

ТМФВ



ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ **06 (92)/2012**

Виходить 12 разів на рік. Заснований у 2000 році

Свідоцтво про державну реєстрацію
серія КВ № 6255 від 21.06.2002 р.
Засновник і видавець — ТОВ «ОВС»
Передплатний індекс 74667
ISSN 1993—7989

Головний редактор

Худолій О.М., доктор наук з фізичного
виховання і спорту, професор

Редакційна колегія:

Бізін В.П., д-р пед. наук, професор
Єрмаков С.С., д-р пед. наук, професор
Камаєв О.І., д-р пед. наук, професор
Шиян Б.М., д-р пед. наук, професор
Куц О.С., д-р пед. наук, професор
Золотухіна С.Т., д-р пед. наук, професор
Дмитренко Т.О., д-р пед. наук, професор
Микитюк О.М., д-р пед. наук, професор
Мірошинченко В.І., канд. пед. наук,
доцент

Іващенко О.В., канд. пед. наук, доцент
(відповідальний секретар)
Коректор Бланк Є.Б.

Адреса редакції:
Україна, 61174 Харків, а/с 8692.
Тел.: (057) 756-73-38
e-mail: tmfv@tmfv.com.ua
http://www.tmfv.com.ua

Підписано до друку 25.06.2012.
Формат 60×84 1/4. Папір офсетний. Гарнітура Таймс.
Друк офсетний. Ум. друк. арк. 6,989. Обл.-вид. арк. 7,25.
Вид. № 06-2012.
Зам. № 75. Тираж 300 прим. Ціна договірна.
ТОВ «ОВС» Україна, 61003 Харків,
пл. Конституції, 18, к. 11.
Свідоцтво Держкомінформу України
Серія ДК № 331 від 08.02.2001 р.
Друкарня ТзОВ «Цифра прінт».
61166, м. Харків, вул. Культури, 20-В

© «ОВС» ТОВ, оформлення, 2012
© «Теорія та методика фізичного виховання», 2012

Зміст

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА	3
<i>Піддубний О.Г., Цимбалюк Ж.О.</i> Оцінка компетенцій у майбутніх вчителів вирішувати проблеми у сфері фізичного виховання.....	3
<i>Школа О. М., Журавльова І. М.</i> Використання інтерактивних технологій на заняттях з гімнастики студентів вищих навчальних закладів	8
ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ	11
<i>Пристинський В.М., Пристинська Т.М.</i> Рухливо-пізнавальні педагогічні технології формування валеологічного світогляду в учнів загальноосвітніх навчальних закладів	11
<i>Франків Є.Є., Григус І.М.</i> Мотивація рухової активності школярів	15
«ВЧИТЕЛЬ» — ЖУРНАЛ У ЖУРНАЛІ	19
<i>Сергієнко Л.П., Хаджинов В.А., Чекмарьова Н.Г.</i> Диференціальна оцінка розвитку рухових здібностей і фізичної підготовленості різних популяційних груп населення: швидкісна м'язова сила	19
<i>Не стало Мирона Стебельського</i>	28
<i>Прокopenко К.В.</i> Характеристика впливу засобів настільного тенісу на рівень фізичної підготовленості учнів молодших класів.....	35
ОСНОВИ ТЕХНІКИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ	40
<i>Бріскін Ю.А., Корягін В.М., Голяка Р.Л., Блавт О.З.</i> Моделювання просторових параметрів рухів спортсмена з використанням апаратно-програмного комплексу «АПК ППР-1»	40
ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕСРТВ НАСЕЛЕННЯ	45
<i>Кучер Т.В.</i> Характеристика фізичного стану студентів	45
НАША ДОВІДКА	48
<i>Інформаційне повідомлення</i> про VIII Всеукраїнську наукову конференцію (22 листопада 2012 року) «Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту».....	49
<i>Інформаційне повідомлення</i> про IX міжнародна наукова конференція (28 лютого 2013 року) «Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті»	50
<i>Інформаційне повідомлення</i> про VIII Всеукраїнську наукову конференцію (25—26 квітня 2013 року) «Актуальні проблеми фізкультурної освіти»	51
<i>Інформаційне повідомлення.</i> Вимоги до публікацій	52



Contents

ATHLETIC EDUCATION.....	3
<i>Poddubny A.G., Tsybalyuk Z.A.</i> Estimation of jurisdictions for future teachers to work out problems the sphere of physical education	3
<i>Shkola E.N., Zhuravleva I.N.</i> Use of interactive technologies in the occupations of the gymnastics of the students of higher educational institutions	8
PHYSICAL CULTURE IS AT SCHOOL.....	11
<i>Pristinsky V.N., Pristinckaya T.N.</i> Motor and cognitive educational technologies of forming valeological awareness among students of secondary schools	11
<i>Frankiv Y.Y., Grygus I.M.</i> Motivation of the schoolchildren motor activity	15
«TEACHER» — MAGAZINE IN MAGAZINE	19
<i>Serhiyenko L.P., Khadzhinov V.A., Chekmareva N.G.</i> Differential assessment of the development of motor abilities and development of motor abilities and physical training in different groups of population: speed muscular strength	19
<i>Prokopenko K.V.</i> Description of influence of facilities of table tennis is on the level of physical preparedness of lower boys.....	35
BASES OF TECHNIQUE OF PHYSICAL EXERCISES.....	40
<i>Briskin Y. A., Koryagin V. M, Golyaka R. L, Blavt O. Z.</i> Modeling spatial parameters of movement athlete using hardware-software complex «АПК ПИП-1».....	40
PHYSICAL EDUCATION OF DIFFERENT GROUPS OF POPULATION.....	45
<i>Kucher T.V.</i> Characteristic the physical condition of students.....	45
OUR HELP	48
<i>Information message</i> about the VIII Allukrainian scientific conference (on November, 22, in 2012) the «Actual problems of physical education and sport»	49
<i>Information message</i> about the IX international a scientific conference (on February, 28, 2013) the «Design and information technologies are in physical education and sport»	50
<i>Information message</i> about the VIII electronic Allukrainian scientific conference(on April, 25—26, 2013) «Actual problems of athletic education»	51
<i>Information message.</i> Requirements are to the publications.....	52

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА

УДК 796.011.2

ОЦІНКА КОМПЕТЕНЦІЙ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ВИРІШУВАТИ ПРОБЛЕМИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Піддубний О.Г., Цимбалюк Ж.О.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. У статті розглядається підхід щодо оцінки ефективності засвоєння майбутніми вчителями програми з дисципліни «Фізичне виховання». Використовуючи кваліметричний метод оцінки, розроблену систему критеріїв, можна отримати інтегральний показник, що характеризує ступінь сформованості компетенцій у сфері фізичного виховання, але слід мати на увазі, що цей показник потрібно коригувати відповідно до даних, отриманих внаслідок зворотнього зв'язку зі школою стосовно кожного випускника.

Ключові слова: компетенції, якість, фізичне виховання.

Вступ. Якість підготовки фахівців є важливою характеристикою управління освітнім процесом і визначається ступенем обґрунтованості трьох основних положень: мети навчання (для чого навчати), змісту навчання (чого навчати), засобів навчання та принципів організації процесу навчання (як навчати). Успіх та ефективність процесу навчання визначаються врешті-решт змістом освіти та технологією діяльності як науково-педагогічного складу, так і студентів.

Формування системи показників якості підготовки фахівців — це нова й складна методологічна проблема. Основні принципи її розв'язання було розроблено у працях В.П. Беспалька, Л.П. Одерія, П.І. Підкасистого, А.І. Субетто, Н.Ф. Тализіної та інших дослідників.

Існують різні підходи щодо тлумачення терміна «якість підготовки», які відрізняються один від одного повнотою врахування окремих властивостей випускника — фахівця. Згідно з першим підходом, якість отожднюється з однією, головною, професійно важливою, властивістю фахівця за умовного абстрагування від решти його властивостей. Згідно з другим — якість розглядається з погляду відповідності вимогам державних стандартів вищої освіти. Згідно з третім підходом якість підготовки фахівців характеризується з погляду сформованості всього комплексу окремих властивостей, що складають поняття якості підготовки, із введенням в обіг комплексного або інтегрального показника — якості підготовки.

Робота виконана за планом НДР кафедри фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди

за темою «Управлінські аспекти функціонування кафедри фізичного виховання».

Формулювання цілей роботи.

Мета роботи — визначити показники, на їх підставі діагностичну модель для кількісної оцінки ефективності сформованості компетенцій у майбутніх вчителів вирішувати проблеми у сфері фізичного виховання.

Методи і організація досліджень. Дослідження проводились на факультеті початкового навчання Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди.

У процесі дослідження вивчалися вимоги Болонської декларації, нормативних документів Міністерства освіти і науки України, літературні джерела з питань впровадження КМСОНП та досвід вищих навчальних закладів, що приймають участь у експерименті по запровадженню КМСОНП. За результатами вивчення зазначених матеріалів було підготовлено навчально-методичне супроводження організації навчального процесу за кредитно-модульною системою. У 2008—2011 навчальних роках проведено експеримент, у якому брали участь студенти I—IV курсів факультетів університетів.

У процесі підготовки до експерименту було розроблено навчальну та робочу програму з дисципліни за модульним принципом.

Було розроблено методичні рекомендації щодо проведення занять за окремими темами, порядок рейтингової системи оцінки успішності студентів з дисципліни. Крім того, була рекомендована таблиця нарахування балів результатів оцінки фізичної підготовленості студентів за наступними вправами: біг 100 м, 1000 м, 2000 м та 3000 м, згинання і розгинання рук в упорі, підтягування на перекладині, вис

на зігнутих руках, піднімання в сід за 1 хв., стрибок у довжину з місця, стрибок угору, стрибки зі скалкою, човниковий біг 4 × 9 м, 10 × 10 м, нахил тулуба вперед, КСВ; ходьба на 5000 м.

Для експертної оцінки застосовувався метод аналізу ієрархій (МАІ). Методологія МАІ (Т. Сааті) полягає в побудові ієрархії з подальшим формуванням думок на основі парних порівнянь елементів за загальними для них критеріями або властивостями, внаслідок чого, з'являються шкали відношень [6].

Результати дослідження. Для оцінки ефективності засвоєння пропонованого програмного матеріалу автори використовували підхід до оцінки ефективності функціонування ВНЗ, обґрунтований рядом дослідників [1, 2]. На їх думку, ефективність функціонування педагогічної системи ВНЗ є показником, що характеризує ступінь досягнення студентами цілей освіти порівняно з вимогами соціально-державного замовлення на підготовку фахівців, і розроблених професіограм з урахуванням фінансових, матеріальних, психофізіологічних та часових витрат.

Оцінка якості підготовки фахівців за допомогою засобів діагностики рівня їхньої освітньо-професійної підготовки можливо проводити методом з використанням кваліметрії [4].

Відповідно до них алгоритм кваліметричної оцінки містить у собі п'ять основних етапів:

1. Формування експертної групи.
2. Упорядковане розміщення критеріїв у вигляді ієрархічної (багаторівневої) структури — побудова так званого «дерева властивостей».
3. Визначення коефіцієнту вагомості.
4. Визначення абсолютних, бракувальних, еталонних і відносних показників властивостей.

5. Обчислення оцінки ефективності засвоєння майбутніми вчителями програми з дисципліни «Фізичне виховання».

Розглянемо коротко зміст кожного з названих етапів.

Перший етап — формування експертної групи. У нашому випадку в експертній оцінці взяли участь три групи:

- викладачі, які через свої службові обов'язки (викладання) відповідають за вироблення компетенції;
- організатори процесу фізичного виховання у школі;
- випускники (постачальники компетенції), які, виходячи на ринок праці, мають можливість оцінити адекватність або неадекватність одержаних в процесі навчання компетенції.

Відбір експертів здійснюється за відповідною методикою [7].

Другий етап — упорядковане розміщення критеріїв у вигляді ієрархічної (багаторівневої) структури — побудова так званого «дерева властивостей». Ця операція є найбільш складною та відповідальною. Здійснюючи її, необхідно дотримуватися цілої низки встановлених правил, таких як «ділення до простих властивостей», «ділення за рівною основою», «необхідність і достатність числа властивостей у групі», «мінімум властивостей у групі» та ін.

Відправною точкою досліджень є керівні документи, що регламентують процес організації і проведення фізичного виховання у школі, посадові обов'язки осіб, які здійснюють керівництво цим процесом, кінцеві цілі вивчення дисципліни.

Готовність вирішувати проблеми у сфері фізичного виховання фахівця оцінюється



Рис. 1. Узагальнена система критеріїв ефективності засвоєння програми фізичного виховання майбутніх вчителів

відповідно V розділу робочої програми «Засоби для проведення модульного та підсумкового контролю, критерії оцінювання успішності навчання», де говориться, що модульний контроль (сума балів за окремий змістовий модуль (ЗМ) складається з оцінок поточного контролю за вивчення теоретичного матеріалу тем, виконання методичного завдання та оцінка рівня фізичної підготовленості під час контрольних занять. Також урахується рівень функціонального стану та особиста відповідальність за стан здоров'я (рисунк 1).

Третій етап — визначення коефіцієнта вагомості. Вектори пріоритетів системи критеріїв, що характеризують якість підготовки студента виходять з матриць парних порівнянь, заповнених студентами та експертами. Надані коефіцієнти вагомості визначені при таких показниках узгодженості судження експертів: відхилення величини максимального власного значення $L_{max} = 5,3819$ від порядку матриці $n = 5$; індекс узгодженості $I_u = 0,0955$, відношення узгодженості $V_u = 0,0853$ (табл. 1). Максимальна кількість балів, що надається студентам при засвоєнні кожного модуля (залікового кредиту ECTS) — 100. Тому в абсолютних показниках бали можна розподілити за прикладом (див. табл. 1).

Для комплексного визначення рівня розвитку фізичних якостей та сформованості рухових навичок використовуються тести згідно з Державним тестуванням. Для отримання результатів тестування на основі порівняння існуючої таблиці Державного тестування, таблиці нарахування балів студентів військових ВНЗ та резерву, авторами розроблено таблицю нарахування результатів оцінки фізичної підготовленості, де всі показники приводяться до єдиної системи вимірів в умовних балах [3].

Шкали таблиць градуєвані за лінійним принципом. Передбачена можливість внесення корективів до шкали на підставі отриманих нових результатів тестування. Під час контролю оцінюються тільки вправи, які включені до програ-

ми навчання та у «Положення про державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України».

Виконання навчальних нормативів оцінюється: на першому курсі — середня кількість балів з трьох вправ за вибором; на другому — з чотирьох; на третьому і старших — з п'яти.

При контролі вивчення матеріалу тем оцінюється розуміння та засвоєння певного матеріалу, вміння розв'язувати конкретні ситуативні задачі, самостійно опрацьовувати тексти, здатність осмислити зміст даної частини дисципліни, умінь публічно чи письмово подати певний матеріал, виконувати завдання з методичної практики, вироблення навичок виконання фізичних вправ.

Рівень теоретичних знань оцінюється:

«10 балів або відмінно» — якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна і повна;

«8 балів або добре» — якщо відповідь на поставлене запитання по суті правильна, але недостатньо повна або викладена з незначними за змістом помилками;

«6 балів або задовільно» — якщо відповідь на задане питання в основному правильна, але викладена неповно або з окремими значними помилками;

«0 балів або незадовільно» — якщо відповідь не розкриває суті поставленого питання.

Методична підготовленість перевіряється згідно з тематикою теоретичних і методичних занять. Якість виконання методичного завдання оцінюється:

«10 балів або відмінно» — якщо завдання виконано правильно і впевнено;

«8 балів або добре» — якщо завдання виконано правильно, але недостатньо впевнено;

«6 балів або задовільно» — якщо завдання виконано в основному правильно, але невпевнено і з незначними помилками;

«0 балів або незадовільно» — якщо завдання не виконане або виконане невпевнено і з грубими помилками.

Таблиця 1

Розподіл балів системи критеріїв ефективності засвоєння програми фізичного виховання

Критерії	Коефіцієнт вагомості	Абсолютний показник
Рівень розвитку фізичних якостей та сформованості рухових навичок	0,502	50 балів
Рівень спеціальних теоретичних знань	0,108	10 балів
Рівень організаційно-методичних умінь	0,291	30 балів
Рівень готовності функціональних систем	0,052	5 балів
Особиста відповідальність за стан здоров'я	0,047	5 балів

Таблиця 2

Нарахування балів за рівень функціонального стану організму студента

5	Високий — при ІФС більше 0,826
4	Вище середнього — при 0,676—0,825
3	Середній — при 0,526—0,675
0	Нижче середнього — при 0,376—0,525

Таблиця 3

Нарахування балів за особисту відповідальність за стан здоров'я студента

5	Високий рівень свідомої відповідальності та постійної уваги до фізичного здоров'я.
4	Виявлення турботи про фізичне здоров'я, але не з власної ініціативи.
3	Увага до власного здоров'я при небажаних відхиленнях його показників від норми.
0	Відсутність турботи та низький рівень особистої відповідальності за постійну підтримку фізичного стану в межах норми.

За методичну підготовку студенту зараховується сума балів за виконання трьох методичних завдань за вибором.

Рівень функціонального стану та особиста відповідальність за стан здоров'я оцінюється згідно таблицям 2 і 3.

Рівень стану функціональних систем організму характеризує їх функціональні та морфологічні можливості. Його можна визначати на підставі показників фізичного розвитку і фізичного стану з розрахунком індексу фізичного стану (ІФС) за методом О. А. Пирогової [5].

Кількість балів з дисципліни є середньою кількістю балів, які присвоєнні студентами за відповідні блоки змістових модулів (залікові кредити). Наприклад, модуль 1—70 балів, модуль 2—90 балів, модуль 3—60 балів, оцінка з дисципліни — 73 бала.

Четвертий етап — визначення абсолютних, еталонних, бракувальних та відносних показників властивостей.

Для нашого завдання оцінку властивостей здійснено за шкалою оцінювання в Україні і її відповідністю ECTS:

90—100 балів — відмінно (A), він же — еталонний показник PE;

75—89 балів — добре (BC);

60—74 балів — задовільно (DE);

35—59 балів — незадовільно з можливістю повторного складання (FX);

1—34 балів — незадовільно з обов'язковим повторним курсом (F).

Значення абсолютного показника знаходиться в інтервалі $100 \geq PA \geq 1$ й визначатиметься відповідним чином за кожним критерієм останнього рівня з погляду реалізації цього критерію окремим студентом.

Кількісна оцінка абсолютних показників PA здійснюється відповідно до описаного вище порядку.

Таким чином, встановлено загальні підходи до визначення абсолютних показників призначення еталонних та бракувальних показників. У кваліметрії прийнято також використання відносних показників що відображають рівень виявлення кожної властивості шляхом порівняння її з еталоном. Ці показники інколи називають оцінками властивостей.

Перехід від абсолютних показників PA до відносних — PB у кваліметрії здійснюється за формулою:

$$PB = PA / PE = PA / 100$$

П'ятий етап — обчислення оцінки ефективності засвоєння майбутніми вчителями програми з дисципліни «Фізичне виховання».

Таким чином, використовуючи кваліметричний метод оцінки, можна отримати показник, що характеризує ефективність засвоєння майбутніми вчителями програми з дисципліни «Фізичне виховання». Він обчислюється як сума добутків відносних показників засвоєння програми навчання на % студентів, які мають дані показники.

Наприклад:

$$1 \times 1,22 + 0,99 \times 0,61 + \dots + 0,46 \times 0,84 + 0,45 \times 1,22 = 72,86 \%$$

Тобто у 1,22 % студентів відносний показник засвоєння програми навчання дорівнюється 1, у 0,61 % — 0,99 і т.п.

Тобто, середній показник ефективності функціонування системи занять з фізичного виховання на факультеті становить близько 73 %, або 0,73 від еталонної одиниці.

Висновки

Встановлено, що ефективність засвоєння програми з дисципліни «Фізичне виховання» можливо оцінити за допомогою узагальнюючих показників, що охоплюють декілька найважливіших критеріїв. Перший критерій — рівень розвитку фізичних якостей та сформованості рухових навичок; другий — рівень спеціальних теоретичних знань, третій — рівень організаційно-методичних умінь, четвертий — рівень готовності функціональних систем, п'ятий — особиста відповідальність за стан здоров'я.

Ці показники можуть слугувати однією з складових для визначення ефективності функціонування системи фізичного виховання у ВНЗ. При цьому процес підвищення ефективності функціонування системи фізичного виховання набуде більш конкретного та керованого характеру.

Запропонований підхід дозволяє конкретизувати кінцеву мету вивчення дисципліни у вигляді компонентів-завдань, які можуть бути донесені до кожного суб'єкта освітньої системи і оцінені, у виді діагностичної моделі якості підготовки студентів.

Подальші дослідження потребують уточнення оцінки ефективності функціонування випускника, рівня практичної діяльності вчителя, регламентованого вимогами, що надаються йому під час виконання конкретних обов'язків на відповідній посаді.

Список літератури

1. *Бабанский Ю.К., Потаешник М.М. Оптимизация педагогического процесса / Ю.К. Бабанский, М.М. Потаешник — Киев : Рад. шк., 1982. — 198 с.*
2. *Беспалько В.П. Слагаемые педагогической технологии / В.П. Беспалько — М. : Педагогика, 1989.- 192 с.*
3. *Гуменний В.С. Організаційно-методичні та прикладні аспекти побудови процесу фізичного виховання студентів політехнічних вищих навчальних закладів: навч. посіб. для організаторів занять з фіз. виховання / В. С. Гуменний, О. Г. Піддубний, Ж. О. Цимбалюк, О. М. Івлєв — Кременчук : ПП Щербатих О. В., 2011. — 180 с.*
4. *Одерій Л.П. Кваліметрія вищої освіти: методологія та інструментарій: монографія / Л.П. Одерій — К. : МКА, 1966. — 264 с.*
5. *Пирогова Е.А. Совершенствование физического состояния человека / Пирогова Е.А. - К. : Здоров'я, 1989. — 168 с.*
6. *Саати Т. Л. Принятие решений при зависимостях обратных связях: Аналитические сети. [Текст] Пер. с англ. / науч. ред. А. В. Андрейчиков, О. Н. Андрейчикова. — М. : изд-во ЛКИ, 2008. — 360 с.*
7. *Черепанов В.С. Экспертные оценки в педагогических исследованиях / Черепанов В.С. — М. : Педагогика, 1989. — 152 с.*

Надійшла до редакції 16.05.2012 р.

Поддубный А.Г., Цимбалюк Ж.А. Оценка компетенций у будущих учителей решать проблемы сфере физического воспитания.

В статье рассматривается подход относительно оценки эффективности освоения будущими учителями программы по дисциплине «Физическое воспитание». Используя кваліметрический метод оценки, разработанную систему критериев, можно получить интегральный показатель, который характеризует степень формирования компетенций в сфере физического воспитания. Но следует иметь в виду, что этот показатель нужно корректировать в соответствии с данными, полученными в результате обратной связи со школой относительно каждого из выпускников.

Ключевые слова: компетенции, качество, физическое воспитание.

Poddubny A.G., Tsybalyuk Z.A. Estimation of jurisdictions for future teachers to work out problems the sphere of physical education.

Using kваліmetrichny evaluation method is developed on a system of criteria, can obtain integral index, which characterizes the degree of formation, competences in the sphere of physical education. But keep in mind that this figure should be adjusted according to the data obtained as a result of feedback from the school on each of the graduates.

Keywords: jurisdictions, quality, physical education.

УДК 796.011.2

ВИКОРИСТАННЯ ІНТЕРАКТИВНИХ ТЕХНОЛОГІЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ГІМНАСТИКИ СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Школа О. М., Журавльова І. М.

Харківська гуманітарно-педагогічна академія

Анотація. Розкрити особливості занять фізичною культурою студентів вищих навчальних закладів за допомогою інтерактивних технологій.

Ключові слова: інтерактивні технології, гімнастика, студенти, вищий навчальний заклад, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Оновлені цілі сучасної школи зумовлюють актуальність проблеми реалізації інтерактивного підходу в педагогічній діяльності вчителя. Вирішення цього питання потребує вдосконалення змісту професійної підготовки майбутніх педагогів для використання інтерактивних педагогічних технологій.

Ціль інтерактивного навчання — формування комфортних умов навчання на заняттях з фізичної культури, за яких студент поліпшує свою успішність, свої інтелектуальні та фізичні спроможності. Суть інтерактивного навчання полягає в тому, що воно здійснюється шляхом взаємодії всіх студентів групи. Освітній процес організований так, що практично всі студенти включені в процес пізнання, кожен вносить свій особливий індивідуальний внесок, відбувається обмін знаннями, ідеями, способами діяльності. Причому, відбувається це в атмосфері доброзичливості й взаємної підтримки, що дозволяє не тільки одержувати нові знання, але й розвивати пізнавальну діяльність.

Використання інтерактивних технологій не самоціль, а засіб створення атмосфери доброзичливості й порозуміння. У студента зникає почуття страху, робить його розкутим, дає змогу впевнитись у своїх силах, налаштовує на успіх, виявляє здібність до творчості.

Аналіз досліджень і публікацій. Досліджуючи педагогічні концепції інтерактивного навчання, нами виокремлено положення з праць видатних педагогів, які наголошували на різних підходах щодо розвитку особистості: В. Сухомлинський — виховання казкою й словом; Ш. Амонашвілі створення позитивно забарвленого емоційного педагогічного спілкування; С. Русова — використання українського фольклору та авторських творів, ігор-драматизацій, К. Фопель — використання інтерактивних ігор. Ха-

рактерною особливістю цих концептуальних підходів є забезпечення активізації взаємодії учасників навчально-виховного процесу, безпосередня участь кожного без виключення в розв'язуванні навчальних завдань через стимулювання рефлексії, забезпечення позитивного пізнавального середовища, доброзичливого, відкритого спілкування студентів один із одним і з викладачем, що й становить сучасний зміст поняття «інтерактивного навчання». На особливу увагу заслуговує педагогічна концепція М.П. Лещенко про ефективність організації позитивного навчального середовища через творення казкової навчально-пізнавальної реальності [1].

Інтерактивне навчання ґрунтується на концептуальній ідеї співпраці, взаємонавчання. О.І. Пометун зазначає, що процес пізнання відбувається за умови постійної активної взаємодії всіх студентів. Залежно від мети заняття, форм організації навчальної діяльності, використовуються інтерактивні технології кооперативного, колективно-групового навчання, ситуативного моделювання, опрацювання дискусійних питань. Деякі локальні технології використовуються на будь-якому етапі традиційного заняття, трансформуючи його в інтерактивний [3]. Це спілкування (колективне, кооперативне, навчання у співпраці), у якому і викладач, і студенти є суб'єктами. Викладач виступає лише в ролі координатора, організатора процесу навчання.

Інтерактивне навчання найбільше відповідає особистісно-орієнтованому підходу до навчання. Моделюються реальні життєві ситуації, пропонуються проблеми для спільного розв'язання, застосовуються рольові ігри.

Об'єкт дослідження. Навчальний процес з фізичної культури студентів.

Предмет дослідження. Процес навчання руховим навичкам на заняттях гімнастики за допомогою інтерактивних технологій у ВУЗі.

Завдання дослідження:

1. Визначити мету, завдання та розкрити структуру і зміст занять з використанням інтерактивних технологій.
2. Розробити модель процесу навчання вправ гімнастики для студентів, впроваджуючи технологію інтерактивного навчання.
3. Мотивація студентів до занять фізичною культурою за допомогою інтерактивних технологій.
4. Формування у студентів основних пізнавальних і громадянських умінь, а також навичок і зразків поведінки в суспільстві.
5. Розвиток ініціативи, незалежності, уяви, самодисципліни, співпраці з іншими студентами.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані наступні методи:

- теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури;
- педагогічне спостереження;
- педагогічний експеримент.

Організація дослідження. Сучасна методика має багатий арсенал прийомів інтерактивного навчання від найпростіших («Робота в парах», «Карусель», «Мікрофон») до складних («Мозаїка», «Мозковий штурм», «Аналіз ситуації»), а також імітаційні ігри, дискусії, дебати.

Систематичне засвоєння інноваційних форм роботи дасть змогу викладачу успішно розв'язати порушені проблеми. Для цього потрібно:

- визначити рівень підготовленості групи до сприйняття тієї чи іншої технології;
- провести достатню попередню підготовку;
- забезпечити послідовність в освоєнні студентами певних прийомів роботи;
- дати студентам інструктивні матеріали.

Під час практичних занять з теорії і методики викладання гімнастики студентів Харківської гуманітарно-педагогічної академії для підготовки до занять ми використовували метод «командного рішення проблем». Студенти працювали у невеликих командах від 3 до 6 осіб. Надавалася змога обговорити проблему й знайти її найліпше вирішення. Результати представлялися у формі сценарію або у формі плану-конспекту.

Цей метод дозволив реалізувати активність учасників, polegши спільну діяльність. Наочність автоматично передбачала вдале упорядкування інформації.

Безпосередньо на занятті використовували метод ігрової ситуації (тими групами, якими готувались). Цей метод сприяв заохоченню студентів до захопливої діяльності на основі певної ситуації, що розігрується. У зміст ситуації було закладено необхідну суму знань, умінь й навичок, якими повинні володіти студенти.

Взагалі, ігрова ситуація сприяє посиленню емоційно-психічного стану, збуджує внутрішні стимули до навчальної роботи, знімає напругу, стомленість.[4].

Для підведення підсумків нами було використано метод інтерактивних технологій кооперативно-групового навчання — «мікрофон». Цей метод є різновидом загально-групового обговорення, що надає можливість кожному сказати щось швидко, по черзі, відповідаючи на запитання або висловлюючи свою думку чи позицію.

Мета цього методу — надання можливості кожному студентові висловлювати свою думку чи позицію стосовно вирішуваної проблеми.

Алгоритм діяльності:

1. Постановка питання.
2. Уявний мікрофон (ручка, олівець тощо), що передаватиметься тому, хто бажає висловитися.
3. Надання слова лише тому, хто отримує «уявний мікрофон».
4. Швидка й лаконічна відповідь.
5. Відповіді без коментарів і оцінок.

Результати дослідження доказали, що навчання за інтерактивною технологією актуально та формує у студентів основні пізнавальні і громадянські уміння, а також навички і зразки поведінки в суспільстві; розвиває ініціативу, незалежність, уяву, самодисципліну, співпрацю з однокурсниками; є прекрасною мотивацією до занять фізичними вправами.

Висновки

Отже, як показали результати після запровадження цих методів, можна констатувати наступні зрушення:

- студенти набули культури дискусії;
- виробилося вміння приймати спільні рішення;
- поліпшилось вміння спілкуватися, доповідати.

Загалом інтерактивне навчання дає змогу наблизити викладання певного навчального предмету (зокрема гімнастики) до нового, особистісно-зорієнтованого рівня.

Список літератури

1. Нісімчук А.С., Падалка О.С., Шпак О.Т. Сучасні педагогічні технології / А.С. Нісімчук та інш. — К., 2000. — 368 с.
2. Лещенко М.П. Щастя дитини — єдине щастя на землі: до проблеми педагогічної майстерності: [навч.-метод. посіб.]: [у 2 ч.] / Марія Лещенко. — К.: АСМІ, 2003. — Ч. 1. — 212 с.

3. *Пометун О.* Інтерактивні технології навчання: теорія і практика / О. Пометун, Л. Пироженко. — К., 2002. — 136 с.
4. *Пометун О.І.* Енциклопедія інтерактивного навчання / О.І. Пометун. — К., 2007. — 217 с.
5. *Пилипенко В., Коваленко О.* Особистісно орієнтовані технології у школі / В. Пилипенко, О. Коваленко. — Харків, «Основа», 2007. — 101 с.
- Надійшла до редакції 14.04.2012 р.*

Школа Е.Н., Журавлева И.Н. Использование интерактивных технологий на занятиях гимнастики студентов высших учебных заведений.
 Раскрыть особенности занятий физической культурой студентов высших учебных заведений с помощью интерактивных технологий.
Ключевые слова: интерактивные технологии, гимнастика, студенты, высшее учебное заведение, физическое воспитание.

Shkola E.N., Zhuravleva I.N. Use of interactive technologies in the occupations of the gymnastics of the students of higher educational institutions.
 To open the special features of occupations by the physical culture of the students of higher educational institutions with the aid of interactive of technologies.
Key words: interactive of technologies, gymnastic, students, higher educational institution, physical training.



Худолій О.М.

X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 1. — 408 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-55-3(I).

У першому томі навчального посібника розглянуті загальні питання теорії гімнастики, а також засоби і методика розвитку рухових здібностей та методика навчання гімнастичним вправам.

Навчальний посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання педагогічних університетів та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл..



Худолій О.М.

X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-56-1(II).

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано
 Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник
 для студентів вищих навчальних закладів
 (лист № 14/18.2—1928 від 17.01.06)

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА В ШКОЛІ

УДК 796.012.1

РУХЛИВО-ПІЗНАВАЛЬНІ ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОГО СВІТОГЛЯДУ В УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Пристинський В.М., Пристинська Т.М.

Слов'янський державний педагогічний університет

Анотація. Досліджується ефективність впровадження інтерактивних педагогічних технологій у фізичне виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів. Доведено, що оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри сприяють підвищенню ефективності розвитку валеологічного світогляду та розуміння значення оптимальної рухової активності для учнів молодшого шкільного віку.

Ключові слова: педагогічні технології, оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри, освітній і валеологічний вплив, урок фізичної культури, учні молодшого шкільного віку.

Вступ. Прагнення України до європейських стандартів в освіті пред'являє підвищенні вимоги до якості організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнів загальноосвітніх шкіл. У даному контексті слід звернути увагу на положення «Кодексу спортивної етики» європейських країн, в якому проголошується право дітей та молоді на задоволення потреб від участі у спорті, ідея заохочення дітей до винайдення їх власних ігор за власними правилами і умовами проведення. Разом з тим, «Кодекс ...» вимагає від спортивних організацій (викладачів, учителів, інструкторів фізкультурно-оздоровчих центрів тощо) розробити організаційно-педагогічні умови, які б надавали можливість забезпечення персонального рівня досягнень [4].

Зважаючи на те, що за даними статистики понад 30 % першокласників мають різні відхилення в стані фізичного розвитку і психічного здоров'я, а серед випускників загальноосвітніх шкіл такими вважаються вже майже 90 % учнів України і країн СНД, проблема виховання ціннісних орієнтацій до здоров'я і здорового способу життя залишається актуальною, насамперед, в аспекті підвищення освітньої і валеологічної спрямованості уроків фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, узагальнення науково-теоретичних і практичних здобутків з даної проблеми, дають можливість зазначити, що достатнє задоволення потреби у рухах та їх розвиненість особливо важливі в дитячому віці та є одним з показників адекватного

нервово-психічного і розумового розвитку. Поряд з цим, останнім часом, з'являється все більше наукових публікацій авторитетних учених, в яких відчувається неприховане занепокоєння станом здоров'я населення України, темпи депопуляції якого, доречі, найвищі в світі, і становлять 0,8 % на рік. Однією з причин такого становища слід вважати зовсім необґрунтоване зниження зацікавленості (або і виключення) з навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл науки про здоров'я — валеології, яка повинна досліджувати і забезпечувати реалізацію закономірностей залучення кожного учня до процесу його самооздоровлення. Конструктивне розв'язання такої важливої соціально-педагогічної ситуації в загальноосвітніх навчально-виховних закладах вбачається в реалізації освітнього (інформація про здоров'я, як стати і бути здоровим), мотиваційного (формування потреби до самооздоровлення) і практичного (оптимальна рухова активність, раціональне харчування, позитивний психоемоційний клімат в колективі) аспектів [1].

Привертають увагу публікації, в яких наводяться результати досліджень, що свідчать про збільшення кількості дітей, які б свідомо займалися фізичними вправами на уроках фізичної культури (або систематично самостійно), але при умові достатньо розвиненої мотивації до таких занять на основі знань про доцільність оптимальної рухової активності, її впливу на здоров'я людини [6].

Актуальними в аспекті формування знань про благодійність впливу занять фізичними вправами на розвиток розумових і пізнавальних здібностей учнів молодшого шкільного віку слід вважати

дослідження, в яких обґрунтовується взаємозв'язок природної потреби дітей у руховій активності і забезпечення її адекватного функціонування резервними можливостями серцево-судинної системи. Виявлені міжсистемні взаємозв'язки між показниками розумової працездатності і параметрами функціонального стану системи кровообігу свідчать, що для оптимального протікання інтелектуальних процесів необхідно мати високий рівень адренергічної адаптації до фізичного навантаження. Але, поряд з цим, наголошується, що включення активних форм занять фізичною культурою до структури оздоровчих педагогічних технологій потребує подальшого наукового обґрунтування, як в аспекті розробки їх змістовного наповнення, так і визначення адекватної величини фізичного навантаження. При цьому, слід враховувати не тільки параметри поточного стану організму, а й функціональні можливості систем, що характеризують загальний фізичний статус сучасних школярів [2, 3, 5].

Отже, узагальнюючи дані літературних джерел, існуючий педагогічний досвід, практичні здобутки попередніх років з означеної проблеми зазначаємо, що одним з недостатньо збалансованих компонентів традиційних й авторських програм залишається їх дидактична спрямованість на забезпечення взаємозв'язку фізичного виховання з іншими видами навчально-виховної діяльності школярів. Потребують більш ґрунтовного вивчення психолого-педагогічні механізми, які обумовлюють взаємозв'язок у розвитку рухових здібностей та пізнавальних процесів і психоемоційної сфери учнів у процесі шкільного фізичного виховання. На наше переконання шкільні уроки

фізичної культури доцільно було б наповнити інтерактивними педагогічними технологіями, які сприяли б цілеспрямованому формуванню в учнів валеологічного світогляду.

На наш погляд, сутність такої взаємодії повинна полягати, насамперед, у підвищенні освітньої і валеологічної спрямованості уроків фізичної культури, які передбачали б інтеграцію рухових, пізнавальних і мотиваційних процесів у розвитку гармонійно розвиненої особистості школяра сучасної загальноосвітньої школи.

Мета дослідження — визначити ефективність впровадження оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор валеологічної спрямованості у процес фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку.

Методика дослідження. Дослідження проведено за планом НДР кафедри теоретичних та методичних основ фізичного виховання і реабілітації, НДЛ «Духовного і фізичного виховання учнівської молоді та студентів» Слов'янського державного педагогічного університету відповідно основним положенням Державної національної програми «Освіта» (Україна XXI ст.). Дослідно-експериментальною базою дослідження були ЗОШ № 8, 9, дошкільні навчально-виховні заклади № 52, 56, 62 м. Єнакієве Донецької області та ЗОШ № 8 м. Слов'янська Донецької області.

У педагогічному експерименті взяли участь чотири групи дітей старшого дошкільного віку, а також учні перших класів паралелі «А» і «Б», з яких було складено контрольні та експериментальні групи (по 15 осіб в кожній).

Реалізація поставленої мети досягалась за допомогою використання наступних методів

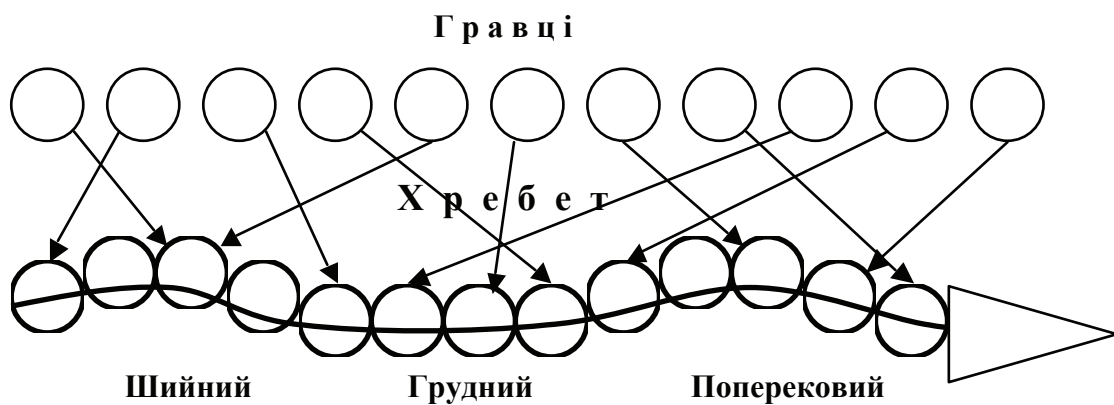


Рис. 1. Структурно-логічна схема проведення оздоровчої рухливо-пізнавальної гри «Здоровий хребет» (І. Макущенко, В. Пристинський, Т. Пристинська [4, 6])

дослідження: теоретичний аналіз літературних джерел та вивчення інноваційного педагогічного досвіду; анкетування і бесіди; педагогічні спостереження; методи експертних оцінок і тестів; методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Основою авторського підходу до забезпечення розвитку пізнавальних і розумових здібностей дітей молодшого шкільного віку було впровадження оздоровчих рухливо-пізнавальних ігор, які за своєю спрямованістю відповідали завданням пріоритетного програмного матеріалу уроків фізичної культури. Ігри, що були впроваджені в процесі педагогічного експерименту, розроблялись на основі традиційних рухливих ігор в авторській інтерпретації, зважаючи на зміст розділів програмного матеріалу з валеології.

Розробляючи зміст кожної гри, ми враховували, що розвиток сприйняття у дітей молодшого шкільного віку тісно пов'язаний з їх практичною діяльністю. Дітьми, насамперед, сприймаються ті об'єкти, властивості, ознаки, які викликають яскраву психоемоційну забарвленість. Так, наприклад, при проведенні гри «Здоровий хребет», учні які побували «відділом хребта», мають більш точне уявлення про анатомічні особливості будови хребетного стовпа, про значення його фізіологічних вигинів. А, спеціально розроблені кольорові картки у вигляді «хребця» з назвою відповідного відділу та з конкретним номером учасника (шийних — 7, грудних — 12, поперекових — 5, куприкових — 6—8) дозволяли дітям більш чітко запам'ятовувати послідовність складових хребетного стовпа. Почувши сигнал (у визначений момент ігри), діти намагаються якомога швидше вишикуватись у своїх командах, на лініях «фізіологічних вигинів», відповідно до номерів хребців і відділів хребта, що стимулювало розвиток концентрації уваги та вміння управляти нею (рис. 1).

Високий оздоровчо-розвивальний, дидактичний і виховний ефект мали ігри валеологічної спрямованості, які широко застосовувались на уроках фізичної культури в класах, що склали експериментальні групи. Особливої популярності набули такі ігри, як «Макрофаги» (розроблена на основі гри «Передай — сідай!»), «Ферменти» (на основі — «Білки, жолуді, горіхи»), «Вітамінки» (на основі — «Вибий ведучого», «Встигни схопити»), «Антитіла» (на основі — «Вовки у рові»), «Стравоходик» (на основі — «Весела змійка»), «Лімфатична судинка» (на основі — «Дрібушечки») та інші. Дані ігри, поряд з розвитком фізичних якостей, сприяли активному словесно-логічному і змістовному запам'ятовуванню (у поєднанні з наочно-образним) та оволодінню свідомо управляти пам'яттю,

регулювати її проявами (пригадування), розвитку смислової пам'яті.

Рольові та сюжетні компоненти запропонованих ігор (коли діти зображують і уявляють як функціонує їх організм, як взаємодіє з зовнішнім середовищем) активізували психоемоційну забарвленість уроків, а мовлення дітей збагачувалося новими термінами, поняттями, зміст яких стає більш доступним і зрозумілим на фоні безпосереднього уявлення.

Перевірка ефективності авторської методики здійснювалась при виконанні поточних навчальних нормативів і контрольних вимог (наприкінці I півріччя), орієнтовного комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості (наприкінці навчального року) та експертному оцінюванню (за параметрами ступеню розвитку психофізіологічних функцій і пізнавальних процесів).

Узагальнюючи дані, що одержані в процесі дослідження, представляється можливим зазначити, що при виконанні комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості учнями експериментальних груп показники становили 9,98 — 11,20 балів, що дорівнює 64,4 % зростання в порівнянні з вихідними даними. У контрольних групах ці показники становили 7,35 — 8,80 балів (приріст відносно вихідних даних 39,1 %).

При виконанні контрольних завдань, що характеризують ступінь розвитку психофізіологічних функцій (фонетичний слух, координація дрібних м'язів руки, просторова орієнтація, обсяг зорового сприйняття тощо) було зафіксовано зростання показників з 4,40 до 10,59 балів (58,5 %) в учнів експериментальних груп. У контрольних групах темпи зростання були повільнішими — із 4,41 до 6,67 балів (33,7 %) по відношенню до вихідних даних.

Ступінь розвитку пізнавальних процесів визначався при виконанні стандартизованого комплексу психодіагностичних завдань для дітей молодшого шкільного віку (за методикою Р. Немова) і дозволив констатувати більш високі темпи зростання досліджуваних параметрів (стану уважності — на 35,9 %, пам'яті — на 10,1 %, процесів мислення — на 27,5 %, мовлення — на 7,8%) по відношенню до вихідних даних в експериментальних групах. У класах, де уроки проводили за традиційною програмою, приріст аналізованих показників мав менш високі темпи зростання і становив відповідно (уважності — на 17,7 %, пам'яті — на 5,5 %, мислення — на 14,9 %, мовлення — на 2,2 %) по відношенню до вихідного рівня.

Отже, застосування на уроках фізичної культури з учнями молодшого шкільного віку ігрової діяльності з вираженими елементами валеологічної спрямованості сприяло як позитивній динаміці загального стану фізичної підготовленості, так і до-

сити високим темпам розвитку психофізіологічних функцій, пізнавальних процесів та підвищенню мотивації дітей до свідомого розуміння стану свого здоров'я та турботи про його збереження.

Висновки

1. Уроки фізичної культури повинні сприяти реалізації міжпредметних зв'язків у структурі навчально-виховного процесу загальноосвітніх шкіл з використанням інтерактивних педагогічних технологій навчання і виховання.

2. Запропоновані оздоровчі рухливо-пізнавальні ігри мають виражену освітню і валеологічну спрямованість, а тому повинні стати одним із дієвих чинників оптимізації рухової активності в аспекті інтеграції фізичного і розумового розвитку дітей молодшого шкільного віку.

3. Урок фізичної культури в загальноосвітній школі повинен зайняти провідне місце в структурі навчально-виховного процесу, так як сприяє формуванню в свідомості кожного учня (педагогічного колективу школи) ціннісних орієнтацій до позитивного впливу оптимальної рухової активності на виховання гармонійно розвиненої особистості.

Перспективами подальших досліджень в даному напрямку вбачається розробка науково обґрунтованих рекомендацій щодо застосування рухливо-пізнавальних педагогічних технологій для активізації позакласних форм фізкультурно-оздоровчої і спортивно-масової роботи (валеологічний «Брейн-ринг», валеологічні вікторини, цитати про здоров'я, загадки і казки про здоровий спосіб життя тощо).

Список літератури

1. Апанасенко Г. Л. Наука о выживании человечества / Г. Л. Апанасенко // Сучасні досягнення спортивної медицини, лікувальної фізкультури та валеології : мат. XI між. наук.-практ. конф. — Одеса : ОДМУ, 2005. — С. 29 — 32.
2. Дубогай О. Д. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів / О. Д. Дубогай, Б. П. Пангелов, Н. О. Фролова [та ін.]. — К., 2001. — 151 с.
3. Круцевич Т. Ю. Формирование интереса к занятиям физической культурой и спортом школьников с различными типами ВНД / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхняя // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць; за ред. С. С. Єрмакова. — Харків : ХДАДМ (ХХП). — 2002. — № 25. — С. 89 — 95.
4. Макущенко І. В. Інноваційні технології оздоровчо-рекреаційної фізичної культури у діяльності центрів «Спорт для всіх» : навч.-метод. посіб. / І. В. Макущенко, В. М. Пристинський, Т. М. Пристинська [та ін.]. — Донецьк; Слов'янськ : ДДІЗФВС; СДПУ, 2008. — 82 с., іл.
5. Матвеев А. П. К вопросу об оздоровительных технологиях в начальной школе / А. П. Матвеев, Л. М. Бережная // Реалізація здорового способу життя — сучасні підходи: монографія; за заг. ред. М. Лук'янченка, Ю. Шкретія, Е. Боляха, А. Матвеева. — Дрогобич : КОЛО, 2005. — С. 553 — 555.
6. Пристинський В. М. Освітньо-валеологічна спрямованість фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку / В. М. Пристинський, І. В. Макущенко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту: науково-теоретичний журнал. — 2009. — № 1. — С. 45 — 49.

Надійшла до редакції 10.04.2012 р.

Пристинський В. Н., Пристинська Т. Н. Подвижно-познавательные педагогические технологии формирования валеологического мировоззрения у учащихся общеобразовательных учебных заведений.

Исследуется эффективность внедрения интерактивных педагогических технологий в физическое воспитание учащихся общеобразовательных учебных заведений. Доказано, что оздоровительные подвижно-познавательные игры способствуют повышению эффективности развития валеологического мировоззрения, а также понимания значения оптимальной двигательной активности для учащихся младшего школьного возраста.

Ключевые слова: педагогические технологии, оздоровительные подвижно-познавательные игры, образовательное и валеологическое влияние, урок физической культуры, учащиеся младшего школьного возраста.

Pristinsky V.N., Pristinckaya T.N. Motor and cognitive educational technologies of forming valeological awareness among students of secondary schools.

The effectiveness of the implementation of interactive educational technologies in teaching secondary school students at the lessons of physical education has been investigated. It has been proved that the curative motor-cognitive games help improve the efficiency of valeological outlook, as well as understanding of the importance of optimal physical activity for pupils of primary school age.

Key words: educational technology, curative motor-cognitive games, educational and valeological influence, physical education lesson.

УДК 796.012.1

МОТИВАЦІЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ**Франків Є.Є., Григус І.М.**

Рівненський державний гуманітарний університет, Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука

Анотація. Розглянуто визначення поняття здоров'я та його складових, впливу рухової активності на здоров'я школярів. Розглянуто чинники, що впливають на мотивацію до формування здорового способу життя та рухової активності дітей. Наведено аналіз публікацій та висновки спостережень за учнями середньої школи. Встановлено, що мотивація відіграє провідну роль у залученні до рухової активності школярів, а її характер формує відповідне ставлення до здорового способу життя. Показано необхідність розвитку мотивації рухової активності школярів і застосування ігрового методу.

Ключові слова: рухова активність, мотивація, здоровий спосіб життя, школярі.

Вступ. На сучасному етапі розвитку системи освіти все дедалі гостріше постають проблеми рухової активності школярів. Погіршення екології, неповноцінне харчування, негармонійне чергування праці та відпочинку спричиняють системне погіршення здоров'я дітей, що навчаються у загальноосвітніх школах, а також гімназіях і ліцеях. А найголовнішим є те, що на уроках фізичної культури вчителі не в змозі цілком нівелювати негативний вплив цих факторів, натомість, часто проведення часу на цих заняттях є додатком до всіх вищезазначених причин. Тому, потрібно впроваджувати нові ефективні методики та системи виховання у навчальний процес задля забезпечення покращень показників здоров'я школярів [2, 5].

Неодноразово у дослідженнях вчених (серед них Г.Л. Апанасенко, В.К. Бальсевич, О.Д. Дубогай) доводиться думка, що існуюча система навчання дітей на уроках фізичної культури не відповідає за змістом та об'ємом, інтенсивністю навантажень організму що росте, а головне, не враховує індивідуальних особливостей школярів. Присутність вмотивованого залучення до рухової активності дітей всіх вікових категорій є недостатньою, щоб до завершення шкільних років вони усвідомлено займались оздоровленням власного організму та вели здоровий спосіб життя. Лише у невеликій кількості навчальних закладів застосовуються креативні педагогічні підходи що, однак, є радше виключеннями із ситуації, що склалась [4, 6, 7].

За даними фахівців, не більше 2—3% населення країни займається фізкультурно-оздоровчою діяльністю.

Роботу виконано відповідно до теми Зведеного плану НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2012—2014 рр. «Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів» Волинського національного університету імені Лесі Українки (номер державної реєстрації 0112U002160).

Мета дослідження — дослідження впливу мотивації на залучення до рухової активності школярів.

Завдання дослідження:

- розглянути особливості рухової активності школярів;
- вивчити чинники мотивації до здорового способу життя.

Методи дослідження: теоретичні методи — аналіз і узагальнення теоретичних основ досліджуваної проблеми; вивчення, аналіз шкільних програм з фізичної культури; моделювання структури педагогічного процесу фізичного розвитку дітей; емпіричні — діагностичні (тестування фізичних якостей і функціональних можливостей, педагогічне спостереження).

Результати дослідження. Визначення поняття «здоров'я» є фундаментальною проблемою сучасної медико-біологічної науки. Оскільки це поняття має багато аспектів і обумовлене багатьма чинниками, то вимагає для свого розв'язання комплексного підходу. Саме тому однозначного, прийняттого для всіх визначення поняття «здоров'я» поки що не існує. В преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) говориться, що здоров'я — це не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів, а стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя. Проте повне фізичне і душевне благополуччя може визначати лише ідеальне здоров'я, яке практично не зустрічається [3].

Вважається, що здоров'я — це нормальний стан організму, який характеризується оптимальною саморегуляцією, повною узгодженістю при функціонуванні всіх органів та систем, рівновагою поміж організмом та оточуючим середовищем при відсутності хворобливих проявів. Тому основною ознакою здоров'я є здатність до значної пристосованості організму до впливів різноманітних чинників зовнішнього середовища. Завдяки цьому здоровий організм може витримувати значні фізичні та психічні навантаження, не тільки пристосовуючись до дії екстремальних чинників зовнішнього середовища, але й повноцінно функціонувати в цих умовах. Таким чином, здоров'я доцільно розглядати і як здатність організму активно та повноцінно пристосовуватись до змін оточуючого середовища. Можна сказати, що здоров'я — це здатність організму перебувати в рівновазі з оточуючим середовищем.

Багато хто з вчених розглядає здоров'я як форму життєдіяльності організму, яка забезпечує йому необхідну якість життя і максимально можливу за даних умов його тривалість. Зрозуміло, що здоров'я — це похідне від численних впливів на організм, у тому числі природно-кліматичних, соціальних, виробничих, побутових, психологічних чинників, способу життя і т.ін.

Можна також сказати, що здоров'я — це функціональний стан організму людини, який забезпечує тривалість життя, фізичну та розумову працездатність, достатньо високий рівень самопочуття, а також відтворення здорового потомства.

Стан здоров'я не є чимось статичним. Це динамічний процес, а, отже, стан здоров'я може покращуватись або погіршуватись. Кожна людина являє собою відкриту динамічну систему, тому існує широкий діапазон поняття «здоров'я» — від абсолютного здоров'я до граничних із хворобою станів.

Здоров'я людини можна характеризувати на підставі даних анатомічних, фізіологічних, біохімічних, клінічних та інших досліджень. Ними керуються при оцінці стану здоров'я призовників, спортсменів, дитячого та дорослого населення. Вже сьогодні при оцінці рівня здоров'я людини вчені приділяють особливу увагу пошуку кількісних критеріїв стану тих функціональних систем організму, які характеризують рівень норми, напруження та адаптованості до умов зовнішнього середовища.

Загального, прийняттого для всіх показника, за яким можна було б визначити рівень здоров'я чи його якість немає. Результати будь-яких аналізів, дані будь-яких обстежень мають значний діапазон коливань в залежності від статі, віку, конституційного типу, функціонального ста-

ну організму, географічних та метеорологічних особливостей місця проживання, характеру та інтенсивності праці, способу життя, особливостей харчування та багатьох інших чинників. Функціональний стан організму та показники його діяльності змінюються у тої самої людини навіть на протязі декількох годин (одразу після пробудження і після вставання з ліжка, до прийому їжі та після її прийому і т.ін.). Сучасний підхід до оцінки здоров'я мусить ґрунтуватись, по-перше, на врахуванні ступеня ризику виникнення захворювань і, по-друге, на врахуванні фізіологічних і біохімічних резервів організму. Здоров'я — це позитивні показники фізичного, розумового, психічного розвитку дитини, а найголовніше це гармонія між ними. Багатьох школярів ще з першого класу привчають носити важкі наплічники з книжками та зошитами, а кількість уроків щодня часто є занадто великою аби діти розвивали свої розумові уміння та навички без шкоди для здоров'я, водночас із недостатньою руховою активністю може похитнутись як психічна компонента, так і стан здоров'я організму в цілому. Саме тому потрібно постійно звертати увагу на фізичну активність школярів, яка повинна відповідати певним критеріям:

- фізичні вправи мають чергуватись за складністю, інтенсивністю;
- форми проведення занять фізичної культури потрібно підбирати відповідно до рівня розвитку учнів, віку, статі, стану здоров'я, надаючи перевагу ігровій формі;
- під час уроків дітей початкових класів робити перерви-руханки для того щоб розвантажити опорно-руховий апарат, розслабити м'язи;
- на уроках фізичної культури обов'язково перевіряти вплив тих чи інших вправ на організм за допомогою пульсометрії до, під час та після навантажень [1, 3, 7].

Окрім усього іншого треба звертати увагу на те, щоб усі школярі рухались. Рухова активність дітей має велике значення для їх гармонійного і всебічного розвитку. Рух повинен відповідати показникам здоров'я, проте він має бути присутнім, а не виключеним для окремих дітей, як це часто буває. Якщо дитина не може бігти чи стрибати, то варто зменшити швидкість чи інтенсивність бігу або замінити його швидкою ходьбою, але ні в якому разі не дозволяти дитині сидіти впродовж заняття, оскільки при звиканні організму до руху відбувається зміцнення організму, підготовка його до навантажень різного характеру, покращується імунітет, психоемоційний стан дитини, зміцнюється серцево-судинна система, легені та інші органи.

Зверніть увагу: дорослі нерідко намагаються обмежити рухову активність дитини з перших днів її життя. Однак це їм, на щастя, не вдається. Попри всі заборони дитина використовує для руху будь-які сприятливі можливості, її спонукає до цього хоча й неусвідомлена, але могутня й непереборна внутрішня природна потреба в русі.

Однак із віком сила цієї потреби знижується:

- по-перше, це є результатом неправильного виховання та постійного обмеження дитини в русі. А чим менше дитина рухається, тим швидше згасає потреба;
- по-друге, з часом у дитини з'являються нові, сильніші інтереси та потреби, задоволення яких вимагає все більше часу;
- ще однією причиною зниження рухової активності є підвищення рівня соціально-економічного життя людей, скорочення частки ручної, немеханізованої праці.

Недостатню рухову активність називають гіподинамією. І в цьому плані варто згадати досліді І. Муравйова, який вивчав дві групи мишей одного віку, одну групу — не обмежував у рухах, руховий режим другої групи мишей був різко обмежений — їх помістили в маленькі клітки. Результат експерименту виявився дивовижним: тривалість життя тварин, які вели малорухливий спосіб життя була в 6 разів коротшою, ніж активних мишей. Розтин показав, що у малорухливих мишей були різко виражені процеси старіння в серці, в легенях, у печінці. Крім цього були виявлені патологічні явища. Дещо пізніше вчені отримали подібні дані, вивчаючи рухову активність, вік людей та наявність хронічних захворювань і взаємодію між ними.

Ніщо не може зрівнятися з перетворюючою силою руху. Ця сила робить незграбного — спритним, повільного — швидким, слабкого — міцним, кволого — витривалим, хворобливого — здоровим. За словами французького лікаря Тіссо «Рух, як такий, може за своїм впливом замінити будь-які ліки, але всі лікувальні засоби світу не в змозі замінити впливу руху».

Найкращим же, на нашу думку, мотиватором рухової активності школярів є її ігрова форма, оскільки у грі присутні змагальні елементи, що покращують емоційний стан і дозволяють залучити максимальну кількість учнів до неї. Цей метод також робить легшою роботу педагога, коли він постає перед проблемою небажання дітей щось робити і виконувати його вказівки на уроці.

Застосування ігрового методу дозволяє досягти таких результатів:

- надає широкі можливості відтворювати стосунки між людьми у вигляді взаємодопомоги і гострого суперництва;

- можливість надання гравцям широкої самостійності вибору засобів діяльності і способів поведінки, прояву ініціативи та творчості в діях;
- навантаження, яке одержують учасники, залежить від активності гравців і характеру виконання ними ігрових функцій;
- комплексне використання рухових навичок, прояву фізичних, вольових і моральних якостей для досягнення успіху, що визначає комплексну дію гри на організм учнів.

Висновки

Заняття фізичними вправами, активний руховий режим мають велике значення у формуванні здорового способу життя, духовного та фізичного розвитку школярів. Заняття фізичними вправами зміцнюють здоров'я, підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують фізичну і розумову працездатність. Першим важливим компонентом навчання, що дозволить ефективно розвивати і гартувати організм, вдало виконувати завдання вчителя є мотивація. Залучаючи школярів до фізичної культури, потрібно застосовувати активні і нові методи, котрі спроможні нести інтерес і зацікавленість виконання для дітей, адже саме це і є головною складовою мотивації.

Перспективи подальших досліджень у даному напрямку. Надалі вважаємо за потрібне розробляти дану тематику з урахуванням сучасних даних стану здоров'я та рухової активності дітей шкільного віку, стану розвитку й перспектив у сфері фізичної культури і здоров'я населення України.

Список літератури

1. Андрощук Н. Основи здоров'я і фізична культура (теоретичні відомості) / Н. Андрощук, М. Андрощук. — Тернопіль : Підручники і посібники, 2006. — 160 с.
2. Богданова Г. Підготовка вчителів до формування в учнів життєвих навичок / Г. Богданова // Здоров'я та фізич. культура. — 2007. — № 9. — С. 6—7.
3. Григус І. М. Обстеження та визначення стану здоров'я : методичні рекомендації / І. М. Григус. — Рівне : Редакційно-видавничий центр «Тетіс», 2005. — 78 с.
4. Єдинак Г. Фізична культура в школі : молодому спеціалісту : навч.-метод. посіб. / Г. Єдинак, П. Плахтій, Ю. Яценюк. — Кам'янець-Поділ., 2000. — 305 с.
5. Рудніцька І. Формування здорового способу життя молоді: підлітковий вік / І. Рудніцька // Психолог. — 2004. — № 13. — С. 15—25.

6. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. — Навч. посібник / О. М. Худолій. — 2-е вид., випр. — Харків: «ОВС», 2008. — 406 с.: іл.
7. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. / Б. М. Шиян. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2001. — 272 с.

Надійшла до редакції 24.05.2012 р.

Франків Е.Е., Григус И.М. Мотивация двигательной активности школьников.

Рассмотрено определение понятия здоровья и его составляющих, влияния двигательной активности на здоровье школьников. Рассмотрены факторы, которые влияют на мотивацию до формирования здорового образа жизни и двигательной активности детей. Приведен анализ публикаций и выводы наблюдений за учениками средней школы. Установлено, что мотивация играет ведущую роль в привлечении к двигательной активности школьников, а ее характер формирует соответствующее отношение к здоровому образу жизни. Показана необходимость развития мотивации двигательной активности школьников и применения игрового метода.

Ключевые слова: двигательная активность, мотивация, здоровый образ жизни, школьники.

Frankiv Y.Y., Grygus I.M. Motivation of the schoolchildren motor activity.

Determination of concept of health and his constituents, influence of motive activity is considered on a health schoolboys. Factors which influence on motivation to forming of healthy way of life and motive activity of children are considered. The analysis of publications and conclusions of looking is resulted after the secondary schoolchildren study. It is set that motivation plays a leading role in bringing in to motive activity of schoolchildren, and its character forms the proper attitude toward the healthy way of life. The necessity of development of motivation of motive activity of schoolchildren and application of playing method is retined.

Key words: motor activity, motivation, healthy lifestyle, schoolchildren.



Сергієнко Л.П.

- X32 Практикум з психології спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2008. — 256 с. (МОН України, лист № 1-4/18-Г-1064 від 14 травня 2008 р.) ISBN 966-7858-51-0.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з психології спорту та програми з даної навчальної дисципліни. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практичних заняттях студентам пропонується виконання психологічних та дидактичних тестів. Навчальний посібник доцільно використовувати під час підготовки до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник рекомендовано студентам вищих навчальних закладів освітнього напрямку «Фізичне виховання і спорт» та «Психологія». Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі психології, тренерів, спортсменів високої кваліфікації, широкого кола читачів.



Худолій О. М.

- X98 Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник. — 2-е вид., випр. — Харків: «ОВС», 2008. — 408 с.: іл. ISBN 966-7858-53-7.

У навчальному посібнику розглянуті загальні питання теорії фізичного виховання, а також теорія і методика розвитку рухових здібностей та навчання фізичним вправам.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.



ДИФЕРЕНЦІАЛЬНА ОЦІНКА РОЗВИТКУ РУХОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ І ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ РІЗНИХ ПОПУЛЯЦІЙНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ: ШВИДКІСНА М'ЯЗОВА СИЛА*

Сергієнко Л.П., Хаджинов В.А., Чекмарьова Н.Г.

Миколаївський міжрегіональний інститут розвитку людини
ВНЗ Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»
Національна металургійна академія України, м. Дніпропетровськ

Анотація. У статті узагальнено матеріал експериментальних досліджень щодо визначення нормативів оцінки розвитку швидкісної сили людини. На прикладі двох тестів: стрибок у довжину з місця та стрибок угору з місця визначені диференціальні відмінності розвитку силових здібностей у хлопців і дівчат різних популяційних груп в період онтогенезу, а також спортсменів різних видів спорту та спортивної кваліфікації.

Ключові слова: швидкісна сила, нормативи оцінки, тести.

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця виконуваних без маху рук дещо нижчі, ніж виконуваних із махом рук (табл. 16).

Диференціальні оцінки показників стрибка угору з місця пропонують спеціалісти використовувати на початкових етапах спортивного відбору в різні види спорту (табл. 17). Відмітимо, що дані показники дещо вищі популяційних результатів, наведених раніше і оцінених вищим балом.

Для представників окремих видів спорту при відборі оцінка може мати таку шкалу балів (табл. 18–21). Це сприяє визначенню комплексної оцінки перспективності спортсменів за батареєю тестів (при включенні в неї тесту стрибок угору з місця).

Для тенісистів американці R. Arnot, C. Gaines [по 18] пропонують використовувати відносні показники стрибка угору з місця. Залежно від результативності стрибка угору з місця й маси тіла за таблицею 20 вираховується індивідуальний коефіцієнт. А потім відповідно до таблиці 21 визначається нормативна оцінка перспективності спортсмена.

На II–V етапах спортивного відбору дітей у віці 13–18 років нормативи оцінки за тестом стрибок угору з місця наведені в таблиці 22, а для дворічних періодів щодо дітей і молоді у віці 14–20 років – в таблиці 23.

Для деяких видів спорту розраховані показники результатів стрибка угору з місця за 3-бальною (табл. 24) і 5-бальною (табл.25) шкалами. Ці показники значніше диференціюють тестові результати.

У деяких видах спорту визначені нормативи оцінки швидкісної сили у спортсменів різних розрядів. В таблиці 26 наведені такі нормативи для юнаків і дівчат, що займаються легкоатлетичними стрибками у висоту та довжину з розбігу.

Існують модельні характеристики розвитку швидкісної сили, що визначені за показниками тесту стрибок угору з місця для кваліфікованих спортсменів. Так В.Н. Шамардін, В.Г. Савчено [26] визначили для кваліфікованих футболістів України наступні показники у різні тестувальні періоди: підготовчий (відповідно початок і кінець) 53 і 58 см, а в змагальний –60 см. В Клічко [10] у кваліфікованих боксерів оцінив показники стрибка угору з місця так: 48,0 – нижче за середній, 50,2 см – середній, 60,0 – вище за середній.

Висновки

1. За показниками стрибків у довжину та у висоту з місця описані диференціальні відмінності розвитку швидкісної сили в онтогенезі дітей, підлітків та молоді.

2. Зроблено порівняння відмінностей розвитку силових здібностей у осіб чоловічої й жіночої статі.

© Сергієнко Л.П., Хаджинов В.А., Чекмарьова Н.Г., 2012

* продовження статті, початок у № 5

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця без маху рук у хлопців і дівчат віком 7–17 років, см

Вік, років	Якісна оцінка швидкісної сили	Хлопці	Дівчата
7	Вище середнього	26–23	24–21
	Середній	22–17	20–15
	Нижче середнього	16–12	16×–11
8	Вище середнього	26–23	26–22
	Середній	22–19	21–17
	Нижче середнього	18–14	16–12
9	Вище середнього	31–26	30–24
	Середній	25–20	25–21
	Нижче середнього	19–13	20–16
10	Вище середнього	30–27	32–28
	Середній	26–23	27–23
	Нижче середнього	22–18	22–18
11	Вище середнього	32–29	34–30
	Середній	28–26	29–25
	Нижче середнього	25–22	24–20
12	Вище середнього	33–29	34–31
	Середній	28–25	30–27
	Нижче середнього	24–20	26–23
13	Вище середнього	33–30	37–33
	Середній	29–26	32–28
	Нижче середнього	25–21	27–23
14	Вище середнього	37–32	38–35
	Середній	31–27	34–31
	Нижче середнього	26–21	30–27
15	Вище середнього	39–33	39–35
	Середній	32–26	34–30
	Нижче середнього	25–18	29–25
16	Вище середнього	39–35	39–35
	Середній	34–31	34–30
	Нижче середнього	30–26	29–25
17	Вище середнього	43–37	40–36
	Середній	36–31	35–31
	Нижче середнього	30–24	30–26

Таблиця 17

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця на початкових етапах спортивного відбору в різні види спорту, см

Автори, рік публікації	Вид спорту, спеціалізація	Вік, років					
		10		11		12	
		Х	Д	Х	Д	Х	Д
В.Б. Зеличенок, В.Г. Никитушкин, В.П. Губа, 2000	Легка атлетика: стрибунки	38	36	42	38	46	42
М.С. Бриль, 1980	Баскетбол	42,9				45,1	
В.П. Филин, 1987		41	39	43	41	47	47
В.Г. Никитушкин, В.П. Губа, 1998	Теніс	38		42		45	
М.Я. Набатникова, 1982	Лижні гонки	40–50	35–45	50–55	45–50	55 <	50 <

Таблиця 18

Нормативи оцінки для стрибка угору з місця при відборі легкоатлетів бігунів [18]

Бігуни на дистанції	Стрибок угору, см		Оцінка, бали
	Чоловіки	Жінки	
короткі	70	45	10,0
	67	43	9,1
	63	41	8,2
середні	60	39	7,3
	56	37	6,4
	53	35	5,5
	49	33	4,6
довгі	46	31	3,7
	43	29	2,8
	39	27	1,9
	35	25	1,0

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця при відборі альпіністів, плавців й лижників, см [18]

Альпіністи		Оцінка, бали	Плавці		Лижники		Оцінка, бали
чоловіки	жінки		чоловіки	жінки	чоловіки	жінки	
71,0	46,0	10,0	66,0	38,0	—	—	10
67,5	44,0	9,1	63,5	35,5	—	—	9
64,0	42,0	8,2	61,0	33,0	—	—	8
60,5	40,0	7,3	58,5	30,5	66,0	45,5	7
57,0	38,0	6,4	56,0	28,0	62,5	43,5	6
53,5	36,0	5,5	53,5	25,5	59,0	41,5	5
50,0	34,0	4,6	51,0	23,0	55,5	39,5	4
46,5	32,0	3,7	49,0	20,5	52,0	37,5	3
43,0	30,0	2,8	45,5	17,5	48,5	35,5	2
39,5	28,0	1,9	42,5	15,0	45,0	33,5	1
36,0	26,0	1,0	—	—	41,5	31,5	0



Сергієнко Л.П.

С32 Практикум з психології спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. — Харків: «ОВС», 2008. — 256 с. (МОН України, лист № 1-4/18-Г-1064 від 14 травня 2008 р.) ISBN 966-7858-51-0.

У навчальному посібнику викладено зміст практикуму з психології спорту та програми з даної навчальної дисципліни. У практикумі наведено короткий зміст лекцій. Фактично це конспекти лекцій, які особливо потрібні студентам заочного відділення та тим, хто навчається дистанційно. На практичних заняттях студентам пропонується виконання психологічних та дидактичних тестів. Навчальний посібник доцільно використовувати під час підготовки до семінарських занять, заліків та іспитів.

Навчальний посібник рекомендовано студентам вищих навчальних закладів освітнього напрямку «Фізичне виховання і спорт» та «Психологія». Може бути корисним для викладачів, фахівців у галузі психології, тренерів, спортсменів високої кваліфікації, широкого кола читачів.



Худолій О. М.

Х98 Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник. — 2-е вид., випр. — Харків: «ОВС», 2008. — 408 с.: іл. ISBN 966-7858-53-7.

У навчальному посібнику розглянуті загальні питання теорії фізичного виховання, а також теорія і методика розвитку рухових здібностей та навчання фізичним вправам.

Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Таблиця 20

Коефіцієнти співвідношення результату стрибка узору з місяця й маси тіла спортсмена, ум. од.

Стрибок узору, см	Маса тіла, кг																	
	36	40	45	50	55	59	63	68	73	78	82	86	91	100	109	118	127	136
20	53	60	67	73	80	87	93	100	107	113	120	127	133	147	160	173	187	200
25	67	75	83	92	100	108	117	125	133	142	150	158	167	183	200	217	233	250
30	80	90	100	110	120	130	140	150	160	170	180	190	200	220	240	260	280	300
35	93	106	117	128	140	152	163	175	187	198	210	222	233	257	280	303	327	350
40	107	120	133	147	160	173	187	200	213	227	240	253	267	293	320	347	373	400
45	120	135	150	165	180	195	210	225	240	255	270	285	300	330	360	390	420	450
50	133	150	167	183	200	217	233	250	267	283	300	317	333	367	400	433	467	500
55	147	165	183	202	220	238	257	275	293	312	330	348	367	403	440	477	513	550
60	160	180	200	220	240	260	280	300	320	340	360	380	400	440	480	520	560	600
65	173	195	217	238	260	282	303	325	347	368	390	412	433	477	520	563	607	650
70	187	210	233	257	280	303	327	350	373	397	420	443	467	513	560	607	653	700
75	200	225	250	275	300	325	350	375	400	425	450	475	500	550	600	650	700	750
80	213	240	267	293	320	347	373	400	427	453	480	507	533	587	640	693	747	800
85	227	255	283	312	340	368	397	425	45	482	510	537	567	623	680	737	793	850
90	240	270	300	330	360	390	420	450	480	510	540	570	600	660	720	780	840	900
95	253	285	317	348	380	412	443	475	507	538	570	602	633	697	760	823	887	950
100	267	300	333	367	400	433	467	500	533	567	600	633	667	733	800	867	933	-

Нормативи оцінки для стрибка угору з місяця при відборі тенісистів

Коефіцієнти, ум. од.		Оцінка, бали
Чоловіки	Жінки	
360	220	15,0
342	207	13,5
324	193	12,0
307	180	10,5
289	167	9,0
271	153	7,5
253	140	6,0
236	127	4,5
218	113	3,0
200	100	1,5

3. Визначені нормативи оцінки розвитку швидкісної сили у спортсменів різних видів спорту і кваліфікації.

4. Викладений матеріал доцільно використовувати в практиці фізичного виховання, фізичній підготовці і спортсменів різних видів спорту та кваліфікації, спортивному відборі.

Список літератури

1. Бакатов В.Ю. Отбор в юношеские легкоатлетические метания по функциональным признакам и показателям двигательных способностей: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.Ю. Бакатов. – М., 1981. – 24 с.
2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх / М.С. Бриль. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 127 с.
3. Волков В.М. Спортивный отбор / В.М. Волков, В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 176 с.
4. Волков В. Вольная борьба: Комплексная оценка базовой подготовки / В. Волков. – К.: Нора-принт, 2000. – 64 с.
5. Димитров Д.А. Опыт подготовки спринтеров и барьеристов в НРБ / Д.А. Димитров, Ю.К. Титов // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 9. – С. 54–59.
6. Дулібський А.В. Моделювання тактичних дій у процесі підготовки юнацьких команд з футболу: Автореф. дисерт. ... канд. наук з фізичного виховання і спорту: 24.00.01 / А.В. Дублінський. – К., 2001. – 19 с.
7. Зеличенко В.Б. Легкая атлетика: критерии отбора / В.Б. Зеличенко, В.Г. Никитушкин, В.П. Губа. – М.: Терра-Спорт, 2000. – 240 с.
8. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике / В.П. Губа, М.П. Шестаков, Н.Б. Бубнов, М.П. Борисенков. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 211 с.
9. Каверин В.Ф. Гребля на байдарках и каноэ. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ Олимпийского резерва. – М.: Советский спорт, 2004. – 120 с.
10. Кличко Владимир. Бокс: многоэтапный контроль базовой подготовленности: Монография / В. Кличко. – К.: Нора-принт, 2000. – 70 с.
11. Максименко Г.Н. Отбор будущих метателей молота / Г.Н. Максименко // Олимпийский спорт, физическая культура, здоровье нации в современных условиях: Материалы международной науч.-практ. конф. – Луганск, 2004. – С. 3–7.
12. Науменко В. Критерії оцінювання розвитку рухових якостей та морфофункціонального статусу 9–11-річних спортсменів (бігові види) / В. Науменко, С. Воропай // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наукових праць. – Луцьк, 2002. – Том 2. – С. 177–180.
13. Никитушкин В.Г. Методы отбора в игровые виды спорта / В.Г. Никитушкин, В.П. Губа. – М.: ИКА, 1998. – 288 с.
14. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я. Набатниковой. – М.: Физкультура и спорт, 1982. – 280 с.
15. Платонов В.Н. Подготовка юного спортсмена / В.Н. Платонов, К.П. Сахновский. – К.: Радянська школа, 1988. – 288 с.
16. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко. – К.: Олімпійська література. – 2001 а. – 439 с.
17. Сергієнко Л.П. Комплексне тестування рухових здібностей людини: Навчальний посібник. – Миколаїв: УДМТУ, 2001 б. – 60 с.
18. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія і практика. У 2 кн. – Книга 1. – Теоретичні основи спор-

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця при відборі спортсменів у віці 13–18 років в різні види спорту, см

Автори, рік публікації	Вид спорту, спеціалізація	Вік, років											
		13		14		15		16		17		18	
		Ч	Ж	Ч	Ж	Ч	Ж	Ч	Ж	Ч	Ж	Ч	Ж
Д.А. Димитров, Ю.К. Титов, 1989	Легка атлетика: спринт, бар'єрний біг	50	45	53	48	58	52	60	55	64	58	67	59
В.Ю. Бакагов, 1981	Легка атлетика: штовхання ядра	45			52		57		65				
	Легка атлетика: метання диску	46			55		61		68				
	Легка атлетика: метання молоту	43			53		59		66				
А.В. Дулібський, 2001	Футбол				40–45		42–47		45–50				
М.С. Бриль, 1980	Баскетбол				48,5				63,5				
В.Ф. Каверин, 2004	Веслування	45–49	40–44	50–54	44–48								

- тивного відбору: Підручник. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2009. – 672 с.
- Сергієнко Л.П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти: Підручник. – К.: КНТ, 2010. – 776 с.
 - Сирис П.З. Темпы прироста физических качеств – фактор, определяющий потенциальные возможности спортсмена / П.З. Сирис // Теория и практика физ. культуры. – 1973. – № 4. – С. 19–22.
 - Сирис П.З. Отбор и прогнозирование способностей в легкой атлетике / П.З. Сирис, П.М. Гайдарска, К.И. Рачев. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 103 с.
 - Смирнов Ю.И. Спортивная метрология / Ю.И. Смирнов, М.М. Полевицков. – М.: Академия, 2000. – 232 с.
 - Сутула В. Особенности отбора и комплектование игровых линий в детско-юношеских футбольных командах / В. Сутула, Р. Аль Овайдат, М. Фоменко. – Харьков, 1999. – 171 с.
 - Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта / В.П. Филин. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 128 с.
 - Хоршид Ф.Х.А. Обоснование критериев отбора в футболе / Ф.Х.А. Хоршид. – К.: УГУФВС, 1996. – 46 с.
 - Шамардин В.И. Футбол / В.Н. Шамардин, В.Г. Савченко. – Днепропетровск: Пороги, 1997. – 238 с.
 - Drabik J. Sprawność fizyczna i jej testowanie u młodzieży szkolnej / J. Drabik. – Gdansk: AWF, 1992. – 351 s.
 - Ellis J.D. Physical Performance in Boys from 10 to 16 Years / J.D. Ellins, A.V. Carron, D.A. Bailey // Hum. Biol. – 1975. – Vol. 47, N 3. – P. 263–281.
 - Espenschade A.S. Motor Performance in Adolescence / A.S. Espenschade // Mon. Soc. Res. Child. Develop. – 1940. – N 5. – P. 1–126.
 - Hoffman J. Norms for Fitness, Performance, and Health / J. Hoffman. – Champaign, IL.: Human Kinetics, 2006. – 220 p.
 - Kemper H.C. The MOTOR Fitness Test A practical approach standard measurement of motor performances in the field of physical education in the Netherlands / H.C. Kemper. – W: Evaluation of motor fitness / J. Simons, R. Rensoned / L.O.K.U. Lenven, 1983. – P. 101–115.
 - Kovar R. Pohybova vykonnost a dedicnost / R. Kovar // Sbornik vedecke raby uv CSTV Olumpia. – Praha, 1979. – S. 104–126.
 - Matouskova T. Dlouhodobé sledování rozdílné fyzické vykonnosti u dívek 12–15 letých / T. Matouskova, Z. Nemcova // Sbornik prací ped fak. V Brně. – Brno, 1973. – S. 157–174.
 - Rarick G.L. Wisconsin Growth Study / G.L. Rarick, F.L. Smoll // Hum. Biol. – 1967. – Vol. 39, N 3. – P. 295.
 - Reiman M.P. Functional Testing in Human Performance / M.P. Reiman, R.C. Manske. – Champaign, IL.: Human Kinetics, 2009. – 308 p.
 - Talaga J. A–Z sprawności fizycznej / J. Talaga. – Warszawa: YPSYLON, 1995. – 414 s.

Надійшла до редакції 12.05.2012 р.

Таблиця 23

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця для легкоатлетів-чоловіків на різних етапах спортивного відбору у віці 14–20 років (показники двохрічних періодів), см [7]

Вид спорту, спеціалізація	Вік, років			
	16–17	17–18	18–19	20 і старші
	Етапи відбору			
	III	IV		V
Легка атлетика: стрибки у висоту	76	80	83	84 <
Легка атлетика: штовхання ядра	60–65	65–68	68–72	—

Таблиця 24

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця, розраховані за 3-бальною шкалою і рекомендовані для оцінки розвитку силових здібностей на різних етапах спортивного відбору в різні види спорту, см

Автори, рік публікації	Вид спорту	Вік, років	Стать	Оцінка розвитку		
				Задовільно	Добре	Відмінно
П.З. Сирис, П.М. Гайдарська, К.И. Рачев, 1983	Легка атлетика: стрибуні	11–12	Ч	< 32	34–44	45 <
		13–14		< 42	43–53	54 <
		15–16		< 55	56–62	65 <
		17–18		< 64	65–78	79 <
В.П. Филин, 1987	Баскетбол	10	Х	27–33	34–40	41 <
		11		33–37	38–42	43 <
		12		35–40	41–46	47 <
В.П. Филин, 1987	Баскетбол	10	Д	27–32	33–38	39 <
		11		31–35	36–40	41 <
		12		35–40	40–46	47 <
В.Г. Никитушкин, В.П. Губа, 1998	Баскетбол	9	Ч	25–29	30–3,6	37 <
		10		27–32	33–38	39 <
		11		28–33	34–39	40 <
		12		30–35	36–42	41 <
В. Волков, 2000	Борці вільного стилю	14–15	Ч	29,1–36,5	40,2–47,6	51,3–58,7

Сергиенко Л.П., Хаджинов В.А., Чекмарева Н.Г. Дифференциальная оценка развития двигательных способностей и физической подготовленности различных популяционных групп населения: скоростная мышечная сила. В статье обобщен материал экспериментальных исследований, касающийся определения нормативов оценки развития скоростной силы человека. Для примера авторы выбрали два теста: прыжок в длину с места и прыжок вверх с места. Определены дифференциальные отличия развития силовых способностей у мальчиков и девочек различных популяционных групп в период онтогенеза. Показаны отличия тестовых результатов у спортсменов различных видов спорта и квалификации.

Ключевые слова: скоростная сила, нормативы оценки, тесты.

Serhiyenko L.P., Khadzhinov V.A., Chekmareva N.G. Differential assessment of the development of motor abilities and development of motor abilities and physical training in different groups of population: speed muscular strength.

The article has generalized the experimental material concerning the definition of norms of assessment the development of human speed strength. Two tests have been chosen standing long jump and high jump. The differential development of strength abilities in boys and girls of different population groups are defined. The differences of test results in sportsmen of different kinds of sport and training are shown.

Key words: speed strength, norms of tests.

Таблиця 25

Нормативи оцінки результатів стрибка угору з місця, розраховані за 5-бальною шкалою і рекомендовані для оцінки розвитку силових здібностей на різних етапах спортивного відбору в різні види спорту, см

Автори, рік публікації	Вид спорту	Вік, років	Стать	Оцінка розвитку, бали				
				1	2	3	4	5
Ф.Х.А. Хоршид, 1996	Футбол	9	Ч	24–25	26–27	28–29	30–31	32 <
		10		26–27	28–29	30–31	32–38	34 <
		11		28–29	30–31	32–33	34–35	36 <
		12		30–31	31–32	33–34	35–36	37 <
		13		31–32	33–34	35–36	37–38	39 <
		14		33–37	35–36	37–38	39–40	41 <
		15		35–36	36–37	38–41	42–43	44 <
		16		37–38	40–42	43–45	46–47	48 <
J. Talaga, 1995	Футбол	16–17	Ч	29–30	31–32	37–38	39–40	41–43
В.М. Волков, В.П. Филин, 1983	Лижні перегони	11	Ж	< 27	28–38	34–40	41–45	46 <
		12		< 28	29–33	34–40	41–46	47 <
		13		< 33	34–38	39–45	46–50	51 <
		14		< 35	36–41	42–48	49–53	54 <
		15		< 35	36–41	42–48	49–54	55 <
		16		< 36	37–41	42–48	49–53	54 <
		17		< 36	37–42	43–49	50–55	56 <
		18		< 37	38–43	44–50	51–56	57 <

Таблиця 28

Модельні характеристики розвитку сили, визначеної за тестом стрибок угору з місця у легкоатлетів різної кваліфікації, см [7]

Спеціалізація в легкій атлетиці	Стать	Вік, років			
		14–15	15–16	16–17	17–18
		Спортивний розряд			
		III	II	I	КМС
Стрибки у висоту	Ч	62–68	70–74	80–83	84
	Ж	46–49	51–53	59–62	63
Стрибки у довжину	Ч	63–68	70–75	77–81	82
	Ж	43–47	48–51	54–58	58

НЕ СТАЛО МИРОНА СТЕБЕЛЬСЬКОГО...

Сумна вістка надійшла від спортової громади західної української діаспори — відійшов у вічність один із видатних діячів організованого спортивного руху українців на Північноамериканському континенті, багатолітній керівник Української Спортової Централі Америки і Канади (УСЦАК), відданий патріот України, людина з унікальними людськими якостями Мирон Стебельський.

Світлої пам'яті Мирон Стебельський помер несподівано 5 червня 2012 року у Ньюарку (США).

В часи відновлення української державності за заслуги перед Україною Мирон Стебельський був відзначений Грамотою Президента України, медаллю «Будівничий України» Всеукраїнського това-

риства «Просвіта» імені Т. Шевченка, численними відзнаками Львівщини.

Нехай вічною буде пам'ять про Людину, яка усе своє життя присвятила спорту, розвитку його організованих структур в середовищі української діаспори США, яка самовіддано працювала для вихованню української молоді далеко за її межами й яка безмежно любила свій рідний край — Україну!

Сердечні співчуття його дружині, доньці, рідним та друзям.

*Оксана Вацеба,
відповідальний секретар
відділення НОК України
у Львівській області*



Мирон Стебельський зі спортивним активом Львівщини (сидить посередині)

Біографічна довідка

Мирон Стебельський народився 1 серпня 1927 року в м. Бориславі Львівської області.

Початкову освіту здобув у Бориславі. Середню (гімназію) започаткував у Дрогобицькій гімназії, а закінчив іспитом зрілості на еміграції — в Берхтенгаден, Німеччина. Після завершення середньої освіти поступив на навчання на хімічний факультет університету в Мюнхені. Після двох семестрів змушений був у 1950 році виїхати з родиною до США, де вже не вдалося завершити навчання.

В Україні, відтак у Німеччині та США брав активну участь у спортивному житті. У 1955 році відкрив власне підприємство — крамницю «Дніпро» (книгарня, українські сувеніри), якою керував до 1993 року. Працював також на заводі «Форд».

Свою спортивну діяльність в діаспорі розпочав членством в українському спортивному товаристві «Чорноморська Січ», де виконував різні функції в управі товариства.

У 1969 році на загальних зборах був обраний головою Українського Спортивно-виховного Товариства «Чорноморська Січ», яким керував до 2000 року.

У 1969 році разом з Омеляном Твардовським зорганізували першу Спортову Школу УСВТ «Чорноморська Січ». За увесь період діяльності школи у ній підготовано тисячі юнаків та дівчат з українських родин США, які поповнили кадри українських спортивних товариств діаспори.

У 1975 році Мирона Стебельського було обрано до Управи Української Спортової Централі Америки і Канади (УСЦАК) як першого заступника голови Централі. Від 1989 року й до 2005 року він очолював Управу цієї однієї із найавторитетніших спортивних організацій української діаспори.

У 1991 році на запрошення Української Спортивної Асоціації (Львів) та ФК «Карпати»



Мирон Стебельський тримає Олімпійський смолоскип взірця 2004 року



В Крехівському монастирі на Львівщині — від лівої: п.Леся Стебельська, Мирон Стебельський, Мирослав Герцик (тодішній ректор Львівського державного університету фізичної культури)



Мирон Стебельський зі студентами Львівського державного університету фізичної культури — стипендіатами Української Спортової Централі Америки і Канади (УСЦАК)



У стародавньому містечку Жовква на Львівщині — від лівої: Оксана Вацеба (Львів) — Мирон Стебельський та дружина п.Леся Стебельська (під час останнього візиту в Україну, 2006 рік)

(Львів) організував та очолив численну делегацію (понад 1 000 осіб) голів спортивних товариств, спортсменів та уболівальників, які представляли спортивні товариства та клуби української діаспори США та Канади. Тоді в червні 1991 року в Києві, Львові та понад 30-ти містах Західної України урочисто й масштабно, за участю численної делегації української діаспори США, Канади, Австралії та кількох європейських країн, відзначалося 80-ти річчя від дня заснування спортивного товариства «Україна», яке було утворено у Львові у 1911 році. Ця поїздка мала неабияке резонансне значення для утвердження українського спорту.

М. Стебельський брав активну участь в організації та проведенні на Північноамериканському

континенті Українських спортивних Олімпіад та інших змагань за участю українських спортивних клубів США, Канади, Бразилії, Австралії, країн Європи.

Щиро цікавився розвитком спортивного руху в Україні, допомагав матеріально українським спортсменам та українським спортивним делегаціям, активно опікувався Оксаною Баюл, сприяв виданню низки книг з історії спортивного руху в діаспорі, розвитку спортивної періодики, започаткував щорічні стипендії для студентів Львівського державного інституту (нині університету) фізичної культури, підтримував сталі зв'язки з багатьма спортивними діячами України та української діаспори, був одним із авторитетних діячів української громади США.



Сергієнко Л.П.

С32 Психомоторика: контроль та оцінка розвитку: Навчальний посібник / Л.П. Сергієнко, Н.Г. Чекмарьова, В.А. Хаджинов. — Харків: «ОБС», 2012. — 270 с. ISBN 978-966-7858-59-6.

У навчальному посібнику зроблено загальне уявлення про психомоторні здібності людини. Наведено основні методи контролю розвитку психомоторних здібностей та нормативи оцінки результатів тестових вимірювань.

Для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання та спорту, психологічних факультетів. Може бути корисним для викладачів, фахівців із спортивної психології, науковим керівникам, магістрантам, аспірантам, тренерам, спортсменам.

Рекомендовано

Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів (лист № 1/01-51-59 від 15 червня 2010 р.)

Зміст	
Вступ	5
Розділ 1. Загальна характеристика та структура психомоторних здібностей людини	9
1.1. Системно-функціональні механізми управління психомоторними діями.....	9
1.2. Структура психомоторних здібностей людини.....	18
<i>Резюме</i>	30
<i>Контрольні запитання</i>	31
Розділ 2. Основи теорії тестів та теорії оцінки психомоторних здібностей людини	32
2.1. Основи теорії тестів психомоторних здібностей	32
2.1.1. Основні поняття теорії тестів.....	32
2.1.2. Інформативність тестів	33
2.1.3. Надійність тестів.....	35
2.2. Основи теорії оцінок психомоторних здібностей	39
2.2.1. Проблема і завдання теорії оцінок.....	39
2.2.2. Норми оцінок тестових результатів.....	40
<i>Резюме</i>	48
<i>Контрольні запитання</i>	49
Розділ 3. Вимірювання і оцінка просторових і часових параметрів рухів	50
3.1. Вимірювання і оцінка просторових параметрів рухів.....	50
3.2. Вимірювання і оцінка часу і часових параметрів рухів.....	77
3.3. Вимірювання і оцінка просторово-часових параметрів рухів.....	89
<i>Резюме</i> 015	
<i>Контрольні запитання</i>	016
Розділ 4. Вимірювання і оцінка силових параметрів рухів та просторово-динамічної чутливості	017
4.1. Оцінка сприйняття силових параметрів рухів	017
4.2. Оцінка диференціювання силових параметрів рухів.....	126
4.3. Оцінка розвитку здібності до просторово-динамічної чутливості.....	129
4.4. Оцінка чутливості кінестетичної сенсорної системи	132
<i>Резюме</i>	135
<i>Контрольні запитання</i>	135
Розділ 5. Психомоторні методики вивчення властивостей нервової системи.....	136
5.1. Методи дослідження сенсомоторної реакції людини.....	136
5.2. Методи дослідження темпу рухів людини	147
5.3. Методи дослідження ритму рухів людини	152
5.4. Оцінка розвитку рухової пам'яті.....	156
5.5. Оцінка розвитку уваги	159
<i>Резюме</i>	168
<i>Контрольні запитання</i>	169
Розділ 6. Вимірювання і оцінка розвитку сенсомоторної координованості та рівноваги людини	170
6.1. Вимірювання і оцінка розвитку сенсомоторної координованості.....	170
6.2. Діагностика здібності до збереження стійкості пози (рівноваги).....	180
6.2.1. Діагностика розвитку здібності до статичної рівноваги	180
6.3. Діагностика розвитку здібності до динамічної рівноваги.....	186
6.3.1. Діагностика розвитку здібності до вестибулярної (статокінетичної) стійкості ...	195
<i>Резюме</i>	199
<i>Контрольні запитання</i>	200
Розділ 7. Діагностика поведінки людини за показниками психомоторики	201
7.1. Діагностика особистих властивостей особистості	201
7.2. Графологічна діагностика	207
<i>Резюме</i>	210
<i>Контрольні запитання</i>	201
<i>Словник основних термінів і понять</i>	212
<i>Список використаної літератури</i>	215



Гогін О.В.
Г58 Легка атлетика: Навчальний посібник. — Харків: «ОБС», 2010. — 395 с.
ISBN 966-7858-57-X.

В основу навчального посібника покладено системно-структурний підхід, який в найбільшій мірі дозволяє вирішити їх цільову направленість. Наведені матеріали тісно пов'язані зі змістом інших навчальних дисциплін, які вивчаються на факультеті фізичного виховання.

Для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних навчальних закладів.

Зміст

Вступ	Вступ	5
У сучасних умовах перебудови вищої школи висуваються нові вимоги до підготовки творчого спеціаліста, які потребують принципово інших підходів до викладання у ВНЗі, підвищують вимоги і до проведення лекційного курсу.	Розділ 1. Вступ у предмет «Теорія і методика викладання легкої атлетики»	6
Ефективний формувальний вплив лекція має за умов, якщо є не просто джерелом інформації, а виступає методом активного введення слухачів у глибини основних проблем науки, коли навчально інформаційний початок зливається з дослідженням проблемних питань програми. Лекція повинна забезпечити мотиваційний і загальноорієнтований етапи засвоєння цільової дії. Перенесення центру ваги з інформаційного підходу лекції на методологічний є найпершою умовою наступної творчої діяльності студентів. Пропоновані тексти лекцій підібрані згідно навчальної програми і мають бути обов'язковими саме у зв'язку з їх методологічною спрямованістю.	1.1. Визначення і зміст легкої атлетики	6
У роботі над темами використано багаторічний досвід відомих в Україні і за її межами науковців з легкої атлетики, біомеханіки та теорії фізичної культури: Л.І. Дерсенєва, І.О. Денисова, О.А. Кошової, Г.В. Ращупкіна, В.К. Філіпова, О.М. Худолія, В.А. Друзя, А.В. Івойлова, які сприяли становленню наукової школи на факультеті фізичного виховання ХНПУ ім. Г.С. Сковороди.	1.2. Класифікація легкоатлетичних вправ.....	6
В основу висвітлення обраних тем покладено системно-структурний підхід, який в найбільшій мірі дозволяє вирішити цільову направленість лекції. Матеріали текстів лекцій тісно пов'язані зі змістом інших навчальних дисциплін, які вивчаються на факультеті фізичного виховання: анатомії, фізіології, біомеханіки, біохімії, педагогіки, теорії та методики фізичного виховання. Науково-методичні закономірності цих дисциплін конкретизуються в легкій атлетичі, набуваючи притаманні їй особливі форми і прояви.	1.3. Освітнє, виховнє, оздоровчє і прикладнє значеннє занять легкою атлетикою	8
	1.4. Місце і значеннє легкої атлетики в системі фізичного виховання	9
	1.5. Легка атлетика в школі	9
	1.6. Задачі і зміст курсу легкої атлетики на факультетах фізичного виховання педагогічних вузів	10
	Розділ 2. Історія розвитку «Легкої атлетики»	13
	2.1. Виникнення і розвиток легкої атлетики у світі	13
	2.2. Розвиток легкої атлетики в Україні	15
	2.3. Під прапором національної збірної	36
	Розділ 3. Основи техніки ходьби та бігу	66
	3.1. Визначення понять системно-структурного підходу до розглядання питань техніки легкоатлетичних вправ.....	66
	3.2. Основні показники оцінки спортивної техніки	67
	3.3. Цикл рухів у ходьбі.....	68
	3.4. Цикл рухів у бігу	69
	3.5. Динаміка ходьби та бігу	70
	3.6. Загальна характеристика раціональних рухів у ходьбі.....	73
	3.7. Основні вимоги до раціональних рухів у бігу	74
	Розділ 4. Основи техніки стрибків	100
	4.1. Загальна характеристика техніки стрибків.....	100
	4.2. Техніка стрибка у висоту способом «переступання»	011
	4.3. Техніка стрибків у довжину.....	015
	Розділ 5. Основи техніки метань	127
	5.1. Загальна характеристика метань	127
	5.2. Фактори, від яких залежить дальність польоту легкоатлетичних снарядів	127
	5.3. Фази метань. Задачі, які вирішуються в кожній фазі.....	133
	5.4. Техніка метання малого м'яча з розбігу	137
	5.5. Техніка метання гранати з розбігу.....	140
	5.6. Штовхання ядра	144
	Розділ 6. Легка атлетика на уроці фізкультури в середній школі	151
	6.1. Урок — основна організаційна форма проведення занять з фізичної культури в школі.....	151
	6.2. Структура уроку, задачі та предметний зміст кожної його частини	152

6.3.	Підготовка до уроку.....	154	9.4.	Естафетний біг.....	272
6.4.	Організаційне забезпечення уроку.....	165	9.5.	Бар'єрний біг в школі.....	278
6.5.	Теоретичні відомості.....	170	9.6.	Навчання кросовому бігу.....	291
5.6.	Домашні завдання.....	170	9.6.	Човниковий біг.....	295
6.7.	Контроль за навантаженням по величині ЧСС.....	172			
6.8.	Активізація діяльності учнів на уроці з легкої атлетики.....	173	Розділ 10. Методика навчання легкоатлетичним стрибкам.....	299	
Розділ 7. Розвиток рухових здібностей школярів.....	176		10.1.	Методика навчання стрибкам школярів молодших класів.....	299
7.1.	Основні поняття.....	176	10.2.	Методика навчання стрибкам у висоту школярів середніх класів.....	318
7.2.	Силові здібності та їх розвиток.....	177	10.3.	Методика навчання стрибкам у довжину школярів середніх класів.....	327
7.3.	Розвиток швидкісних здібностей.....	201	10.4.	Методика навчання стрибкам у висоту школярів старших класів.....	339
7.4.	Рухова витривалість та її розвиток.....	218	10.5.	Методика навчання стрибкам у довжину школярів старших класів.....	341
Розділ 8. Основи навчання руховим діям в легкій атлетиці.....	237		10.6.	Методика навчання потрійному стрибку школярів середніх і старших класів.....	346
8.1.	Основні поняття.....	237	Розділ 11. Методика навчання метанням.....	352	
8.2.	Етапність процесу навчання та стадії формування рухових навичок.....	237	01.1.	Методика навчання метанням школярів молодших класів.....	352
8.3.	Характеристика етапів навчання руховим діям.....	239	01.2.	Методика навчання метанням школярів середніх класів.....	362
8.4.	Передумови і загальний порядок побудови навчання.....	244	01.3.	Методика навчання метанням школярів старших класів.....	371
Розділ 9. Методика навчання ходьбі та бігу.....	250				
9.1.	Методика навчання бігу школярів молодших класів.....	250			
9.2.	Методика навчання бігу школярів середніх класів.....	256			
9.3.	Методика навчання бігу школярів старших класів.....	268			



Худолій О.М.
X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОБС», 2008. — Т. 1. — 408 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-55-3(І).

У першому томі навчального посібника розглянуті загальні питання теорії гімнастики, а також засоби і методика розвитку рухових здібностей та методика навчання гімнастичним вправам. Навчальний посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання педагогічних університетів та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.



Худолій О.М.
X98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОБС», 2008. — Т. 2. — 464 с: іл.
 ISBN 966-7858-54-5.
 ISBN 966-7858-56-1(ІІ).

У навчальному посібнику розглянута методика викладання гімнастики в школі і ДЮСШ, а також методика організації і проведення змагань зі спортивної гімнастики. Посібник рекомендовано викладачам і студентам факультетів фізичного виховання вищих педагогічних навчальних закладів III—IV рівня акредитації та вчителям фізичної культури середніх загальноосвітніх шкіл.

Рекомендовано
 Міністерством освіти і науки України як навчальний посібник
 для студентів вищих навчальних закладів
 (лист № 14/18.2—1928 від 17.01.06)

УДК 37.037:37.042.1

ХАРАКТЕРИСТИКА ВПЛИВУ ЗАСОБІВ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ

Прокопенко К.В.

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Анотація. У статті розглядається динаміка показників фізичної підготовленості учнів, проаналізовано ефективні засоби фізичного виховання, які сприяють розвитку рухових здібностей та зміцнення здоров'я.

Ключові слова: рухові здібності, зміцнення здоров'я, настільний теніс.

Вступ. Фізична культура розглядається як один із головних чинників зміцнення здоров'я молодого покоління та його стійкості до несприятливих умов довкілля. Зміцнення здоров'я людини — важливе завдання фізичної культури, воно є складовою гармонійного розвитку особистості ще з народження людини.

Тенденції до погіршення стану здоров'я учнів, працездатного рівня рухової активності, підвищення стомленості та зниження імунітету потребує пошуку нових шляхів для підтримання на високому рівні фізичних і психічних можливостей учнів. Процес оптимізації уроку фізичної культури спрямованого на підвищення та зміцнення здоров'я, а також на покращення фізичної підготовленості завжди є актуальною темою.

Щоб досягти оптимального педагогічного ефекту в розвитку рухових здібностей необхідно запровадження занять настільним тенісом, на яких одночасно засвоюють нові рухи і вдосконалюють рухові якості.

Аналіз досліджень і публікацій. У науково — методичній літературі зауважено, що головною проблемою у системі фізичного виховання є розвиток рухових здібностей та контроль за їх рівнем.

На сучасному етапі розвитку суспільства здійснюється пошук нових форм і методів, які сприяють розвитку рухових здібностей та зміцненню здоров'я дітей молодшого шкільного віку (Марченко С.І.[3,4], Титаренко А.А. [5], Черненко С.О. [7] та ін.).

Визначенню проблеми розвитку рухових здібностей у дітей шкільного віку присвятили свої дослідження багато вчених (Яковлев В.Г.; Гужаловський А.А. 1979; Вільчковський Е.С., 1983; Цвек С.Ф. 1986; Лях В.И., 1990, Волков Л.В., 1980, Худолій О.М. 2007 та ін.). Вони стверджують, що

виховання рухових здібностей у дітей відіграє життєво-важливе значення.

Автори відзначають, що важливою особливістю є врахування сенситивних періодів, гетерохронність розвитку яких обумовлена гетерохронністю морфофункціонального дозрівання систем організму, змістом і спрямованістю засобів фізичного виховання, що впливають на організм дитини. Це вказує на те, що фізична підготовленість взаємопов'язана з функціональним станом сенсорних систем: руховою, зоровою, слуховою, вестибулярною та тактильною.

Педагогічно правильно організоване фізичне виховання створює здорове підґрунтя для розвитку рухових здібностей, формування знань, умінь і навичок під час занять з фізичної культури.

Відомо, що програми з фізичної культури спрямовані на підвищення рівня фізичної підготовленості. Але, як вважають Холодов Ж.К., Кузнецов В.С., цей потенціал реалізується тільки на 40%. У програмах для дітей велику увагу приділяють окремим спортивним (основи футболу, баскетболу, волейболу) та руховим іграм, східним оздоровчим системам при зменшені обсягу інших вправ.

Учені та практики відзначають, що різноманітність фізичних вправ може бути реалізована і за рахунок включення до програми вправ оздоровчої спрямованості, зокрема елементів настільного тенісу. На думку вчених дуже широкий спектр рухових дій використовується в заняттях із настільного тенісу. Це сприяє вирішенню оздоровчих вікових та освітніх завдань. Завдяки настільному тенісу досягається розвиток рухових якостей і координаційних здібностей дітей, розширюється фонд рухових умінь і навичок, а також значно збільшується резерв функціональних систем організму, підвищується рівень здоров'я та підвищується опірність організму до простудних захворювань.

Виходячи з вище викладеного, можна зробити висновок, що впровадження занять настільним тенісом у програму середньо освітньої школи є актуальним.

Зв'язок з науковими програмами. Тема дослідження є складовою комплексної програми науково-дослідницької роботи кафедри теорії і методики фізичного виховання Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди з проблеми «Теоретико-методичні основи моделювання процесу навчання та розвитку рухових здібностей у дітей і підлітків» (№ державної реєстрації 0112U002008) на період з 2012 по 2016 рік.

Мета дослідження — визначити динаміку розвитку рухових здібностей молодших школярів засобами настільного тенісу.

Завдання дослідження:

1. Узагальнити теоретико-методичні положення з проблеми розвитку рухових здібностей молодших школярів.
2. Визначити рівень розвитку рухових здібностей молодших школярів.
3. Визначити вплив занять настільним тенісом на розвиток рухових здібностей молодших школярів.

Методика дослідження. Для вирішення поставлених завдань були застосовані методи теоретичного аналізу та узагальнення літературних джерел, вивчення документів планування навчального процесу у середній загальноосвітній школі, педагогічне спостереження, метод контрольних випробувань розвитку фізичної підготовленості учнів початкових класів, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Для розв'язання поставлених завдань були використані добре відомі в практиці дослідження методи, які дали змогу отримати об'єктивний результат рівня фізичної підготовленості дітей.

З цією метою було проведено наступне тестування, в ході якого були зафіксовані наступні показники:

Тест 1 — визначення довжини тіла (антропометричне обстеження);

Тест 2 — маси тіла (антропометричне обстеження);

Тест 3 — хват падаючої палиці Дітріха (швидкість рухової реакції);

Тест 4 — біг на місці зі сплеском долонь під колінами (максимальна частота рухів);

Тест 5 — контроль статичної рівноваги за методикою Бондаревського на правій нозі (координація рухів),

Тест 6 — контроль статичної рівноваги за методикою Бондаревського на лівій нозі (координація рухів);

Тест 7 — згинання й розгинання рук в упорі лежачи (силові здібності);

Тест 8 — викрут у плечових суглобах з гімнастичною палицею (гнучкість);

Тест 9 — стрибок у довжину з місця (швидкісно-силові здібності).

У тестуванні прийняли участь 69 учнів: 27 хлопців, 42 дівчини 3 класу.

Метод контрольних випробувань дозволив визначити рівень і динаміку рухової підготовленості учнів, які приймали участь у тестуванні.

Тести, які були залучені до експерименту, були виконані у відповідності з вимогами для дітей молодшого шкільного віку. Результати були занесені до протоколів.

Тестування було організоване на базі середньої загальноосвітньої школи I—III ступенів №5 м. Северодонецька, яке проходило протягом місяця.

В основі фізичної підготовленості школярів молодших класів лежить визначений рівень спрямованого розвитку рухових здібностей. Так перед початком дослідження була запропонована програма занять, де були обрані приблизно однакові групи (класи).

Різниця між експериментальною (3-Б клас) та контрольною (3-А клас) групами полягала у розвитку рухових здібностей, засобами настільного тенісу, яким приділялося визначне місце у структурі уроку, на користь першим.

Результати дослідження. Після місячного циклу занять з вищезазначеними групами було проведено контрольні виміри у формі тестування, отримані результати відображені у таблицях 1-6.

Результати дослідження були оброблені методом математичної статистики. Обчислювались такі параметри: середнє арифметичне значення величини (x), помилка обчислення середньої арифметичної величини (s), вірогідність різниці статичних показників (t), яка проводилася за критерієм Стьюдента та здійснювався кореляційний аналіз.

У таблицях 1-6 наведені результати рухової підготовки дівчат і хлопців, що досліджувалися.

Аналіз результатів дослідження показав, що за комплексом тестів дівчата і хлопці експериментальних групи показують статично достовірно кращі результати.

Результати змінюються статистично недостовірно у дівчат контрольної групи за всіма тестами, окрім тесту «викрут у плечових суглобах з гімнастичною палицею» і «стрибок у довжину з місця», у хлопців контрольної групи за всіма тестами, окрім тесту «викрут у плечових суглобах з гімнастичною палицею».

Кореляційний аналіз показав, що існує достовірна залежність між показниками фізичної підготовленості до та після експерименту у експериментальній групі.

Таблиця 1.

Результати рухової підготовленості дівчаток (n=20 — для експериментальної групи; n=22— для контрольної групи)

№	Опис тестування	Умови тестування	ЕГ			КГ			Різниця
			x	s	t, p	x	s	t, p	
1.	Хват падаючої палиці Дітріха, см	до експерименту	25,00	5,13	5,7 p<0,001	22,55	0,71	2,7 p<0,05	2,45
		після експерименту	22,28	4,11		21,46	0,75		0,82
		приріст %	10,9			-4,8			
2.	Біг на місці зі сплеском долонь під колінами, кількість разів за 15 с	до експерименту	25,5	4,56	5,0 p<0,001	26,00	0,65	1,9 p>0,05	-0,5
		після експерименту	27,75	4,61		26,64	0,14		1,11
		приріст %	8,9			2,5			
3.	Статистична рівновага за методикою Бондаревсько-го, права нога, с	до експерименту	26,0	4,51	4,7 p<0,001	22,23	1,91	1,4 p>0,05	3,77
		після експерименту	28,55	3,19		22,73	1,37		5,82
		приріст %	9,8			2,3			
4.	Статистична рівновага за методикою Бондаревсько-го, ліва нога, с	до експерименту	23,65	5,75	4,4 p<0,001	24,27	1,46	1,0 p>0,05	-0,62
		після експерименту	26,8	4,40		24,82	1,57		1,98
		приріст %	13,3			2,3			
5.	Згинання й розгинання рук в упорі лежачи, кількість разів	до експерименту	5,8	3,22	5,3 p<0,001	7,18	0,40	1,3 p>0,05	-1,38
		після експерименту	7,45	2,58		7,5	0,55		-0,05
		приріст %	28,4			4,5			
6.	Викрут у плечових суглобах гімнастичної палиці, індекс	до експерименту	2,37	0,47	6,0 p<0,001	2,09	0,19	4,8 p<0,001	0,28
		після експерименту	2,25	0,47		1,99	0,19		0,26
		приріст %	5,1			4,8			
7.	Стрибок у довжину з місця, см	до експерименту	121,7	18,5	5,3 p<0,001	124,8	0,40	4,5 p<0,001	-3,1
		після експерименту	124,7	16,84		126,4	0,53		-1,7
		приріст %	4,9			1,3			

Результати свідчать, що на початку занять із 36 випадків у експериментальній групі дівчат спостерігається 3 сильні, 5 середніх і 28 слабких залежностей; у контрольній групі дівчат 1 середня і 35 слабких залежностей; у хлопців експериментальної групи 3 сильні, 3 середні, 30 слабких залежностей; у хлопців контрольної групи 3 середні, 33 слабкі залежності.

Після експерименту у дівчат експериментальної групи спостерігається 6 середніх і 30 слабких залежностей; у дівчат контрольної групи спостерігається 1 середня і 35 слабкі залежності; у хлопчиків експериментальної групи 4 середні і 32 слабких залежності; у хлопчиків контрольної групи 1 середня і 35 слабких залежностей.

Висновки

1. Проведене дослідження показало, що протягом експерименту відбулися позитивні зрушення за

всіма розглянутими тестами у експериментальній групі як у хлопчиків, так і у дівчаток.

2. Застосування засобів настільного тенісу позитивно впливає на фізичну підготовленість учнів і вони можуть бути використані на уроках фізичної культури.

Перспективним напрямком подальших досліджень є обґрунтування програми занять настільним тенісом на уроках фізичної культури в школі.

Список література

1. Волков Л.В. Методика виховання фізичних здібностей учнів / Волков Л.В. — К.: Рад. шк., 1980. — 104 с.
2. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. Том 1. За ред. Т.Ю. Круцевич. — К.: НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. — 391 с.
3. Марченко С.І. Вікові особливості фізичного розвитку молодших школярів / Марченко С.І. // Теорія та

Таблиця 2.

Результати рухової підготовленості хлопців ($n=12$ — для експериментальної групи; $n=15$ — для контрольної групи)

№	Опис тестування	Умови тестування	ЕГ			КГ			Різниця
			x	s	t, p	x	s	t, p	
1.	Хват падаючої палиці Дітріха, см	до експерименту	20,00	4,52	6,5 $p<0,001$	21,00	4,86	1,6 $p>0,05$	2,45
		після експерименту	18,25	4,67		20,60	3,91		0,82
		приріст %	8,8			1,9			
2.	Біг на місці зі сплеском долонь під колінами, кількість разів за 15 с	до експерименту	25,58	4,00	5,7 $p<0,001$	26,60	5,11	2,1 $p>0,05$	-0,5
		після експерименту	27,75	4,37		27,00	3,74		1,11
		приріст %	8,5			1,5			
3.	Статистична рівновага за методикою Бондаревсько- го, права нога, с	до експерименту	24,33	4,41	3,3 $p<0,01$	23,53	5,18	1,8 $p>0,05$	3,77
		після експерименту	26,00	4,18		24,20	3,28		5,82
		приріст %	6,9			2,8			
4.	Статистична рівновага за методикою Бондаревсько- го, ліва нога, с	до експерименту	21,67	5,38	9,9 $p<0,001$	24,87	5,37	1,6 $p>0,05$	-0,62
		після експерименту	25,33	4,83		25,47	4,27		1,98
		приріст %	16,9			2,4			
5.	Згинання й розгинан- ня рук в упорі лежачи, кількість разів	до експерименту	6,92	2,56	9,3 $p<0,001$	7,87	2,47	2,2 $p<0,05$	-1,38
		після експерименту	9,25	2,26		8,20	2,46		-0,05
		приріст %	33,7			4,2			
6.	Викрут у плечових сугло- бах гімнастичної палиці, індекс	до експерименту	2,23	0,32	6,3 $p<0,001$	2,12	0,50	6,7 $p<0,001$	0,28
		після експерименту	2,11	0,45		1,99	0,26		0,26
		приріст %	5,4			4,8			
7.	Стрибок у довжину з місця, см	до експерименту	131,75	13,05	6,0 $p<0,001$	132,4	17,94	2,0 $p>0,05$	-3,1
		після експерименту	134,9	16,5		133,1	12,47		-1,7
		приріст %	2,4			-30,5			

Таблиця 3.

Кореляційний аналіз показників фізичної підготовленості дівчат експериментальної групи до і після експерименту

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1.	1,000	0,599*	0,120*	-0,179*	0,041*	-0,195*	-0,424*	0,032*	-0,026*
2.	0,599	1,000	0,231*	-0,699*	0,007*	-0,590*	-0,861*	-0,069*	-0,534*
3.	0,165	0,390	1,000	0,214*	-0,101*	-0,184*	0,174*	0,077*	-0,759*
4.	-0,166	-0,626	-0,008	1,000	-0,015*	0,121*	0,742*	0,114*	0,300*
5.	0,058	0,152	0,022	-0,097	1,000	-0,351*	-0,356	0,038	0,271
6.	-0,150	-0,439	-0,181	0,103	-0,190	1,000	0,607*	-0,027*	0,544*
7.	-0,308	-0,520	0,004	0,460	-0,117	0,272	1,000	0,064*	0,543*
8.	0,0307	-0,062	0,034	0,137	0,0234	-0,008	-0,0133	1,000	0,128*
9.	-0,004	-0,505	-0,641	0,352	0,046	0,559	0,171	0,149	1,000

методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2006. — №6 — С. 9—14.

4. Марченко С.І. Особливості рухової підготовленості молодших школярів / Марченко С.І.// Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2006. — №6 — С. 9—14.

5. Титаренко А.А. Особливості розвитку рухових здібностей у дівчаток молодшого шкільного віку / Титаренко А.А.// Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2010. — №9 — С. 3—14.

Таблиця 4.

Кореляційний аналіз показників фізичної підготовленості дівчат контрольної групи до і після експерименту

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1.	1,000	0,526*	0,120*	-0,219*	-0,145*	-0,252*	-0,212*	0,066*	-0,028*
2.	0,526	1,000	-0,018*	-0,493*	-0,284*	-0,228*	-0,484*	0,094*	-0,241*
3.	0,057	-0,117	1,000	0,006*	0,015*	0,197*	0,213*	0,132*	0,063*
4.	-0,157	-0,353	-0,039	1,000	-0,022*	0,216*	0,244*	-0,082*	0,382*
5.	-0,120	-0,216	0,119	-0,053	1,000	0,162*	-0,116*	-0,153*	-0,037*
6.	-0,259	-0,410	0,099	0,188	0,155	1,000	0,345*	-0,126*	-0,012*
7.	-0,258	-0,590	0,168	0,169	0,010	0,308	1,000	0,043*	0,262*
8.	0,063	0,091	0,066	-0,078	-0,128	-0,179	-0,062	1,000	0,011*
9.	-0,016	-0,199	0,107	0,253	-0,060	-0,024	0,168	0,022	1,000

Таблиця 5.

Кореляційний аналіз показників фізичної підготовленості хлопців експериментальної групи до і після експерименту

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1.	1,000	0,536*	-0,277*	-0,214*	0,356*	0,198*	0,031*	-0,102*	0,094*
2.	0,536	1,000	-0,371*	-0,734*	0,316*	0,582*	-0,168*	-0,169*	-0,382*
3.	-0,301	-0,457	1,000	0,068*	-0,793*	-0,301*	-0,351*	0,193*	-0,146*
4.	-0,211	-0,664	0,180	1,000	0,204*	-0,702*	0,187*	0,112*	0,181*
5.	0,296	0,227	-0,537	0,097	1,000	0,011*	0,314*	-0,133*	0,085*
6.	0,200	0,474	-0,131	-0,521	-0,128	1,000	-0,046*	-0,181*	0,383*
7.	0,035	-0,008	-0,298	0,094	0,222	-0,065	1,000	-0,067*	0,657*
8.	-0,108	-0,177	0,175	0,094	-0,101	-0,104	-0,066	1,000	-0,139*
9.	0,084	-0,370	-0,066	0,053	-0,018	0,362	0,310	-0,074	1,000

Таблиця 6.

Кореляційний аналіз показників фізичної підготовленості хлопців контрольної групи до і після експерименту

	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1.	1,000	0,300*	0,044*	-0,072*	-0,067*	0,032*	-0,017*	-0,050*	0,048*
2.	0,300	1,000	0,002*	-0,041*	0,099*	0,051*	-0,077*	-0,108*	0,037*
3.	0,069	0,083	1,000	-0,061*	-0,330*	-0,169*	-0,426*	-0,008*	-0,165*
4.	-0,062	-0,058	-0,005	1,000	0,244*	0,211*	0,233*	0,001*	0,310*
5.	-0,046	0,066	-0,178	0,166	1,000	-0,113*	0,028*	-0,065*	-0,029*
6.	0,012	0,076	-0,082	0,195	0,019	1,000	0,515*	-0,014*	0,545*
7.	0,0122	-0,062	-0,325	0,230	-0,020	0,270	1,000	0,004*	0,580*
8.	-0,038	-0,091	-0,003	0,017	-0,014	-0,013	-0,009	1,000	0,037*
9.	0,0520	0,026	-0,161	0,263	-0,013	0,369	0,550	0,017	1,000

Примітки. * — результати кореляційного аналізу до тестування

- Цвек С.Ф. Физическое воспитание младших школьников. — К.: Радянська школа, 1985. — (Б-ка для родителей). — 125 с.
- Черненко С.О. Особливості фізичного розвитку хлопчиків 7 — 10 років// Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2009. — №5 — С. 32—34.
- Худолій О.М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: Навч. посібник. — Харків: «ОВС», 2007. — 406 с.: іл.

Надійшла до редакції 20.05.2012 р.

Прокопенко К.В. Характеристика влияния средств настольного тенниса на уровень физической подготовленности учеников младших классов.

В статье рассматривается динамика показателей физической подготовленности учеников, проанализировано эффективные средства физического воспитания, которые способствуют развитию двигательных способностей и укреплению здоровья.

Ключевые слова: двигательные способности, здоровье, настольный теннис.

Prokopenko K.V. Description of influence of facilities of table tennis is on the level of physical preparedness of lower boys. The article considers the dynamics of physical fitness of children's, analyzed an effective means of physical education, which contribute to the development of motor skills and health.

Keywords: motive capabilities, health, table tennis.

ОСНОВИ ТЕХНІКИ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

УДК 796.012.5

МОДЕЛЮВАННЯ ПРОСТОРОВИХ ПАРАМЕТРІВ РУХІВ СПОРТСМЕНА З ВИКОРИСТАННЯМ АПАРАТНО-ПРОГРАМНОГО КОМПЛЕКСУ «АПК ППР-1»

Брискін Ю.А.¹, Корягін В.М.², Голяка Р.Л.², Блавт О.З.²

¹*Львівський державний університет фізичної культури*

²*Національний університет «Львівська політехніка»*

Анотація. У роботі розглянуто можливість програмно-апаратної реалізації можливості моделювання просторових параметрів рухів спортсменів з використанням приладу, створеного на основі сучасних електронних технологій. Обґрунтовано доцільність їх впровадження у тренувальний процес для термінового отримання чіткої об'єктивної інформації та здійснення оперативного контролю для цілеспрямованої його корекції на основі інтегрального підходу до розвитку фізичних якостей.

Ключові слова: спортсмен, моделювання, рухи, електроніка.

Постановка проблеми. Оцінка і аналіз системи підготовки спортсменів та результатів їхніх виступів у багатьох видах спорту доводять, що певні успіхи досягаються закономірно до зростання та становлення спортивної майстерності. Вагома роль у цьому процесі відіграє й індивідуальна підготовка спортсменів залежно від закономірностей розвитку фізичних можливостей, оволодіння технікою певного виду спорту, спортивної моторики, фізичних здібностей та якостей. Одна зі складових ефективного керування тренувальним процесом у системі багаторічних тренувань — це визначення провідних факторів, які найбільшою мірою впливають на досягнення спортивного результату. Виявлення тенденції змін сукупності факторів спортивної підготовки дадуть змогу на науковій основі цілеспрямовано добирати засоби та методи спортивного тренування у кожному тренувальному періоді, враховуючи зростаючий рівень спортивної майстерності, що вимагає пошуку ефективніших шляхів підготовки спортсменів.

Актуальність дослідження зумовлена потребою аналізу існуючої системи контролю рівня розвитку модельних параметрів рухів спортсменів. Зазначимо, що в теорії та практиці спортивного тренування питання, пов'язані з інформативністю процедури тестування та динамікою розвитку просторово-часових параметрів руху у ході тренувань, розроблені недостатньо, і це визнається багатьма вченими. Зважаючи на викладене, існує необхідність пошуку резервів росту спортивних

досягнень за рахунок якісного покращання тренувального процесу. У цьому разі важливим аспектом є пошук інноваційних підходів до оптимізації процесу фізичної підготовки та вдосконалення методів керування фізичною підготовленістю. Зазначимо, що необхідність цього пошуку продиктована сучасним високим рівнем спортивних досягнень, що, своєю чергою, ставить високі вимоги до рівня фізичної підготовленості спортсменів.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Існуюча система знань про спортивне тренування докладно розглянута у ряді вивчених робіт [1-4]. Численні наукові джерела присвячені питанням керування тренувальним процесом на основі моделювання стану та рівня спеціальної підготовленості спортсменів. Проте, до цього часу ця проблема є предметом дискусій. Беззаперечним є факт, що в основі зростання спортивних результатів лежить удосконалення засобів та методів розвитку фізичних якостей [2-4]. На сьогоднішній день існує чимало методологічних підходів дослідження на основі індивідуальної діагностики фізичної підготовленості спортсменів з використанням інноваційних технологій. Водночас у наявних працях відсутній єдиний підхід до інформаційно-технічного аспекту дослідження необхідних параметрів рівня фізичної підготовленості спортсменів.

Серед необхідних умов, які забезпечують спортивне удосконалення, є вивчення модельних параметрів рухів спортсменів та їх раціональне використання, що вимагає створення оптимальної

методики їхнього контролю [3]. Підвищенню рівня розвитку просторових параметрів руху у дослідженнях авторитетних науковців надається велике значення, оскільки вони є науковою основою для розуміння і практичного вирішення певних питань у спортивному тренуванні [1–4]. Окрім встановлення загальних закономірностей удосконалення цих параметрів, залежно від умов і характеру тренувальних занять, тренеру необхідно приділяти увагу виявленню специфічних особливостей, характерних для певного виду спорту [4].

Пошук шляхів удосконалення методики визначення основних параметрів рівня розвитку рухів обумовив вибір теми дослідження. Аналіз наявних публікацій із цього питання свідчить про те, що вирішення цієї проблематики пов'язане з використанням сучасних новітніх технологій для отримання термінової об'єктивної інформації. Технологічні основи цього питання у галузі спортивної підготовки потребують наукового допрацювання, що визнається багатьма вченими [1–4]. До теперішнього часу у галузі спортивної науки розроблялись лише окремі його аспекти і запропонований підхід автоматизованого моніторингу не використовувався. У зв'язку з цим актуальним слід вважати подальше вивчення ефективності методик моделювання у контексті сучасних електронних пристроїв.

Мета дослідження — обґрунтувати та програмно-апаратно реалізувати можливість моделювання просторових параметрів рухів спортсменів з використанням апаратно-програмних комплексів, створених на основі сучасних електронних технологій.

Методи дослідження. Для досягнення мети використано методи аналізу та синтезу, абстрагування, формалізації, моделювання.

Результати дослідження. Для визначення просторових параметрів рухів спортсмена під час їх занять фізичними вправами розроблено електронну систему моніторингу рухів його тіла (рук, ніг та голови). Така система належить до класу пристроїв віртуальної реальності, які останнім часом набули широкого застосування в засобах дистанційного керування роботами та маніпуляторами, тренажерах, засобах лікування та реабілітації, відеоанімації, ергономічних дослідженнях.

Проведений нами аналіз показав, що для реалізації систем вимірювання просторових параметрів руху використовуються сенсори на оптичних, магнітних, ємнісних, індуктивних, ультразвукових, електромагнітних та тензометричних перетворювачах [3]. Вибір типу вимірювального перетворювача залежить від багатьох факторів: відстані, умов вимірювання, типу об'єкта, точності тощо.

Оптичні перетворювачі просторового положення об'єктів є найбільш універсальними, однак їх використання пов'язане з деякими проблемами, серед яких: складність процедури ідентифікації об'єкта та визначення відстані до нього, необхідність постійного підтримання об'єкта в полі зору відеокамер, велика собівартість, особливо в задачах real-time вимірювань.

Перевагою магнітних, ємнісних та індуктивних перетворювачів є простота обробки сигналу та можливість точного вимірювання навіть дуже малих відстаней. Сучасними роботами, які проводяться в області магнітних сенсорів є, наприклад, створення перетворювачів для одночасного вимірювання за трьома координатами X, Y, Z (3-D сенсорів) [5]. Серед нових розробок у галузі індуктивних перетворювачів можна відзначити [6]. Однак загальним недоліком усіх цих перетворювачів є неможливість вимірювання великих відстаней (максимальна вимірювана відстань не перевищує декількох сантиметрів).

Ультразвукові та електромагнітні перетворювачі можуть функціонувати на великих відстанях до об'єкта. Серед них найбільшого розвитку набули ультразвукові. Їхньою перевагою є висока точність вимірювання відстані. Однак, як і оптичні перетворювачі, ультразвукові перетворювачі не можуть функціонувати при «затінненні» об'єктів. Крім того, вони мають дуже низьку завадостійкість, яка обумовлена наявністю ехо-сигналів від сторонніх об'єктів. Електромагнітні перетворювачі частково вирішують проблему «затіннення» об'єкта (за умови, що електромагнітні коливання не затухають у перешкоді), однак для точного вимірювання відстані їхня завадостійкість не достатня. Їхньою проблемою також є залежність сигналу від кута повороту перетворювача, яка унеможливорює пряме вимірювання відстані до об'єкта, який під час переміщення змінює кут нахилу.

Тензометричні перетворювачі використовують за наявності механічного зв'язку з об'єктом. Прикладом вдалого застосування сучасних гнучких стрічкових тензометричних перетворювачів є рукавичка CyberGlove® для керування програмами віртуальної реальності. Інформативним параметром у пристроях такого типу є величина згину тензорезистивного перетворювача. Проте, використання тензорезистивних перетворювачів для створення системи вимірювання просторового положення тіла спортсмена пов'язане з проблемою неможливості точної фіксації цих перетворювачів на всіх рухомих частинах тіла. Це, своєю чергою, обумовлює значні похибки таких вимірювань. У деяких вимірювальних пристроях використовують комбінації декількох типів перетворювачів або засобів керування комп'ютерними пристроями [6].

Наприклад, поєднуючи перетворювачі ультразвукового та електромагнітного (мікрохвильового) типів, забезпечують підвищення чутливості та стабільності функціонування за наявності дестабілізуючих факторів [5].

Однак, використання існуючих систем визначення просторового руху вже не відповідають вимогам до фізичної підготовки певного виду спорту. По-перше, такі системи є доволі громіздкими, зокрема сенсори, розміщені на тілі спортсмена, створюють незручності та обмежують його рухи. По-друге, ціни існуючих систем визначення просторових параметрів руху становлять десятки тисяч доларів США, що обмежує їх застосування в умовах спортивного тренування.

Розроблений нами апаратно-програмний комплекс визначення просторових параметрів рухів спортсменів «АПК ППР-1» використовує сенсори просторового положення на основі електромагнітних перетворювачів звукового (декілька кГц) діапазону частот. Такі частоти електромагнітних хвиль відтворюються традиційними джерелами звуку — динаміками. Динаміки електромагнітного типу застосовуються в побутовій радіоапаратурі, плеєрах, навушниках, а тому питання впливу електромагнітних хвиль кілогерцового діапазону частот на організм людини добре вивчене. Можна вважати, що жодної негативної дії ці хвилі на організм людини не мають. До того ж, потужність випромінювання буде не більшою, ніж 0,1 Вт, тобто мізерною порівняно з типовою потужністю електромагнітних хвиль звукових частот побутових джерел звуку.

Перевагами кГц-діапазону частот електромагнітних хвиль у детекторах просторового положення є:

- мінімальне загасання в живій матерії (тілі людини), що, крім високої завадостійкості, забезпечує мінімальний вплив випромінювання на людський організм;
- можливість застосування високоточних та високостабільних сигнальних перетворювачів кореляційного типу (зокрема синхродетекторів), а отже, забезпечення високої точності та завадостійкості;
- хороша сумісність з рамочними антенами, які мають переваги у разі розміщення їх на тілі людини;
- забезпечення доволі високої швидкодії перетворювачів;
- відсутність заборон для використанні у випромінювальних пристроях промислового застосування.

Сенсор просторового положення містить передавальну антену (Transmitter), що випромінює електромагнітні хвилі, та приймальну антену

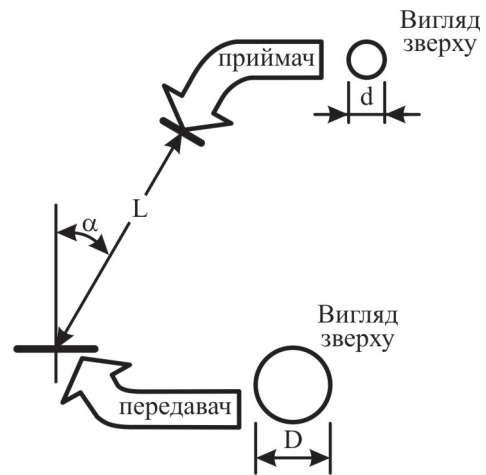


Рис. 1. Структура сенсора на електромагнітних перетворювачах

(Receiver), що приймає ці хвилі та перетворює в інформативний сигнал про відстань L та кут нахилу α (рис. 1).

Оптимальними щодо можливості розміщення на поверхні тіла спортсмена є перетворювачі у формі малогабаритних рамочних антен. Однак діаграма направленості таких антен має низьку інформативність. Це означає, що залежність вихідного сигналу від просторового положення об'єкта, на якому міститься рамочна антена, характеризується значною невизначеністю. У разі зміни просторового положення приймальної антени щодо передавальної сигнал є функцією щонайменше п'яти параметрів — відстані (вектора) між центрами цих антен, двох кутів нахилу вектора до площини передавальної антени та двох кутів нахилу площини приймальної антени до вказаного вектора. Для підвищення інформативності нами запропоновані нові конструкції трикоординатних передавальних антен та гнучких приймальних антен, зовнішній вигляд яких наведено на рис. 2. Приклад варіанту розміщення приймальних антен на руці наведено на рис. 3.

Блок електроніки розміром $10\text{ см} \times 10\text{ см} \times 5\text{ см}$, підсилює, комутує та передає безпроводним каналом зв'язку сигнали антен і розміщується на поясі спортсмена. Для реалізації безпроводного каналу зв'язку використано стандарт ISM (Industrial, Scientific, Medical), який реалізовано на радіопередавачі TRF6900 [6].

Для моделювання та візуалізації просторових параметрів руху спортсменів розроблене оригінальне програмне забезпечення, вигляд основних вікон наведено на рис. 4.

Враховуючи великий обсяг інформації, що супроводжує контроль за динамікою просторово-часових параметрів рухів спортсмена, вважаємо доцільним автоматизувати цю роботу на основі

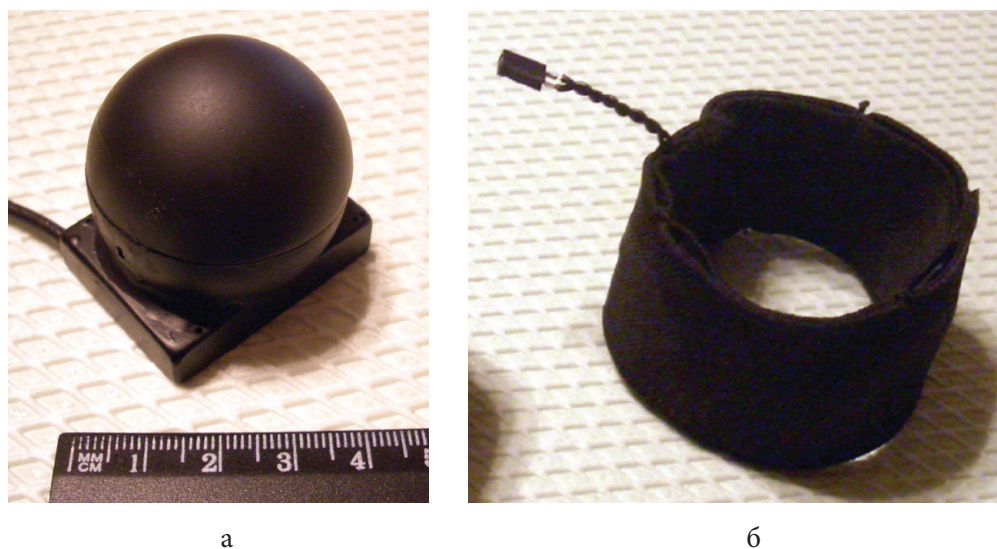


Рис.2. Зовнішній вигляд трикоординатної передавальної (а) та гнучкої приймальної (б) антен

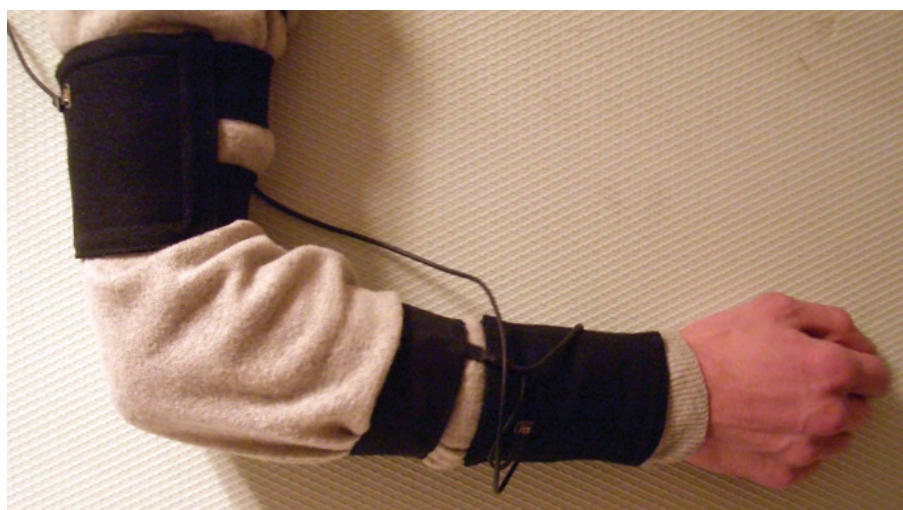


Рис. 3. Розміщення антен на руці

використання сучасної електронної техніки для статистичної обробки результатів. На основі цього можна припустити ефективність і доцільність використання певних засобів спортивного тренування та здійснювати корекцію тренувального процесу для досягнення максимально можливого результату.

Висновки

Удосконалення якості тренувального процесу можливе шляхом розробки та впровадження спеціальних електронно-технічних пристроїв для здійснення на автоматизованому моніторингу модельовання просторових параметрів руху.

Об'єктивна оцінка динаміки розвитку рухів дає змогу комплексно вирішувати питання точного контролю, своєчасно вносити корективи у ході занять відповідно до модельних характеристик руху і, в такий спосіб забезпечити вибір оптимальної стратегії тренувального процесу за рахунок цілеспрямованої реалізації принципів формування просторових параметрів руху в різних видах спорту.

Впровадження та використання сучасних електронних технологій у тренувальний процес є потужною методологічною основою для неперервної науково обґрунтованої цілеспрямованої його корекції на основі інтегрального підходу до розвитку фізичних якостей, що дає змогу досягти якісного покращання тренувального процесу.

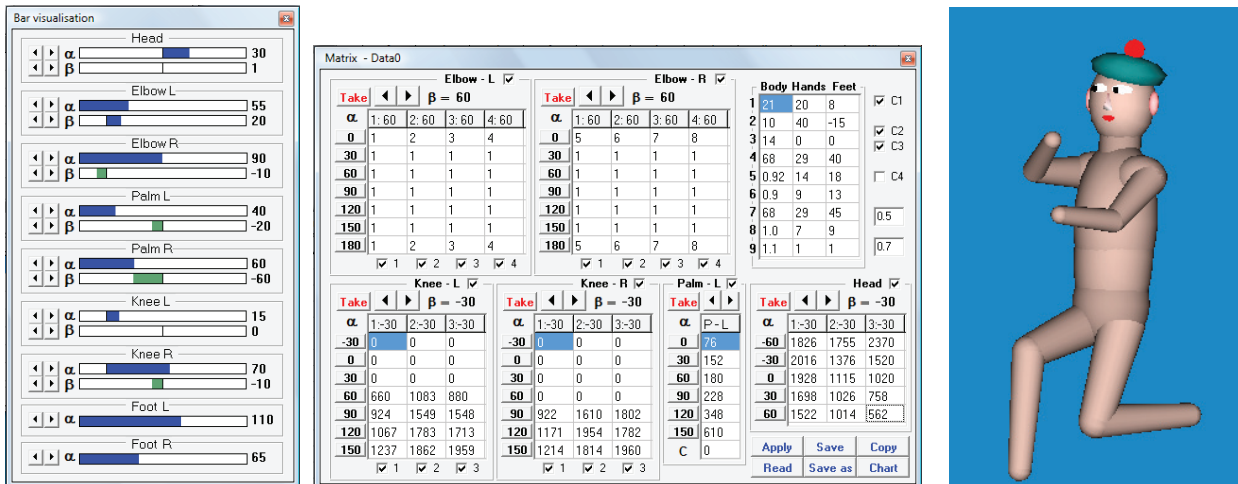


Рис. 4. Вигляд основних вікон програмного компоненту «АПК ППР-1» для розрахунку та візуалізації руху спортсмена

Позитивними особливостями використання запропонованої нами технології моделювання просторових рухів спортсменів є точність і достовірність отриманих результатів, зручність у використанні та компактність пристрою, автоматичне отримання результатів.

Перспективи подальших досліджень полягають у вивченні можливостей використання новітніх електронних технологій у ході спортивного тренування.

Список літератури

1. Бріскін Ю. А. Комп'ютерна діагностика в спортивній діяльності / Ю. А. Бріскін // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. С. С. Єрмакова. — Х., 1999. — № 11. — С. 5—9.
2. Бріскін Ю. А. Індивідуалізація підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної підготовки / Бріскін Ю. А., Товстоног О. Ф., Розторгуй М. С. //

Вісник Запорізького національного університету: [зб. наук. ст.]. — Серія: Фізичне виховання та спорт. — Запоріжжя: ЗНУ, 2009. — № 1. — С.20—25.

3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учеб. тренера высш. квалификации / В. Н. Платонов. — К.: Олимпийская литература, 2004. — 808 с.
4. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса / под ред. Дж. Дункана Мак-Дуггала [и др.]. — К.: Олимпийская литература, 1997. — 504 с.
5. Zordan, V. B., Hodgins, J. K. 1999. Tracking and Modifying Upper-body Human Motion Data with Dynamic Simulation Computer Animation and Simulation '99, Eurographics Animation Workshop, Sept. 1999, N. Magnenat-Thalmann and D. Thalmann, eds., Springer-Verlag, Wien, pp. 13-22. Earlier version presented as Technical Sketch, Siggraph '99.
6. Application Report: Designing with the TRF6900 Single-Chip RF Transceiver. — Texas Instruments, SWRA033C, April 2001.

Надійшла до редакції 25.05.2012 р.

Бріскін Ю. А., Корягин В. М., Голяка Р. Л., Блавт О. З. Моделирование пространственных параметров движения спортсмена с использованием аппаратно-программного комплекса «АПК ППР-1».

В работе рассмотрена возможность программно-аппаратной реализации возможности моделирования пространственных параметров движений спортсменов с использованием прибора, созданного на основе современных электронных технологий. Обоснована целесообразность их внедрения в тренировочный процесс для срочного получения четкой объективной информации и оперативного контроля для целенаправленной его коррекции на основе интегрального подхода к развитию физических качеств.

Ключевые слова: спортсмен, моделирование, движения, электроника.

Briskin Y. A., Koryagin V. M., Golyaka R. L., Blavt O. Z. Modeling spatial parameters of movement athlete using hardware-software complex «АПК ППР-1».

The paper considers the possibility of software and hardware implementation possibilities of modeling the spatial parameters of movement of athletes using device that are based on modern electronic technology. The necessity of their introduction into the training process for immediate receipt of clear and objective information for executive control for focused its correction based on an integrated approach to the development of physical qualities.

Keywords: athlete, modeling, motion, electronics.

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ВЕСРТВ НАСЕЛЕННЯ

УДК 378.172+ 796.01

ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ

Кучер Т.В.

Кременецький обласний гуманітарно-педагогічний інститут ім. Тараса Шевченка

Анотація. У статті проаналізовано результати визначення фізичного стану студентів першого і другого курсів, які тривалий час займаються у спортивних секціях. Визначено, що у другоккурсників показники силових якостей гірші, особливо у підтягуванні на перекладині, за швидкісними показниками результати вищі, кращі показники спритності та гнучкості хребетного стовпа, ніж у студентів першого року навчання. Виявлено гіршу фізичну працездатність у студентів першого курсу в порівнянні зі студентами другого курсу. У студенток першого та другого курсів добрі швидкісні якості, відмінні показники спритності та середні – гнучкості.

Ключові слова: студенти, фізична працездатність, фізичний стан.

Постановка проблеми. Сучасні зміни в суспільстві, що характеризуються інтенсивним розвитком науки й техніки, динамічним темпом життя, посиленням інформаційним наповненням, мають не лише позитивні, а й негативні наслідки. Одним із промовистих маркерів соціуму, його загрозливою ознакою, є загальноновизнаний факт погіршення здоров'я молоді.

Фізична підготовленість підростаючого покоління усвідомлюється сьогодні як важливий компонент здоров'я, фізичного розвитку, підґрунтя високої працездатності, підготовки до суспільно-корисної праці, служби в Збройних Силах суверенної України. Від рівня фізичної досконалості підростаючого покоління в значній мірі залежить перебудова та розвиток нашого суспільства.

Сьогодні змінює вимоги до фізичної підготовленості студентів, спонукає до визначення та усвідомлення ролі фізичної культури, як складової частини загальної культури, та необхідності вирішення проблем, пов'язаних із здоров'ям [2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Наукові дослідження та практичний досвід показують, що традиційна організація і методика фізичного виховання не забезпечують належний рівень фізичної підготовленості, не сприяють ліквідації студентської гіподинамії.

Сучасна наукова думка базується на біологічних, педагогічних підходах і принципах, від реалізації яких значною мірою залежить успіх у вирішенні завдань фізичного виховання.

Розглянуто проблеми, пов'язані з переходом вищих навчальних закладів до викладання дисципліни

«Фізичне виховання» відповідно до навчальних програм, складених згідно з вимогами Болонського процесу [1], актуалізується важливість адаптації студентів з різним рівнем фізичної підготовленості до занять фізичною культурою [5], висвітлено шляхи оновлення фізичної культури та розглянуто структуру мотивів занять з метою їх актуалізації [6], проведена характеристика показників фізичної працездатності студенток медичного університету [4].

Систематичні заняття спортом істотно впливають на функціональний стан нервової і серцево-судинної системи у спортсменів різної спеціалізації та осіб, що не займаються спортом. Серед змін цих систем можна виділити зрушення двох типів: загальні, що відрізняють спортсменів від осіб, які не займаються спортом і специфічні, що виявляють тісний зв'язок із конкретною спортивною спеціалізацією. У спортсменів різної спеціалізації під впливом фізичних тренувань розвиваються нерівномірні зрушення характеристик вищої нервової діяльності та серцево-судинної системи, тобто специфічні особливості конкретного виду спорту можуть більше проявлятися в одних показниках і менше в інших [3].

Мета дослідження — визначити та проаналізувати стан фізичної підготовленості студентів факультету фізичного виховання першого та другого року навчання.

Методи дослідження. В процесі дослідження були використані наступні методи: аналіз науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, державні тести і нормативні оцінки фізичної підготовленості студентів України, визначення фізичної працездатності.

Результати дослідження. У дослідженні прийняли участь 48 студентів першого курсу (з них 7

дівчат і 41 хлопець) та 50 студентів другого курсу (4 дівчини та 46 хлопців). Всі вони під час навчання в школі займалися в різних спортивних секціях та продовжують займатися в інституті.

Для визначення фізичного розвитку студентів були проведені державні тести щодо нормативної оцінки фізичної підготовленості та визначення фізичної працездатності студентів.

Термін «фізична працездатність» вживається доволі широко, однак йому не дано поки що єдиного, теоретично і практично обґрунтованого визначення. Запропоновані визначення працездатності нерідко носять односторонній характер і не завжди враховують при цьому функціональний стан організму та ефективність праці. Працездатність — це здатність людини здійснювати конкретну діяльність в рамках заданих параметрів часу і ефективності праці. Працездатність слід оцінювати по критеріях професійної діяльності і стану функцій організму, іншими словами, з допомогою прямих і непрямих її показників. Вона проявляється в різноманітних формах м'язової діяльності та залежить від багатьох чинників, серед яких суттєве значення мають чинники навколишнього середовища і здатності й готовності людини до фізичної роботи. Тому дослідження змін працездатності є актуальним на даний час і має досліджуватись в спортивній практиці, представляючи безсумнівний інтерес для спеціалістів як і медико-біологічного, так і спортивно-педагогічного напрямів.

Для визначення фізичної працездатності в студентів використали пробу Руф'є (рис. 1). Резуль-

тати індексу Руф'є оцінювали: менше 3 — висока, 4-6 — добра, 7-9 — середня, 10-14 — задовільна, 15 — погана працездатність.

За допомогою тестування була визначена:

- добра фізична працездатність: у 1 (2,08%) студента першого курсу та у 17 (34,00%) студентів другого року навчання;
- середня фізична працездатність: у 9 (18,75%) студентів першого курсу та у 10 (20,00%) студентів другого курсу;
- задовільна фізична працездатність: у 32 (66,67%) студентів першого курсу та у 22 (44,00%) студентів другого року навчання;
- погана фізична працездатність: у 6 (12,5%) студентів першого курсу та у 1 (2,00%) студента другого курсу.

Результати тестування вказують на гіршу фізичну працездатність у студентів першого курсу в порівнянні зі студентами другого курсу.

Загальна оцінка фізичної працездатності студентів двох курсів вказує на незадовільні показники та недостатньо розвинуту фізичну працездатність студентів, що в свою чергу негативно впливає на їхній фізичний розвиток.

Всі студенти першого та другого курсів були протестовані згідно державних тестів та були проаналізовані показники фізичного розвитку, фізичної підготовленості відповідно до нормативних оцінок.

Сила оцінювалась шляхом згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, підтягування на перекладині та вису на зігнутих руках. «Вибухова»

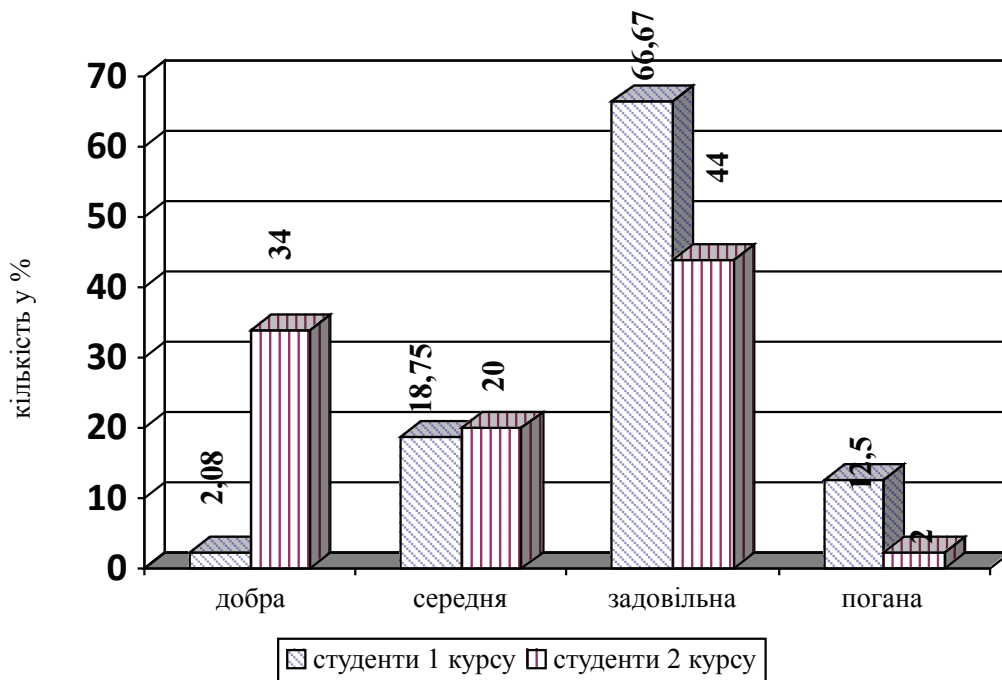


Рис. 1. Фізична працездатність студентів

сила визначалася за допомогою стрибка у довжину з місця.

Учасник тестування стає у вихідне положення: ноги на ширині плечей, пальці ніг за стартовою лінією. Зігнувши ноги у колінах, виконує мах руками назад, потім різко виносить їх уперед, і, відштовхнувшись двома ногами, стрибає вперед. Слід намагатися приземлитися на ноги якомога далі, оскільки результат визначається від стартової лінії до точки торкання килима (мата) п'ятками. Результат: довжина стрибка у сантиметрах у кращій із двох спроб. У студентів результат стрибків у довжину з місця може залежати від довжини тіла (зросту). Закономірність така: за однакової фізичної підготовленості студенти з більшою довжиною тіла (відповідно у них і довші ноги) стрибають далі.

Швидкість: біг на 100 м; спритність: човниковий біг 4 x 9 м.

Гнучкість: нахили тулуба вперед з положення сидячи. Рухливість хребетного стовпа оцінювалася шляхом максимального нахилу тулуба вперед (см), ноги в колінних суглобах прямі. Лінійка з нульовою відміткою розташовується близько п'яркової точки. Випробуваний торкається пальцями рук позначки нижче або вище нульової точки і зберігає цю позу не менше 2 с. Тест проводився 3 рази поспіль, за-

раховувався кращий результат. До протоколу заносилися показники: 0 — якщо студент торкнувся краю опори; відстань в см зі знаком «плюс» — якщо студент дістає кінчиками пальців нижче опори; відстань в см зі знаком «мінус» — якщо студент не дістає кінчиками пальців опори.

Результати оцінювання фізичної підготовленості студентів першого та другого курсів за державними тестами наведені в табл. 1, 2.

Звертає на себе увагу деяка диспропорція розвитку фізичного стану студентів гуманітарного вузу.

Студенти 2 курсу зуміли підтягнутись на перекладині $13,78 \pm 0,40$ разів, що відповідає 3 балам, а студенти 3 курсу — $11,6 \pm 0,60$ разів, що відповідає 2 балам.

Час вису на зігнутих руках у студентів 2 курсу склав $53,94 \pm 8,81$ сек, що відповідає 4 балам, а на третьому — $43,76 \pm 2,40$ сек, що відповідає 3 балам.

Стрибок у довжину з місця у студентів першого року навчання був на $235,1 \pm 6,11$ см, що відповідає 3 балам, а другого року навчання — $240,5 \pm 2,33$ см, що відповідає теж 3 балам.

Як ми бачимо, на другому році навчання показники силових якостей студентів гірші, особливо у підтягуванні на перекладині.

Таблиця 1

Результати оцінювання фізичної підготовленості студентів, $\bar{X} \pm t$

Тести	Студенти	
	1 курс	2 курс
Підтягування на перекладині, разів	$13,78 \pm 0,40$	$11,6 \pm 0,60$
Вис на зігнутих руках, сек.	$53,94 \pm 8,81$	$43,76 \pm 2,40$
Стрибок у довжину з місця, см	$235,1 \pm 6,11$	$240,5 \pm 2,33$
Біг 100 м, сек.	$13,36 \pm 0,01$	$13,05 \pm 0,06$
Човниковий біг 4 x 9 м, сек.	$9,31 \pm 0,01$	$9,15 \pm 0,05$
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	$14,26 \pm 1,09$	$16,22 \pm 0,84$

Таблиця 2

Результати оцінювання фізичної підготовленості студенток, $\bar{X} \pm t$

Тести	Студентки
	1—2 курсів
Згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, разів	$22,18 \pm 4,34$
Вис на зігнутих руках, сек.	$26,27 \pm 9,03$
Стрибок у довжину з місця, см	$191 \pm 19,52$
Біг 100 м, сек.	$14,98 \pm 0,03$
Човниковий біг 4 x 9 м, сек.	$9,91 \pm 0,01$
Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	$15,09 \pm 3,46$

Час бігу на 100 м у студентів першого курсу був $13,36 \pm 0,01$ сек, що відповідає 4 балам, а у третьокурсників — $13,05 \pm 0,06$ сек, що за нормативами вже оцінюється в 5 балів. За швидкісними показниками результати студентів другого курсу вищі.

Човниковий біг 4 x 9 м студенти першого року навчання виконали за $9,31 \pm 0,01$ сек, що оцінюється в 3 бали, а другого — за $9,15 \pm 0,05$ сек, що відповідає 4 балам, тобто слід відмітити кращі показники спритності в них.

Результати виконання нахилів тулуба вперед з положення сидячи у студентів першого курсу були $14,26 \pm 1,09$ см, що відповідає 3 балам, у студентів другого курсу — $16,22 \pm 0,84$ см (4 бали). Як ми бачимо, у другокурсників гнучкість хребетного стовпа краща.

У дівчат згинання і розгинання рук в упорі, лежачи на підлозі, складало $22,18 \pm 4,34$ разів, що оцінюється в 4 бали. Час вису на зігнутих руках складав $26,27 \pm 9,03$ сек, що оцінюється у 5 балів. Стрибок у довжину з місця відповідав $191 \pm 19,52$ см або 3 балам. Тобто можна констатувати вище за середні силові якості у студенток обох курсів.

Час бігу на 100 м у студенток був $14,98 \pm 0,03$ сек, що відповідає 4 балам. Човниковий біг 4 x 9 м студентки виконали за $9,91 \pm 0,01$ сек, що оцінюється в 5 балів. Результати виконання нахилів тулуба вперед з положення сидячи склали $15,09 \pm 3,46$ см, що складає 3 бали.

Тобто, у студенток обох курсів добрі швидкісні якості, відмінні показники спритності та середні — гнучкості.

Висновки

В результаті проведеного дослідження було виявлено, що на другому році навчання показники силових якостей студентів гірші, особливо у підтягуванні на перекладині, за швидкісними показниками результати вищі, кращі показники спритності та гнучкості хребетного стовпа, ніж у студентів першого року навчання. Результати те-

студентів вказують на гіршу фізичну працездатність у студентів першого курсу в порівнянні зі студентами другого курсу. У студенток обох курсів добрі швидкісні якості, відмінні показники спритності та середні — гнучкості.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розробці програми оптимізації фізичної підготовленості студентів гуманітарного вузу з урахуванням типу автономної нервової системи.

Список літератури

1. Гусев Т. П. Актуальні питання впровадження експериментальної учбової програми з дисципліни «Фізичне виховання» у вищих учбових закладах України / Т. П. Гусев, І. Й. Малинський // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — 2006. — № 2. — С. 34—37.
2. Євтух М. І. Аналіз стану фізичної підготовленості студентів ВНЗ / М. І. Євтух, І. М. Григус // Спортивна наука України, 2011. — № 9. — С. 62—67.
3. Лизогуб В. С. Зв'язок спортивної кваліфікації з індивідуально-типологічними властивостями нервової системи / В. С. Лизогуб, О. П. Безкопильний // Фізичне виховання і спорт у сучасних умовах : матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції. — Черкаси. — 2004. — С. 168—174.
4. Магльований А. В. Характеристика показників фізичної працездатності студенток медичного університету / А. В. Магльований, О. Б. Кунинець, О. А. Дзівенко // Фізіологічний журнал. — Одеса, 2010. — Т. 48. — № 2. — С. 262.
5. Пшенична Л. П. Адаптація студентів з різним рівнем фізичної підготовленості та станом здоров'я до занять фізичною культурою у вищих учбових закладах / Л. П. Пшенична, А. П. Козицька // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — 2004. — № 4. — С. 74—80.
6. Стоянов В. А. Актуалізація занять фізичною культурою в умовах гуманітарних вищих навчальних закладів / В. А. Стоянов // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — 2002. — № 5. — С. 61—68.

Надійшла до редакції 10.06.2012 р.

Кучер Т.В. Характеристика физического состояния студентов.

В статье проанализированы результаты определения физического состояния студентов первого и второго курсов, которые длительное время занимаются в спортивных секциях. Определено, что у второкурсников показатели силовых качеств хуже, особенно в подтягивании на перекладине, по скоростным показателям результаты выше, лучшие показатели ловкости и гибкости позвоночного столба, чем у студентов первого года обучения. Выявлено худшую физическую работоспособность у студентов первого курса по сравнению со студентами второго курса. У студенток первого и второго курсов хорошие скоростные качества, отличные показатели ловкости и средние — гибкости.

Ключевые слова: студенты, физическая работоспособность, физическое состояние.

Kucher T.V. Characteristic the physical condition of students.

The article analyzes the results of determining the physical condition of students' first and second courses, who have been involved in sports clubs. Determined that the second year in power quality indicators are worse, especially in pulling up on the crossbar, the speed performance results above, the best indicators of agility and flexibility of the spine than in the second year students. Revealed worse physical performance in the first year students compared with students in second year. In the students of first and second courses of good quality high-speed, excellent performance and agility average — flexibility.

Key words: students, physical performance, physical condition.

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ, редакція журналу «Теорія та методика фізичного виховання» мають честь запросити представників Вашої організації до участі в конференції

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

VIII Всеукраїнська наукова конференція (22.11.2012 року)

присвяченої 65 річчю утворення факультету фізичного виховання

Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

Програма конференції передбачає роботу таких секцій:

- 01 — проблеми фізкультурної освіти в Україні;
- 02 — проблеми тренування і навчання в спортивних видах гімнастики;
- 03 — проблеми тренування і навчання в спортивних іграх і одноборствах;
- 04 — проблеми тренування і навчання в циклічних видах спорту;
- 05 — проблеми фізичного виховання школярів;
- 06 — інформаційні і комп'ютерні технології у фізичному вихованні і спорті;
- 07 — рекреація і спорт для всіх.

Робочі мови конференції: українська і російська.

Для включення у програму конференції необхідно до **01 жовтня 2012 року** надіслати тези доповіді в обсязі 3 сторінок і матеріали доповіді (стаття, **українською мовою**) — 6—12 сторінок, а також дискету з набраним текстом.

Вимоги до матеріалів:

1. Тези і стаття подаються в **двох** роздрукованих примірниках і **на дискеті** у вигляді текстового файла.
2. Рукопис підписується всіма авторами.
3. Статті (тези) подаються у форматі **Microsoft Word 6,0/98** або ***.rtf**. Ім'я файла (латинськими буквами) відповідає **прізвищу першого автора+номер секції** (наприклад: **ermakov_06.doc**).
4. Текст статті (тез) повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів). Малюнки підготовлені у форматі ***.tif** чи **Corel Draw 4,0/8,0**. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0.
5. Статті пишуться за схемою: назва статті, автори (ім'я, по батькові, прізвище), ... університет (інститут, академія), вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами), мета дослідження, методика дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, література (не більше 6). Тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова.
6. Реферат статті (**українською, російською і англійською** мовами) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання»
7. Разом зі статтею подаються **авторська довідка** (тема виступу, прізвище, ім'я, по-батькові, назва навчального закладу, посада, науковий ступінь, звання, точна адреса, телефон, електронна адреса) і **конверт з маркою зі зворотню адресою**.
8. Матеріали конференції (тези) будуть надруковані у збірнику наукових праць до початку роботи конференції, матеріали доповіді (статті) — у поточних номерах фахового журналу «Теорія та методика фізичного виховання» у міру надходження, позачергою друкуються статті які мають посилання на матеріали опубліковані в журналі.
9. **Матеріали разом з копією квитанції на грошовий переказ надсилати на адресу: 61174 Харків, а/с 8692.** Оргкомітет конференції. Худолію Олегу Миколайовичу, або електронною поштою **e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».

Основні дати:

Час подачі матеріалів	до 01 жовтня 2012 р.
Засідання, семінар, круглий стіл	22 листопада 2012 р за програмою конференції, яка буде оприлюднена 16 листопада 2012 р. на сайті www.tmfv.com.ua
Розсилання збірника авторам	до 15 грудня 2012 р.
Обговорення, дискусія, збірник конференції	http://www.ovc.kharkov.ua — доступні електронні версії попередніх конференцій.

Всі витрати за рахунок організацій, що відряджають.

Вартість публікації матеріалів конференції — 80 грн. (за один матеріал).

Організаційний внесок — 50 грн. (сплачується під час реєстрації).

Оплата за публікації для учасників конференції з України: **поштовий переказ** на адресу: **61174 Харків, а/с 8692. Худолію Олегу Миколайовичу.**

Адреса оргкомітету: 61174 Харків, а/с 8692. Худолій Олег Миколайович, зав. кафедри ТМФВ, голова оргкомітету.

Телефон для довідок: **057-756-73-38.**

Оргкомітет конференції

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

Львівський державний університет фізичної культури, Науково-дослідний інститут ЛДУФК, кафедра стрільби та технічних видів спорту, Центр математичного моделювання
 Інституту прикладних проблем механіки і математики імені Я.С.Підстригача НАН України
 Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ,
 редакція журналу «Теорія та методика фізичного виховання»
 мають честь запросити представників Вашої організації до участі в конференції

**МОДЕЛЮВАННЯ ТА ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ І СПОРТІ**

IX міжнародна наукова конференція (28 лютого 2013 року)

Програма конференції передбачає роботу таких секцій:

1. Моделювання як ефективний метод пізнання складних об'єктів і процесів у сфері фізичної культури.
2. Моделювання складних біомеханічних систем у сфері спорту, фізичного виховання.
3. Моделювання рухових дій та механіки людини.
4. Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні.
5. Моделювання різних сторін підготовленості спортсменів.
6. Моделювання та технічні засоби.
7. Моделювання процесу навчання і розвитку рухових здібностей у школярів на уроках фізичної культури.
8. Моделювання навчальної діяльності студентів фізкультурних навчальних закладів.

Робочі мови конференції: українська і російська.

Для включення у програму конференції необхідно до **10 січня 2013 року** надіслати тези доповіді в обсязі 3 сторінок і матеріали доповіді (стаття, **українською мовою**) — 6—12 сторінок, а також дискету з набраним текстом.

Вимоги до статей і тез:

1. Тези і стаття подаються у вигляді текстового файлу, які необхідно переслати електронною поштою на адресу **e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».
2. Рукопис підписується всіма авторами.
3. Статті (тези) подаються у форматі **Microsoft Word 6,0/98 або *.rtf**. Ім'я файла (**латинськими** буквами) відповідає **прізвищу першого автора+номер секції** (наприклад: **ermakov_06.doc**).
4. Текст статті (тез) повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів). Малюнки підготовлені у форматі ***.tif чи Corel Draw 4,0/8,0**. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0.
5. Статті пишуться за схемою: назва статті, автори (ім'я, по батькові, прізвище), ... університет (інститут, академія), вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами), мета дослідження, методика дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, література (не більше 6). Тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова.
6. Реферат статті (**українською, російською і англійською** мовами) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання».
7. Разом зі статтею подаються **авторська довідка** (тема виступу, прізвище, ім'я, по-батькові, назва навчального закладу, посада, науковий ступінь, звання, точна адреса, телефон, електронна адреса) і **конверт з маркою зі зворотною адресою**.
8. Тези будуть надруковані у збірнику наукових праць до початку роботи конференції, статті — у **поточних номерах фахового журналу «Теорія та методика фізичного виховання»** у міру надходження.
9. **Матеріали разом з копією квитанції на грошовий переказ надсилати на адресу: e-mail: public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».

Основні дати:

Час подачі матеріалів	до 10 січня 2013 р.
Засідання, семінар, круглий стіл	28 лютого 2013 р за програмою конференції, яка буде розіслана учасникам до 3 березня, за адресою: — 79000, Україна, м. Львів, вул. Підголюско, 25, ЛДУФК, кафедра стрільби та технічних видів спорту; — м. Харків, вул. Блюхера, 2, ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ
Розсилання збірника авторам Розсилання електронної версії	до 15 березня 2013 р. до 28 лютого 2013 р.
Обговорення, дискусія, збірник конференції	http://www.tmfv.com.ua — доступні електронні версії попередніх конференцій.

Автори з інших міст можуть взяти участь у засіданні, семінарі, круглому столі тільки на запрошення кафедр ВНЗ-організаторів. Всі витрати за рахунок організацій, що відряджає.

Вартість публікації матеріалів конференції — 80 грн. (за один матеріал).

Організаційний внесок — 50 грн (сплачується під час реєстрації).

Оплата за публікації для учасників конференції з України: **поштовий переказ** на адресу: **61174 Харків, а/с 8692**.

Худолію Олегу Миколайовичу.

Адреса оргкомітету:

79000, Україна, м. Львів, вул. Підголюско, 25, ЛДУФК, кафедра стрільби та технічних видів спорту, заступник голови оргкомітету
 Виноградський Богдан Анатолійович, тел.: 80679501393, e-mail: bvynohrad@ukr.net; Лопатьев Анатолій Олександрович, тел. 8-067-287-48-82, e-mail: dziu@cmm.lviv.ua.

61174 Харків, а/с 10947. Худолій Олег Миколайович, зав. кафедри ТМФВ. Телефон для довідок: **057-756-73-38**.

Оргкомітет конференції

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

Харківський національний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ, редакція журналу «Теорія та методика фізичного виховання» мають честь запросити представників Вашої організації до участі в конференції

АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТИ

Восьма Всеукраїнська наукова конференція (25—26 квітня 2013 року)

Програма конференції передбачає роботу таких секцій:

1. — досвід впровадження ECTS в Україні;
2. — проблеми викладання теорії і методики фізичного виховання та спортивно-педагогічних дисциплін у спеціалізованому навчальному закладі;
3. — проблеми фізкультурної освіти в середній школі;
4. — методологічні підходи до розробки програм з фізичної культури для середньої школи;
5. — проблеми фізкультурної освіти у вищій школі;
6. — інформаційні і комп'ютерні технології у фізкультурній освіті.

Робоча мова конференції: українська.

Для включення у програму конференції необхідно до **15 березня 2013 року** надіслати **тези доповіді** в обсязі 3 сторінок і **матеріали доповіді** (стаття) — 6—12 сторінок на електронну пошту e-mail: **public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».

Вимоги до матеріалів:

1. Тези і стаття надсилаються на електронну пошту e-mail: **public@tmfv.com.ua** з поміткою «матеріали конференції».
2. Статті (тези) подаються у форматі **Microsoft Word 6,0/98** або ***.rtf**. Ім'я файла (**латинськими** буквами) відповідає **прізвищу першого автора+номер секції** (наприклад: **ermakov_06.doc**).
3. Текст статті (тез) повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів). Малюнки підготовлені у форматі ***.tif** чи **Corel Draw 4,0/8,0**. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0.
4. Статті пишуться за схемою: назва статті, автори (ім'я, по батькові, прізвище), ... університет (інститут, академія), вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами), мета дослідження, методика дослідження, результати дослідження та їх обговорення, висновки, література (не більше 6). Тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова.
5. Реферат статті (**українською, російською і англійською** мовами) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання».
6. Разом зі статтею подаються **авторська довідка** (тема виступу, прізвище, ім'я, по-батькові, назва навчального закладу, посада, науковий ступінь, звання, точна адреса, телефон, **електронна адреса**).
7. Матеріали конференції (тези) будуть надруковані у збірнику наукових праць до початку роботи конференції, матеріали доповіді (статті) — у **поточних номерах фахового журналу «Теорія та методика фізичного виховання» по мірі надходження**.
8. **Матеріали разом з копією квитанції на грошовий переказ надсилати на адресу e-mail: public@tmfv.com.ua з поміткою «матеріали конференції».**

Основні дати:

Час подачі матеріалів	до 15 березня 2013 р.
Засідання, семінар, круглий стіл (тільки для учасників з ВНЗ м. Харкова)	25—26 квітня о 14:00, м. Харків, вул. Блюхера, 2, ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, кафедра ТМФВ
Розсилання збірника авторам	до 30 квітня 2013 р.
Обговорення, дискусія, збірник конференції	http://www.ovc.kharkov.ua — доступні електронні версії попередніх конференцій.

Вартість публікації матеріалів конференції — 80 грн. (за один матеріал).

Організаційний внесок — 50 грн (сплачується під час реєстрації).

Оплата за публікації для учасників конференції з України: **поштовий переказ** на адресу: **61174 Харків, а/с 8692. Худолію Олега Миколайовичу.**

Адреса оргкомітету: 60174, а/с 8692. Оргкомітет конференції. Худолій Олег Миколайович, зав. кафедри ТМФВ, голова оргкомітету. Телефон для довідок: **057-756-73-38.**

Оргкомітет конференції

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ

У журналі друкуються статті наступної спрямованості

- теорія та методика навчання рухам;
- фізичне виховання дітей та підлітків;
- спортивне тренування дітей та молоді;
- фізична культура в школі;
- фізична культура в профілактиці і лікуванні захворювань у дітей та підлітків;
- теорія і методика професійної підготовки учителя фізичної культури;
- правові основи фізичної культури в Україні.

Вимоги до оформлення статей

1. Приймаються до друку оригінальні і оглядові статті з різних проблем навчання і виховання.
2. Обсяг оригінальної статті — 6—8 стр. тексту, оглядових — 12—24 стр., коротких повідомлень — до 3 стр.
3. Стаття подається в двох роздрукованих примірниках і в електронному вигляді.
4. Рукопис підписується всіма авторами.
5. Статті подаються у форматі Microsoft Word 6,0/98 або *.rtf. Ім'я файлу (латинськими буквами) повинно відповідати прізвищу першого автора. Увесь матеріал статті повинен міститися в одному файлі.
6. Текст статті повинен бути набраним через 1,5 інтервали, шрифт «Times New Roman Cyr», кегль 14; поля: верхнє, нижнє, ліве — 2,5 см, праве 1,5 см (30 рядків по 60—64 символів).
7. Малюнки підготовлені у форматі *.tif чи Corel Draw 4,0/8,0.
8. Таблиці повинні мати вертикальну орієнтацію і побудовані за допомогою майстра таблиць редактора Word. Формули підготовлені в редакторі формул MS Equation2.0
9. Оригінальні статті пишуться за схемою:
 - УДК;
 - назва статті;
 - автор (ім'я, по батькові, прізвище);
 - університет (інститут, академія);
 - вступ (постановка проблеми, аналіз публікацій, зв'язок роботи з науковими програмами);
 - мета дослідження;
 - методика;
 - результати дослідження;
 - обговорення;
 - висновки (останнім повинен бути висновок про перспективи подальших розвідок);
 - список літератури;
 - тексти анотацій трьома мовами (українською, російською і англійською) повинні містити: прізвище та ім'я автора (ів), назву роботи, назву установи, текст до 100 слів і ключові слова;
 - реферат статті (**українською, російською і англійською** мовою) за схемою: мета дослідження, методи дослідження, головні результати дослідження. Обсяг — 1 сторінка. Реферати будуть надруковані в електронному варіанті журналу «Теорія та методика фізичного виховання».
10. Стаття повинна бути написана українською мовою і вчитана авторами.

Додатково авторам необхідно подати такі відомості: повне прізвище, ім'я та по батькові, місце роботи, посаду, науковий ступінь, тему виконаної наукової роботи, домашню адресу, **e-mail** і контактний телефон, **кількість примірників журналу**, яка буде надсилатися наложеним платежем.

Статті надсилати електронною поштою з поміткою «Стаття в журнал «ТМФВ».

E-mail: **public@tmfv.com.ua**. Телефон для довідок: **057-756-73-38**.

Інше

1. Один примірник журналу, у якому опублікована стаття, висилається на адресу автора наложеним платежем після виходу його у світ.
2. Більшу кількість примірників необхідно замовляти завчасно.