. – Dnípropetrovsk, 2011. – № 2. – S. 21–23.
2. Bala T.M. Zmína rívnya fízichnogo zdorov'ya shkolyarív 7–9 klasív píd vplivom vprav chirlídínгу / T.M. Bala, Í.P. Maslyak // Sportivniy vísnik Pridníprov'ya: [naukovo-praktichniy zhurnal]. – Dnípropetrovsk, 2011. – № 2. – S. 21–23.
3. Krutsevich T.YU. Kontrol' u fízichnomu vikhovanní dítey, pídliťkív ta molodí : [navchal'niy posíbnik] / T.YU. Krutsevich, M.Í. Vorobyov, G.V. Bezverkhnya. – K.: Olímpiys'ka líteratura, 2011. – 36 s.

4. Lukovs'ka O.L. Metodi klinichnikh i funktsional'nikh doslidzhen' v fizichnii kul'turi i sporti: [pidruchnik] / O.L. Lukovs'ka. – Dnipropetrovs'k: Zhurfond, 2016. – 310 s.
5. Malikov N.V. Adaptivnyye vozmozhnostiorganizma robochikh v usloviyakhpromyshlennogo proizvodstva (monografiya) / N.V.Malikov. – Zaporozh'ye: ZGU, 2002. – 271 s.
6. Mameshina M.A. Stan ta problemi fizichnogo vikhovannya v oblasnikh zagal'noosvitnikh navchal'nikh zakladakh / M.A. Mameshina, Í.P. Maslyak, V.O. Zhuk // Slobozhans'kiy naukovo-sportivniy visnik. – 2015. – № 3. – S. 52–56.
7. Maslyak Í.P. Optimizatsiya protsesu fizichnogo vikhovannya shkolyariv molodshikh klasiv / Í.P. Maslyak // Teoriya ta metodika fizichnogo vikhovannya : Naukovo-metodichniy zhurnal. – Kharkiv: Vid. «OVS», 2006. – № 3. – S. 5–8.
8. Monitoring i korrektsiya fizicheskogo zdorov'ya shkol'nikov: metod. posobiye / [S.D. Polyakov, S.V. Khrushchev, I.T. Korneyeva i dr.]. – Ayris-press, 2006. – 96 s.
9. Sovremennyye metody issledovaniya funktsional'nogo sostoyaniya serdechno-sosudistoy i dykhatel'noy sistem v fizicheskoy kul'ture i sporte / [Savchenko V.G., Moskalenko N.V., Lukovskaya O.L., Kovtun A.A.]. – Dnepropetrovsk, 2007. – 89 s.
10. Teoriya i metodika fizichnogo vikhovannya / Pod red. T.YU. Krutsevich. – K.: Olimpiys'ka literatura, 2008. – 368 s.

УДК 796.322 : 796.071 : 005.584

РІВЕНЬ ПРАКТИЧНИХ ВМІНЬ З ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗАПОРІЗЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ

Сінюгіна М.Б., Чипко О.О.

69600, Запорізький національний університет, вул. Жуковського, 66, Україна

hostkvo@mail.ru

Вивчено рівень сформованості практичних вмінь з плавання на основі експертної оцінки викладачів (за 10-бальною системою). Проаналізована динаміка успішності студентів 2 курсу напряму підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» факультету фізичного виховання ЗНУ з дисципліни «Плавання з методиками викладання» поточного і минулого навчальних років. Проведено тестування спеціальної фізичної підготовленості з дисципліни. Дослідження проведено на базі у ДЮСШОР «Мотор-січ» з плавання та стрибків у воду. У дослідженні взяли участь студенти 2 курсу факультету фізичного виховання напрямів підготовки «Фізичне виховання» (59 осіб), «Спорт» (25) у загальній кількості 84 особи, викладачі факультету фізичного виховання, які проводять заняття з плавання у ЗНУ. Визначено, що існуюча кількість навчальних годин не дає можливості студентам у повному обсязі засвоїти теоретичні аспекти дисципліни та оволодіти на практиці технікою спортивних та прикладних способів плавання. Рівень практичних вмінь студентів факультету фізичного виховання з плавання є задовільним. Середній бал успішності студентів напрямів підготовки «Фізичне виховання» і «Спорт» відповідав задовільному і доброму рівням. Існуюча кількість навчальних годин, яка відведена на засвоєння вмінь з плавання, не дає можливості засвоїти спортивні та прикладні способи плавання.

Ключові слова: плавання, студент, практичні вміння.

УРОВЕНЬ ПРАКТИЧЕСКИХ УМЕНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ СТУДЕНТОВ ЗАПОРОЖСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО УНИВЕРСИТЕТА

Синюгина М.Б., Чипко А.А.

69600, Запорожский национальный университет, ул. Жуковского, 66, Украина

hostkvo@mail.ru

Изучен уровень сформированности практических умений по плаванию на основе экспертной оценки преподавателей (по 10-балльной системе). Проанализирована динамика успеваемости студентов 2 курса направления подготовки «Физическое воспитание» и «Спорт» факультета физического воспитания ЗНУ по дисциплине «Плавание с методиками преподавания» текущего и прошлого учебного года. Проведено тестирование специальной физической подготовленности по дисциплине. Исследование проведено на базе в ДЮСШОР «Мотор-Сич» по плаванию и прыжкам в воду. В исследовании приняли участие студенты 2 курса