

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



**ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ
77 НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
ВИКЛАДАЧІВ АКАДЕМІЇ**

Одеса 2017

АДАПТИВНІ МОЖЛИВОСТІ СТУДЕНТІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ БОКСОМ

Яготін Р.С.

Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса

Насьогодні у вищих навчальних закладах України гостро постала проблема вдосконалення організації педагогічного супроводу студентів при проведенні занять з фізичної культури. Відзначається значне зниження адаптаційних можливостей молоді до фізичних і психічних навантажень. Вирішення вищезазначеної проблеми пов'язане з впровадженням в практику роботи ВНЗ України адаптованих комплексних програм обстеження для визначення адаптаційних можливостей студентської молоді. Валідна психофізіологічна діагностика адаптаційного потенціалу студентів дозволяє визначати їх індивідуальні функціональні резерви, наявність відхилень від нормативних траєкторій розвитку та оцінювати за об'єктивними критеріями ефективність застосування засобів фізичної реабілітації, спрямованих на оптимізацію їх адаптаційних можливостей.

Актуальною та перспективною в теперішній час представляється проблема диференціації та індивідуалізації педагогічного супроводу при проведенні занять, як з фізичної культури так і тренувань у групах спортивного вдосконалення, у студентів, що отримують освіту в вищих навчальних закладах. Вирішення такої проблеми потребує використання валідних методів психофізіологічної діагностики, дослідження в цьому напрямі будуть сприяти розробці орієнтованих заходів підвищення адаптаційних можливостей студентів в умовах інтенсифікації учбового процесу та впровадження інноваційних комп'ютерних технологій в сучасну педагогічну освіту.

Мета цієї роботи було визначення адаптивних можливостей боксерів молоді у підготовчому періоді річного циклу тренувань.

Дослідження проводилися у осінньо-зимовому підготовчому періоді (2016 р.) річного циклу підготовки до обласної Спартакіади серед вищих навчальних закладів та ряду міжнародних змагань з боксу. У дослідженні приймали участь боксери збірної команди ОНАХТ віком від 18 до 22 років, кваліфікація МС (n=2), КМС(n=5) та 1 розряд(n=5).

У ході дослідження були застосовані наступні методи: усне опитування, анкетування, електрокардіографія, тестування з дозованим навантаженням зі зміною потужності за замкнутим циклом (Д.М. Давиденко). Методика Д.М. Давиденка базується на використанні навантажувального тестування, при якому потужність самого навантаження, спочатку збільшується від нуля із заданою швидкістю 33 Вт/хв до запланованої величини (ЧСС дорівнює 150-155 уд/хв), а потім зменшується з тією ж самою швидкістю до нульового значення, при цьому потужність навантаження змінюється по замкнутому циклу.

У процесі тестування показники динаміки ЧСС дорівнювали ЧСС пок. – 50,2 уд/хв, ЧСС порог – 77,8 уд/хв та до закінчення ЧСС у середньому складав 78,3 уд/хв. Коефіцієнт залишкових адаптаційних резервів, при поступовому зростанні навантаження склав 0,9 у.о. Рівень потужності організму боксерів перед навантаженням склав $W_{ісх} = 79,3$ Вт, у момент реверсу $W_{рев} = 320,1$ Вт, після закінчення роботи $W_{вих} = 89,3$ Вт. Максимальний рівень напруженості організму дорівнював $W_{макс} = 277,4$ Вт.

Отримані результати свідчать, що адаптаційні можливості молоді, яка займається боксом, значно вища від нетренованої молоді. Простежується залежність від стажу тренувань та само дисципліни, як під час занять у спортивному залі так і самостійних без нагляду тренера. Запропонована пріоритетна розробка має практичну спрямованість і в теперішній час є реальні перспективи для її використання при комплексному психофізіологічному обстеженні студентів з метою своєчасного виявлення їх адаптаційних резервів періоді річного циклу тренувань. Виявленні дані дозволять здійснювати прогнозування індивідуальних траєкторій у спортивній підготовці і реалізацію

індивідуалізованого підходу до організації та проведення занять та підготовки студентів з врахуванням їхніх адаптаційних особливостей.

НТТБ ОНАХТ

ВИЗНАЧЕННЯ СУБСЕКТИВНИХ ПОКАЗНИКІВ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЯК МОТИВАЦІЯ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ	
Сергєєва Т.П, Захлевська Т.В.....	393
ВИЯВЛЕННЯ СТУПЕНЯ РИЗИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ПРОВЕДЕННЯ МЕДОГЛЯДУ	
Халайджі С.В.....	395
ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ	
Цапенко Л.М., Лаговська Н.Г.....	397
АДАПТИВНІ МОЖЛИВОСТІ СТУДЕНТІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ БОКСОМ	
Яготін Р.С.....	399

НТТБ ОНАХТ

Збірник тез доповідей 77 наукової конференції викладачів академії
18 – 21 квітня 2017 р.

Матеріали, занесені до збірника, друкуються за авторськими оригіналами.
За достовірність інформації відповідає автор публікації.

Рекомендовано до друку та розповсюдження в мережі Internet Вченою радою
Одеської національної академії харчових технологій,
протокол № 15 від 25.04.2017 р.

Під загальною редакцією Заслуженого діяча науки і техніки України,
Лауреата Державної премії України в галузі науки і техніки,
д-ра техн. наук, професора Б.В. Єгорова

Укладач Т.Л. Дьяченко

Редакційна колегія

Голова Єгоров Б.В., д.т.н., професор

Заступник голови Поварова Н.М., к.т.н., доцент

Члени колегії:

Бурдо О.Г., д.т.н., професор

Волков В.Е., д.т.н., професор

Гапонюк О.І., д.т.н., професор

Жигунов Д.О., д.т.н., доцент

Іоргачова К.Г., д.т.н., професор

Капрельянц Л.В., д.т.н., професор

Коваленко О.О., д.т.н., ст.н.с.

Косой Б.В., д.т.н., професор

Мардар М.Р., д.т.н., професор

Павлов О.І., д.е.н., професор

Станкевич Г.М., д.т.н., професор

Савенко І.І., д.е.н., професор

Ткаченко Н.А., д.т.н., професор

Ткаченко О.Б., д.т.н., професор

Хобін В.А., д.т.н., професор

Хмельнюк М.Г., д.т.н., професор

Черно Н.К., д.т.н., професор