

**Міністерство освіти і науки України
Чернігівський національний технологічний університет
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди
ДНУ “Інститут модернізації змісту освіти”
Чернігівський обласний інститут післядипломної
педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського**

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ'Я

**Збірник наукових праць
VII Всеукраїнської науково–практичної конференції
7–8 квітня 2017 року**

Том 2

Чернігів–2017

УДК 371.7+376

ББК 51.1(4УКР)0+74.580.053.34

П 24

Затверджено до друку Вченою Радою Чернігівського національного технологічного університету, протокол № 4 від 27 березня 2017 р.

Редакційна колегія:

Головний редактор – Шкарлет Сергій Миколайович – доктор економічних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, ректор Чернігівського національного технологічного університету

Заступник головного редактора – Бойчук Юрій Дмитрович, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри здоров'я людини та корекційної освіти ХНПУ імені Г. С. Сковороди

Відповідальний секретар – Зайцев Володимир Олексійович, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної реабілітації Чернігівського національного технологічного університету

Члени редакційної колегії:

Прокопенко Іван Федорович, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, ректор Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

Казимир Володимир Вікторович – доктор технічних наук, професор, Лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, проректор з наукової роботи Чернігівського національного технологічного університету

Ткаченко Володимир Володимирович – доктор історичних наук, професор, в.о. директора Державної наукової установи “Інститут модернізації змісту освіти”

Заліський Анатолій Андрійович – кандидат філософських наук, доцент, заслужений працівник освіти України, ректор Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського

Бережна Таміла Іванівна – кандидат педагогічних наук, в.о. начальника відділу з наукової роботи Державної наукової установи “Інститут модернізації змісту освіти”

Гончаренко Марія Степанівна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, голова Української асоціації валеологів

Маркіна Тетяна Юрійівна – доктор біологічних наук, професор, декан природничого факультету Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

Лисенко Ірина Василівна – кандидат педагогічних наук, доцент, проректор з науково-методичної роботи Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського

Карленко Наталія Вікторівна – кандидат філософських наук, директор обласного комунального закладу освіти “Криворізька загальноосвітня санаторна школа-інтернат № 8 I–II ступенів”

Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної П 24 конференції (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.) : [в 2 т.] / ред. колегія : С. М. Шкарлет [та ін.]. – Чернігів, 2017. – Т. 2. – 428 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті теоретико-методологічні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

Розділ III. Проблеми фізичного виховання і спорту, фізичної реабілітації та рекреації	
Базильчук О.В.	89
Фізична реабілітація як ефективний метод відновлення здоров'я спортсменів	
Батюк А.М.	93
Особливості впливу оздоровчих фізичних занять на показники здоров'я студентської молоді	
Богдановський І.В.	97
Організація освітньо-оздоровлювальної діяльності тренера-викладача в роботі з дітьми дошкільного віку	
Бойчук Ю.Д., Зуб Е.В., Турчинов А.В., Алфимова Л.Д.	99
Петр Францевич Лесгафт – основоположник педагогической системы физического воспитания (к 180-летию со дня рождения)	
Болтоматіс Д.В.	104
Іридодіагностика функціональних можливостей юних футболістів 16-18 років	
Бугаєвський К.А.	108
Особенности восстановительного лечения после перенесенного невынашивания беременности	
Буц А.М.	112
Готовність студентів до здоров'язбережувальної поведінки та технологія керування здоровим способом життя	
Вахнова А.П.	114
Шляхи формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів старшої школи на уроках фізичної культури	
Волик Г.П., Скоропадська С.О.	118
Проблема збереження здоров'я в умовах закладу спортивного профілю	
Гончарук В.В., Волкова Т.В.	123
Сучасні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання при вирішенні питання укріплення здоров'я студентської молоді	
Гурова А.І.	126
Завдання лікувальної фізкультури у фізичній реабілітації на цукровий діабет	
Дегтяренко Т.В., Яготін Р.С.	131
Програма оцінки психофізичного стану студентів при проведенні занять з фізичної культури	
Долинний Ю.О.	134
Аналіз сучасного стану підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання і спорту до реабілітаційної роботи з дітьми з обмеженими фізичними можливостями	
Дорофєєва О.Є., Яримбаш К.С.	143
Взаємозв'язок рухової активності і психофізіологічного статусу школярів 11-12 років	
Драгунов Д.М., Дерябкіна Т.В., Колодяжна Т.П., Кузьменко М.Г.	146
Спортивні травми студентів	
Дроннікова Т.А.	148
Розвиток фізичної культури і спорту в сучасних умовах	
Дятлова Ю.В.	151
Професійна підготовка фахівців фізичного виховання у системі вищої освіти	
Єгорова А.С.	153
Гіподинамія у дітей: причини, наслідки та профілактика	

Гончарук В.В., Волкова Т.В.
Одеська національна академія харчових технологій

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ І ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ ПРИ ВИРІШЕННІ ПИТАННЯ УКРІПЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я
СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Проблема збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді у наш час набула особливої актуальності. Це пов'язано з тим, що на даний час близько 90% студентів мають серйозні відхилення в стані здоров'я, 50% із них знаходяться на диспансерному обліку, а кожного п'ятого студента віднесено до підготовчої чи спеціальної медичної групи або звільнено за станом здоров'я від фізичних навантажень, більше 70% студентів мають низький і нижче

середнього рівні соматичного здоров'я. Наведена статистика свідчить про необхідність неупередженого аналізу найбільш поширеної форми організації занять з фізичного виховання студентської молоді. Соціологічні дослідження встановили, що інтерес до фізичної культури має формальний характер, її засоби у повсякденному житті студентів використовуються дуже обмежено. Факторами впливу на формування негативного ставлення до фізичного виховання є відсутність вільного часу, інтересу до фізичної культури, слабка довузівська підготовка.

Студентська молодь України сьогодні складає науковий, культурний, інтелектуальний потенціал країни, генофонд нації. Питання збереження і зміцнення здоров'я студентів є важливою культурно-освітньою, економічною і соціально-політичною проблемою. Фізичне виховання є складовою всебічного розвитку особистості. Чим більше розвинені фізичні і духовні сили людини, тим вищий рівень її працездатності і результативності праці. Отже, проблема фізичного виховання і сьогодні є актуальною та соціально значущою. Сучасний стан фізичного виховання студентів вимагає об'єктивного аналізу існуючих форм, систем і концепцій його розвитку в українському просторі. Лише такий підхід створює можливості визначення пануючих в ньому тенденцій, існуючого потенціалу, але також і врахування недоліків. На сьогоднішній день серйозне занепокоєння викликає погіршення стану здоров'я сучасної української молоді. Тому нині активно йде переосмислення перспектив розвитку фізичного виховання.

На нашу думку, сучасний фахівець повинний відзначатися не тільки високим рівнем професійної підготовки, але і гарним здоров'ям.

Організаційно-педагогічне та методологічне підґрунтя вдосконалення системи фізичного виховання викладено у дослідженнях Л. Волкова, Т. Круцевич, О. Куца, Б. Шияна, диференційованому фізичному вихованню присвячені дослідження Т. Петровської, Н. Москаленко, В. Веселової та ін.

Процес навчання вимагає напруги пам'яті, стійкості і концентрації уваги, часто супроводжується виникненням стресових ситуацій (іспити, заліки), на що вказує практичний досвід.

У процесі навчання у ВНЗ за курсом фізичного виховання передбачається вирішення наступних завдань: виховання у студентів високих моральних, вольових і фізичних якостей; готовності до високопродуктивної праці; збереження і зміцнення здоров'я студентів; сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму; підтримка високої працездатності протягом усього періоду навчання; професійно-прикладна фізична підготовка студентів з урахуванням особливостей їх майбутньої педагогічної діяльності; вдосконалення спортивної майстерності студентів-спортсменів; виховання у студентів переконаності в необхідності регулярно займатися фізичною культурою і спортом.

Фізичне виховання у ОНАХТ проводиться протягом двох років навчання і здійснюється у трьох формах, які взаємопов'язані, доповнюють одна одну і

являють собою єдиний процес фізичного виховання. Перша форма, що реалізується на академічних заняттях у навчальний час, передбачає комплексне розв'язання трьох груп педагогічних завдань: освітніх, виховних та оздоровчих з переважною освітньою спрямованістю. Здійснення цієї системи може вважатися задовільним, якщо у студента сформована потреба і він опановує необхідні вміння власного фізичного удосконалення та використовує їх у організації свого життя.

Друга форма передбачає активні заняття спортом у позаурочний час.

Масові оздоровчі, фізкультурні і спортивні заходи, які проводяться в ОНАХТ, такі як походи вихідного дня (2 рази на рік), змагання студентів-першокурсників у студентському багатоборстві. Спортивні свята до Дня визволення Одеси, Дня захисника Вітчизни, Дня Академії, проводяться при активній участі викладачів фізичного виховання. Практикується також Дні здоров'я інститутів і факультетів академії. Всі вищезгадані заходи спрямовані на широке залучення наших студентів до занять фізичною культурою і спортом, на зміцнення їхнього здоров'я, вдосконалення їх фізичної і спортивної підготовленості.

Третя форма – активне дозвілля студентів – передбачає організацію самостійних занять у позаурочний час, використання різних форм і засобів фізичної культури.

Самостійність у роботі, збільшення її ролі у системі навчання сприяє повнішому розкриттю потенційних можливостей студента, забезпечує формування інтересу до вивчення предмету, активізує мислення, спонукає до глибокого знання і слугує вмінню активно набувати його [3, с. 321]. Окремі аспекти теорії і практики фізичного виховання у вищій школі, а саме проблеми організації самостійної роботи студентів ВНЗ досліджували Т. Овчаренко, Т. Цюпак, Р. Сіренко [4, с. 188]. Обов'язкові заняття з фізичного виховання в вищих навчальних закладах не завжди спроможні поповнити дефіцит рухової активності студентів, забезпечити відновлення їхньої розумової працездатності, запобігти захворюванням, що розвиваються на фоні хронічної втоми. Вирішенню цього завдання сприяють самостійні заняття студентів фізичними вправами протягом тижня. Організація самостійних занять студентів передбачає: підвищення рівня теоретичних знань з фізичної культури і спорту; підготовку до виконання нормативів з програми фізичного виховання, професійну підготовленість, удосконалення рухових умінь та навичок, які були засвоєні на обов'язкових заняттях. Самостійні заняття фізичною культурою та спортом допомагають ліквідувати дефіцит рухової діяльності, сприяють більш активному засвоєнню навчальної програми та здачі контрольних нормативів. Під час проведення самостійних занять підвищується не тільки рівень фізичної підготовленості студентів, але й розвиваються такі моральні якості, як працьовитість та само дисциплінованість [1, с. 15]. У сукупності з навчальними заняттями правильно організовані самостійні заняття забезпечують оптимальну безперервність і ефективність фізичного виховання.

Самостійні заняття сприяють кращому засвоєнню навчального матеріалу, дозволяють збільшити загальний час занять фізичними вправами, прискорюють

процес фізичного вдосконалення, та є одним із шляхів впровадження фізичної культури і спорту в побут і відпочинок студентів.

Діяльність сучасного загальноосвітнього закладу зі збереження та зміцнення здоров'я учнів лише тоді може вважатися повноцінною та ефективною, якщо в повній мірі, професійно та ефективно в єдиній системі реалізуються здоров'язбережувальні та здоров'яформувальні технології. На сьогоднішній день зростає значення фізичної культури як засобу оптимізації режиму життя, активного відпочинку, збереження і підвищення працездатності студентів протягом усього періоду навчання у ВНЗ. Поряд з цими засобами фізичної культури забезпечується загальна і спеціальна фізична підготовка стосовно до умов майбутньої професії.

Література

1. Боднар І.Р. Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. ... канд. наук з фізичн. вих. і спорту. – Луцьк, 2000. – 19 с.
2. Давиденко Д. Фізична культура і культура здоров'я // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - 2010. - № 2. - С. 65-70.
3. Операйло С. Фізична культура і спорт – реалії і перспективи в умовах розбудови національної освіти // Фізичне виховання в школі. – 2004. – № 4. – С. 8-11.
4. Сіренко Р. Методичне забезпечення самостійної роботи з фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів // Зб. наук. пр. Волинського державного університету імені Лесі Українки. – Луцьк, 2005. – С. 187–189.