

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД
„ЛУГАНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА”
НАУКОВЕ СТУДЕНТСЬКЕ ТОВАРИСТВО



МАТЕРІАЛИ
VII Всеукраїнської
науково-практичної конференції
«Перший крок у науку»

Том 3

Луганськ 2012

СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗМУ СТАРШОКЛАСНИКІВ

Солдатенко В. Г.

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка

Постановка проблеми. Стратегія соціально-економічного розвитку значною мірою впливає на формування особистості школярів старших класів, що призводить до глибоких змін у їхньому духовному, психічному й фізичному здоров'ї.

Одним з найважливіших критеріїв в оцінці стану здоров'я є фізичний розвиток. Він може бути всебічним і гармонійним, середнім, слабо вираженим, недостатнім і поганим. Оскільки фізичний розвиток – це процес, яким можна керувати, то його можна спрямовувати в певному напрямку (покращання рухових якостей, вдосконалення форми тіла, підвищення функціонального рівня окремих систем і органів тощо).

Фізичний розвиток людини значною мірою визначається її руховою активністю. У осіб, які систематично займаються фізичними вправами і спортом він набагато вищий, ніж у їх однолітків, що ними не займаються.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконана у відповідності до комплексної наукової теми кафедри спортивних дисциплін Інституту фізичного виховання і спорту Луганського національного університету імені Тараса Шевченка: „Теоретичні і методичні принципи професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту” (державний реєстраційний номер 0108U002431).

Метою нашої роботи є аналіз фізичного розвитку і фізичного стану як головних умов рухової діяльності старшокласників.

Результати дослідження. На думку Б. Шияна, поняття „фізичний розвиток” використовують у різних тлумаченнях: 1) як процес зміни форм і функцій (морфо-функціональних властивостей) організму людини протягом її індивідуального життя; 2) як сукупність ознак, що характеризують зовнішні показники „фізичного стану” організму на тому чи іншому етапі його фізичного розвитку (ріст, вага, окружності тіла, спірометрія, динамометрія тощо). Це суто спеціальне (антропометричне) тлумачення „фізичного розвитку” потрібно відрізнити від сформульованого вище загального визначення [1, с. 29-30].

Іншими словами, якісно фізичний розвиток характеризується, перш за все, суттєвими змінами функціональних можливостей організму в певні періоди вікового розвитку, які виражаються у зміні окремих фізичних якостей і загальному рівні фізичної працездатності. Зовнішніми кількісними показниками фізичного розвитку („фізичного стану”) є зміни просторових параметрів і маси тіла.

Фізичний розвиток характеризується змінами показників, які можна умовно поділити на три групи:

1. показники будови тіла, які свідчать про морфологічні зміни тіла людини;
2. показники розвитку фізичних якостей, що характеризують зміни рухових функцій;

3. показники здоров'я, що віддзеркалюють морфологічні і функціональні зміни систем організму людини.

Отже, фізичний розвиток – це природний процес, головною передумовою якого є природні життєві сили (задатки, здібності), що передаються за спадковістю. Цей природний процес підпорядкований об'єктивним законам природи і успішно управляти ним можна, лише знаючи ці закони і керуючись ними. До них належать:

- закон взаємодії спадкових тенденцій розвитку і тенденцій, обумовлених умовами життя;

- закон взаємообумовленості функціональних і структурних змін;
- закон єдності кількісних і якісних змін;
- закон поступовості і зворотних змін періодів розвитку та ін.

Залежно від умов і факторів, що впливають на фізичний розвиток, він може бути всебічним і гармонійним, або обмеженим і дисгармонійним. Знаючи і вміло використовуючи об'єктивні закономірності фізичного розвитку людини, його можна спрямувати в оптимальному для особи і суспільства напрямку, забезпечити гармонійне вдосконалення форм і функцій організму, підвищити працездатність, „відсунути” („віддалити”) час природного старіння. Ці можливості доцільного керування фізичним розвитком реалізуються, за певних умов і в певних межах, у процесі фізичного виховання.

На нашу думку, фізичний розвиток – це процес зміни морфологічних і функціональних ознак організму, основою якого є біологічні процеси, зумовлені спадковими генетичними факторами, умовами зовнішнього середовища і вихованням.

Показниками фізичного розвитку є:

- антропометричні та біометричні дані: зріст, маса тіла, життєва ємкість легень, об'єм грудної клітки;
- розвиток основних рухів (ходьби, бігу, стрибків, метання, лазіння та ін.);
- рівень фізичних якостей (швидкості, спритності, сили, витривалості, гнучкості);
- рівень показників формування постави (вигинів хребта, відстані між кутами лопаток та ін.).

Ріст і розвиток дитини – не тотожні процеси: ріст – це збільшення розмірів тіла та окремих його частин, а розвиток – диференціювання тканин і органів. Дитина росте і розвивається нерівномірно. В періоди сповільнення темпів росту інтенсивніше відбуваються процеси диференціювання тканин і формоутворення, а в періоди інтенсивного росту дещо сповільнюються темпи розвитку. Однак процеси розвитку і росту взаємопов'язані та неперервні. Їх черговість і послідовність значною мірою визначають вікові особливості дітей.

Фізичний розвиток обумовлений спадковими чинниками (генотипом) і умовами життя (фенотипом).

Для оцінки фізичного розвитку дітей і підлітків визначають соматоскопічні, соматометричні та фізіометричні ознаки, за якими школярів відносять до груп фізичного розвитку.

Найбільш оптимально фізичний розвиток проходить у процесі фізичного виховання за допомогою фізичних вправ, педагогічний вплив яких спрямований, головним чином, на оптимізацію біологічних процесів в організмі школяра. Якісно фізичний розвиток характеризується перш за все, суттєвими змінами функціональних можливостей організму в певні періоди вікового розвитку, які виражаються у зміні окремих фізичних якостей і загальному рівні фізичної працездатності. Зовнішніми кількісними показниками фізичного розвитку є зміни просторових параметрів і маси тіла [2, с. 23-24].

Поняття розвитку та фізичний стан дають можливість якісніше розкрити сутність фізичного здоров'я як умови забезпечення рухової діяльності організму.

Розглянемо фізичний стан як показник рівня фізичної підготовки старшокласників.

Вивчення науково-методичної літератури показує, що дотепер немає однозначного підходу до трактування терміну „фізичний стан”.

Фізичний стан – складне поняття, що включає багато аспектів особистості й функціональних показників організму, які зумовлені внутрішніми чинниками й життєвими умовами. Розглянемо ці аспекти.

У теорії та практиці фізичного виховання фізичний стан включає багато аспектів особистості та організму людини: стан здоров'я, функціональні можливості організму, фізичну підготовленість.

На думку І.В. Ауліка [3, с. 91-99], фізичний стан – це певний рівень набутих людиною рухових властивостей і форм людського тіла, що визначається ступенем розвитку рухових якостей, антропометричними даними і станом здоров'я.

М.М. Амосов [4] фізичний стан порівнює з рівнем розвитку аеробних можливостей людини, що служить кількісною мірою оцінки здоров'я.

На підставі теоретичного аналізу тих визначень, які були зроблені за визначенням фізичного стану, ми можемо зазначити, що на перший план висувається фізична працездатність, функціональний стан серцево-судинної і дихальної систем, морфологічний стан, і при цьому деякі автори включають як складову частину фізичного стану показник фізичної підготовленості. Ми погоджуємося з Л.П. Матвєєвим, котрий фізичну підготовленість включає в морфо-функціональний стан, стан здоров'я [5, с. 191].

Узагальнюючи вищесказане, ми визначаємо, що саме фізичний стан дає можливість об'єктивно оцінити рівень фізичної підготовки. З нашої точки зору, фізичний стан – це показник процесу фізичної підготовки, спрямованої на розвиток фізичних якостей, вдосконалення фізичного розвитку, спеціальних фізичних навичок і умінь, підвищення функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем. У структуру фізичного стану ми включаємо такі показники: фізичні якості, фізичний розвиток, фізичні навички та вміння, функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем.

Висновки. Залучення підлітків до систематичних занять різноманітними видами фізичних вправ, як одного з найдоступніших і ефективних засобів збереження й розвитку їх здоров'я, вважається цілком виправданим [6, с. 68].

Тим паче, що систематичні заняття фізичною культурою позитивно впливають не тільки на загальний стан організму, але й виконують важливу соціально-виховну функцію, формуючи дитину як цілісну особу з позитивною мотивацією на здоровий спосіб життя [7, с. 154].

Цілком зрозуміло, що найбільша ефективність фізичної підготовки досягається за умови постійної діагностики фізичного стану [8, с. 39]. Прискорення фізичного розвитку старшокласників вимагає раціоналізації фізичного навантаження. У зв'язку з акселерацією повинні періодично переглядатися регіонарні нормативи, які використовуються для оцінки фізичного розвитку.

Перспективи подальших досліджень полягають в детальнішому вивченні проблеми формування здоров'я старшокласників як компонента індивідуального здоров'я людини, яке оцінюється за показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості і фізичного стану при їх комплексному оцінюванні.

ЛІТЕРАТУРА

1. **Шиян Б.** Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль : Навчальна книга / Б. Шиян – Богдан, 2006. – 272 с.
2. **Долбишева Н.Г.** Рівень рухової активності, як фактор фізичного здоров'я дітей старшого шкільного віку // Молода спортивна наука України: Збірник наукових статей з галузі фізичної культури та спорту / Н.Г.Долбишева. – Львів, 2003. – Вип. 7. – Том 2. – 307 с.
3. **Аулик И.В.** Определение физической работоспособности в клинике и спорте. / И.В. Аулик – М. : Медицина, 1979. – 160 с.
4. **Амосов М.М.** Раздуми про здоров'я / М.М. Амосов. – К.: Здоров'я, 1990. – 168 с.
5. **Матвеев Л.П.** Методика физического воспитания с основами теории. / Л.П.Матвеев. С.Б.Мельников. – М. : Просвещение, 1991.– 220 с.
6. **Горашук В. П.** Теоретичні та методологічні засади формування культури здоров'я школярів : дис. ... доктора пед. наук. 13.00.01 : Горашук Валерій Павлович. – Харків, 2004. – 414 с.
7. **Глазирін І.Д.** Основи диференційованого фізичного виховання. / І. Д. Глазирін - Черкаси : «Відлуння-Плюс», 2003. - 352 с.
8. **Актуальні питання фізичного виховання учнівської молоді: теорія і практика: Монографія / За заг. ред. Т. Т. Ротерс. - Луганськ: Альма-матер, 2009. - 317 с.**

ОСОБЕННОСТИ ВЗГЛЯДОВ СЕЛЬСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА СЕМЬЮ КАК ЖИЗНЕННУЮ ЦЕННОСТЬ

Соловьёва Е. И.

Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко

Постановка проблемы. Семья, как важнейшая жизненная ценность, находится, по данным психологических исследований, в перспективных планах большинства из представителей украинской молодежи. Она остается одной из немногих традиционных ценностей, по поводу которой в обществе существует консенсус.

Семья – это социальное сообщество, основанное на супружеских или родственных связях, для которого характерны общее обитание, ведение домашнего хозяйства и воспитание детей. Семья – это часть общества,

Скороходова С. А. АНАЛІЗ ВИКОРИСТАННЯ КОЛЬОРУ У НАРОДНОМУ ТА ДЕКОРАТИВНО-ПРИКЛАДНОМУ МИСТЕЦТВІ УКРАЇНИ	173
Смолова Т. М. ХУДОЖНЯ РОЛЬ ЖАНРУ-ВСТАВКИ В РОМАНІ Ю. ШПОЛА „ЗОЛОТІ ЛИСЕНЯТА”	178
Соколова О.Є. ВИМОГИ ДО ХУДОЖНЬОГО ПЕРЕКЛАДУ	181
Солдатенко В. Г. ОСОБЕННОСТИ ОБУЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ ФИЗИЧЕСКИХ КАЧЕСТВ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ ФУТБОЛИСТОВ В ГРУППАХ СПОРТИВНОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ	185
Солдатенко В. Г. СУЧАСНИЙ СТАН ПРОБЛЕМИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ РУХОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗМУ СТАРШОКЛАСНИКІВ	189
Соловьѳва Е. И. ОСОБЕННОСТИ ВЗГЛЯДОВ СЕЛЬСКОЙ МОЛОДЕЖИ НА СЕМЬЮ КАК ЖИЗНЕННУЮ ЦЕННОСТЬ	192
Старченко Н. ФОЛЬКЛОР ЯК ЗАСІБ ФОРМУВАННЯ АНГЛОМОВНОЇ ЛЕКСИЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ	196
Сухаревський С. Б. ПРОБЛЕМНІСТЬ ПЕРЕКЛАДУ АНГЛОМОВНОГО РЕКЛАМНОГО ТЕКСТУ НА УКРАЇНСЬКУ ТА РОСІЙСЬКУ МОВИ	201
Тараненко Ю. М. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ СОЦІАЛЬНО ТВОРЧОГО РОЗВИТКУ МОЛОДІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ (СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ)	204
Татарінова Т. А. РІВЕНЬ ЖИТТЯ ТА ДОХОДІВ НАСЕЛЕННЯ: СТАН ТА ШЛЯХИ ПОЛІПШЕННЯ	208
Татарченко В. Н. ПОПУЛЯРИЗАЦІЯ ПРЕДМЕТА ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ СРЕДИ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ	212
Теклюк Г. П. ЗМІСТ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ У ВЕЛИКІЙ БРИТАНІЇ	217
Тенюх Л. І. ЛЕКСИКО-СЕМАНТИЧНІ КЛАСИФІКАЦІЇ ЕВФЕМІЗМ В	220
Ткаченко Н. В. НАЙБІЛЬШ ПЕРСПЕКТИВНІ ШЛЯХИ ПРОФІЛАКТИКИ ПІДЛІТКОВОГО АЛКОГОЛІЗМУ	223
Ткаченко Н. Ф., Щербаківа А. В. ФЕНОМЕН АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ В УКРАЇНСЬКОМУ ПРОСТОРІ	226
Тодуряк Л. В. СУЧАСНІ ЕКОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ УКРАЇНИ	230
Трофімова О. О. ОЦІНЮВАННЯ СЕЛЬОВОЇ НЕБЕЗПЕКИ ТА МЕТОДИКА ПРОГНОЗУВАННЯ СЕЛЬОВИХ ЯВИЩ	234