

ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ
І НАУКИ УКРАЇНИ

**Збірник
наукових
праць**

ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ

ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ № 8 2003



**Харківська державна академія дизайну і мистецтв
(Харківський художньо-промисловий інститут)**

**фізичне виховання і спорт
біологічні та педагогічні науки**

**Зареєстровано постановою президії ВАК України від
09.06.1999р. №1-05/7, 11.10.2000р. №2-03/8, 11.04.2001р. №5-05/4.**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКА ДЕРЖАВНА АКАДЕМІЯ ДИЗАЙНУ І МИСТЕЦТВ
(ХАРКІВСЬКИЙ ХУДОЖНЬО-ПРОМИСЛОВИЙ ІНСТИТУТ)

Видається з січня 1998 року

№8

ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ ТА
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

ХАРКІВ 2003

Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С. - Харків: ХДАДМ (ХХП), 2003. - №8. - 100 с.

(Укр., рос., англ. мов.)

У збірку вміщено статті, що висвітлюють нові технології фізичного виховання молоді і підготовки спортсменів.

Збірник розрахований на вчителів і викладачів фізичного виховання, тренерів, спортсменів, докторантів, аспірантів.

Видається за рішенням Вченої ради Харківської державної академії дизайну і мистецтв (Харківського художньо-промислового інституту) [протокол № 7 від 28.04.2003 р.].

Збірка затверджена ВАК України і входить до переліку наукових видань, в яких можуть публікуватися основні результати дисертаційних робіт:

«**Фізичне виховання і спорт**» - постанова ВАК України від 09.06.1999р.

№1-05/7. - Бюл. ВАК України, 1999. - №4. - С. 59;

«**Педагогічні науки**» - додаток до постанови президії ВАК України від 11.04.2001р. №5-05/4. - Бюл. ВАК України, 2001. - №3. - С. 6;

«**Біологічні науки**» - постанова президії ВАК України від 11.10.2000р. №2-03/8. - Бюл. ВАК України, 2000. - №6. - С. 7.

Редакційна колегія:

- | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|
| 1. Балабанова Л.М. | доктор психологічних наук, професор; |
| 2. Бізін В.П. | доктор педагогічних наук, професор; |
| 3. Бобін В.В. | доктор медичних наук, професор; |
| 4. Богуславський В.М. | доктор філософських наук, професор; |
| 5. Бойченко С.Д. | доктор педагогічних наук, професор; |
| 6. Бочарова С.П. | доктор психологічних наук, професор; |
| 7. Бурова О.К. | доктор філософських наук, професор; |
| 8. Вороніна Л.М. | доктор біологічних наук, професор; |
| 9. Давиденко Д.М. | доктор біологічних наук, професор; |
| 10. Дмитриєв С.В. | доктор педагогічних наук, професор; |
| 11. Друзь В.А. | доктор біологічних наук, професор; |
| 12. Єрмаков С.С. (гол.ред.) | доктор педагогічних наук, професор; |
| 13. Камаєв О.І. | доктор педагогічних наук, професор; |
| 14. Коваленко А.Б. | доктор психологічних наук, професор; |
| 15. Лапутін А.М. | доктор біологічних наук, професор; |
| 16. Ложкін Г.В. | доктор психологічних наук, професор; |
| 17. Солодухова О.Г. | доктор психологічних наук, професор; |
| 18. Ткачук В.Г. | доктор біологічних наук, професор. |

Видання зареєстровано у Державному комітеті інформаційної політики, телебачення та радіомовлення України. Свідоцтво: серія КВ №7111 від 25.03.2003р.

©С.С. Єрмаков, 2003;

©Харківська державна академія дизайну і мистецтв, 2003

ПРОФІЛАКТИКА АДИТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ТА ПРАВОПОРУШЕНЬ У ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ З ВАДАМИ ІНТЕЛЕКТУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Коган О. В., Беспалько В. В.

Інститут соціальної реабілітації та розвитку дитини
Проблемна лабораторія Кам'янець-Подільського
державного університету

Анотація. Стаття присвячена проблемі профілактики адитивної поведінки та правопорушень у дітей та підлітків з вадами інтелекту засобами фізичної культури та спорту.

Ключові слова: профілактика, фізична культура, правопорушення.

Аннотация. Коган О.В., Беспалько В.В. Профилактика аддитивного поведения и правонарушений у детей и подростков средствами физической культуры и спорта. Статья посвящена проблеме профилактики аддитивного поведения и правонарушений у детей и подростков с нарушениями интеллекта средствами физической культуры.

Ключевые слова: профилактика, физическая культура, правонарушение.

Annotation. Kogan O.V., Bepalco V.V. Prophylaxis of additive behaviour delinquencies among children and teen-agers with mental disabilities by means of physical training. The article is devoted to the problem to the problem of additive behaviour and delinquencies prophylaxix among children and teen-agers by means of physical training and sports.

Key words: prophylaxix, physical training, delinquency.

Постановка проблеми. Проблема формування здорового способу життя є надзвичайно гострою для сучасної української школи і потребує негайного розв'язання [5]. Тому державна політика у сфері охорони здоров'я повинна спрямовуватись на підвищення рівня здоров'я, поліпшення якості життя і збереження генофонду українського народу [4].

Реалізація цієї політики потребує здійснення комплексу державних і галузевих заходів, одним з яких є: створення умов для формування та стимулювання здорового способу життя, вдосконалення гігієнічного виховання і навчання населення, особливо дітей та молоді, посилення боротьби із шкідливими звичками, профілактики адитивної поведінки, розвитку фізичної культури і спорту. В той же час в останні роки спостерігається зниження інтересу до фізичної культури та спорту. Значно скоротилася мережа шкільних та позашкільних спортивних секцій, а якщо ці секції і існують, то вони є переважно платними, що значно зменшує можливості залучення до них широких верств дитячого та підліткового контингенту.

Найбільш відчутний цей дефіцит у дітей та підлітків з певними психофізичними вадами [1,2]. В умовах роботи з таким контингентом дітей, проблема фізичної і психічної працездатності значно загострюється і

особливого значення і актуальності набуває саме фізичне тренування і загартовування, оскільки фізіологічна конституція таких дітей більш складна, тонка і досить легко піддається негативним подразникам.

Дослідження виконано у відповідності до Національної програми “Освіта” (“Україна XXI століття”), Указу Президента України “Про заходи щодо розвитку духовності, захисту моралі та формування здорового способу життя”, Міжгалузевої комплексної програми “Здоров’я нації” на 2002-2011р.р. та плану проблемної науково-дослідної лабораторії Кам’янець-Подільського університету на 2002-2006 р.р.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На думку більшості дослідників, проблема дитячої та підліткової адикції, особливо наркотизації виходять в число першочергових завдань сучасної педагогіки та медицини [1,2,3].

В той же час в умовах сьогодення, в Україні не існує єдиної чітко функціонуючої системи педагогічного, медичного, правового забезпечення організації протидії дитячій та підлітковій наркотизації як основному прояву адитивної поведінки [3,4].

Вкрай небезпечним є те, що основними споживачами психоактивних речовин стають діти та підлітки з вадами інтелекту [3]. Аналіз відповідної наукової і науково-методичної літератури свідчить, що проблема профілактики адитивної поведінки у неповнолітніх з вадами інтелекту в державі вивчена недостатньо, що і обумовило актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження. Науково-практичне обґрунтування превентологічного впливу фізичної культури та спорту на виникнення та прояви адитивної поведінки та протиправних дій у дітей та підлітків з вадами інтелекту.

Методи і організація дослідження. Досліджено 210 учнів віком 11-15 років, що навчаються в закладах системи освіти для дітей з вадами інтелекту.

Під час дослідження використовувались якісні і кількісні методи дослідження: анкетування закритими і відкритими анкетами, метод фокусних та номінальних груп, метод вивчення випадків, структурні інтерв’ю.

Патопсихологічні методи: опитування за допомогою Мінісотського багатопрофільного особистісного опитувальника (ММРІ), метод визначення акцентуації характеру за допомогою психохарактерологічного діагностичного опитувальника (ПДО) за А.Є.Лічко, тест реактивної тривожності за Ч.Спілбергом – Ю.Ханіним, методика Тейлора та методика САН. Аналіз результатів фізіологічного тестування.

Результати досліджень. Встановлено, що в останній час дуже

гострою є проблема виховно-профілактичної діяльності серед дітей та підлітків з психофізичними вадами, які мають прояви делінквентності на фоні адитивної поведінки та скоїли протиправні дії [1,3]. Рішеннями цієї проблеми займається ціла когорта спеціалістів: дефектологи, педагоги, медики, правознавці, психологи тощо. Однак кількість правопорушень, здійснених неповнолітніми даної категорії збільшується. Так, за даними МВС України, серед неповнолітніх, що стоять на обліку з приводу скоєння протиправних дій та злочинів, відсоток дітей та підлітків з вадами інтелекту складає 41-43%. Досить часто асоціальна та антисоціальна поведінка серед неповнолітніх з психофізичними вадами є наслідком не тільки особливостей їх інтелектуального розвитку, а й наслідком адитивної поведінки, зокрема алкоголізації та наркотизації [1,2,3]. А оскільки кількість такої категорії неповнолітніх зростає, це ставить перед науковцями та практиками нові завдання з розробки методик попередження цих негативних явищ. Сучасні дослідження в галузі дефектології та фізичного виховання дозволяють припустити, що найбільш ефективними засобами профілактичної діяльності з попередження адикції та правопорушень, здійснених дітьми та підлітками з психофізіологічними вадами, є їх залучення до систематичних занять фізичною культурою та спортом [3,4]. Не можна не зауважити також і те, що даний тип профілактики, на відміну від медичної і правової є найбільш економічно вигідний, та й у методологічному аспекті він більш доступний і може здійснюватись перманентно, незважаючи на особливості навчального закладу.

Створення диференційованих програм з фізичного виховання в допоміжних школах є вкрай необхідним. На нашу думку ці програми повинні враховувати всі особливості психічної і соматичної сфери, оскільки стандартний підхід до цього питання може тільки зашкодити [2,6].

Дані літературних джерел [1,2,3] та наші особисті дослідження свідчать, що частота правопорушень серед дітей та підлітків з психофізичними відхиленнями найбільша у віці 12-14 років. В цьому віці найбільш суттєвими відхиленнями в психоемоційній сфері є: знижена екстраверсія, високий рівень нейротизму, емоційна лабільність, що в свою чергу загострює стрес-реакції та підвищує схильність до адикції та делінквентної поведінки, особливо коли соціальна та психологічна підтримка відсутня або є недостатньою, досить часто й некоректною.

Вивчення рівня психофізіологічного здоров'я виявляє наступні тенденції: у 75±2% школярів допоміжних шкіл зустрічається хронічна соматична патологія (часті респіраторні захворювання з подальшою довготривалою астенизацією, захворювання серцево-судинної системи нирок, шлунково-кишкового тракту, патологія ендокринної системи тощо).

При дослідженні психологічного статусу встановлено, що рівень тривожності за шкалою Тейлора складав 23-24 бали.

Частка дітей, що мали в анамнезі черепно-мозкові травми складала 25,7%, нейроінфекції – 22%, причому половина з них у віці до 2-х років. При вивченні, за допомогою психохарактерологічного діагностичного опитувальника (ПДО) типів акцентуації характеру встановлено що дітей з адитивною поведінкою, які мають психофізіологічні вади переважають нестійкий 27% та епілептоїдний 24% типи акцентуації характеру. Інші зустрічаються набагато рідше. В той же час більшість таких дітей мають високу рухову активність, але рівень зосередженості є недостатнім.

Стан стресу виявлений за допомогою кольорового тесту зустрічався у $81 \pm 0,5\%$ обстежених ($p < 0,01$). Рівень психосоціальної адаптації в $73 \pm 2,5\%$ ($p < 0,01$) був незадовільний. Також необхідно зауважити те, що при проведенні анонімного анкетування та інтерв'ювання встановлено, що $57,1 \pm 1,3\%$ дітей та підлітків з психофізичними вадами епізодично і $27 \pm 1,2\%$ ($p < 0,01$) систематично вживають психоактивні речовини. Все це необхідно враховувати при створенні програм фізичного виховання, тобто для підсилення ефективності педагогічних дій необхідними є чіткий диференційний підхід, який дозволить досконально та систематично вивчати особливості учнів з метою виявлення психофізіологічних особливостей кожного індивідууму, позитивних та негативних якостей його особистості та особливості адаптації до навчального типу спортивної діяльності [2,6].

Враховуючи специфічні особливості розвитку таких дітей необхідно адаптувати складний матеріал певного виду спорту до їх умов та можливостей, тому завдання при проведенні занять з фізичної культури повинні бути різні за труднощами та об'ємом, з обліком навичок та самостійності, оскільки порушення інтелектуальної сфери у таких дітей корелюється з порушеннями розвитку рухових здібностей. І основною причиною цих порушень є певні вади моторних функцій, які негативно впливають не тільки на фізичний розвиток, але й на процеси адекватної соціалізації особистості, розвиток пізнавальних функцій та трудову діяльність, що може підсилювати дезадаптивні реакції [2]. Також при проведенні учбово-тренувальних занять велика увага повинна приділятися морально-вольовому вихованню: засвоєнню вміння та навичок своєчасно утримувати себе від негативних звичок і вчинків, вихованню наполегливості та цілеспрямованості в різних видах діяльності. Доцільним бачиться залучення для створення таких програм не тільки спеціалістів з фізичного виховання, а й психологів, медичних працівників, фахівців з медичної та фізичної реабілітації, а в деяких випадках і правознавців, особливо коли це стосується деяких екстремальних напрямків фізкультурно-оздоровчої діяльності (у-шу, дзюдо,

козацький стиль боротьби тощо). Таким чином можна констатувати, що заняття фізичною культурою та спортом в допоміжних школах сприятиме формуванню критичного мислення, поліпшенню процесів контролю, самоконтролю і взаємоконтролю, що в свою чергу дозволить зменшити кількість випадків виникнення адикції й делінквентності серед неповнолітніх з психофізичними вадами.

Висновки. Проблема корекції дефектів поведінки учнів допоміжної школи має багатоаспектний характер і може бути успішно розв'язана за умови диференційного підходу до занять фізичною культурою та спортом з урахування вікових, статевих, індивідуальних особливостей їх психофізіологічного розвитку, тобто фізичне виховання повинно стати однією з форм превентивної освіти щодо профілактики адитивної поведінки та її наслідків.

За необхідне у подальших дослідженнях вважаємо розробку концепції перманентної фізкультурно-оздоровчої та фізкультурно-реабілітаційної роботи серед дітей та підлітків з вадами інтелекту як найменш захищеної категорії дитячого населення.

До цієї роботи повинні бути залучені не тільки фахівці в галузі фізичної культури, а й дефектологи, медики, психологи.

Література

1. Актуальные проблемы социологии девиантного поведения и социального контроля / Под ред. Л.И. Гилинского. – М.: ЧС РАН, 1992.- 210 с.
2. В.В.Беспалько Вплив соціального середовища на психологічну адаптацію дівчат-підлітків //Матеріали науково-практичної конференції “Репродуктивне здоров'я: Проблеми та перспективи”. – Донецьк, 2000.- С. 24-27.
3. Лица В.А. Основы коррекционной педагогики / Учебное пособие. – Донецк: Либідь, 2002. – 327 с.
4. Охрана здоров'я в Україні: проблеми та перспективи // Під ред. В.М. Пономаренка. – К., 1999. – 309 с.
5. Перетятко О.В. Проблема формування здорового способу життя у вітчизняному шкільництві кінця XIX початку XX ст. //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С. – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2003. - №7. – С.36-43
6. Плахтій П.Д. Тестування, оцінка та корекція функціонального стану школярів. Навчальний посібник для студентів педагогічних навчальних закладів. – Видавництво Кам'янець-Подільського державного педагогічного університету, 1997.- 112 с.

Надійшла до редакції 24.06.2003р.

ПЕРСПЕКТИВИ ЛЮДИНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ ЦИВІЛІЗАЦІЇ (ДЕМОГРАФІЧНИЙ АСПЕКТ)

Беднарський О. І.

Львівський національний університет імені Івана Франка

Анотація. Розглянуто якісно нові підходи до розв'язання демографічних процесів, подолання істотних суперечностей і розбіжностей в оцінюванні глобальних ситуацій між біологічною, філософською, економічною сторонами проблеми.

Ключові слова: людина, проблеми, майбутнє.

Аннотация. Беднарский А.И. Перспективы человека на современном этапе развития цивилизации (демографический аспект). Рассмотрены качественно новые подходы разрешения демографических процессов, преодоления существенных противоречий и расхождений в оценке глобальных ситуаций между биологической, философской, экономической сторонами проблемы.

Ключевые слова: человек, проблемы, будущее.

Annotation. Bednarsky A.I. Prospects for a human at the modern phase of civilizations development (demographic aspect). It is considered to look in workman like manner for a new methods in resolution of demographic process, overcoming essential distinctions and differences in appraisal of global situations between biological, philosophical, economical sides of problem.

Key words: human, problems, future.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Антропогенні зміни в природі стали загрожувати нормальному існуванню самої людини. Пізнання цих змін, оцінка й усвідомлення їхніх наслідків, опрацювання способів захисту від них людини й середовища її існування необхідно розглядати лише в співвідношенні з людиною. Уявити варіанти майбутнього, “спроєкувати” його й зрозуміти, яка людина зможе в цьому майбутньому жити. Виникає проблема “нової людини”[5], яка повинна стати предметом пильної уваги науковців і практиків різних галузей природничої, економічної та суспільствознавчої науки.

Мабуть, вперше в історії *майбутнє* людства стає таким важливим і одночасно таким безпосереднім, можна сказати – повсякденним мотивом людської діяльності. Свого конкретного змісту воно набуло після конференції ООН з навколишнього середовища і розвитку, яка відбулася в червні 1992 р. в Ріо-де-Жанейро. Матеріали конференції засвідчують, що найбільший вплив на життя сучасної людини має наука і техніка. Проте вони не тільки відкрили нові горизонти у напрямі реалізації людської активності, але й породили безліч складних соціальних проблем, гостро поставили питання про майбутнє людини й людства. Постійний технічний прогрес, а також стрімке демографічне зростання спричинюють небувалий руйнівний вплив на природне середовище [3,9]. Визначальним пріорите-

том сучасної доби за В. С. Крисаченком (1995) є виживання людства. До такого висновку його привели “реалії сьогодення: руйнування середовища проживання (біосфери), занецищення життєдайних джерел (води, землі тощо), накопичення величезної кількості засобів масового знищення людей (атомних, хімічних, біологічних та ін.), вичерпання природних ресурсів та заргоза перенаселення планети” [6]. На основі моделювання розвитку відповідних процесів, виконаних висококваліфікованими вченими [7,9] він вважає, “що в багатьох випадках цілком можливий для людства варіант – його самознищення. А, отже, незважаючи на всю велич людини та її здобутків у царині духу, культури, науки, техніки, вона може зникнути як вид, подібно до мільйонів інших видів живих істот у процесі еволюції біосфери” [6, с.78].

Дослідження виконано у відповідності до плану наукових робіт Львівського національного університету імені Івана Франка.

Мета дослідження – вивчити й оцінити демографічні процеси в найзагальнішому вигляді й взаємозв’язках, знайти і дослідити загальні закономірності зростання населення нашої Планети, вивчити й оцінити наслідки антропогенної дегресії, повернути увагу до опрацювання способів захисту від них людини.

Результати дослідження. Глобальні проблеми майбутнього враховують зміни, які відбуваються в динаміці народонаселення, в чисельності людей на Землі. Демографічні процеси стають істотним елементом загальних прогнозів, що стосуються майбутнього людини й людства. На цьому шляху виникає низка проблем, на яких необхідно зосередити увагу передусім.

Сьогодні людство вступило в критичну епоху свого розвитку, коли за лічені десятиріччя відбудеться різка зміна темпів зростання й настане стабілізація населення світу. Розвиток людства значною мірою підкоряється власним системним закономірностям, ніж зовнішнім чинникам і ресурсам. У цьому суть *демографічного імператива* [5]. Отже, зростання населення стає основною глобальною проблемою людства, за якою вже йдуть решта, у тім числі антропогенні зміни оточуючого середовища й можливе вичерпання ресурсів.

Обговорення наслідків швидкого зростання населення приваблювало багатьох дослідників, починаючи від Мальтуса (1803), яким сформульовано популяційний принцип. За ним зростання людства, що описується геометричною прогресією, випереджуватиме лінійно зростаюче виробництво поживи. Внаслідок народжуваність обмежується відсутністю харчів і зростання, відповідно, лімітується голодом. Ідеї Мальтуса суттєво вплинули на громадську думку й розвиток поглядів на причини, що обмежу-

ють ріст населення.

Мальтус і сучасні його послідовники – неомальтузіанці – пропонують не опиратися цьому “вічному закону природи”, а навпаки – допомагати його найгармонійнішому здійсненню, широко використовуючи в цілях штучного скорочення населення війни, хвороби, стерилізацію, убивання старих людей і т.п.

Населення Землі збільшується щоденно на 250 тис. осіб і темп зростання збільшується. У наш час він наближається до 90 млн осіб в рік, що визначається як *демографічний вибух*, криза, режим із загостренням, здатний потрясти планету. Саме безперервне збільшення населення світу потребує постійного збільшення виробництва поживи й енергії, споживання мінеральних ресурсів і спричинює збільшення тиску на біосферу планети [3,5].

Образ нестримного зростання, якщо його наївно екстраполювати в майбутнє, зумовлює тривожні прогнози і навіть апокаліпсичні сценарії для глобального майбутнього людства [2,5,6,8].

Однак В. І. Вернадський (1977) вважав, що “...Страхи щодо можливості краху цивілізації...позбавлені підстав”.

Тайяр де Шарден [10] “кінець світу” відсуває на декілька мільйонів років, однак це буде не загибель, а інтеграція людського розуму й людської душі в точці Омега. “Людина незамінна. Значить скільки б неймовірно не була б перспектива, вона повинна досягти кінцевої мети. Без сумніву, не за необхідністю, а неминуче” [10, с.217]. Зрештою, і М. М. Мойсеев стверджує, що “незворотність” “кінця світу” суперечить усій логіці розвитку матеріального світу, котра спричинює виникнення Розуму і людської активності як нових механізмів еволюції Природи” [7, с.169].

Кілька останніх десятиріч шлях розв’язання суперечностей, зумовлений швидкими темпами технічної оснащеності суспільства, виснажливою експлуатацією природних ресурсів і погіршенням довкілля, філософії й природознавці вбачали у гармонізації, оптимізації, підтриманні рівноваги між суспільством і природою, коеволюції та інших процесах.

Останніми роками людство переживає *демографічний перехід* [5]. Це суттєве явище полягає в різкому збільшенні швидкості росту популяції, яке змінюється на стрімке її зменшення, опісля чого населення стабілізується в своїй чисельності. Цей перехід вже здійснений так званими розвинутими країнами. Тепер схожий процес відбувається в країнах, що розвиваються.

Сьогодні населення світу збільшується на 1,6% в рік за абсолютного приросту близько 90 млн. Якщо відносний ріст знижується від свого максимального значення 2,1%, досягнутого в 60–ті роки, одразу після Сві-

тових воєн, то абсолютний приріст збільшуватиметься і досягне 95–105 млн в рік на початку нового тисячоліття, лише потім відбудеться його різке спадання. У сучасному взаємопов'язаному й взаємозалежному світі цей перехід завершиться менш ніж через 100 років і відбудеться набагато швидше, ніж в Європі, де аналогічний процес розпочався в середині XVII ст.[5].

Багатьма авторами розглянуто питання щодо гранично можливої чисельності населення на планеті. Повчальним є огляд Хейліга “Скільки людей може прогодувати Земля?” (1995), у збірнику NASA “Майбутнє населення Землі. Що можна припустити сьогодні”, де зазначено, що різними авторами граничне населення оцінюється від 1 млрд (Пірсон, 1945), 2,8 – 5,5 млрд (Коен, 1922) до 1000 млрд (Маркетті, 1978). Подібні розрахунки позбавлені змісту, вважає Хейліг, якщо їх розглядати окремо від еволюції соціально–економічних і науково–технічних умов. Зроблено висновок, що земля може підтримувати існування протягом тривалого часу до 15–20 млрд людей. Хейліг стверджує, “якщо взяти до уваги творчий потенціал людини, то нема передбачуваних меж основним природним ресурсам для виробництва поживи, якими служать простір, вода, кліматичні умови, сонячна енергія і вклад самої людини. Усі ці ресурси або невичерпні, або їх можливо збільшити, використовувати більш доцільно, або в значній мірі перетворювати. Саме тому... нема межі зростання населення”[5].

У праці “Автографність людства” В. І. Вернадський писав, “що безпосередній синтез поживи” шляхом прямого використання сонячної енергії так як це роблять зелені рослини, дав би можливість подальшому еволюційному прогресу [4].

На потребу пошуку нових наукових засад у вирішенні сучасних складних планетарних проблем наштовхують узагальнення М. О. Булатова (1995). Він стверджує, що “саме розум і знання, завдяки яким піднялася людина, досягла висот розвитку, водночас виступають і засобом її самознищення” [1, с.23], а тому загроза буттю людини пов'язана із сукупністю глобальних проблем, у які вона потрапила через свою нерозумну діяльність, то проблема людини і сукупність глобальних проблем – одна і та сама реальність. Глобальні проблеми – це і є розкрита сутність, або проблема людини” [1, с.27].

Отже, навіть з цього короткого огляду опублікованих праць маємо змогу усвідомити не лише глибоку стурбованість науковців ускладненням демографічної, соціально–економічної ситуації на планеті, але й потребу пошуку способів порятунку людства від можливих глобальних криз і катаклізмів. Він засвідчує також чималі розбіжності в оцінюванні глобальних процесів і рекомендаціях щодо подолання істотних суперечностей у взаємовідносинах між біологічною, філософською, науково–технічною й еко-

номічною сторонами проблеми.

Висновки. Вихід з цього складного становища бачимо в:

1. Перебудові людської психології й усвідомлення, з одного боку, могутності людського розуму, створених ним різноманітних технологій і технічних засобів, здатних докорінно змінити умови життя людей, або й поставити під загрозу їхнє існування, а з другого – потреби міжнародного співробітництва в галузі освіти, науки, зокрема дослідження методологічних принципів загальної теорії народонаселення та структурно–функціональних перебудов, зумовлених виробничою діяльністю людини.

2. Потребі організації всесвітньої служби стеження за демографічними, екологічними, соціальними, культурними, технологічними, політичними та іншими процесами на планеті, їхнє моделювання й прогнозування, а також формування міжнародних органів управління цими процесами.

3. Ефективній роботі інтегрального людського інтелекту, обгрунтованості й успішності реалізації управлінських рішень, міжнародній співпраці в розв’язанні глобальних проблем.

Однак 7000 р. тому на Землі було лише близько 20–30 млн осіб, за 6000 р. з того часу населення планети збільшилося у 10 разів, а за останнє тисячоліття – в 20 разів і скоро досягне 7 або 8 млрд, а, може, значно перевищить 10 млрд. Мрії про розумне рішення демографічної проблеми як про гармонію цілей людства з метою кожної людини, що виразиться в нероздільності людини і людства, розбилися у трагічний день 11 вересня 2001 року в США. Куди рухається цивілізація, що її чекає?

Фантазії щодо нібито нового світового порядку виявилися абсолютно марними перед екзальтованими криками муэдзина. Прогрес західної цивілізації та західної демократії неспроможний протистояти релігійному фанатизмові всесвітньої нашої більшості. Загальнолюдська логіка, мораль і моральність паралізовані фанатичною ненавистю, культивованою абсолютно іншою мораллю, логікою, моральністю.

У відповідь обрано силовий варіант, навряд чи адекватний. І ось Вам нова архітектура XXI ст., яку пропонували будувати 10, 15, 20 років. Вчора стало абсолютно зрозуміло, що у людства немає цих літ і взагалі немає сьогодні.

За необхідне у подальших дослідженнях вважаємо більш глибоке вивчення потреби міжнародного співробітництва в галузі освіти, науки, зокрема дослідження методологічних принципів загальної теорії народонаселення.

Література

1. Булатов М. О. Зміна точки зору на феномен ноосфери // М. О. Булатов, К. С.

- Малеев, В. П. Загороднюк, П. А. Солонько. Філософія ноосфери. – К.: Наук. думка, 1995. – С. 10–27.
2. Вишневикий Л. Г. Воспроизводство населения и общество // Финансы и статистика. – М., 1982.
 3. Голубець М. А. Від біосфери до соціосфери. – Львів: Поллі, 1997. – 256с.
 4. Казначеев В. П. Учение В.И. Вернадского о биосфере и ноосфере. – Новосибирск, 1989. – 248 с.
 5. Капица С. П., Курдюмов С. П., Малинецкий Г. Г. Синергетика и прогнозы будущего. – М.: Наука, 1997. – 285с.
 6. Крисаченко В. С. Стратегія стійкого розвитку (засади історико-еволюційного синтезу) // Методологія екологічного синтезу (єдність людино – та природоохоронних аспектів). – К.: Наук. думка, 1995. – С. 54–110.
 7. Моисеев Н. Н. Экология человечества глазами математика. – М.: Молодая Гвардия, 1988. – 254 с.
 8. Рамад Ф. Основы прикладной экологии. – Л.: Гидрометгиздат, 1981. – С. 114.
 9. Печчеи А. Человеческие качества. – М.: Прогресс, 1980. – 302 с.
 10. Тейяр де Шарден П. Феномен человека. – М.: Наука, 1987. – 240 с.

Надійшла до редакції 18.06.2003р.

СТАН ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ГІМНАЗІЇ №1 М. СУМ

Гуменна О.А., Єжова О.О.

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Анотація. Було вивчено стан здоров'я дітей молодшого шкільного віку гімназії №1 м. Сум і виявлені деякі негативні тенденції: значна кількість дітей із дефіцитом та надлишком ваги тіла, які складають групу “ризик”, із захворюваннями опорно-рухового апарату й очей, із підвищеним та зниженим артеріальним тиском і низькими показниками індексу Робінсона. Відмічені вікові особливості змін психофізіологічних показників.

Ключові слова: оцінка стану здоров'я, фізичний розвиток, група “ризик”, психофізіологічні показники.

Аннотация. Ежова О.А., Гумённая О.А. Состояние здоровья детей младшего школьного возраста гимназии №1 г. Сум. Изучено состояние здоровья детей младшего школьного возраста гимназии №1 г. Сум и выявлены некоторые негативные тенденции: значительное количество детей с недостатком и избытком массы тела, которые составляют группу “риска”, с заболеваниями опорно-двигательного аппарата и глаз, с повышенным и сниженным артериальным давлением и низкими показателями индекса Робинсона. Отмечены возрастные особенности изменений психофизиологических показателей.

Ключевые слова: оценка состояния здоровья, физическое развитие, группа “риска”, психофизиологические показатели.

Annotation. Ezhova O.A., Gumenna O.A. The state of the younger schoolchildren's health in Sumy gymnasium №1. The state of the younger schoolchildren's health in Sumy gymnasium №1 has been investigated. Some negative tendencies are revealed. Among them: significant quantity of children with lack and surplus of a body weight, which make group of «risk», with diseases in bearing-motor organs

and eyes, with high and low blood-pressure and low parameters of the Robinson index. The age features of psychophysiological parameters changes have been established.

Key words: health state's evaluation, physical development, group of "risk", psychophysiological parameters.

Постановка проблеми та аналіз останніх досліджень і публікацій. Інтерес до проблеми укріплення й формування здоров'я у теперішній час цілком обґрунтований. Він обумовлюється тим, що при подальшому розвитку науково-технічного прогресу продовжує погіршуватись стан здоров'я дітей. За час навчання в школі в 1,5 рази зростають нервово-психічні розлади, у 20-40% школярів спостерігаються порушення постави, майже половина учнів схильні до різних захворювань (хвороби органів дихання, ендокринної системи, органів травлення, ока та його придаткового апарату, порушення обміну речовин, інфекційні та паразитарні хвороби). Кількість абсолютно здорових випускників шкіл становить від 2 до 25% від загальної кількості школярів [3, 6, 8].

На думку багатьох дослідників, існують такі основні причини погіршення здоров'я: екологічна криза, психоемоційний стрес, відхилення в режимі дня і способі життя (гіподинамія, недосипання, скорочення тривалості перебування на свіжому повітрі, порушення гігієнічних умов та ін.). Ці чинники доповнюють і посилюють один одного і в сукупності призводять до зниження адаптаційного потенціалу й погіршення здоров'я школярів [13, 14].

У системі сучасної освіти України значну роль відіграють заклади нового типу, які надають підростаючому поколінню широкую різнобічну підготовку, сприяють розвитку інтелектуального потенціалу держави. Але за останні роки простежується залежність між типом школи й здоров'ям учнів – чим вище статус закладу, тим більше виникає проблем із здоров'ям [4]. Програми гімназій вимагають посиленої уваги до навчання, що більшості учнів вирішується шляхом збільшення розумової діяльності і зниження рухової активності [7]. Такі особливості режиму дня мають негативний вплив на стан здоров'я гімназистів.

На сьогодні стан здоров'я дітей гімназії вивчено недостатньо, особливо серед учнів молодшого шкільного віку, і тому дослідження цієї проблеми є актуальним завданням. Цю проблему необхідно вирішувати шляхом розробки і впровадження науково обґрунтованих щоденних оздоровчих заходів, оптимізації режиму дня, виховання у дітей навичок здорового способу життя.

Дослідження виконано у відповідності до плану наукових робіт

Сумського державного педагогічного університету ім. А.С. Макаренка.

Метою даної роботи є вивчення стану здоров'я дітей молодшого шкільного віку гімназії №1 м. Сум.

Методи і результати дослідження. Дослідження було проведено на базі молодших класів (1-3 класи) гімназії №1 м. Сум в 2001-2002 роках. Усього обстежено 267 дітей 6-10 років: з них 113 хлопчиків і 154 дівчинки.

Оцінювали рівень фізичного розвитку за шкалами регресії [12] на основі антропометричних показників, які включали величини довжини й маси тіла, околу грудної клітки (ОГК). Особлива увага приділялась масо-зростовим показникам, на основі яких фізичний розвиток оцінювався як гармонійний (коли маса тіла не виходить за межі значень середньої маси для даного росту $M \pm 1s$), або як дисгармонійний (при відхиленні маси тіла для даного зросту за межі цього діапазону). Так, якщо маса тіла була меншою, ніж $M-1s$, то фізичний розвиток оцінювався як дисгармонійний з дефіцитом маси тіла, а якщо маса тіла була більшою, ніж $M+1s$, то фізичний розвиток оцінювався як дисгармонійний з надлишковою масою тіла. При аналізі ростових процесів були виділені групи дітей з прискореним фізичним розвитком – акселерати (зріст більше $M+1s$) та із його затримкою – ретарданти (зріст менше $M-1s$). Була визначена група “ризик”, яку складають діти з дисгармонійним фізичним розвитком та з низьким зростом, оскільки цей контингент дитячого населення є найбільш вразливою його частиною, із високою ймовірністю виникнення різної патології [6].

Досліджували функціональні показники серцево-судинної системи, а саме артеріальний тиск (АТ), частоту серцевих скорочень (ЧСС) (за загальноприйнятими методиками), розраховували індекс Робінсона

$$\frac{ЧСС_{спокою} \times АТ}{100}$$

(ум. од.).

Виявляли рівень психофізіологічного розвитку учнів за показниками: об'єму короткочасної пам'яті (зорової та слухової); функціональної рухливості нервових процесів (ФРНП) (за методикою Є.Г. Черепанова - сортування слів); сили нервових процесів (за методикою “теппінг-тест”); розумової працездатності, за допомогою фігурних коректурних проб для 1-2 класів і буквених коректурних проб для 3 класів (визначали кількісні та якісні показники і коефіцієнт продуктивності розумової діяльності (Q)) [10].

Було досліджено стан здоров'я дітей за даними медичних оглядів.

Обробка даних проводилась за допомогою програмного забезпечення Microsoft Excel із використанням методів варіаційної статистики.

Фізичний розвиток – важливий і доступний для вимірювання показник здоров'я населення, на якому можливо прослідкувати як глобальні

зміни біологічної природи людини, так і відносно короточасні ефекти впливу факторів природного й соціального середовища по відношенню до популяції населення [2].

Аналіз результатів дослідження показав, що серед усіх обстежених дітей 6-10 років більшість (69,33%) має гармонійний фізичний розвиток. Серед осіб з дисгармонійним фізичним розвитком переважають діти із дефіцитом маси тіла (53,62%). Статеві відмінності полягають у тому, що серед дівчаток більше, ніж серед хлопчиків дисгармонійно розвинутих дітей із дефіцитом маси тіла (60,98% і 42,86% відповідно). Серед дисгармонійно розвинутих хлопчиків переважають діти з надлишковою масою тіла (57,14%). Найбільша кількість дисгармонійно розвинутих дітей була зафіксована в 6- і 10-річному віці – 40,91% і 37,50%. Слід зазначити, що чисельність групи “ризик” збільшується з 8 до 10 років і в трьох вікових групах складає 21,28%, 30,14% і 37,50% відповідно.

При вивченні інтенсивності процесів росту знайдено, що серед молодших гімназистів більша кількість дітей відноситься до медіантів, акселератів в 2 рази більше ніж ретардантів (рис.1). Найбільша кількість дітей-ретардантів була виявлена в 9-річному віці (як серед хлопчиків, так і серед дівчаток), а також серед 10-річних дівчаток і 7-річних хлопчиків.

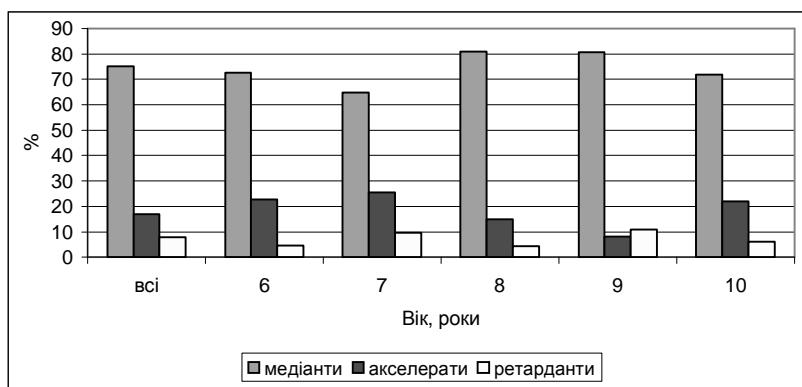


Рис. 1. Розподіл дітей молодшого шкільного віку за темпами росту

На основі сукупності таких критеріїв, як наявність чи відсутність хронічних захворювань, рівень функціонального стану основних систем організму, опір несприятливому впливу факторів оточуючого середовища, дітей поділяли за групами здоров'я. При медичному огляді виявлено, що майже половина дітей складають II групу здоров'я, 1/3 - відноситься до I групи здоров'я, а 1/6 - до III групи здоров'я. Слід відмітити те, що чисель-

ність дітей з III групою здоров'я збільшується в 5 разів з 6 до 10 років. Це свідчить про перехід функціональних порушень в хронічні захворювання. Вивчаючи структуру виявленої патології досліджено, що рівень поширеності всіх хвороб серед досліджених дітей гімназії 6-10 років становив 1161,05‰. Найбільшу частку складала хвороби кістково-м'язової системи та сполучної тканини, серед яких 67,29% це порушення постави й сколіози. Також хвороби ока і придаткового апарату, хвороби шкіри й органів дихання становили найбільш поширені групи хвороб за показниками захворюваності мають.

Для комплексної оцінки стану здоров'я дітей молодшого шкільного віку використовувалися також і фізіометричні показники. У деяких дітей при відсутності будь-яких захворювань можуть виявлятися функціональні порушення. Причини формування даних відхилень різні: швидкий темп зростання, вплив навчального навантаження невідповідного можливостям дітей, погані соціально-побутові умови та ін. [9].

Дослідники вважають, що саме функціональний стан серцево-судинної системи є універсальним індикатором адаптаційних можливостей цілісного організму [15].

При дослідженні артеріального тиску (АТ) було виявлено, що більшість дітей 6-10 років, має нормальний систолічний (сАТ) і діастолічний (дАТ) артеріальний тиск - 52,86% і 77,14% відповідно. Знижений сАТ був виявлений в 33,33% випадків, а підвищений - у 13,81% випадків. Знижений дАТ зустрічається в 2,7 разів менше, ніж сАТ. Знижений і підвищений АТ свідчить або про напруження механізмів адаптації у процесі навчання, або про погіршення робочих можливостей серця в результаті прогресуючого наростання втоми [16]. Слід відмітити, що серед дівчаток зафіксовано більше осіб із нормальним сАТ і дАТ (56,31% і 80,58%), ніж серед хлопчиків (49,53% і 73,83%).

Критерієм резерву й економізації функцій серцево-судинної системи є показник індексу Робінсона у спокої, який характеризує роботу серця. Вважається, що за цим показником можна визначити рівень соматичного здоров'я людини [1]. При дослідженні індексу Робінсона виявлено, що серед усіх обстежених дітей 6-10 років, майже половина має низьку функціональну здатність серця. Майже в кожній віковій групі кількість дітей з низькими показниками індексу Робінсона, переважає над дітьми з середніми і високими показниками (рис.2). Збільшення групи дітей із низькими показниками з 6- до 10-річного віку відбувається в основному за рахунок зниження кількості дітей, які мають високі показники індексу Робінсона. Так, в 10-річному віці достовірно більша кількість осіб має гірші показники індексу Робінсона, ніж в 6-річному віці ($p < 0,05$).

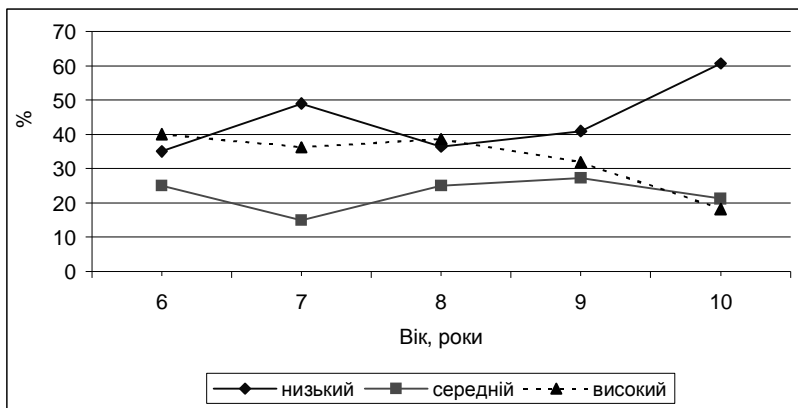


Рис. 2. Показники індексу Робінсона дітей молодшого шкільного віку

Для оцінки стану здоров'я дітей молодшого шкільного віку, необхідно визначити рівень фізичного розвитку, наявність чи відсутність хронічних захворювань та функціональний стан серцево-судинної системи. Організм людини є цілісною системою, зв'язок якої з навколишнім середовищем і сумісна робота всіх систем забезпечується нервовою системою. Тому дослідження функціонального стану нервової системи дає можливість отримати більш повну інформацію про стан здоров'я дітей. Були досліджені психофізіологічні показники, які безпосередньо пов'язані з морфофункціональною зрілістю структур мозку і залежать від індивідуальнотипологічних особливостей ВНД, біологічних і соціальних факторів (виховання, навчання та ін.) [11]. В результаті психофізіологічного дослідження, у дітей 6-10 років спостерігалось вікове зростання майже всіх досліджуваних показників (табл.1). Але слід відмітити те, що лише рівень ФРНП достовірно збільшився з 7 до 10 років, а об'єм слухової і зорової пам'яті та коефіцієнт ефективності розумової діяльності Q, достовірно змінювався лише з 6 до 8 років.

Статеві відмінності полягали в більшій продуктивності розумової діяльності у дівчаток в порівнянні з хлопчиками тому, що у всіх вікових групах (крім 6-річного віку), дівчатка мали кращі як кількісні, так і якісні показники розумової працездатності. Також рівень ФРНП у 8-річних дівчаток був достовірно кращий, ніж у хлопчиків ($p < 0,05$). Звертаючи увагу на якісні показники розумової працездатності, необхідно відмітити те, що 10-річні хлопчики припускають достовірно більше помилок, ніж 9-річні ($p < 0,01$), це говорить про гірший рівень уваги цих дітей, можливо внаслідок впливу

комплексу соціально-гігієнічних і біологічних факторів [5]. Кореляційний аналіз показав, що між показниками об'єму пам'яті, ФРНП і розумової працездатності існує вірогідний зв'язок ($r=0,6$; $p<0,05$).

Таблиця 1

Характеристика психофізіологічних показників дітей гімназії №1 м. Сум

Показники		Вік (роки)				
		6 n=23	7 n=56	8 n=57	9 n=78	10 n=35
Пам'ять	Слух. на слова (кіл-ть слів)	7,4±0,3	7,8±0,2	8,2±0,2	8,1±0,2	8,0±0,3
	слух. на числа (кіл-ть чисел)	-	-	5,9±0,3	5,2±0,2	5,6±0,3
	зорова на фігури (кіл-ть фігур)	6,35±0,3	7,2±0,2*	8,8±0,2*	8,4±0,2	8,8±0,3
	зорова на числа (кіл-ть чисел)	-	-	5,6±0,3	5,4±0,2	5,8±0,2
ФРНП (ум. од.)		-	1275±155,2	722±41,1*	566,0±31,7	444,5±22,5*
Розумова працездатність	V роботи (кіл-ть проглянутих фігур)	76,9±5,2	91,4±3,4	116,5±2,9	128,0±4,2	-
	Кількість помилок	2,2±0,7	1,7±0,4	1,1±0,2	2,15±0,6	-
	Q (ум. од.)	6,4±0,4	8,1±0,4*	10,8±0,3	11,2±0,5	-
	V роботи (кіл-ть проглянутих букв)	-	-	-	379,1±10,6	446,8±26,2
	Кількість помилок	-	-	-	3,0±0,4	8,8±0,4
Q (ум. од.)		-	-	-	35,3±1,1	38,6±2,4

Примітка:

- * - $p < 0,01$ – різниця між дітьми 6 і 7-річного віку;
- ♦ - $p < 0,01$ – різниця між дітьми 7 і 8-річного віку;
- - $p < 0,01$ – різниця між дітьми 9 і 10-річного віку.

Працездатність головного мозку оцінювали на основі сили нервової системи. Вікові особливості полягають в тому, що працездатність головного мозку 8-, 9- і 10-річних дітей була достовірно гіршою, ніж у 6-річних дітей. Можливо, це пов'язано з великим учбовим навантаженням та напруженням адаптаційно-компенсаторних процесів організму дітей молодшого шкільного віку гімназії.

Висновки. Таким чином, результати проведених досліджень, дозволили визначити загальні тенденції стану здоров'я дітей молодшого шкільного віку гімназії. Характерною особливістю фізичного розвитку є збільшення кількості дітей групи "ризик" (з дефіцитом та надлишком ваги тіла) та великий відсоток різноманітних захворювань, особливо хвороб кістково-м'язової системи і сполучної тканини. До негативної тенденції відноситься погіршення функціонального стану серцево-судинної системи за рахунок значної кількості дітей із зниженим або підвищеним АТ та зниженими показниками індексу Робінсона. Погіршення таких психофізіологічних показників як працездатність головного мозку і збільшення кількості

помилки, свідчить про психоемоційне перенавантаження, якому сприяє інтенсифікація навчання. Такі проблеми потребують подальшої розробки та втілення комплексу щоденних оздоровчих заходів протягом року.

Література

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. - СПб.: МГП "Петрополис", 1992. - 123с.
2. Бутырская И.Б. Динамика физического развития школьников Крыма //Гигиена населённых мест. - 2000. - Вып.37. - С. 462-465.
3. Бурханов А.И., Хорошева Т.А. Состояние здоровья учащихся младших классов лица искусств //Гигиена и санитария. - 1999. - № 3. - С. 42-45.
4. Гребняк Н.П. Умственная работоспособность гимназистов и лицеев в процессе учебной деятельности. - Донецк: ООО "Лебедь", 2002. - 216с.
5. Гуменна О. Оцінка режиму дня дітей молодшого шкільного віку //Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип.6. - Львів, 2002. - Т. 1. - С. 209-212.
6. Єжова О.О., Басанець Л.М., Іванова О.І. Фізичний розвиток дітей та підлітків різних промислових міст Сумської області //Довкілля та здоров'я. - 2002. - №1. - С. 42-45.
7. Завацька Л.А., Гнітецька Т.В. Шляхи оптимізації фізичного виховання учнів гімназії //Оптимізація процесу фізичного виховання в системі освіти: Матеріали Всеукр. наук. конф. - К.-Тернопіль, 1997. - С. 72-75.
8. Калиниченко І.О., Єжова О.О. Стан здоров'я одинадцятикласників при різних умовах навчання //Гигиена населённых мест. - 2000. - Вып.37. - С. 492-494.
9. Круцевич Т.Ю. Методы исследований индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания. - К.: "Олимпийская литература", 1999. - 232 с.
10. Макаренко Н.В. Теоретические основы и методики профессионального психофизиологического отбора военных специалистов /НИИ проблем военной медицины Украинской военно-медицинской академии. - К., 1996. - 336 с.
11. Макаренко Н.В., Борейко Т.И. Взаимосвязь свойств основных нервных процессов и произвольного внимания у детей младшего школьного возраста //Физиологический журнал. - 1993. - 39, № 4. - С. 80-87.
12. Оцінка фізичного розвитку дітей та підлітків м. Суми: Методичні рекомендації. - Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2003.
13. Поташнюк Р.З., Янко Н.В. Стан здоров'я школярів в навчальних закладах нового типу //Гигиена населённых мест. - 2000. - Вып. 37. - С. 472-478.
14. Присяжнюк С.І. Розвиток фізичних якостей учнів початкових класів загальноосвітньої школи (на прикладі сили і витривалості): Автореф. дис... к. н. з ф. в. і сп. / КНУ буд. і арх. - Львів, 2001. - 20с.
15. Савчук С.А. Корекція фізичного стану студентів технічних спеціальностей в процесі фізичного виховання: Автореф. дис... к. н. з ф. в. і сп. /РДГУ. - Рівне, 2002. - 18с.
16. Шаханова А.В., Чермит К.Д., Хасанова Н.Н. и др. Физиолого-гигиеническая характеристика морфофункционального развития и физической подготовленности школьников, обучающихся по системе Л.В. Занкова при разных формах организации двигательной деятельности //Валеология. - 2001. - №2. - С.46-55.

Надійшла до редакції 25.06.2003р.

РОЗВИТОК МОТОРНО-РУХОВОЇ КООРДИНАЦІЇ У ГРАФІЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Фадєєва Т. О.

Кіровоградський державний педагогічний університет
імені Володимира Винниченка

Анотація. У статті розкрито особливості та значення розвитку дрібної моторики ведучої руки у дітей дошкільного віку для підготовки до оволодіння першокласниками навичками письма. Подано завдання на інтеграцію розвитку моторно-рухової координації та орієнтації у просторі, підсиленого оптичним аналізом.

Ключові слова: дрібна моторика руки, сенсорні системи, готовність.

Аннотация. Фадеева Т.А. Развитие моторно-двигательной координации в графической подготовке детей дошкольного возраста. В статье раскрыты особенности и значение развития мелкой моторики ведущей руки у детей дошкольного возраста для подготовки до овладения первоклассниками навыками письма. Поданы задания на интеграцию развития моторно-двигательной координации и ориентации в пространстве, усиленного оптическим анализом.

Ключевые слова: мелкая моторика руки, сенсорные системы, готовность.

Annotation. Fadeeva T.O. Development of a motor - motorial coordination in graphic preparation of children of preschool age. In a paper the features and value of development of a small-sized motility of a leading arm(hand) at children of preschool age for preparation before mastering first-form children by skills of the letter are opened. The jobs(definition) for integration of development of a motor - motorial coordination and orientations in space, reinforced optical analysis are sent.

Key words: a small-sized motility of an arm(hand), sensory systems, readiness.

Постановка проблеми. Моторно-рухова координація дитини дошкільного віку знаходиться у стані становлення та розвитку. Вона тісно пов'язана з фізичним розвитком, психічною діяльністю, формуванням особистісних якостей та індивідуального когнітивного стилю дошкільника. Використання залежності між координаційно-регулятивною м'язовою діяльністю кисті руки, загальним розвитком моторики з сенсорними системами та просторовою орієнтацією дозволяє планувати навчальне середовище дошкільної ланки освіти із гарантованими показниками досягнень дітей в оволодінні графічними навичками та уміннями.

Дослідження виконано в межах наукової програми кафедри педагогіки Кіровоградського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка.

Джерельний аналіз публікацій з проблеми розвитку моторно-

рухової координації у графічній підготовці дошкільників дозволяє визначити кілька напрямків її розробки. Серед них вивчення анатомо-фізіологічних особливостей розвитку організму дитини дошкільного віку [4], питань психофізіологічних можливостей дітей [6, 7, 8] та підготовка руки до письма [2, 5]. Не розглянуто питання вивчення процесів просторової координації у поєднанні із розвитком сенсорних систем, дидактичного забезпечення навчального процесу дошкільного навчального закладу, тобто розробки такої системи педагогічної роботи, в якій передбачена продуктивна діяльність по формуванню дрібної моторики із залученням зорового, слухового та тактильного аналізаторів.

Цілі статті: дослідити наступність у розвитку моторно-рухової координації та визначити пріоритетні напрямки дидактичного забезпечення процесу формування психомоторики дітей дошкільного віку.

Результати дослідження. Трирічний вік характеризується дозріванням руки як самостійного органа, хоч функціонально ведуча рука не готова до систематичних рухових навантажень. У дошкільному віці відбувається поступове нарощення психомоторного досвіду дитини, збагачуються та ускладнюються рухові дії, розширюються межі їх практичного застосування. Спостереження за досягненнями дітей контрольних та експериментальних груп доводить необхідність початку цілеспрямованого розвитку моторно-рухової діяльності з дошкільного віку, оскільки недооцінка цього аспекту підготовки спричиняє серйозні труднощі при оволодінні першокласниками навичками письма та графічними вміннями. Діти, які працювали за експериментальною програмою у дошкільних навчальних закладах, у першому класі активніше включалися у виконання шкільних завдань, у них коротший період індивідуальної адаптації і вони з меншим напруженням оволодівали навичками письма. Першокласникам без відповідної попередньої підготовки доводилося докладати багато зусиль для формування навички письма, графічних, інструментальних та креслярських умінь.

У розробці системи педагогічної роботи по розвитку моторно-рухової координації необхідно спиратися на такі теоретико-методичні сади:

- дотримуватися наступності у доборі та розподілі системи педагогічної діяльності з урахуванням особливостей природної динаміки розвитку моторної сфери як базової;
- проектувати навчальне середовище дошкільної освітньої ланки, підпорядковуючи реалізацію індивідуальних програм розвитку та корекції дидактичним програм педагогічної роботи в умовах колективу дітей;
- в організаційно-методичному забезпеченні предметного середовища

дошкілля надавати перевагу інтегрованим завданням, при виконанні яких передбачається розвиток оптичного аналізу, точності рухових дій та механізмів координації моторної діяльності.

Експериментально-дослідна програма, спираючись на вихідні базові положення, проводилася за напрямками:

– безпосереднє виконання дитиною, починаючи із чотирирічного віку, графічних завдань різної складності, де предметне середовище – дидактичні матеріали, інструментальні засоби;

– поєднання завдань на складання малюнків із вправами на просторову орієнтацію та паперове конструювання, виконання вправ на координацію рухів руки на основі оптичного аналізу об'єктів дії та вербальної інструкції вихователя з першого подання.

У чотирирічної дитини відбувається стрімкий розвиток загальної моторики: вона наслідує, зображає рухи людей певної професії, характерні рухи тварин, імітує дії у заданій ситуації. Доступним графічним завданням є розфарбовування малюнків олівцем потрібного кольору. Причому завдання супроводжується вимогою вихователя не виходити за межі предметів, зафарбовувати рівномірно, не залишаючи прогалін. Оскільки сюжетні малюнки є багатофункціональними, то і завдань на розфарбовування до одного малюнка може бути декілька: на малюнку, де зображено осінній парк та клумба із квітами, діти червоним олівцем розфарбовують великі квіти, а синім – маленькі; листя квітів з однаковою кількістю пелюсток зеленим кольором; три листочки, які впали з дерева, кольором осені; зеленим кольором чотири листочки на дереві і т. д.

Сюжетні малюнки для дітей цього віку мають бути виконані плавними, обов'язково замкненими лініями з переважанням круглих та овальних форм, де не повинно бути багато дрібних, допоміжних ліній.

Робота з ножицями дітей п'ятого року життя містить вирізування малюнків, розміщених у квадратах чи прямокутниках, з подальшим наклеюванням їх на підготовлені для цієї мети місця. Обов'язковим є інструктаж вихователя про те, як тримати ножиці та як працювати з ними. Матеріал для вирізування винесений на окремі аркуші, з яких дитина відрізає частини малюнка. У складанні цілого малюнка дитина має діяти не шляхом проб та помилок, а опиратися на співставлення частин малюнка за спільними ознаками тощо. При вирізуванні малюнків потрібно орієнтувати дитину на точне та акуратне виконання, виховуючи посидючість та наполегливість. Вирізування застосовується при вивченні складу чисел у межах 5. У дидактичних матеріалах розроблена певна послідовність завдань, які поступово ускладнюються, але при цьому залишається інваріантним спосіб вивчення складу чисел.

Для виховання оптичної зрілості дітям п'ятого року життя посильні завдання на проведення лінії по доріжці, щоб вона не виходила за межі доріжки; обвести овал ззовні чи зсередини, повторюючи контури зразка; провести лінію між однаковими предметами на малюнку; продовження бордюрів по крапочках-підказках; доповнення малюнків лініями, щоб одержався предмет, схожий із зразком.

Робота дітей з олівцем у старшій групі стає більш складною: малюнки подаються меншого розміру, збільшується їх кількість на одне заняття, ускладнюються завдання. Штрихування малюнка вже не має самостійної мети, а підпорядковується виконанню певних логічних операцій. Зокрема, штриховка тільки тих предметів, яких по два або по одному предмету із сукупності різних предметів (дві склянки, один дзвіночок, два прапорці). Техніка штриховки відрізняється від зафарбовування, бо передбачає нанесення паралельних ліній на площину предмета. Горизонтальне, вертикальне чи діагональне штрихування дитина цього віку виконує з малюнками, що мають геометричні форми (апельсин, ялинка, будинок, слива) або не мають їх (курча, яблуко, ведмедик, кораблик, автомобіль), а також при роботі з геометричними фігурами (трикутником, квадратом, кругом, овалом). У старшому дошкільному віці у дитини виробляється стереотип роботи із писемним засобом (олівцем, фломастером, ручкою): формується постава за столом, спосіб тримання ручки чи олівця, положення руки на аркуші, положення аркуша на столі. Задача дорослих полягає у тому, щоб підготувати дитину у цьому віці до графічної роботи. Вихователі чи батьки мають контролювати, щоб у дитини була правильна посадка, вона вільно тримала руку на аркуші, не повертала його під час штрихування, виконувала завдання на зафарбовування як маленьких, так і великих зображень не відриваючи руки від малюнка.

На шостому році життя програмою експериментального дослідження передбачається виконання дітьми графічних завдань на продовження зразка на лінованому папері. Перші графічні завдання діти виконують на пролінованій клітинками смужці, розмір якої у два рази більший за шкільну клітинку. Змістом перших завдань є репродукція зразка – відомих дитині предметів: грибочків, дерев, парасольок, цукерок тощо. Наступним є завдання, у яких діти продовжують ламані лінії, не відриваючи руку від малюнка. Завершується комплекс завдань відтворенням замкнених геометричних фігур різної форми при зменшенні їх величини до кінця навчального року в два рази.

Графічні завдання, хоч і мають на меті систематичне вправлення в підготовці руки до письма, виконують також інші функції. Наприклад, лічба репродукованих предметів та обведення їх парами (по три, п'ять); роз-

фарбовування різними кольорами кожні два (три, чотири) предмети, фігури; виконання штрихування фігур тільки верхнього рядка, кожної третьої фігури, предметів, які повторюються.

Для роботи із ножицями у дидактичних матеріалах передбачено відрізу смужку. Завдання на вирізування вимагають від дитини більш точних рухів, бо частину предметів потрібно вирізати за їх контурами. На відрізних смужках розміщуються два різних за своїм призначенням видів предметів: одні із них за інструкцією наклеюються на сторінку, інші – накопичуються у класі і використовуються як лічильний матеріал. Зупинимось на перших. Вони входять самостійною частиною у більш складне завдання – опрацювання сюжетної ситуації, зображеної на малюнку. Наприклад, дітям пропонується у ігровій формі відшукати кожній тварині дім (білочка – дупло; птах – гніздо; жабеня – озеро; мураха – мурашник) або встановити взаємно-однозначну відповідність. Після попередньої бесіди діти вирізають малюнки тварин із смужки і наклеюють їх так, щоб кожна тварина була біля свого дому. Завершується робота розфарбовуванням усього малюнка. Така комплексна робота з малюнком, у якій дитина виконує практичну (вирізування, наклеювання, розфарбовування) та орієнтовно-пізнавальну діяльність і яка супроводжується вербальною аргументацією, інтегрує в собі окремі дії, підпорядковуючи їх одній цілі. І на очах дитини її руками створюється кольорова картина лісового пейзажу. Уява допоможе дитині “оживити” тварин, а уявний лісовий діалог відтворити умови та спосіб життя, харчування та пересування тварин.

Другий тип завдань пов’язаний із паперовим конструюванням. Спочатку дитині пропонується зразок розлінованого малюнка, на якому точками розмічено предмет. На відрізній смужці подаються у будь-якому порядку частини малюнка, які дитина повинна акуратно вирізати і наклеїти на зразок. Поступово збільшується кількість частин, на які ділиться малюнок, і не подається підказка. Дитина вже має самостійно скласти цілий малюнок, опираючись тільки на власне спостереження та розмірковування щодо того, як поєднати різні частини. При цьому вона має орієнтуватися на співвіднесеність рельєфних ліній, їх товщину тощо, тобто здійснювати оптичний синтез “розрізаного” малюнка.

Спостереження за дітьми шостого року життя показують, що у цьому віці дитина здатна координувати м’язову діяльність ведучої руки на основі оптичної інформації про об’єкт дії. Отже, робота педагога по вихованню у дитини оптичної пильності, диференційованого перцептивного “бачення” істотних властивостей чи контурної формоутворюючої заданості закладає основи для “пальчикової” розвиненості. У цій роботі, на наш погляд, важливими є два види завдань:

– на штрихування менших, ніж для дітей п'ятого року життя, малюнків, але з вимогою не виходити за контури предмета. Сюди належать завдання на штрихування тільки того предмета із сукупності схожих з ним предметів, який збігається із зразком, малювання предметів за зразком на нелінованому папері, штрихування предметів, що мають геометричні форми тощо. Така робота має репродуктивний характер, пов'язана з відтворювальною, інтуїтивно-практичною діяльністю;

– на розвиток психомоторного досвіду дитини, який передбачає формування узгодженості оптичного аналізу з координацією рухів, на основі усвідомленого образного мислення. Діяльність дитини носить цілеспрямований, пошуковий характер, в результаті якої вона одержує якісно нові продукти. Це завдання на дзеркальне відображення, відтворення цілого предмета на нелінованому папері, доповнення лініями незавершеного малюнка (деталлями чи основними контурами); зображення відомих дитині предметів без опори на зразок; пошук з-поміж сукупності контурних зображень предметів, накладених один на один, однакових і виділення їх кольором; пошук та прокладання шляху у лабіринті тощо. При виконанні цих завдань відбувається задіяння процесів мислення, уяви, які у психомоторних діях перетворюються у нові продукти цілісної пізнавальної діяльності дитини.

У роботі з дітьми підготовчої групи, які з різних причин не навчаються у школі, продовжується та закріплюється робота по розвитку координації рухової діяльності. Оскільки графічні вимоги підсилюються, стає більшим перелік моторно-рухових дій дитини, ускладнюються вербальні інструкції педагога, то збільшується і дидактичне навантаження навчальних завдань, змінюються їх види. Завдання інтегрованого типу передбачають поєднання моторно-рухових дій з діяльністю сенсорних систем, координаційно-регулятивної діяльності із вказівками дорослого. До таких завдань належать:

– алгоритмізовані. Вони подаються окремими частинами, послідовність виконання яких визначає припис або графічна модель розв'язання;

– імажинативні, в яких дитина повинна доповнити формонезавершені малюнки лініями чи деталлями, щоб вийшов відомий реальний чи уявний предмет;

– з логічним навантаженням, що передбачають попередню роботу над логічною умовою. Наприклад, дитині пропонується провести лінії від цифри до сукупності предметів такої ж чисельності, але при цьому лінії з'єднань не повинні між собою перетинатися. Інше завдання: необхідно двома кольорами розфарбувати три квадрати так, щоб два із них були од-

ного кольору, а дві – різного. До цього типу завдань відносимо розфарбування квадрата різними кольорами за логічною вказівкою: квадрат розділено на чотири менших квадрата. Верхній правий потрібно розфарбувати не коричневим і не жовтим кольором, а квадрат під ним – червоним кольором. Синій квадрат знаходиться не над чорним, але поруч із жовтим. Діти називають кольори і пояснюють відповідь та практично виконують завдання;

– графічні, у яких дитина виконує окремі елементи цифр. Вони включаються до системи завдань із загальної графічної підготовки і передбачають проведення просторово-координаційної роботи на лінованому у “клітинку” папері. За вказівкою педагога діти відпрацьовують окремі елементи. Наприклад, проведення лінії з правого верхнього кутка до середини нижньої лінії;

– малювання відомих дитині предметів, щоб їх форма була схожою із геометричними фігурами. До такого виду завдання діти підготовлені заздалегідь і тому можуть виконувати їх самостійно. Посильними є завдання на композицію геометричних фігур, в результаті якої одержується певний образ: сніговик складається із трьох кіл; ялинка – із кількох трикутників та чотирикутника тощо.

Продовжується та поступово ускладнюється робота дітей сьомого року життя із ножицями. Серед завдань – вирізування з відрізної смужки: а) елементів малюнка та поновлення його наклеюванням відсутніх частин; б) окремих предметів для подальшої класифікації, групування, побудови серіаційних рядів; в) сукупності предметів, із яких дитина вибирає один за певною ознакою; г) паперових конструкторів “Танграм”, “Колумбове яйце”, “Піфагор”, “Чарівне коло”, “В’єтнамська гра”; д) накопичення у класі лічильного матеріалу (числових фігур, геометричних фігур, цифр, знаків дій та відношень). Інший варіант використання ножиць полягає у підготовці дитиною динамічних ілюстрацій до вивчення математичних відношень, порівняння чисел та виконання арифметичних дій. Виконана дитиною рухова наочність вимагає цілого комплексу узгоджених між собою “пальчикових” дій та точності при вирізуванні окремих її частин. Нами розроблені кільцева та лінійна моделі. Вони дозволяють ілюструвати рух, зміни в ситуації конкретного сюжету і можуть бути задіяні до наочного варіювання конкретики вихідних умов навчального завдання.

Експериментально доведено, що продуктивними є завдання на формування зорового, слухового та просторового образів чисел та букв. Стійкі стереотипи оптичного аналізу та символізм заміщення оточуючої реальності спричиняють творчий пошук та творчу самореалізацію дитини, що відповідає впровадженню особистісно-орієнтованої моделі навчання

дітей на дошкільному освітньому рівні.

Висновки. Цілеспрямований розвиток психомоторики дошкільника, зорієнтований на збагачення особистісного простору життєдіяльності та на вимоги, що їх висуває шкільний процес, доповнений завданнями, у яких задіяні сенсорні системи, дозволяє підвищити якість викладання та підняти на новий рівень координаційно-рухову діяльність дошкільників, розвинути у них механізми індивідуальної адаптації до шкільного навчання.

Подальшого розвитку набуває питання розробки комплексу організаційно-методичного забезпечення процесу навчання дошкільників, в якому були б ураховані вікові закономірності та особливості розвитку пізнавальної сфери та сенсорних систем; апробація комплексу навчальних завдань на розвиток моторно-рухової координації, які поєднують просторову орієнтацію, оптичний аналіз і спостережливість, слухову чутливість та розуміння вербальної інформації з першого подання.

Література

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні // Дошкільне виховання.– 1999.– №1.– С. 6–19.
2. Богуш А.М., Григоренко Г.І. Запрошуємо до розмови: Посіб. для роботи з дошкільнятами.– К.: Освіта, 1996.– 149с.
3. Державний стандарт початкової загальної освіти // Початкова школа.– 2001.– №1.– С.28–54.
4. Дмитриев А.С. Физиология высшей нервной деятельности человека: Сб. статей / Отв. ред. Р.И.Куликов. – М.: Наука, 1982.– 176с.
5. Запорожец А.В. Психологическое изучение развития моторики ребенка-дошкольника // Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста / Под ред. А.Н.Леонтьева, А.В.Запорожца. – М., 1948.– С. 102–112.
6. Змановський Ю.Ф. Психофизиологические ресурсы шестилетнего ребенка // Формирование школьной зрелости ребенка / Сост. Т.Тулава.– Таллин, 1982.– С. 86–88.
7. Кропонов Ю.Д. Нейрофизиология целенаправленной деятельности. – СПб.: Наука, 1993.– 173с.
8. Небылицын В.Д. Психофизиологические исследования индивидуальных различий: Сб. статей. –М.: Наука, 1976.– 336с.

Надійшла до редакції 24.06.2003р.

ВИХОВАННЯ ТВОРЧИХ ЯКОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА В ПЕДАГОГІЧНОМУ ПРОЦЕСІ ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

Яресько К.В.

Харківський державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди

Анотація. Розкрито способи виховання творчих якостей особистості студентів. Обґрунтовано етапи управління навчальною діяльністю студентів. Розглянуто проблему вибору оптимальних методів у педагогічному процесі.

Ключові слова: педагогічний процес, виховання, вищий заклад освіти, управління, творча діяльність.

Аннотация. Яреско Е.В. Воспитание творческих качеств личности студента в педагогическом процессе высшего учебного заведения. Раскрыты способы воспитания творческих качеств личности студентов. Обоснованы этапы управления учебной деятельностью студентов. Рассмотрена проблема выбора оптимальных методов в педагогическом процессе.

Ключевые слова: педагогический процесс, воспитание, высшее учебное заведение, управление, творческая деятельность.

Annotation. Yaresko K.V. Education of creative qualities of the person of the student in pedagogical process of a higher educational institution. Ways of education of creative qualities of the person of students are investigated. Stages of management of educational activity of students are proved. The problem of a choice of optimum methods in pedagogical process is considered.

Key words: pedagogical process, education, a higher educational institution, management, creative activity.

Постановка проблеми. Функціонування педагогічної системи вищої школи спрямовано на розвиток творчої особистості. Постає питання: якими якостями має володіти людина, щоб бути творчою особистістю? Відповідаючи на це питання, доктор педагогічних наук, учитель-методист В.О. Бухвалов пише, що, по-перше, вона має бути моральною: “Зараз науково обґрунтованим можливо визнати постулат, що мета педагогічного процесу школи – це розвиток моральної та творчої особистості в процесі засвоєння основних закономірностей і методів культури, самостійної у пізнавальній і практичній діяльності, вільної у виборі професійної, суспільної і сімейної кар’єри” [1, с. 3]. Автор вважає, що в структуру мети освіти мають включатися моральні якості особистості: творча спрямованість, особиста і суспільна корисність діяльності, бачення варіативних шляхів у досягненні мети, виконання особистих обов’язків, визнання й підтримання альтернативної корисної діяльності та ін.

Матеріал, представлений у статті, пов’язаний з науково-дослідницькою тематикою кафедри соціальної педагогіки ХДПУ ім. Г.С. Сковороди.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Моральність визначається як система норма і принципів поведінки людини в її ставленні до інших людей, суспільства, що ґрунтуються на гуманістичних цінностях (добро, справедливість, любов, дружба, честь, взаємодопомога, порядність, щастя та ін.). Для здійснення морального виховання необхідно, щоб самі викладачі, керівництво навчальним закладом завжди були прикладом високоморальної поведінки, а також слід у зміст навчальних дисциплін (перш за все – психолого-педагогічного спрямування) вводити аналіз моральних ситуацій і завдань, що сприяють вихованню моральних якостей. Такі ситу-

ації описані у трудах В.О. Сухомлинського, А.С. Макаренка, Ш.О. Амонашвілі, Н.В. Бордовської, А.А. Реана та ін.

Творча спрямованість особистості виховується в процесі формування інтересу до навчальних дисциплін, а також умінь, необхідних для творчої діяльності (інтелектуально-логічні, інтелектуально-евристичні, світоглядні, комунікативні, естетичні, оцінні тощо). Студенти мають виконувати завдання, пов'язані з використанням методів мозкового штурму, синектики, а також системного підходу, кібернетичного, технологічного тощо. Пошук і визначення оптимальних (раціональних) рішень сприяють переживанню студентами почуття “успіху” як обов'язкової умови досягнення позитивної мотивації до творчої діяльності.

У вищому закладі освіти студенти реалізують свою навчально-творчу діяльність, результатами якої є об'єктивно або суб'єктивно нове, корисне як для самого суб'єкта, так і для суспільства. Щоб виховати бачення варіативних шляхів досягнення мети, необхідно використовувати такі завдання, які допускають кілька варіантів їхнього вирішення. Слід навчати студентів плануванню своєї діяльності, співставленню кількох планів досягнення мети. Це можливо при ситуаційному навчанні, тобто використанні ситуацій спільної продуктивної діяльності (Ю.С. Тюнников, Л.В. Ричкова та ін.).

Виконання особистих планів, обов'язків є дуже важливим у процесі навчально-творчої діяльності. Воно вимагає сили волі – вміння переборювати труднощі, досягати мети, здійснюючи суспільно й особисто корисну діяльність. Відомо, як Лев Миколайович Толстой наполегливо займався самоосвітою. Ще юнаком він склав для себе план самоосвіти з одинадцяти пунктів. Перші шість пунктів передбачали вивчення курсу юридичних наук, медицини, кількох мов, основ сільського господарства, історії, географії, статистики, математики. Все це стало йому в нагоді, коли він займався школою, посередництвом, допомогою голодуючим. У своєму щоденнику від 8 квітня 1901 р. він писав: “Счастливые мои эпохи были только тогда, когда я всю жизнь отдавал служению людям. Это были школа, посредничество, голодающие” [2, с. 85].

Аналіз публікацій показує, що залишається недостатньо вивченою проблема виховання творчих якостей особистості з позицій управління навчальною діяльністю студентів.

Метою даної роботи є обґрунтування способів виховання творчих якостей особистості студента.

Результати роботи. Навчання плануванню ґрунтується на реальній самооцінці своїх можливостей і здібностей в процесі діяльності. Це слід здійснити при застосуванні особистісно-орієнтованого навчання. Кожен

студент має працювати за особистим планом, що передбачає розподілення часу на виконання різних видів діяльності. Важливо, щоб студенти оволодівали способами здійснення навчальної діяльності, позанавчальної самостійної роботи, організації дозвілля тощо.

Виховання визнання й підтримки альтернативної корисної діяльності ґрунтується на застосуванні операцій мислення: аналізу, синтезу, порівняння, співставлення тощо. Студентам необхідно вміти співставити результати своєї діяльності та інших за такими критеріями: досягнення поставленої мети, співвідношення результатів і часу, витраченого на їхнє одержання, а також складність застосованого способу. Слід намагатися мінімізувати витрати часу, зусиль, матеріальних цінностей, а також складність способу діяльності.

Розгляд деяких складових моральної культури студентів показує, що ці складові щільно пов'язані з організацією творчої діяльності. Якими ще якостями має володіти людина, щоб зватися творчою особистістю? Різні дослідники висловлюють неоднакові судження з цього питання. Г.С. Альтшуллером та І.М. Верткіним проаналізовано біографії творчих особистостей і доведено, що незалежно від роду діяльності творча особистість має володіти такими основними якостями:

- 1) вміння поставити творчу мету і підкорити свою діяльність її досягненню;
- 2) вміння планувати й здійснювати самоконтроль своєї діяльності;
- 3) висока працездатність;
- 4) вміння знаходити й вирішувати проблеми, що складають основу мети;
- 5) вміння захищати свої переконання [1, с. 13; 3, с. 11].

Перша якість – вміння поставити творчу мету – забезпечує цілеспрямованість творчого процесу. На думку авторів, мета має характеризуватися новизною, суспільною корисністю, конкретністю, значущістю та іншими показниками. Для формування цього найважливішого вміння необхідно розкривати студентам стан розвитку науки, вказувати на невирішені проблеми, рекомендувати відповідну літературу. Це дозволить студентам зорієнтуватися у проблемах науки й зробити для себе правильний вибір. При вивченні конкретної дисципліни викладачеві слід структурувати її на розділи, теми, окремі питання, розкривати взаємозв'язок з вивченими раніше дисциплінами, а також із тими, які будуть вивчатися у майбутньому. Часто викладачі користуються міжпредметними зв'язками, але розкривають їхнє значення лише на рівні знань. Більш ефективним є розкриття міжпредметних умінь, способів діяльності, досвіду творчої діяльності, реа-

лізації емоційно-ціннісного ставлення до навчальної дисципліни тощо. Все це дозволить студентам зорієнтуватися не тільки у глобальних проблемах науки, але й у підпроблемах, що пов'язані (витікають) із загальною проблемою.

Виховання вміння планувати свою діяльність і здійснювати самоконтроль її ходу та результатів можливо досягти, використовуючи концепцію управління навчально-пізнавальною діяльністю учнів (В.С. Безрукова, В.П. Беспалько, Т.О. Дмитренко, Н.Ф. Тализіна, В.О. Якунін та ін.). Основу концепції складають етапи процесу управління:

- збирання інформації та оцінювання ситуації, що склалася на даний момент;
- визначення критеріїв та обмежень, що характеризують процес управління;
- прийняття рішення про здійснення найбільш раціональних дій (оптимальних – за певними критеріями та обмеженнями);
- виконання прийнятого рішення;
- контроль і корекція отриманих результатів.

Якщо прийняти припущення, що вирішення проблеми має місце в системі, що є системою управління, то в основу плану можна покласти етапи процесу управління. Вказані етапи є інваріантними щодо виду системи (технічних, людино-машинних, соціальних тощо). Вирішення проблеми в системі управління навчальною діяльністю учнів можливо шляхом застосування концепції поетапного формування розумових дій і понять (П.Я. Гальперін, Н.Ф. Тализіна). Дана концепція враховує, що відбувається процес навчання, утворення в учня нових ідей, образів, понять не тільки в індивідуальному плані, а й в спілкуванні з іншими учнями, тобто відбуваються процеси передачі інформації, перевірки результатів, їх оцінювання тощо.

Для порівняння визначень плану і програми наведемо їх, користуючись Новим тлумачним словником української мови:

- “План – заздалегідь накреслена програма... заходів, що передбачає порядок і термін здійснення їх; текст, документ із викладом такої програми заходів” [4, т. 3, с. 420].
- “Програма – дійсний напрям, ...курс, спрямування” [4, т. 3, с. 776].

Порівняння визначень показує, що родовим поняттям є поняття “програма”, а видовим – “план”. Якщо програма включає ідею вирішення проблеми, концепцію, гіпотезу, то план є втіленням програми на рівні етапів її вирішення, необхідних заходів тощо. В.О. Бухвалов пише: “План досягнення мети має включати два головних аспекти: систему проблем, рішення яких необхідно для досягнення мети, і список робочих дій дослідника,

виконання яких необхідно для розв'язання проблем” [1, с. 15]. Визначення творчої мети, програми, плану її вирішення є основою досягнення культури навчальної діяльності студентів.

Робота над здійсненням робочої мети вимагає високої працездатності, вміння працювати планомірно, контролювати результати роботи. Для виховання таких якостей слід привчати студентів до розробки технології здійснення діяльності. Для досягнення поставленої мети в навчальній діяльності необхідно застосовувати такі види діяльності (розділ 2): орієнтаційну, пізнавальну, перетворювальну, оцінну, а також спілкування. Слід навчати студентів умінням визначати способи здійснення будь-якої діяльності, що включають необхідні етапи й відповідні ним засоби.

В основі здійснення способу діяльності лежить сукупність методів. За визначенням С.У. Гончаренка, метод – «спосіб організації практичного й теоретичного освоєння дійсності, зумовлений закономірностями розгляданого об'єкта» [5, с. 205].

Новий тлумачний словник української мови [4, т.2, с. 617] дає таке визначення: “Метод – прийом або система прийомів, що застосовується в якій-небудь галузі діяльності (науці, виробництві тощо)”.

У Найновішому філософському словнику метод визначається як спосіб досягнення мети, сукупність прийомів і операцій теоретичного або практичного освоєння дійсності, а також людської діяльності, певним чином організованої” [6, с. 628].

Філософ П.В. Копнін звертає увагу на те, що “метод – це правила дії, правила стандартні й однозначні, немає стандарту й однозначності, немає правила, а значить, і немає методу...” [7, с. 305].

Аналіз визначень показує, що метод розглянуто з кількох боків:

- метод як теорія організації діяльності (С.У. Гончаренко, Найновіший філософський словник);
- метод – це безпосередньо практична або теоретична діяльність, що відбувається за правилами (Новий тлумачний словник української мови; П.В. Копнін).

У дидактиці розглядається діяльність педагога, діяльність учня, а також їхня спільна діяльність. У зв'язку з цим, метод – це теорія організації спільної діяльності педагога та учнів, з іншого боку, метод – це діяльність педагога (викладання) або діяльність учня (учіння), що здійснюються за певними правилами.

В.І. Андреев дає таке визначення методу навчання: метод навчання – це розроблена з урахуванням закономірностей і принципів навчання система прийомів (правил), цілеспрямоване використання яких дозволяє педагогу оптимально вирішувати адекватні даному методу задачі навчан-

ня” [8, с. 40]. У даному визначенні автор наголошує на розгляді взаємозв’язку методу навчання з принципами і закономірностями; з іншого боку, саме метод дозволяє оптимальне вирішення завдань навчання. Отже, метод займає центральне місце в управлінні навчальною діяльністю учнів, а також в самоуправлінні їхньою діяльністю. Це повністю співпадає з положенням загальної теорії управління.

Розробка теоретичних основ методів навчання має досить довгу історію. Зараз існує кілька класифікацій методів навчання, що ґрунтуються на відповідних концепціях. Дані класифікації не задовольняють педагогів середньої й вищої школи, тому що для вирішення проблем всебічного розвитку особистості, навчання упродовж життя, організації навчально-творчої та дослідницької діяльності необхідним є поєднання концепцій, створення на цій основі нових класифікацій методів і технологій. Складність вирішення даної задачі спонукало педагогів-дослідників до використання методу ідеалізації при розробці моделей процесу навчання. Так з’явилася бінарна класифікація методів навчання (М.М. Левіна, М.І. Махмутов, Т.І. Шамова), що передбачала поділ методів на методи викладання й методи учіння, які розглядались у сукупності. М.М. Левіна писала: “У діяльності учителя (викладанні) – це методи управління – інформаційні методи й методи організації пошукової діяльності учнів, а в діяльності учнів – методи учіння – продуктивні та репродуктивні [9, с. 113]. Функції процесів викладання й учіння є різними. Функції викладання полягають у передачі інформації та управлінні навчальною діяльністю учнів. Функції учіння – засвоєння інформації, досвіду різних видів діяльності в умовах прямого управління, співуправління й самоуправління. В.І. Андрєєв у методичному посібнику з евристичного програмування навчально-дослідницької діяльності зауважує, що в дидактиці бінарна класифікація методів не одержала свого визнання. І.Я. Лернер писав, що діяльності учня і вчителя так сильно пов’язані між собою, що розривати їх неможливо [10, с. 125].

Ми вважаємо, що для цілей класифікації таке спрощення є допустимим, тому що кожна діяльність має свої цілі, виконує свої функції, застосовує відповідні методи. Для того, щоб застосувати різні концепції при розробці методів, на думку В.І. Андрєєва, необхідно перейти до багатомірних моделей класифікації методів викладання й учіння. Ним розроблено трьохмірні моделі методів викладання й учіння, де дослідницький (творчий) метод учіння співвідноситься з проблемно-евристичним методом викладання; репродуктивно-дослідницький метод учіння – з проблемно-інформаційним методом викладання; репродуктивний метод учіння – з інформаційно-алгоритмічним методом викладання.

Відомо, що коли складна система розділяється на підсистеми, що

досліджуються окремо, обов'язково слід встановити й урахувати зв'язки між ними. В.І. Андреев реалізує вказані зв'язки за допомогою різних засобів управління [8, с. 43-44]: евристик, що реалізують непряме, перспективне управління; навчальних проблем, за допомогою яких можливо оптимально сполучати роз'яснення, повідомлення необхідної навчальної інформації; алгоритмів для здійснення прямого, оперативного управління репродуктивною діяльністю учнів.

Основами класифікації методів викладання й учіння є: рівні організації, етапи (емпіричний, теоретичний, практичний); методи наукового пізнання (експеримент, моделювання, логічний, математичний, історичний тощо).

Аналіз класифікації методів навчання, розробленої В.І. Андреевим, показує, що її можливо покласти в основу розробки технології навчання студентів педагогічного університету – майбутніх учителів-дослідників.

Висновки.

1. Формування культури навчальної діяльності студентів педагогічного університету має своїм результатом виховання моральної і творчої особистості майбутнього учителя-дослідника. Виконання цього завдання слід пов'язати безпосередньо з процесом навчання, використовуючи технологію здійснення ситуативного підходу. Виховання творчих якостей особистості (вміння визначити проблему дослідження, скласти план, здійснити самоконтроль результатів діяльності тощо), що здійснюється в системі управління навчальною діяльністю студентів, можливо, ґрунтуючись на основних етапах процесу управління: збирання інформації та оцінювання ситуації, визначення критеріїв та обмежень, вибір методу розв'язання проблеми, контроль за отриманими результатами.

2. Центральним етапом процесу управління є прийняття рішення про найраціональніші (оптимальні) дії. Відповідно, головним моментом процесу навчання (самонавчання) є вибір методу. Організація навчально-творчої діяльності майбутніх учителів-дослідників має ґрунтуватися на багатомірних класифікаціях методів навчання, основу яких складає бінарна концепція навчання. Аналіз багатомірної класифікації методів, розробленої В.І. Андреевим, показує, що вона може бути підґрунтям розробки технології особистісно-орієнтованого навчання студентів педагогічного університету.

Подальші дослідження необхідно провести у напрямку подальшого вивчення інших проблем особистісно-орієнтованого навчання студентів педагогічного університету.

Література

1. Бухвалов В.А. Развитие учащихся в процессе творчества и сотрудничества.– М.:

Центр “Педагогический поиск”, 2000.– 144 с.

2. Л.Н. Толстой в портретах, иллюстрациях, документах: Пособие для учителей средней школы.– М.: Государственное учебно-педагогическое изд-во Министерства просвещения РСФСР, 1956.– 318 с.
3. Альтшуллер Г.С., Верткин И.М. Как стать еретиком. Жизненная стратегия творческой личности// Как стать еретиком. Сост. А.Б. Селюцкий.– Петрозаводск: Карелия, 1991.– 184 с.– С. 11.
4. Новый тлумачний словник української мови. В 4 тт. – Київ: Аконіт, 1999.
5. Гончаренко С.У. Український педагогічний словник. – Київ: Либідь, 1997. – 374 с.
6. Грицанов А.А., Абушенко В.Л. Метод// Новейший философский словарь/ Под ред. А.А. Грицанова: Изд-е 2-е, перераб. и доп.– Минск: Итерпрессервис: Книжный Дом, 2001.– 1280 с.– (Мир энциклопедий).– С. 628.
7. Копнин П.В. Диалектика, логика, наука.– М., 1973.
8. Андреев В.И. Эвристическое программирование учебно-исследовательской деятельности: метод пособие.– М.: высшая школа, 1981.– 240 с.
9. Левина М.М. О сущности методов обучения.– Сов. педагогика, 1970.– № 3.
10. Лернер И.Я. Проблема методов обучения и пути ее исследования/ Вопросы методов педагогических исследований.– М., 1973.

Надійшла до редакції 24.06.2003р.

МЕТОДИ ПЕРСПЕКТИВНОГО УПРАВЛІННЯ В ПЕДАГОГІЧНІЙ СИСТЕМІ ВИЩОГО ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

Прокопенко А.І.

Харківський державний педагогічний університет ім. Г.С. Сковороди

Анотація. Зроблено аналіз педагогічної системи в умовах перспективного управління. Визначено поняття методу перспективного управління. Розглянуто педагогічні умови підвищення ефективності перспективного управління в педагогічній системі вищого закладу освіти.

Ключові слова: метод, перспективне управління, педагогічна система, організація, контроль.

Аннотация. Прокопенко А.И. Методы перспективного управления в педагогической системе высшего учебного заведения. Выполнен анализ педагогической системы в условиях перспективного управления. Определено понятие метода перспективного управления. Рассмотрены педагогические условия повышения эффективности перспективного управления в педагогической системе высшего учебного заведения.

Ключевые слова: метод, перспективное управление, педагогическая система, организация, контроль.

Annotation. Prokopenko A.I. The methods of perspective management in pedagogical system of higher educational establishment. The analysis of pedagogical system in the conditions of perspective management is made. The conception of the method of perspective management is determined. The pedagogical conditions of the raise of effectiveness system of higher educational establishment are considered.

Key words: a method, perspective management, pedagogical system, organizing, a control.

Постановка проблеми. У педагогіці як науці про педагогічні системи важливе значення приділяється методам як способам організації теоретичного та практичного освоєння оточуючого світу, зумовленим закономірностями того об'єкта, який вивчається. Більшістю дослідників (В.П. Беспалько, В.С. Безрукова, Т.О. Дмитренко, В.В. Костіна, Л.В. Ричкова, Н.Ф. Талізін, В.О. Якунін, К.В. Ярьсько та інші) педагогічна система розглядається як система управління: зовнішнього-соціального і внутрішнього-педагогічного. Обидва види управління в педагогічній системі вищого закладу освіти мають ознаку перспективності. Метод перспективного управління – це сукупність способів впливу суб'єкта управлінської діяльності (викладач) на об'єкт (навчальна діяльність студента) для досягнення перспективних цілей, тобто тих, які розраховані на перспективу, на майбутнє.

Матеріал, представлений у статті, пов'язаний з науково-дослідницькою тематикою кафедри соціальної педагогіки ХДПУ ім. Г.С. Сковороди. На нашу думку, проблема підвищення ефективності перспективного управління в педагогічній системі вищого закладу освіти не є повністю вирішеною.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Ефективність управління багато в чому визначається наявністю організаційного порядку як системи відносно стабільних, довготривалих ієрархічних зв'язків, стандартів, норм, що регулюють взаємозв'язки (вертикальні, горизонтальні). Організаційний порядок, на думку Є.М. Бабосова, втілюється у формальну організацію, яка забезпечує стабільність і сталість усіх процесів, тобто результативність управління ними [1, с. 50]. На етапі усвідомлення необхідності, можливості, технології засвоєння нового матеріалу широко використовується комплекс методів, що входять до складу компетентнісного підходу. Цей підхід, на думку В.І. Лозової, “передбачає аксіологічну, мотиваційну, рефлексивну, когнітивну, операційно-технологічну та інші складові результатів навчання, що відбивають прирощення не лише знань, умінь, навичок, а й досвіду емоційно-ціннісного ставлення” [2, с. 13].

У теорії менеджменту частіше всього використовується концепція мотивації діяльності, розроблена американським психологом і соціологом Абрахамом Маслоу. Згідно з нею, існує п'ять основних груп потреб: фізіологічні, захищеності, приналежності, самоповаги, самоактуалізації [3, с. 370-396]. Перші дві потреби розглядаються як первинні, інші – вторинні (мають більш високий ранг). Ієрархічна система потреб А. Маслоу спрямована на формування мотивації в процесі організації діяльності людини через застосування адміністративних, економічних і психолого-педагогічних методів управління, що сприяють соціальному й духовному розвитку людини, в тому числі – її творчих здібностей. Дослідження А. Маслоу були

продовжені К. Алдерфером (теорія СВР), Ф. Герцбергом (двофакторна теорія), Д. Макклеландом (теорія здобутих потреб), С. Адамсом (теорія справедливості), В. Врумом (теорія очікувань) та іншими вченими [4, с. 500-529].

Перспективне педагогічне управління навчальною діяльністю студентів ґрунтується на концепції поступового переходу від прямого управління, через співуправління до самоуправління (К.В. Ярьсько; [5]). Засобами перспективного педагогічного управління є евристичні приписи, випереджаючі завдання тощо (В.І. Андреев, І.М. Трубавіна та інші вчені; [6,7]). Актуальною проблемою педагогіки вищої школи на сучасному етапі її розвитку є проектування засобів перспективного педагогічного управління навчальною діяльністю студентів, а також їх класифікація.

Метою статті є обґрунтування педагогічних умов забезпечення ефективності методу перспективного управління (групи методів) у педагогічній системі вищого закладу освіти.

Результати роботи. Для досягнення ефективності перспективного управління важливо використовувати комплекс методів, які об'єднуються в системний підхід.

Об'єкт управління – навчальна діяльність студента або групи студентів, потоку є складним, тому лише використання системного підходу дозволяє правильно зрозуміти його сутність. Об'єкт управління не є простою сумою компонентів, а цілісністю, що характеризується емерджентними якостями, в тому числі – інтегративністю. Однією з основних задач управлінської діяльності є визначення цілі, вироблення стратегії як підґрунтя перспективного управління, формування концепції діяльності та розвитку окремої особистості, групи тощо.

Другою сутнісною задачею управління є формування індивідуальної культури особистості й корпоративної культури групи стосовно виконання перспективної цілі. Для суб'єкта управління важливим є використання свого впливу щодо організації активної, усвідомленої, кваліфікованої діяльності з досягнення мети, тобто необхідним є формування відповідної мотивації.

Реалізація перспективних управлінських рішень пов'язана з роботою технології та методики внесення змін у систему управління (застосування нетрадиційних методів і прийомів), а також здійснення діагностики перспективного управління. З приводу цього, Є.М. Бабосов пише, що необхідно визначити точки найбільшої і найменшої управляємості, а також можливої відсутності управляємості [1, с. 50]. Дійсно, використання перспективного управління вимагає від викладача знань про кожну особистість, групу в цілому, про їхню зацікавленість поставленими задачами, вмін-

ня їх вирішувати.

Кожна перспективна задача має бути прорахована на її реалізуємість. Це зробить можливим здійснити контроль і оцінювання досягнутих результатів. Перераховані перспективні задачі управління вимагають виконання управлінською підсистемою таких функцій: цілепокладання (визначення перспективних цілей); інформаційно-аналітичної (сприймання інформації, аналіз, вироблення висновків, передача інформації, застосування в процесі діяльності тощо); прогнозування і планування досягнення перспективних цілей; мотиваційно-стимулююча (створення умов досягнення перспективних цілей: наявність необхідної літератури, своєчасні консультації, допомога тощо); організація діяльності з виконання плану, для чого слід забезпечити цілісність організації, якісну й кількісну специфіку, динамічну сталість; здійснення процесу контролю та оцінювання результатів та інші.

Велика кількість функцій робить дуже складною задачу вибору оптимального співвідношення між ними. Дану задачу можливо вирішувати так, щоб одна або дві непротиворічні одна одній функції були піддані оптимізації, а інші – враховані як обмеження, що постійно входять до складу плану і тому автоматично вирішуються. Є.М. Бабосов пише з приводу оптимізації управлінських функцій: "... керівник будь-якої організації (завод, вищий навчальний заклад, банк, торгова фірма тощо) зацікавлений у тому, щоб якомога більший обсяг управлінських рішень (розпорядження, завдання, вказівки тощо) перевести з форми разового впливу у форму оптимально діючої системи відповідно до цілей, що стоять перед даною організацією)" [1, с. 61]. Сукупність функцій й підсистеми управління створює "поле управління", в якому системоутворюючим компонентом є перспективні цілі, головною функцією (оптимальною) є планування, інші – є обмеженнями. Управління є способом вирішення ситуації, що склалася на даний момент. Суб'єкт управління на основі системного аналізу визначає сукупність умов, факторів, що привели до виникнення ситуації, а також обгрунтовує стратегію та перспективні способи її вирішення.

Комплексний підхід в управлінні означає підвищення наукового рівня прийманих перспективних рішень через використання досягнень інших наук: кібернетики, соціології, психології та інших. Системний і комплексний підходи використовуються для створення моделі об'єкта управління – навчальної діяльності студентів. Модель відображає структуру об'єкта, функції, характеристики, важливі з точки зору управління. Моделювання здійснюється поетапно. На першому етапі має місце процес пошуку аналога вивчаємого об'єкта – аналогізування; на другому – розробляється модель, на третьому – конструкт, готовий для його використання в конкретних умовах. При застосуванні моделі уточнюється мета, здійсню-

ється аналіз моделі (теоретичний, емпіричний), проводиться експериментальне дослідження об'єкта управління на базі його моделі, визначається вірогідність отриманих результатів; якщо потрібно, коректується модель і, відповідно, отримані результати.

Навчальна діяльність як об'єкт управління має такі функціональні підсистеми: орієнтування, пізнання, перетворення, спілкування. Методи управління функціональними підсистемами включають:

- на етапі орієнтування – усвідомлення необхідності, можливості, технології вивчення нового матеріалу;
- на етапі пізнання і перетворення – формулювання проблеми, засвоєння інформаційного блоку першого рівня (системи понять), інформаційного блоку другого рівня (моделі об'єкта), інформаційного блоку третього рівня (аналізу результатів експерименту з моделлю – характеристик об'єкта).

Методи виконання функцій управління на кожному етапі навчальної діяльності полягають у реалізації способів збирання й обробки інформації, планування, організації, контролю і корекції результатів. Так, на етапі орієнтування необхідно мати справу з великим обсягом інформації. На цьому етапі головним є протиріччя між великим обсягом інформації та можливістю її сприйняття, засвоєння, застосування тощо. Необхідність вирішення даного протиріччя привела у ХХ ст. до інформатизації суспільства, в тому числі – освіти. Термін “інформатизація” походить від латинського *information* – роз'яснення, викладання. Інформатизація – це сукупність процесів, що мають місце у всіх сферах і підсистемах суспільства і пов'язаних з якісно новим рівнем та відповідними формами виробництва, переробки, розповсюдження й застосування інформації. Інформатизація викликана потребою використання великих обсягів інформації у зв'язку зі зростанням масштабів виробництва, інтенсифікацією та інтелектуалізацією праці, ускладненням об'єктів управління. Технічною основою інформатизації різних сфер життя суспільства є розвиток комп'ютерної техніки. “Інформаційний вибух” викликав зміни в технічній та гуманітарній сферах. В інформаційному суспільстві, яке прийшло на зміну індустріальному, інформація стає основним продуктом і однією з головних цінностей.

У системі освіти все більше уваги приділяється процесам орієнтації, коли індивід засвоює соціальну інформацію як сукупність знань, відомостей, даних, що використовуються для регулювання соціальної взаємодії (людина – природа – суспільство), а також педагогічної (людина – людина). Важливим джерелом соціальної інформації є наука як система знань, що виникає на стику різних галузей і форм знання. У процесі усвідомлення необхідності засвоєння матеріалу слід розкривати різноманітні зв'я-

зки вивчаємого матеріалу з попередніми дисциплінами, а також наступними. Студент має впевнитися у значенні дисципліни для формування спеціаліста. На етапі усвідомлення необхідності, можливості, технології засвоєння нового матеріалу широко використовується комплекс методів, що входять до складу компетентнісного підходу. Цей підхід, на думку В.І. Лозової, “передбачає аксіологічну, мотиваційну, рефлексивну, когнітивну, операційно-технологічну та інші складові результатів навчання, що відбивають прирощення не лише знань, умінь, навичок, а й досвіду емоційно-ціннісного ставлення” [2, с. 13]. Так, на етапі усвідомлення необхідності засвоєння матеріалу дисципліни, знання для студента перетворюються в особистісно значимі, знання-цінності і, як результат, виникає стійка мотивація до вивчення дисципліни. На етапі усвідомлення можливості засвоєння продовжується процес формування мотивації; студент впевнюється, що когнітивні процеси мають необхідну базу у вигляді тих знань та вмінь, що були отримані раніше. Важливим є етап усвідомлення технології навчання. Традиційна технологія, що ґрунтується на процесах повідомлення нових знань, їх закріплення, використання для набуття вмінь і навичок, зараз поступається технологіям, які передбачають активну взаємодію викладача і студентів, формування пізнавальної активності, самостійності особистості, що веде до саморегуляції, самоосвіти, самовиховання [2, с. 15]. Серед них – технологія проблемного навчання, яка передбачає створення проблемних ситуацій (викладачем, спільно зі студентами, студентами), розв’язання проблем, що відбивають протиріччя між знаннями, вміннями, досвідом особистості й вимогами, що висувуються в процесі навчання. Результатом застосування проблемного методу є набуття студентами вмінь приймати рішення, оцінювати його наслідки, критично мислити в нестандартній ситуації. У даному випадку актуальною стає питання адекватності отриманої в результаті навчання інформації, тобто її повноти, обґрунтованості, вірогідності, актуальності.

Здійснення прогнозування і планування дозволяє викладачеві вибрати метод навчання, адекватний аудиторії студентів. У процесі прогнозування і планування застосовуються методи екстраполяції, регресивного аналізу, побудови сценаріїв, мозкової атаки, синектики, експертного оцінювання, факторного аналізу та інших. При використанні методу експертного оцінювання в якості експертів можуть бути викладачі, які працювали з даною групою студентів раніше. Цей метод ґрунтується на досягненні згоди групою експертів (5-7 чоловік), які запрошуються для визначення найбільш ймовірних подій розвитку управляємої системи (в даний момент, у найближчому майбутньому, у більш віддаленому майбутньому). Як правило, експерти, які є спеціалістами в різних, але взаємопов’язаних

галузях діяльності, заповнюють своїми відповідями підготовлений раніше опитувальник з рішення проблеми (способи, результати тощо). Далі експерти знайомляться з відповідями колег і коректують у зв'язку з цим свої відповіді. Процедура може бути повтореною 3-4 рази, аж поки всі експерти не досягнуть згоди. Експертне оцінювання може мати різні форми: індивідуальне опитування за допомогою анкети, відкрита групова дискусія тощо.

Якщо управляємим об'єктом є група студентів, то експерти можуть вирішити питання стосовно використання групи в якості експериментальної при запровадженні нових технологій у навчально-виховний процес. Слід пам'ятати, що в деяких випадках між експертами можуть бути розбіжності в думках стосовно групи студентів; це вносить погрішності в емпіричні дані. Такий спосіб не завжди дає точний результат, тому що він залежить від досвіду експертів, їхніх професійних інтересів.

Для вирішення можливості здійснення перспективного управління застосовується різновид методу експертного оцінювання – мозкова атака. Найбільш розповсюдженим є визначення мозкової атаки (мозкового штурму) як колективної роботи експертів, спрямованої на пошук оптимального варіанту управлінської дії. Об'єктом мозкової атаки може бути складна проблема, наприклад, застосування інновації у групі студентів, у вибраному потоці. У процесі висловлювання експертами своїх пропозицій з рішення проблеми не дозволяється їх критика, що забезпечує висунення різних, у тому числі – парадоксальних ідей. При обміні думками необхідно обговорити шляхи вирішення проблеми, досягти згоди з приводу позитивних і негативних боків рішення і, нарешті, знайти колективне рішення, узгоджене всіма експертами. Мозкова атака може продовжуватися у напрямках перенесення отриманого рішення на реальний об'єкт (обговорення сценарію дії), а також розгляду можливих варіантів рішення управлінської проблеми.

Організація процесів пізнання, перетворення вивчаємих об'єктів і спілкування між викладачами та студентами, студентами між собою ґрунтується на методах, що здійснюють зовнішнє (соціальне) та внутрішнє (педагогічне управління). Дані методи враховують потреби, інтереси, мотивацію студентів до навчальної діяльності.

Методи прийняття управлінських рішень можливо визначити як послідовність етапів і процедур, застосування яких приводить до розв'язання проблеми, що виникає у спільній діяльності суб'єкта й об'єкта управління. На етапі формування проблеми провідну роль грають методи збирання, систематизації, зберігання інформації про об'єкт вивчення. При розгляданні складного об'єкта гуманітарної сфери застосовується аспект-

ний аналіз, що дозволяє розглянути об'єкт з різних боків, зафіксувати головні фактори, що відносяться до тієї чи іншої сторони, обґрунтувати необхідні поняття. Це дозволяє створити модель об'єкта, ґрунтуючись на сторони його розглядання, факти, що відносяться до певної сторони, а також основні поняття.

Факторний аналіз базується на припущенні про те, що характеристику об'єкта, яка піддається спостереженню, можна розглянути як функцію параметрів (неспостерігаємих) з урахуванням коефіцієнтів ваги зв'язку. Факторний аналіз дозволяє представити модель об'єкта на основі виявленої структури зв'язків між характеристиками об'єкта та його параметрами. Впливаючи на параметри у процесі експерименту з моделлю, можливо змінювати характеристики об'єкта вивчення.

Вибір рішення проблеми, пов'язаної з вивченням об'єкта, ґрунтується на застосуванні методів оптимізації. Об'єкти технічної сфери можливо описати за допомогою математичних моделей, вибрати основну характеристику, що може приймати максимальне чи мінімальне значення у процесі функціонування об'єкта (витрати, продуктивність праці тощо). Об'єкти гуманітарної сфери описуються багатьма рівнозначними характеристиками, і частіше всього вибір оптимального рішення зустрічає певні утруднення. Тоді мова може йти про раціональне рішення.

Етап організації виконання рішення включає систему дій, які обумовлено планом. Тут необхідно застосовувати як методи прямого управління, так і перспективного, що сприяє формуванню активності та самостійності студентів.

Висновки.

1. Педагогічна система вищого закладу освіти розглядається як система управління – соціального і педагогічного, - що має ознаку перспективності.

2. Метод перспективного управління визначається як сукупність способів впливу суб'єкта управлінської діяльності на об'єкт управління з метою досягнення перспективних цілей.

3. Системний підхід до об'єкта управління дозволяє визначити педагогічні умови забезпечення ефективності методів перспективного управління, а саме виробити: перспективні цілі, виробити стратегію управління, сформувати культуру особистості та корпоративну культуру групи з його здійснення.

4. Кожна перспективна мета розподіляється на відповідні задачі, виконання яких ґрунтується на здійсненні таких основних функцій: інформаційно-аналітичної, прогнозування й планування, мотиваційно-стимулюючої, організації діяльності, контролю, корекції.

5. Навчальна діяльність студента як об'єкт перспективного управління включає такі функціональні підсистеми: орієнтування, пізнання, перетворення, спілкування.

6. На етапі орієнтування (усвідомлення необхідності, можливості, технології засвоєння нового матеріалу) широко використовується комплекс методів, які входять до складу компетентнісного підходу.

7. Етап орієнтування може закінчуватися застосуванням методу експертного оцінювання або мозкового штурму, які дозволяють визначити готовність групи студентів до засвоєння нового матеріалу на тому чи іншому рівні, із використанням нетрадиційних форм та методів діяльності.

8. Перспективне педагогічне управління навчальною діяльністю студентів ґрунтується на поступовому переході від прямого управління (наказ, розпорядження) до співуправління (викладача і студента, студентів між собою) та самоуправління.

9. Актуальною проблемою педагогіки вищої школи є проектування засобів перспективного педагогічного управління на етапах формулювання проблеми, прийняття управлінських рішень, організації їх виконання, контролю і корекції.

10. Подальший напрям педагогічних досліджень з проблеми перспективного управління процесом навчання полягає в обґрунтуванні ролі та значення комунікації для підвищення ефективності педагогічного процесу вищого закладу освіти.

Література

1. Бабосов Е.М. Социология управления: Учеб. пособие для студентов вузов. – Минск: Тетра Системс, 2000. – 288 с.
2. Лозова В.І. Стратегічні питання сучасної дидактики / Шлях освіти, № 106, 27.05.03. – С. 11-16.
3. Abraham F. Maslow. A Theory of Human Motivation / Psychological Review 50, 1943. – С. 370-396
4. Дафт Р.Л. Менеджмент. – СПб.: Питер, 2000. – 832 с.: ил. – (Серия “Теория и практика менеджмента”).
5. Ярьсько К.В. Евристичні засоби управління розв'язанням дослідницьких завдань в умовах інформатизації освіти // Проблеми сучасного мистецтва і культури: Збірник наукових праць. Теоретико-методологічні проблеми організації педагогічного процесу. – Харків, 1999. – С. 74-78.
6. Андреев В.И. Эвристическое программирование учебно-исследовательской деятельности: Методическое пособие. – М.: Высшая школа, 1981. – 240 с.
7. Трубавіна І.М. Використання випереджаючих пізнавальних завдань з метою організації самостійної роботи молодших школярів у процесі навчання // Методичні матеріали для вчителів початкових класів та студентів педагогічних закладів. – Харків: ХДПУ, 1994. – 52 с.

Надійшла до редакції 25.06.2003р.

СКЛАДОВІ КОМУНІКАТИВНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ

Шовкун М.П.

Національний фармацевтичний університет

Анотація. Визначається сукупність поняття комунікативна культура, її характеристики. Виділені складові комунікативної культури студентів: світоглядна, емоційно-вольова, конструктивна, мотиваційна, власне комунікативна.

Ключові слова: комунікативна культура, студент, навчальний процес.

Аннотация. Шовкун М.П. Составные коммуникативной культуры студентов. Определяется совокупность понятия коммуникативная культура, её характеристики. Выделены составные коммуникативной культуры студентов: мировоззренческая, эмоционально-волевая, конструктивная, мотивационная, собственно коммуникативная.

Ключевые слова: коммуникативная культура, студент, учебный процесс.

Annotation. Shovkun M.P. The components of the communicative culture. The totality of the conception of the communicative culture and its characteristics are determined. The components of the communicative culture of students: world outlook, emotional-volitional, constructive, motivational, proper communicative are chosen.

Key words: the communicative culture, a student, an educational process.

Постановка проблеми. В сучасній Україні відбуваються процеси реорганізації суспільних відносин, тому потреба у формуванні комунікативної культури студентів є однією з найважливіших задач системи освіти як соціального інституту суспільства, який повинен передавати молодому поколінню найважливішу частину набутого досвіду, культурних цінностей.

Культура – одне з найскладніших філософських, соціологічних понять, яке охоплює величезний світ явищ. Культура (від латинського) - зрощування, удосконалювання чогось. Відповідно і стосовно до людини це зрощування, удосконалення, формування його образу. Таким чином, культура – це догляд, поліпшування, облагороджування тілісно-душевно-духовних схильностей та здібностей людини; відповідним чином існує культура тіла, культура души і духовна культура. [1].

Дослідження виконувалося згідно плану наукових робіт Харківського державного педагогічного університету ім. Г.С. Сковороди.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній науковій літературі поняття культура розглядається з різних підходів, а саме:

- як динамічний процес творчої самореалізації особистості, котра виступає суб'єктом культурно-історичного процесу (Є.А.Баллер, Л.Н.Коган, В.С.Семенов) – особистісний підхід;
- як специфічний спосіб людської діяльності (В.Є.Давидович,

Ю.В.Вишневецький, Н.С.Злобін, Е.С.Маркарян) – діяльнісний підхід;

- як система цінностей (С.Ф.Анісімов, В.А.Блюмкін, М.В.Дьомін, А.М.Коршунов, Е.В.Соколов) – аксіологічний підхід.

Таким чином, носіями певного рівня культури є або суспільні об'єднання людей (культура стародавнього світу, епохи Відродження), або окремі особи (фізична культура, культура поведінки, культура праці, культура спілкування – комунікативна). Та при всіх підходах і поглядах на тлумачення поняття “культура” спільним є, як ми помітили, одне : культура розглядається як ознака діяльності, як рівень процесу діяльності, її наслідків у взаємодії між суб'єктами. Остання характеризує комунікативну культуру. Комунікація – спілкування, передача, надання інформації від людини до людини – специфічна форма взаємозв'язку людей в процесі пізнавально – трудової діяльності.” (Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия). Аналіз літературних джерел свідчить про недостатність вивчення зазначеної у роботі проблеми.

Мета роботи – визначити сукупність поняття комунікативна культура та виділити її складові.

Результати роботи. В аспекті комунікативної культури М.В.Молоканов, М.Коул, О.Я.Гойхман вказують на її глобальний характер, включаючи ряд ознак конкретного та індивідуального характеру. Так, сучасне наукове поняття комунікативної культури розглядається, як:

- умова формування особистості;
- спосіб самореалізації та досягнення успіху;
- засіб самоствердження та досягнення цілей у межособистісних відношеннях;
- система прийомів і навиків органічної взаємодії людей, змістом якої є обмін інформацією, виховний вплив, організація взаємин за допомогою комунікативних засобів. [3];
- культура взаємовідносин між людьми, оволодіння якою допомагає людині добиватися поставлених цілей.

Таким чином, поняття “комунікативна культура” розглядається у контексті загальної культури сучасного суспільства, але акцентується проблема спілкування та взаємодії між людьми. Комунікативна культура сучасної культури складається у формуванні здібностей до повноцінного життя у суспільстві, умінні завойовувати розуміння та успіх у суспільстві з людьми, досягненні життєво важливих цілей через контакти з оточенням та самореалізації особистості.

Намагаючись визначити сутність поняття “комунікативна культура студента” звернемося до відповідних джерел, які безпосередньо стосуються цих питань. Одразу зазначимо, що 90% публікацій з питань комуні-

кативної культури розглядаються в психолого-педагогічній літературі як компонент професійної культури вчителя. А це означає, що тлумачення сутності компонентів цього поняття має педагогічний аспект.

Під комунікативною культурою студентів ми будемо розуміти особистісне утворення, що концентрує в собі мистецтво мовлення і слухання, об'єктивного сприйняття матеріалу і правильного його розуміння, сприяє побудові гуманних взаємостосунків і досягненню ефективної взаємодії на основі спільних інтересів. Таким чином, комунікативну культуру студентів ми розглядаємо як складову частину його професійної культури. У той же час, комунікативна культура педагога – складова частина його професійної культури; це поняття - більш широке, оскільки характеризує активність індивіда також і поза сферою його професійних інтересів.

Деякі дослідники неправомірно отожднюють комунікативну культуру з культурою спілкування і культурою взаємостосунків, інші ж акцентують увагу на специфіці педагогічної взаємодії.

У зв'язку з цим розглянемо складові комунікативної культури студента як майбутнього фахівця:

- *Світоглядна складова*: система поглядів, знань студента, етичних і естетичних норм, пов'язаних з майбутньою професією.

Із філософського словника: світогляд – це “система поглядів людини на оточуючий світ і місце людини в ньому, на ставлення до оточуючої дійсності і до себе самого, а також зумовлені цими поглядами переконання, ідеали”. [1]. Культура усвідомлення людиною свого ставлення до дійсності проявляється в системі знань, способах мислення, етичних і естетичних нормах, також духовних цінностях. Щоб досягти професіонального результату, необхідно мати високий духовний потенціал, отже студент дуже чітко відчуває реальні світоглядні орієнтири, що представлені у змісті навчальних предметів з його фаху.

Визнання абсолютної цінності особистості, індивідуальності кожного студента пов'язане з додержуванням у повсякденній взаємпраці етичних норм. Відповідальність, принциповість, чесність, безкорисливість сприяють особистісному формуванню студентів, також забезпечують повне розкриття їх індивідуальних можливостей, як зазначає В. Кан-Калік і Г. О. Ковальов. Комунікативна культура дозволяє будувати повсякчасне спілкування, розвивати взаємостосунки у ході навчання.

- *Мотиваційна складова*: мотиви комунікативної поведінки, комунікативної установки, професійна спрямованість.

Інтерес до спілкування, потреба у комунікації студентів характеризують мотиваційну складову щодо формування комунікативної культури. Термін “мотивація” використовується з метою з'ясування причин і

механізмів цілеспрямованої поведінки спеціаліста. Мотив (від латинського *moveo* – штовхаю)- “матеріальний або ідеальний предмет, який побуджує і спрямовує на себе діяльність чи вчинок і заради якого вони здійснюються”[1,с. 277]. Одним із мотивів виступає потреба у розумінні особливостей майбутньої професії. Діяльність, як відомо, завжди має мотив. Мотивація є більш широким поняттям. Це система факторів, яка детермінує поведінку (містить потреби, мотиви, мету, наміри, прагнення, бажання та інші), і як характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні. [2,].

- *Власне комунікативна складова:* комунікативні вміння та навички, професійна спрямованість (правильність, техніка та культура мовлення, використання професійних термінів).

Розкриваючи поняття комунікативна культура, виділяють два основних компонента – культура мовлення та спілкування. [Б.Г.Ананьєв, Р.С.Немов]. В наукових дослідженнях сучасності виділяють основні критерії культури мовлення – це правильність, комунікативна доцільність, точність висловлювання, логічність висловлювання, виразність і доступність висловлення, різноманітність засобів висловлювання, естетичність, доречність.[4,5].

Культура спілкування асоціюється з проблемами виховання культури мовлення, етики спілкування, мовленевого етикету, стилістики, грамотності ділового мовлення, тобто зосереджена на обмірковуванні вербальній та етичній сторін спілкування.

Треба зробити акцент на вивченні характеру продуктивної комунікації, тобто розглянути спілкування як засіб досягнення цілі у міжособистісних відносинах, засіб розвитку та саморозвитку особистості, яке стимулює формування професійних та життєво-важливих особистісних якостей, які необхідні сучасній людині для самореалізації у суспільних відносинах. Психологічні процеси, що лежать в основі спілкування, тобто механізми, шляхи, сценарії, які особистість використовує для формування та удосконалення навичок повсякденного спілкування, утворюють комунікативну культуру особистості. Отже, комунікативна культура студента, як майбутнього фахівця, зображує процес продуктивного, творчого використання особистістю усіх навчальних засобів для досягнення цілей самореалізації через спілкування.

- *Емоційно-вольова складова:* тактовність, витримка, толерантність.

Високий рівень комунікативної культури сприяє добору доцільних і емоційно виправданих засобів мовного і немовного впливу. Але ефективними вони будуть лише тоді, коли у студента проявляються здатність до співпереживання та увага.

Дуже важливим фактором є також професійна тактовність, яка починає формуватися у ході спілкування викладача зі студентами. Одне з проявлень комунікативної культури є толерантність, вона допомагає налагодженню дружнього мікроклімату протягом співбесіди чи спілкування. Толерантність дозволяє вислухати думки, репліки, зауваження. Уміння слухати є важливою умовою правильного розуміння та запорукою успішного розгортання діалогічного мовлення, що виховується в навчальному процесі.

- *Конструктивна складова*: здатність обирати оптимальний стиль спілкування і взаємодії, комунікативна поведінка, адекватне сприйняття особистістю студента себе як фахівця.

Процес формування адекватності сприйняття безпосередньо пов'язаний з розвитком рефлексивних здібностей викладача, вмінням здійснювати об'єктивний самоаналіз комунікативно-професійної поведінки у цілому. Як відомо, самооцінка – це оцінка людиною самої себе, своїх вчинків, здібностей, якостей. Студент у ході підготовки повинен сам оцінити рівень власної комунікативної культури правильно, тобто адекватно, не завищувати і не занижувати самооцінку. Правильне ставлення до себе і своїх можливостей дозволяє людині бути впевненою у собі без зарозумілості, бути самокритичним без невпевненості.

Висновки. Комплексне використання цього потенціалу дуже ефективно впливає на комунікативну культуру та її розвиток завдяки використанню певних підходів до її організації, а також на комунікативні здібності студентів.

Подальше дослідження передбачає вивчення умов успішного формування професійних комунікативних здібностей студентів.

Література

1. Философский энциклопедический словарь. – М.:2002.-576 с.
2. Маркова А.К., Матис Т.А., Орлова А. Б. Ф. Формирование мотивации учения.- М., 1990. – С.12-13.
3. Кан-Калик В.А. Учителю о педагогическом общении. – М., 1987 г.
4. Садова В.В. Формування комунікативної культури вчителів початкових класів у процесі методичної роботи: Автор.дис... к.п.н.- Харків:ХДПУ,2000.- 18с.
5. Щуркова Н.Е. Педагогическая технология. – М.: Педагогическое общество России, 2002. – 224с.

Надійшла до редакції 25.06.2003р.

РОЗПОВСЮДЖЕНІСТЬ ДЕФЕКТІВ ПОСТАВИ СЕРЕД ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ М. СУМ

Мороз Л.В., Калиниченко І.О., Єжова О.О.

Сумський державний педагогічний університет ім. А.С.Макаренка

Анотація. Стаття присвячена дослідженню проблеми розповсюдженості дефектів постави серед дітей шкільного віку. В роботі встановлено залежність між віково-статевою належністю учнів, типом навчального закладу та частотою порушень опорно-рухового апарату.

Ключові слова: викривлення хребта, порушення постави, сколіотична хвороба, опорно-руховий апарат.

Аннотация. Мороз Л.В., Калиниченко И.А., Ежова О.А. Распространенность дефектов осанки среди детей школьного возраста г. Сум. В статье рассматривается проблема распространенности искривлений позвоночника среди детей школьного возраста. В работе определена зависимость между возрастнo-половой принадлежностью учеников, типом учебного заведения и частотой нарушений опорно-двигательного аппарата.

Ключевые слова: искривление позвоночника, нарушение осанки, сколиотическая болезнь, опорно-двигательный аппарат.

Annotation. Moroz L.V., Kalinichenko I.A., Ezhova O.A. The department's defects frequency of school-children in Sumy. The article is devoted to the studying of the department's defects problem among school-children. The analysis of the investigation facts enables to speak that department's defects frequency depend on age, sex and type of educational institution.

Key words: curvature of spinal column, department's defect, scoliotic disease, skeletal and muscular systems.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Провідним напрямком розвитку сучасного суспільства є створення необхідних умов для інтелектуального, духовного та фізичного розвитку підростаючого покоління, а також збереження та зміцнення здоров'я дитячої популяції. Але останнім часом, як наслідок дії різноманітних негативних факторів екзогенного та ендегенного походження, спостерігається тенденція до зростання захворюваності дітей, особливо в шкільному віці. Крім того, сучасна технологія навчання, а також неупорядкована позашкільна діяльність не створюють достатніх умов для оздоровлення дитячого контингенту [1, 4, 6].

Пріоритетне місце в структурі дитячої патології займають порушення опорно-рухового апарату (ОРА), значну частину яких складають порушення постави та сколіоз. Так, за даними багатьох авторів (Калб Т.А., 2002; Храмцов П.И., 1995; Дехтяр С.К., 1997; Максименко Г.В., 1996; Бичук О.І., 2001) різні ступені сколіотичної хвороби виявляються у 6,9–14,7% дітей, різні форми порушення постави – у 40–71% дітей шкільного віку.

Виявлення цих порушень ускладнене тим, що ранні ознаки функціональних дефектів постави майже непомітні і тому занепокоєння викликають вже суттєві, явно виражені структурні деформації хребта [2, 3]. Між тим, крім значного косметичного дефекту, патологія постави спричиняє складні морфологічні та функціональні зміни у системах організму, проявом яких є: хвороби респіраторної, серцево-судинної, травної систем; вегето-судинні дистонії, неврологічні і психічні розлади; напруження адаптаційних механізмів організму [5, 7]. Крім того, морфологічні порушення постави значною мірою знижують прояв потенційних можливостей людини в зрілому віці, адже сколіотична хвороба є протипоказанням до служби в армії, обмежує коло вибору професійної освіти, негативно впливає на репродуктивну функцію (є причиною ускладнень вагітності і пологів), а їх швидке прогресування призводить до ранньої інвалідності.

Тому в справі виховання здорового, гармонійно розвинутого та дієздатного покоління велике значення належить попередженню і корекції дефектів постави.

В останні роки в Україні не проводились широкомасштабні обстеження постави дітей і підлітків шкільного віку. Тому дана проблема є актуальною і вимагає відповідних досліджень.

Дослідження виконано згідно плану наукових робіт Сумського державного педагогічного університету ім. А.С.Макаренка.

Формулювання цілей статті. У зв'язку з цим, метою нашого дослідження було визначення стану розповсюдженості викривлень хребта серед учнів загальноосвітніх навчально-виховних закладів різних типів м. Сум. Для цього протягом листопада 2002 р. було проведено скринінг постави дітей та підлітків 6–17 років, які навчаються в освітніх закладах різних типів (загальноосвітні школи та гімназії) Ковпаківського району м. Сум. Всього обстежено 11 486 учнів, серед яких 5 814 дівчаток та 5 672 хлопчиків. Визначення викривлень хребта проводили соматоскопічним методом. Для оцінки порушення постави використовувалась класифікація І.Д.Ловейко і М.І.Фонарьова (1988). Під час характеристики постави визначались: положення голови, шиї, форма грудної клітки та живота; вираженість фізіологічних вигинів хребта; положення плечового поясу, рівень нижніх кутів лопаток, "трикутників талії". Сколіотична хвороба визначалась за 4–ступінцевою класифікацією В.Д.Чакліна (1958). Дослідження були організовані і здійснені спільно з фахівцями першої дитячої лікарні м. Сум за єдиною методикою.

Обробка даних здійснена методом варіаційної статистики за програмою "STATGRAPHICS".

Результати досліджень. Аналіз одержаних даних показав, що загальна кількість випадків викривлень хребта серед досліджуваного контингенту становить 40,9% з них функціональні порушення постави складають 30,1%, сколіотична хвороба – 10,8%.

В ході дослідження були виявлені особливості розповсюдженості викривлень хребта серед учнів 1–11-х класів (рис.1). Найбільша кількість випадків із порушенням постави характерна для 6–7-річного та 13-річного віку (34,3%, 32,6% та 33% відповідно). На наш погляд така ситуація в молодшому шкільному віці (6–7 років) пояснюється переходом дітей до незвичних умов шкільного середовища, значним зменшенням рухової активності внаслідок тривалого статичного компоненту навчальної діяльності в школі та вдома, а також слабкістю та пластичністю кістково-м'язової системи в цьому віці. Збільшення порушень постави в 13-річному віці обумовлюється періодом статевого дозрівання, а саме значним приростом масо-зростових показників та невідповідністю розвитку між кістковою системою та м'язовою силою.

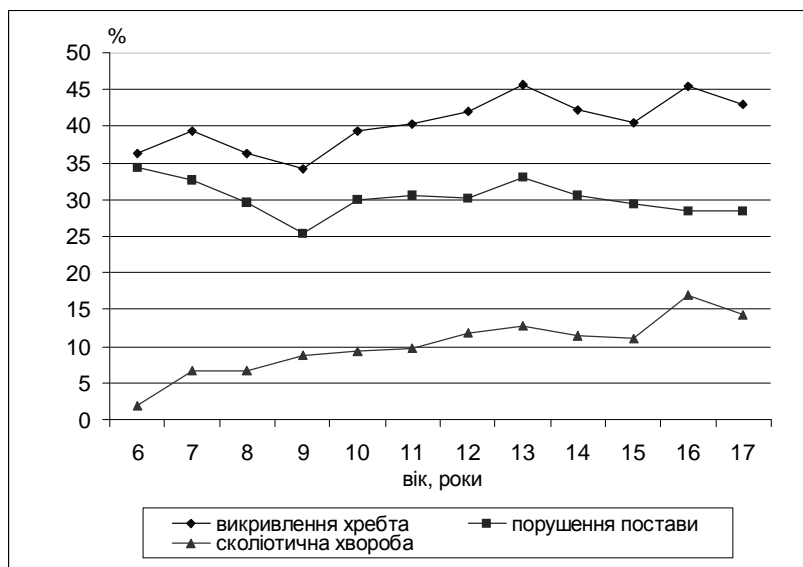


Рис.1. Вікова динаміка розповсюдженості викривлень хребта серед дітей та підлітків (у %)

Найменший показник розповсюдженості порушень постави виявлено в 9-річному віці (25,4%). В функціональному плані цей вік характеризується уповільненням ростових процесів, що дає змогу організму про-

тидіяти негативним поставопорушуючим факторам.

Таким чином, розповсюдженість функціональних порушень постави, за нашими даними, залежить від адаптаційно-фізіологічних можливостей організму в онтогенезі і має два піки, які припадають на періоди максимальних функціональних зрушень в організмі.

Крива вікової динаміки сколіотичної хвороби підкоряється законам геометричної прогресії, тобто з віком спостерігається наростання розповсюдженості та ускладнення структурної патології постави (рис.1).

Так, серед школярів 6-річного віку кількість виявлених сколіозів становить 2%, до 7 років кількість таких випадків збільшується втричі – 6,7%, а до 17 років – у вісім разів (17% обстежених). Вікове наростання показників сколіотичної хвороби пояснюється переходом функціональних порушень постави в структурну патологію хребта і є наслідком несвочасного виявлення, профілактики та корекції відхилень постави від норми.

Вікова динаміка викривлень хребта (порушення постави і сколіоз в тому числі) серед хлопців 6–17 років відповідає загальним віковим показникам розподілу патології (рис.2). Так, найвищі показники порушень постави спостерігаються в 7- та 13-річному віці (32% та 30,5% відповідно), найнижчі - в 9 років (22,4%). Найбільше хлопців зі сколіозом спостерігається в 16-річному віці і становить 18,5%.

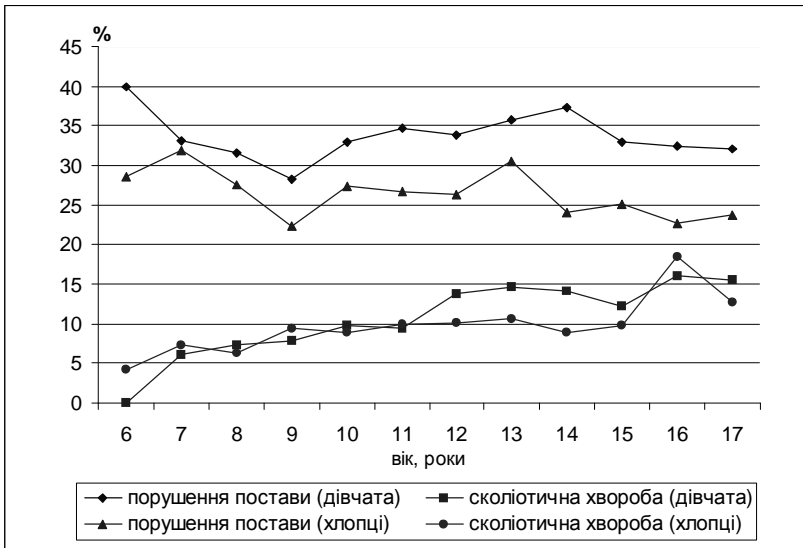


Рис.2. Віково-статєва динаміка розповсюдженості викривлень хребта серед школярів 6-17 років (у %)

Наявність функціональних порушень постави у дівчаток частіше спостерігається в 6-, 13- та 14-річному віці (відповідно – 40%, 35,8% та 37,3%). Найбільше уражених сколіозом виявлено в 16 років, показник патології складає 16% від числа обстежених (рис.2).

За результатами скринінгу визначені статеві особливості розподілу патології постави серед школярів 6-17 років. Середньогрупові показники викривлень хребта в цілому, та функціональних і структурних порушень постави зокрема, серед хлопчиків вірогідно нижчі за відповідні показники дівчаток (відповідно $t = 11,4$; $p < 0,01$). Так, розповсюдженість викривлень хребта серед хлопчиків становить $36,3 \pm 0,6\%$ і $45,4 \pm 0,6\%$ серед дівчаток, кількість хлопчиків з порушенням постави складає $26,4 \pm 0,6\%$, а у дівчаток дані порушення складають $33,6 \pm 0,6\%$ випадків ($t = 8,6$; $p < 0,01$). На сколіоз хворіють $9,9 \pm 0,4\%$ хлопчиків та $11,8 \pm 0,4\%$ обстежених дівчаток ($t = 3,3$; $p < 0,01$).

Отримані дані свідчать про більшу схильність дівчаток до появи функціональних та структурних викривлень хребта в період шкільного навчання. Така ситуація зумовлена значно нижчою руховою активністю, ніж у хлопчиків; слабкістю м'язів спини та черевного пресу, а також носінням взуття на високих підборах з раннього віку, особливо в період остаточного формування кісткового тазу (12-14 років), форма та положення якого визначають поставу [1, 4].

В ході скринінгу проводилось обстеження учнів навчально-виховних закладів різних типів. Аналіз отриманих результатів дозволяє чітко простежити залежність між типом школи і розповсюдженістю патології: чим вище статус освітнього закладу (ліцей, гімназія спеціалізовані школи тощо), тим більша розповсюдженість викривлень хребта (рис.3).

Так, показник розповсюдженості сколіотичної хвороби в гімназіях становить 14,3% обстежених і вірогідно перевищує ($t = 4,7$; $p < 0,01$) показник учнів загальноосвітніх шкіл - 10,2% відповідно. Гімназисти з функціональними змінами постави складають 30,1% обстеженого контингенту, в загальноосвітніх школах (ЗОШ) таких учнів майже в 1,5 рази менше ($t = 5,5$; $p < 0,01$).

Така ситуація, ймовірно, зумовлюється збільшенням програмного матеріалу в школах нового типу, що відбувається за рахунок зменшення часу різних видів рухової активності, і не може не позначитись на стані опорно-рухового апарату учнів.

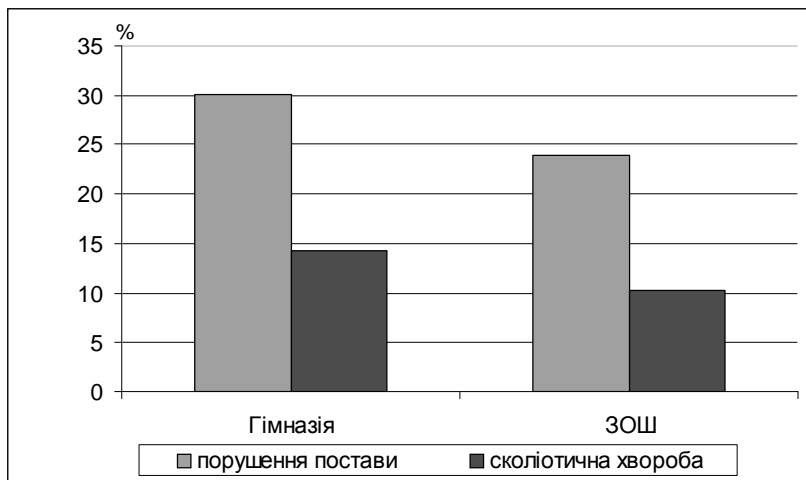


Рис.3. Порівняльна характеристика розповсюдженості викривлень хребта серед учнів освітніх закладів різних типів (у%)

Висновки:

1. В ході скринінгу постави дітей та підлітків 6-17 років виявлено велику кількість викривлень хребта – 40,9%, серед яких переважну більшість у всіх вікових групах становлять функціональні порушення постави, які з віком здатні ускладнюватись і переходити у органічну патологію.

2. Високий показник порушень постави і низький відсоток випадків сколіозу (34,3% та 2% відповідно) серед дітей молодшого шкільного віку свідчить про те, що активну профілактику порушень постави слід починати саме в ранньому дитячому віці.

3. Виявлена залежність розповсюдженості патології від статевої належності учнів. У всіх вікових групах дівчат показники викривлення хребта (як функціональних, так і структурних, крім 6-7 та 16-річного віку) вищі, ніж у хлопців.

4. Вікова та статева динаміка розповсюдженості викривлень хребта свідчить про наявність “критичних” вікових періодів, коли ОРА найуразливіший до дії несприятливих факторів. За нашими даними, такими періодами онтогенезу встановлено: 7-, 13- та 16-річний вік.

5. Встановлена залежність між типом навчального закладу та частотою порушень опорно – рухового апарату учнів. Дані скринінгу постави школярів стверджують, що чим вище статус освітнього закладу, тим більша розповсюдженість викривлень хребта.

6. Аналіз отриманих результатів свідчить, що проблема своєчасного виявлення, профілактики та корекції деформаційних змін постави у дітей шкільного віку є дуже актуальною і вимагає пошуку та розробки нових дієвих програм та методик для оздоровлення дітей шкільного віку.

Література

1. Максименко Г.В. Соціально-гігієнічні та медико-біологічні аспекти виникнення функціональних порушень постави та сколіозу у дітей, що проживають в умовах великого промислового міста.: Автореф. дис. ... к.мед.н. – К., 1996. – 21 с.
2. Калб Т.Л. Изменения осанки детей по результатам скринингового обследования школьников г. Тулы на компьютерном оптическом топографе. // Вестник новых медицинских технологий. – 2002. – Т. IX. - № 1. – С. 63-65.
3. Дехтяр С.К., Смирнова Т.Н., Поляков В.Е. Деформации позвоночника у детей. Современные возможности раннего выявления, объективной оценки и мониторинга в амбулаторных условиях // Детская хирургия. – 2001. - № 2. – С. 12-21.
4. Бичук О.І. Біомеханічний контроль постави учнів у процесі фізичного виховання.: Автореф. дис. ... к. н. з ф. в. та сп. – Л., 2001. – 20 с.
5. Волгина Л.Н. Физическое состояние школьников с нарушениями осанки и его коррекция.: Автореф. дис. ...к.мед.н. – М., 1986. – 24 с.
6. Гребняк Н.П., Машинистов В.В. и др. Концептуальная модель оптимизации обучения в гимназиях // Довкілля та здоров'я. – 2002. - № 2. – С. 53-55.
7. Афанасьева І.О., Бурлай В.Г. Стан вегетативного гомеостазу у дітей з патологією постави // Педіатрія, акушерство та гінекологія. – 1999. - № 5. – С. 32-34.

Надійшла до редакції 26.06.2003р.

З ДОСВІДУ ВИКОРИСТАННЯ МОДУЛЬНО-РЕЙТИНГОВОЇ СИСТЕМИ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ СТУДЕНТІВ ПРИ ВИКЛАДАННІ ДИСЦИПЛІНИ “ГІМНАСТИКА З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ”

Дрозд В.О.

Миколаївський державний університет

Анотація. В статті викладено один зі способів вирішення проблеми вдосконалення підготовки педагогічних кадрів на прикладі дисципліни “Гімнастика з методикою викладання”.

Ключові слова: модульно-рейтингова система, студенти, знання, вміння, рівень. Аннотация. Дрозд В.О. Из опыта использования модульно-рейтинговой системы оценивания знаний студентов при преподавании дисциплины “Гимнастика с методикой преподавания”. В статье изложен один из способов решения проблемы усовершенствования подготовки педагогических кадров на примере дисциплины “Гимнастика с методикой преподавания”.

Ключевые слова: модульно-рейтинговая система, студенты, знания, умения, уровень.

Annotation. Drozd V. A. From the experience in using the modular-rating system of evaluation of students' knowledge in teaching the discipline “Gymnastics and methods of teaching». The article touches upon one of the methods of solving

the problem of improvement of preparation of the pedagogical specialists on the example of the discipline “Gymnastics and methods of teaching”.

Key words: the modular-rating system, students, knowledge, skills, level.

Постановка проблеми. У сучасних умовах зміни суспільно-економічного становища нашої держави перед вищою школою постало завдання підготовки таких спеціалістів фізичної культури, які б мали вагому ціну на ринку праці. Вирішення цієї проблеми потребує підвищення уваги до самостійної роботи студента, розробки нових технологій навчання та контролю знань, які б спрямували виховання майбутнього вчителя фізичної культури в бік набуття ним необхідних професійних знань, умінь та навичок.

Освітні системи в будь-якій країні світу повинні сприяти реалізації основних завдань соціально-економічного та культурного розвитку суспільства.

Дослідження виконано згідно загального плану наукових робіт Миколаївського державного університету.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема сьогодні полягає в тому, щоб надати вчителю методологію вибору та механізм реалізації відібраного вченими змісту освіти в реальному навчальному процесі, як з урахуванням інтересів і здібностей, того хто навчається, так і його особистої творчої індивідуальності [1, 3, 5, 7].

Практично кожний викладач по-своєму визначає рівень і якість знань студентів. Звідси – суб'єктивність в оцінці одних і тих знань у одного і того ж студента. Але вихід є.

Однією з технологій удосконалення процесу навчання є модульна система навчання та рейтинговий контроль знань студентів, яким в останній час приділяють значну увагу в багатьох вузах України.

Розрізняють чотири види навчальної діяльності студентів і, у відповідності з ними чотири рівні засвоєння матеріалу [1-3]: перший рівень – учнівський, другий – алгоритмічний, третій – евристичний, четвертий – творчий.

Досвід їх впровадження напрацьований у багатьох спеціально-профільюючих дисциплінах, однак використання вказаних систем навчання при викладанні спортивно-педагогічних дисциплін вивчено дуже недостатньо. Тому вважаємо за доцільне поділитися досвідом роботи за модульно-рейтинговою системою при викладанні курсу “Гімнастика з методикою викладання”.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та розробити методику використання рейтингового оцінювання в системі поточного

контролю при викладанні курсу “Гімнастика з методикою викладання”.

Відповідно до цього головним **завданням** дослідження було визначити ефективність процесу навчання, а, відповідно, й процесу адаптації студентів до навчання.

Дослідження проводилось на базі факультету фізичної культури Миколаївського державного університету.

Результати дослідження. Модульно-рейтингова система була впроваджена нами у навчальний процес у 2001-2002 навчальному році. Її введення проходило в три етапи. Перший умовно був названий нами підготовчим. Він включав в себе цілу низку організаційно-методичних заходів:

- розробку структурно-логічної схеми занять, тематики лекцій та практичних занять;

- перегляд і розподіл навчального матеріалу за окремими блоками (модулями);

- визначення кількості модулів та вартості кожного з них;

- визначення видів навчальної діяльності студентів, які будуть підлягати оцінюванню;

- розробку шкали оцінювання знань студентів та вартості кожного заняття;

- визначення та затвердження вимог зі спортивно-технічної підготовленості;

- розробку та підготовку необхідних методичних матеріалів, посібників; конспектів лекцій та практичних занять; питань для самостійного опрацювання, контрольних та для самоперевірки; карток оцінювання освоєння техніки виконання вправи та проведення уроку;

- визначення графіків поточного та рубіжного контролю, прийому відробіток тощо.

Згідно до навчального плану вивчення дисципліни “Гімнастика з методикою викладання” передбачено на протязі 1 – 4 курсів.

За основу визначення рейтингу з дисципліни в семестрі взято диференційовану оцінку в балах.

Вся робота кожного студента за семестр оцінюється в 100 балів. При складанні контрольних нормативів максимальну кількість балів студент отримує за результат, який відповідає оцінці «5». Додаткові бали в семестрі студент може одержати за активну творчу роботу та спортивні досягнення. Так, участь у науково-дослідній роботі оцінюється до 10 балів, активна робота на заняттях – 1 бал, високі спортивні результати в змаганнях та при складанні учбових контрольних

нормативів – до 10 балів.

До форми контролю (заліку чи екзамену) наприкінці семестру можуть бути допущені студенти, загальна рейтингова сума яких складає 70 або більше балів.

Однак підготовча робота на цьому не закінчилась. Необхідно було підготувати студентів до роботи за модульно-рейтинговою системою, роз'яснити їм її мету та зміст, ознайомити з рівнем вимог та критеріями оцінки знань з предмету гімнастика.

На перших заняттях студентам було повідомлено про кількість модулів, що відводиться на дисципліну, оголошена вартість кожного з них; вказані види навчальної діяльності, які будуть підлягати оцінюванню, максимальна кількість балів за заняття, виконання домашнього завдання, письмової роботи; названі строки проведення поточного та рубіжного контролю; обговорені умови проведення відробіток тощо. Зі студентами, які навчаються за індивідуальним графіком, такі бесіди були проведені окремо.

На другому етапі, який умовно був названий - основним, проводилась навчальна робота та здійснювалась корекція недоліків, що були виявлені нами в організації самостійної роботи студентів, а також наступні форми занять:

- заняття з засвоєння елементів техніки види і елементів техніки управління (вміння подати команди, перешикувати, проводити навчання окремим вправам);
- заняття з формування вмінь проводити окремі частини уроків;
- заняття з формування вмінь реалізувати придбані навички в змагальній діяльності.

Місце названих вище форм занять в навчально-виховному процесі визначено навчальними програмами дисципліни “Гімнастика з методикою викладання”.

На заключному, третьому етапі, проводився підрахунок балів, що були набрані кожним студентом, аналіз роботи за модульно-рейтинговою системою, відзначались позитивні та негативні сторони її.

За рівнями знання студентів оцінювалися таким чином.

Перший рівень вимагає від студента відтворення інформації з опорою на вибіркові варіанти відповідей або виконання елементів вправи.

Другий рівень засвоєння вимагає від студента відтворення інформації без опори на вибіркові варіанти або точне виконання завдання. Він вимагає буквального відтворення інформації або завдання.

Третій рівень – вимагає продуктивної діяльності на основі раніше засвоєного матеріалу для вирішення конкретного завдання, яке моделює професійно-педагогічну діяльність майбутнього вчителя фізичного виховання.

Четвертий рівень засвоєння вимагає від студентів творчої діяльності, пов'язаної з умінням застосовувати знання і вміння в різних проблемних ситуаціях, які моделюють практичну діяльність учителя фізичної культури.

Модульно-рейтингова методика контролю знань ліквідує елемент суб'єктивізму в оцінці знань і може слугувати засобом виставлення оцінок. За допомогою модульно-рейтингової системи ліквідується дія випадкових факторів, забезпечується високий рівень мотивації діяльності студентів.

Позитивні сторони модульно-рейтингової системи:

1) дозволяє більш ефективно впроваджувати нові методики, види і технології навчання; чітко планувати свою роботу і своєчасно вносити корективи у навчально-виховний процес;

2) створює умови для більш результативної реалізації можливостей кожного студента, його розвитку;

3) дозволяє виявити з усього потоку студентів найбільш обдарованих, талановитих для подальшої роботи з ними;

4) суттєво впливає на якість навчання студентів; дозволяє об'єктивно оцінювати кожного студента, уникаючи при цьому конфліктних ситуацій;

5) значно підвищує рівень вимог до професійної підготовки викладачів. Разом з тим, сприяє їх професійному росту, надаючи можливість кожному виступити в ролі не тільки інформатора та передавача знань, а й організатора, консультанта, викладача.

Таким чином, творча активність студента значно зростає. Цінність такого підходу насамперед полягає в поєднанні простоти в організації занять з ефективністю результатів. Участь кожного студента у розв'язанні завдань позитивно впливає на розвиток професійного мислення майбутнього вчителя фізичного виховання. При цьому студенти більш успішно оволодівають зразками вирішення педагогічних завдань, методикою аналізу уроку фізичної культури, який за новою системою оцінювання має вигляд рейтингу (12бальна система). У них складається предметне уявлення про зміст і характер ситуацій, що мають місце в практичній діяльності педагога.

В таких умовах навчання виступає як творче спілкування викладача і студентів, як процес спільного пошуку і дій, в результаті якого студенти поглиблюють знання і вдосконалюють професійну майстерність як учителя

фізичного виховання.

Модульно-рейтингова система розвиває здатність студента до самоуправління (саморегуляції, самоорганізації, самоконтролю) власної діяльності.

Організує процес навчання як вирішення навчально-пізнавальної проблеми на основі творчої взаємодії зі студентами.

Для того, щоб отримати контрольні оцінки за вправи, наприклад стрйові та загальнорозвиваючи, студенти повинні відповісти на питання і виконати завдання, які запропонованні викладачем. Аналіз даних педагогічного експерименту, що здійснювався на базі факультету фізичної культури Миколаївського державного педагогічного університету свідчив, що використання у навчальному процесі активізуючого впливу об'єктивного контролю знань і педагогічних ігор оказує суттєвий вплив на якість засвоєння навчального матеріалу студентами, рівень яких умовно можна назвати «середнім». У інших студентів такий рівень збільшився вдвічі.

Результати підсумкового контролю показали, що середній бал від кінця попереднього навчального року збільшився на другому курсі на 2,4 бали.

Висновки.

1. Вивчення й аналіз літературних джерел, нормативних документів і досвіду практичної роботи висуває головну проблему вдосконалення навчального процесу.

2. Теоретичне обґрунтування й експериментальна розробка технології рейтингового оцінювання в системі поточного контролю дасть змогу підвищити інтерес до оцінювання особистих досягнень і систематичних занять.

3. Апробація методики поточного контролю знань і умінь студентів з використанням рейтингового оцінювання в практиці занять гімнастикою показала її ефективність.

Подаліші дослідження слід направити на розробку технології рейтингового оцінювання в системі поточного контролю для інших видів спорту.

Література

1. Агутов П.Р. Технология и современное образование // Педагогика, 1996.- №2.- С.12-17.
2. Беспалько В.Б., Кузнецов В.С. Программированное обучение в системе высшего физкультурного образования М.: ГЦОЛИФК, 1986.- 87с.
3. Беспалько В.Б., Татур Ю.Г. Системно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса подготовки специалистов. – М.: Высшая школа, 1989.- 144с.

4. Беспалько В.Б. Слагаемые педагогической технологии. – М.: Педагогика, 1989.- 192с.
5. Водозька О.Г. Деякі аспекти модульного навчання і рейтингового контролю з теоретичної механіки // Проблеми вищої школи. - К.: Вища школа, 1994.- С.35-39.
6. Лернер И.А. Дидактическая система методов обучения. - М.: Просвещение, 1976.- 123с.
7. Освітні технології у школі та вузі /Матеріали наук. - практичн. конф. – Миколаїв, 1999.- 156с.
8. Освітні технології / за ред. О.М. Пехоти.- К.: А.С.К., 2001.-256с.
9. Юцявичене П. Теория и практика модульного обучения.- Каунас: Швиеса, 1997.- 272с.

Надійшла до редакції 27.06.2003р.

ПЕРЕДУМОВИ РОЗВИТКУ ПРОГРАМОВАНОГО НАВЧАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ (НА ПРИКЛАДІ УРОКУ З ФУТБОЛУ)

Васильчук А.Г.

Чернівецький торговельно – економічний інститут
Київського національного торговельно – економічного університету

Анотація. У статті вказано на основні передумови, які зумовили розвиток програмованого навчання фізичного виховання (на прикладі уроку з футболу), та виділено основні завдання, які ставила перед суспільством освіта в даному періоді.

Ключові слова: програмоване навчання, уроки з футболу, фізичне виховання.
Аннотация. Васильчук А.Г. Предпосылки развития программированного обучения. В статье предначертано главные предпосылки, которые привели к развитию программированного обучения (на примере урока по футболу и отмечено основные задачи, которые ставило перед обществом образование в данном периоде.

Ключевые слова: программированное обучение, уроки футбола, физическое воспитание.

Annotation. Vasylychuk A.G. The preconditions of the development of the programe education fizike. The article points out the main preconditions which caused the development of education proposed before the society in that period of time.

Key words: programe training, football lessons, physical education.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Програмоване навчання, це організація навчального процесу по визначеній навчальній програмі. Програмоване навчання з'явилося в результаті запозичення педагогікою раціональних принципів і засобів керування складними системами в кібернетиці, математичної логіки й обчислювальної техніки.

Аналіз світового спорту свідчить про те, що існує тісний взаємо-

зв'язок між рівнями розвитку футболу і фізичного виховання взагалі.

Особливої ваги набуває футбол для виховання та оздоровлення молоді.

Зважаючи на складну економічну ситуацію в країні, необхідно шукати реальні і водночас ефективні шляхи підтримки достатнього фізичного стану молоді, особливо шкільного віку. І урок футболу в загальноосвітніх школах – найбільш придатна форма, зважаючи на фактори, які усім відомі.

Це по перше всенародна любов до футболу. По друге, можливість комплексного позитивного впливу на організм, якому піддаються основні життєві забезпечувальні системи: серцево – судинна, дихальна і м'язева.

Особливе місце в ряду соціальних чинників футболу займає здоров'я і виховання – найбільш важливі показники, що закладаються в дитячо – юнацькому віці. У разі правильної організації занять футболом його оздоровчий вплив можуть зіграти велику роль у становленні дітей.

Про необхідність впровадження програмованого навчання уроку з фізичного виховання в загальноосвітніх закладах неодноразово підкреслювалось в дослідженнях вітчизняних і зарубіжних спеціалістів теорії та методики шкільного фізичного виховання [К.Л.Віхров., 2000, А.В.Попов., 2002, Є.Столітенко., 2002]. В той самий час це питання ще не було достатньо розкрито. Особливо це відноситься до уроку футболу. Хоча існує ряд рекомендацій.[Л.Виготський,1991, С. Рубінштейн., 1992., Гальперина., 1995., А.Берг., С.В.Малиновський., 1997., В.Ванджура., 2002]. На теперішній час тема “ Програмованого навчання на уроках з футболу в школі” ще не достатньо розроблена і вчителі з фізичного виховання, які працюють у школі з дітьми не забезпечені експериментально обґрунтованими рекомендаціями по програмованому навчанню на третьому уроці з футболу. Актуальність вибраної нами теми визначена з одної сторони виключною важливістю проблеми, а з іншої недостатньою розробленістю і в теоретичному і в практичному аспектах.

Підвищення майстерності футболістів шкільних юнацьких команд, у свою чергу, пов'язане із кваліфікованим навчанням грі школярів, які займаються футболом на уроках фізичного виховання.

Науково-педагогічні дослідження на основі аналізу вікових особливостей дитячого організму підтверджують можливість і доцільність початку занять футболом з молодшого шкільного віку [В.В.Варюшин, 1968, В.І.Козловський, 1969, Я.Палфаї, 1973, А.Залка, 1974 J.Bergier, H.Grodeski, 1987, Z.Naglak, 1991, А.В.Петухов, 1997, H.Sozanski, W.Zaporozanow, 1997, В.Пшибильські, 1998, В.Бігун, 1999, А.Дулібський 2002].

Особливе місце в процесі навчання юних футболістів повинно бути відведене процесу виховання індивідуальної техніки та командної «тактичної грамотності» гравців [М.С.Полішкіс., 1976., Г.Л.Лісенчук., 1991., R.Panfil., 1995, Й.Г.Фалес., 1999., А.Дулібський 2002]. Адже вдало обрана тактика поряд з досконалою технікою створює передумови для досягнення високих спортивних результатів.

Аналіз науково-методичної літератури з футболу доводить, що до проблеми висвітлення специфіки технічної і тактичної підготовки юних футболістів зверталися окремі науковці та тренери-практики. Автори К.Х. Хеддерготт [1976], М.О.Годік [1980], В.В. Соломонко [1982], А.А.Сучилін [1983], Г.Д.Качалін [1986], В.М. Гріндлер [1989], подають експериментальні та теоретичні матеріали, які в окремих аспектах суперечать один одному. Термінологічна невизначеність ускладнює науково-дослідницьку роботу. Крім того, дослідження даної проблеми характеризуються фрагментарністю, тому певні теоретичні положення можуть здатися правильними в одному випадку і неправильними в іншому. Питання методики програмованого навчання фізичної, технічної і тактичної підготовки юних футболістів висвітлюється досить односторонньо, і, як правило, автори наукових робіт обмежуються узагальненням досвіду підготовки дорослих спортсменів [А.М. Зеленцов із співавторами 1989р].

Диференційований підхід можна відзначити хіба, що А.К.Абрамова [1979], який розподіляє процес навчання техніки і тактики гри на такі етапи: 1-ий етап [8-11-річні юні футболісти] – ознайомлення з основами техніки і тактики гри; 2-ий етап [12-14-річні] – навчання і початок удосконалення основ техніки і тактики гри; 3-ій етап [15-17-річні] поглиблене навчання і вдосконалення технічної і тактичної підготовки.

В.І.Козловський із співавторами [1984] пропонує не менш цінний матеріал – велику кількість засобів технічної і тактичної підготовки для юних футболістів 8-10-ти, 11-15-ти, 16-18-ти років.

Наукове обґрунтування теоретико-практичних основ управління навчально-тренувальним процесом футболістів високої кваліфікації висвітлюється у фундаментальних дослідженнях А.М.Зеленцова і В.В.Лобановського [1998]. Юнацьких команд СДЮСШ, ШВСМ А. Дулібський, але на жаль ще не має обґрунтування матеріалів основ програмованого навчання в процесі шкільного фізичного виховання.

Структура і зміст навчальної і змагальної діяльності у футболі надзвичайно варіативні та залежать від багатьох факторів: типу уроків, тренувань, шкільних турнірів, завдань, які стоять перед гравцем, командою, зовнішніх умов проведення уроку, тренувань, матчу, індивідуальних та колек-

тивних техніко-тактичних дій партнерів і суперників тощо. Ситуація на футбольному полі постійно змінюється, і гравці реагують на ці зміни за допомогою активних рухових дій, добре вивчених завчасу (М.М.Люкшинов, 1989). Проте у процесі гри виникає чимало ситуацій, коли необхідними є нестандартні відповіді, варіативність реагування. При цьому, індивідуальні дії кожного гравця повинні сприяти вирішенню тих завдань, які здійснюються групою футболістів чи командою, в цілому, що створює значні труднощі при оцінці змагальної діяльності футболістів. Але така оцінка необхідна, адже інформація про структуру гри є основою як для подальшого розвитку футболу, так і для безпосереднього управління навчальним і тренувальним процесом футбольних команд [О.П.Базилевич., 1985., М.О.Годік., 1988].

Принципи організації програмованого навчання техніки гри, які перманентно розвиваються, вимагають врахування специфічних особливостей футболу. Для того, щоб знайти ефективні способи управління учнями їх діями і створити рівень надійності їх реалізації, що визначає досягнення позитивного результату проведення уроку з фізичного виховання, необхідно розробити оцінки не тільки фізичних, технічних, тактичних індивідуальних, але і командних дій футболістів. Та при програмуванні навчального процесу і змагальної діяльності не завжди враховуються залежності колективних техніко - тактичних дій при захисті власних воріт і організації наступальних дій [О.П.Базилевич., Г.М.Гаджієв., 1981].

Розвиток теоретичних концепцій і практична реалізація гри в футбол проходить за тими законами, що і будь-яке явище в природі чи суспільстві. Еволюція поглядів на гру в футбол супроводжується постійними дискусіями, в яких, як правило, позитивні відгуки поступаються місцем критичному аналізу доказів: який із напрямків у структурі гри найбільш перспективний, найраціональніший, найбільш видовищний [А.М.Зеленцов, В.В.Лобановський, 1998].

Проте в жодній науковій роботі не розглядається проблема програмованого навчання технічних і тактичних дій у навчальному процесі на уроках фізичного виховання у школі і змагальної діяльності юних футболістів в позаурочний час.

Виходячи з вищенаведеного, уявляється актуальним дане дослідження, в якому була зроблена спроба вдосконалення методики програмованого навчання, використання вчителем фізичної культури тієї маси інформації про навчальну і змагальну діяльність юних футболістів з метою планування навчальних і змагальних навантажень за допомогою комп'ютерної техніки. Крім цього, була здійснена спроба в умовах практики

навчального і тренувального процесу створити такі реакції відповіді систем організму юних футболістів, які б сприяли ефективному розумінню та застосуванню в умовах змагальної діяльності відповідних коаліційних тактик. До того ж, під час педагогічного експерименту було зроблено і апробовано шкільні навчальні програми з фізичної підготовки, індивідуальних, групових і командних техніко-тактичних дій, які сприяли підвищенню фізичної, технічної і тактичної підготовленості юних футболістів, і прямо впливали на оздоровлення, розвантаження після великого навантаження у навчанні і підвищили спортивний результат для підготовлених школярів.

Зв'язок роботи з науковими темами. Цю наукову роботу виконано згідно плану НДР Державного комітету з фізичної культури та спорту України та кафедри теорії і методики футболу Львівського державного інституту фізичної культури на 2000 - 2004 рр. за метою “Моделювання тактичної підготовленості футболістів різної кваліфікації” (шифр 2.2.16).

Метою дослідження було вдосконалення теорії і методики шкільного фізичного виховання, змагальної діяльності на основі використання різноманітних навчальних програм у процесі проведення уроків фізичного виховання і підготовки юних футболістів до різних змагань.

Здійснення мети роботи передбачало вирішення таких основних завдань:

1. Вдосконалювати оптимізацію навчально-виховного процесу, ідея якої передбачає свідомий вибір засобів, прийомів і методів.

2. Виявити індивідуальну, групову та командну структури технічної, тактичної і змагальної діяльності юних футболістів.

3. Вдосконалити критерії оцінки фізичної, техніко-тактичної, психо-фізіологічної підготовленості юних футболістів.

4. Розробити навчальні програми з фізичної, технічної і техніко-тактичних дій з урахуванням особливостей змагальної діяльності юних футболістів.

5. Визначити величину та варіативність індивідуальних і командних модельних критеріїв змагальної діяльності юних футболістів для різних вікових груп.

6. Розробити і експериментально обґрунтувати методику вдосконалення програмованого навчання технічної і тактичної підготовки юних футболістів на основі використання навчальних програм техніко-тактичних дій.

Результати дослідження. Для вирішення завдань, поставлених у роботі, застосовувалися такі **методи дослідження**:

1. Аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.

2. Узагальнення передового української та зарубіжної футбольних шкіл.

3. Аналіз відео-матеріалів футбольних матчів юнацьких кваліфікованих та простих шкільних команд.

4. Педагогічний контроль навчально-виховної та змагальної діяльності юних футболістів.

5. Метод експертних оцінок.

6. Педагогічні контрольні тестування.

7. Методи оцінки функціонального стану школярів.

8. Педагогічний експеримент.

9. Методи математичної статистики.

Аналіз науково-методичної літератури здійснювався для вивчення питань, пов'язаних з метою наукової роботи.

Наукова новизна. Результати дослідження вносять низку нових положень в систему програмованого навчання підготовки юних футболістів під час навчально - виховного процесу в школі та в позаурочний час:

- вперше в практиці підготовки юних футболістів методи програмованого навчання на уроках фізичного виховання і змагальної діяльності цілеспрямовано використано в системі навчального і тренувального процесу шкільних і юнацьких команд ДЮСШ та СДЮСШ з футболу;

- виявлено характерні особливості програмованого навчання техніки, тактики і змагальної діяльності та вдосконалено модельні характеристики техніко-тактичної підготовленості юних футболістів;

- виявлено коефіцієнти значущості техніко- тактичних дій юних футболістів різних амплуа;

- вдосконалено кількісну оцінку техніко-тактичної підготовленості юних футболістів;

- експериментально обґрунтовано методика застосування комплексних засобів в програмованому навчанні технічної і тактичної підготовки юних футболістів з метою вдосконалення індивідуальних, групових і командних техніко - тактичних дій.

Практична цінність роботи обумовлена можливістю використання основних розроблених положень та методичних рекомендацій, які впливають з результатів роботи, з метою вдосконалення системи програмованого управління навчальним і тренувальним процесом юних футболістів.

Використання в практиці юнацького футболу науково - обґрунтованих комплексних засобів підготовки, вибірково спрямованих на вдосконалення фізичних якостей, індивідуальних, групових і командних техніко -

тактичних дій, позитивно впливає на фізичну, технічну і тактичну підготовленість юних футболістів.

Результати роботи конкретизують фактори технічної і тактичної діяльності юних футболістів з метою практичного застосування в системі програмованого навчання і вдосконалення техніки і тактики футболу підлітків. У процесі педагогічного експерименту розроблено та апробовано десять комплексів вправ, спрямованих на вдосконалення технічної і тактичної підготовки юних футболістів. На основі експериментальних даних видано методичний посібник для вчителів фізичної культури і тренерів “Уроки з футболу”, який використовується в навчальному і тренувальному процесі як у загальноосвітніх школах так і СДЮСШ з футболу.

Програмне навчання передбачає розчленовування навчального матеріалу і діяльності того, кого навчають, і навчального на невеликі порції і кроки, одержання інформації про виконання тим, кого навчають, кожного кроку (оперативний зворотний зв'язок) і використання її для зміни стратегії навчання, пристосування навчання до динаміки засвоєння знань, умінь і навичок кожним тим, кого навчають, (індивідуалізацію темпів навчання), здійснення навчальним функціям керування процесом навчання.

Навчальна програма (навчальний алгоритм), по якій здійснюється програмне навчання, чи закладається в спеціальний навчальний пристрій (**машинне програмне навчання**); чи в програмовані підручники (**безмашинне програмне навчання**). Щодо визначення програмного навчання до 1975 єдиної думки не склалося: воно характеризується і як система наукової організації праці навчених і тих, яких навчають, і як педагогічна система, покликана замінити традиційне навчання, і як деяка кібернетична дидактика, і як новий метод навчання, і, нарешті, як особливий вид самостійної роботи. Незважаючи на розбіжності у визначенні програмне навчання, ціль його трактується однозначно - оптимізація керування процесом засвоєння знань тими, кого навчають.

Досягнення таких результатів можливе за наявності програмованого та контрольованого навчання. Для цього рекомендується автоматизоване навчання з використанням технічних засобів навчання.

Практичні рекомендації:

Навчальні програми для учнів початкових класів (на прикладі уроків з футболу).

Методичні рекомендації. Для успішного виконання навчальної програми рекомендується: До основної програми тренувань приступити тільки після 10 - 15 хвилин розминки, а по закінченню занять в заключній частині 3-5 хвилин зробити відновлювальні вправи на розслаблення м'язів та відновлення дихання).

1. Систематично контролювати ЧСС до, під час та наприкінці уроку.
2. Рівень функціональної підготовленості регулюється алгоритмами заняття.
3. Типи навчальних програм уроків. З переважанням на техніку, тактику, фізичну підготовку (загальну, спеціальну) психологічну.
4. Рациональне навантаження з врахуванням вікових особливостей і статі дитячого організму.

Програма № 1

Навчальна програма техніки пересування по полю.

Дата	Алгоритм навчання	Зміст	Організаційно – методичні вказівки	Реакція учнів
03.09.	1	Техніка пересування по футбольному полю без м'яча	Ознайомити зі значенням і використанням ТП у процесі гри	Сприйняття матеріалу
	2	Бігові вправи	Розказати і показати біомеханічну структуру виконання ТП	Узгодженість рухів окремих частин тіла
	3	Стрибкові вправи	Імітування рухів	Точно виконувати рухи
	4	Звернути увагу на вірне виконання	Виконання рухів стоячи на місці	

Програма № 2

Навчальна програма сприяння розвитку фізичних якостей (швидкість).

Дата	Алгоритм навчання	Зміст	Організаційно – методичні вказівки	Реакція учнів
03.09.	1	Серія – 8 Естафети Пауза – 5 Техніка Серія – 6 Рухливі ігри Пауза – 5 Техніка Серія – 4 Старти	Ознайомити зі значенням і використанням швидкості у процесі гри	Сприйняття матеріалу
10.09	2	Навчальна гра Серія – 10 (1-тайм) Пауза – 5 техніка Серія – 10 (2-тайм)	Розказати і показати біомеханічну структуру виконання ТП	Узгодженість рухів окремих частин тіла
п	п	п	п	п

Досліджувались 227 юнаків і дівчат віком від 7 до 16 років загальноосвітніх шкіл м. Чернівці і Чернівецької області. На основі досліджень

було розроблено орієнтовні план – графіки.

Орієнтовні плани – графіки погодинного розподілу навчального матеріалу в початкових класах (1 – 4)

І півріччя

Розділ підготовки	Черговість уроків															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Теоретична підготовка	10								10							
Фізична підготовка	10	17	17	17	17	17	17		10	17	17	17	17	17	17	
Організуючі вправи	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1		
Ходьба, біг	4	4	4						4	4	4					
Загальнорозвивальні вправи	5	12	12	6	6	6	6		5	12	12	6	6	6	6	
Акробатичні вправи				5	5							5	5			
Вправи для формування правильної постави				5	5							5	5			
Рухливі ігри						10	10							10	10	
Технічна підготовка	20	17	17	17	17	17	17		20	17	17	17	17	17	17	
Техніка пересування	10	5					5		5						5	
Удари по м'ячу ногою		7	5	5	5	5	5		10	7	7	7	7	7	7	
Зупинки м'яча	5	5	5	5	5	5			5	5	5	5	5	5	5	
Ведення м'яча	5		7	7	7	7	7			5	5	5	5	5	5	
Тактична підготовка		6	6	6	6	6	6			6	6	6	6	6	6	
Індивідуальні дії без м'яча		6	6							6	6					
Індивідуальні дії з м'ячем				6	6							6	6			
Групові дії						6	6							6	6	
Контрольні навчальні нормативи і вимоги									40							40

II півріччя

Розділ підготовки	Черговість уроків															
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32
Теоретична підготовка	10										10					
Фізична підготовка	10	17	17	17	17	17	17	17	17		10	17	17	17	17	16
Організуючі вправи	1	1	1	1	1	1	1		1	1	1	1	1	1	1	1
Ходьба, біг	4			4	4						4	4	4			
Загальнорозвивальні вправи	5	6	6	12	2	6	6	6	6		12	12	6	6	5	
Акробатичні вправи						5	5							5	5	
Вправи для формування правильної постави						5	5							5	5	

Продовження табл.

Рухливі ігри		10	10					10	10						10	
Технічна підготовка	20	17	17	17	17	17	17	17	17		20	17	17	17	17	16
Техніка пересування	5								5							
Удари по м'ячу ногою	5	5	5	5	5	5	5	5	7		10	7	7	7	7	6
Зулинки м'яча	10	7	7	7	7	7	7	7			5	5	5	5	5	5
Ведення м'яча		5	5	5	5	5	5	5				5	5	5	5	5
Тактична підготовка		6	6	6	6	6	6	6	6			6	6	6	6	8
Індивідуальні дії без м'яча		6	6									6	6			
Індивідуальні дії з м'ячем				6	6								6	6		
Групові дії						6	6	6	6					6	6	8
Контрольні навчальні нормативи і вимоги										40						

Таким чином, проведенні дослідження дозволяють зробити певні висновки.

Висновки. Отримані в роботі результати дозволили виділити групу основних висновків. Ті з них, які характеризують методичні питання організації та управління процесом програмованого навчання фізичного виховання (на прикладі уроків з футболу) підготовки шкільних юнацьких команд з футболу, можуть бути використані, як практичні рекомендації при плануванні та проведенні навчального і тренувального процесу юних футболістів різного віку і кваліфікації.

1. Аналіз науково-методичної літератури з футболу доводить, що до проблеми висвітлення специфіки техніко-тактичної підготовки юних футболістів зверталися окремі науковці та тренери-практики, які подають експериментальні та теоретичні матеріали, що в окремих аспектах суперечать один одному. Питання методики техніко-тактичної підготовки юних футболістів висвітлюється досить односторонньо, і, як правило, автори наукових робіт обмежуються узагальненням досвіду підготовки дорослих спортсменів. Проведений аналіз сучасних публікацій засвідчив, що дослідження даної проблеми може значно доповнити уявлення про закономірності процесу техніко-тактичної підготовки юних футболістів (на прикладі уроків з футболу).

2. Результати проведеного педагогічного експерименту підтвердили, що продумане використання методів програмованого навчання з урахуванням особливостей змагальної діяльності в практиці підготовки шкільних юнацьких футбольних команд позитивно впливає на підвищення техніко-тактичної підготовленості та результативності індивідуальних, гру-

пових і командних наступальних дій, дозволяє оптимізувати процес управління системою підготовки юних футболістів на уроках з футболу.

3. На основі математичної обробки результатів анкетування спеціалістів футболу визначено коефіцієнти значущості техніко-тактичних дій гравців різних амплуа, виконаних у трьох умовних зонах футбольного поля. Отримані коефіцієнти дозволили розробити кількісні оцінки рівня спеціалізації та універсалізації.

4. Розроблена інтегральна оцінка враховує різноманітні сторони підготовленості юних футболістів: арсенал техніко-тактичних дій, надійність виконання прийомів, ігрові функції. Така оцінка може бути розроблена для кожного гравця окремо, для гравців певного амплуа, для команди, в цілому.

5. Розроблено індивідуальні та командні модельні характеристики з урахуванням амплуа та структури тренуваності юних футболістів, а також параметри модельних характеристик загальної фізичної, функціональної та психічної підготовленості юних спортсменів.

6. В кінці педагогічного експерименту всі юні спортсмени експериментальної групи досягли рівня модельних характеристик за основними показниками техніко-тактичної діяльності і достовірно підвищилася інтегральна оцінка спеціалізації та універсалізації юних футболістів у грі ($p < 0,05$).

7. Результати педагогічного експерименту підтвердили основну ідею гіпотези, що розробку і практичне використання нових ефективних засобів техніко-тактичної підготовки юних футболістів необхідно проводити в умовах, які моделюють ігрові ситуації та враховують особливості, що були виявлені у процесі спостереження за змагальною діяльністю юних футболістів. Це направлення в педагогічному дослідженні має перспективу не тільки в Україні, але і у всьому світі. Так в останніх документах Міністерства освіти і науки України особливо у освітній національній доктрині вказано на повсемісне впровадження комп'ютеризації у загальноосвітніх навчальних закладах, це відноситься і до фізичного виховання.

Подальший напрямок дослідження - провести більш глибоке вивчення проблем застосування комп'ютерної техніки в процесі фізичного виховання.

Література

1. Цільова комплексна програма "Фізичне виховання – здоров'я нації".
2. Тализіна Н. Ф., Теоретичні проблеми програмованого навчання, М., 1969;
3. Беспалько В. П., Програмоване навчання, М., 1970.
4. Національна доктрина розвитку освіти в Україні // "Фізичне виховання в школі" 4/ 2002р. с.6-7.

5. Васильчук А.Г., Остапович М.В., Гій Ю.В. Автоматизована система комплексного контролю висококваліфікованих футболістів. "Практикум футболу" під ред. К.Віхрова - Київ. 2000р.С.8-10.
6. М.А.Годик Спортивная метрология Учебник для институтов физической культуры. Москва –ФИС. 1988г.-191с.
7. Малиновский С.В. Применение систем программированного обучения в спорте. "Теория и практика физической культуры", 1972, № 3.
8. Малиновский С.В. Программированное обучение и спорт. Москва ФИС-1976г.109с.
9. Зеленцов А.М., Лобановский В.В. Моделирование тренировки в футболе "Альтерпресс" 1998г. 212 с.
10. Тализіна Н. Ф., Теоретичні проблеми програмованого навчання, М., 1969;
11. Беспалько В. П., Програмоване навчання, М., 1970.
12. Чиликин М. Г., Використання технічних засобів у навчальному процесі, «Вісті вищих навчальних закладів. Радіотехніка», 1963, 1 4;
13. Збірник доповідей Московського енергетичного інституту по питанню про ефективні методи навчання, ч. 1-2, М., 1966;
14. Ростунов Т. И., Програмоване навчання і навчальні машини, К., 1967.

Надійшла до редакції 17.06.2003р.

ВПЛИВ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ПСИХОЕМОЦІЙНИЙ СТАН СТУДЕНТІВ, ЩО ПРОЖИВАЮТЬ В РАДІОАКТИВНІЙ ЗОНІ

Галайдюк М.А., Краснобаєва Т.М.

Вінницький державний педагогічний університет ім.М.Коцюбинського

Анотація. В статті йдеться про те, що забруднення території України радіонуклідами продовжує нести небезпеку для здоров'я людей. Стан здоров'я студентської молоді сьогодні викликає занепокоєння і одним із дієвих засобів профілактики, загартування та зміцнення його є фізичні вправи.

Ключові слова: стан здоров'я, радіаційне опромінення, фізичний та психічний стан, психологічне напруження.

Аннотация. Галайдюк Н.А., Краснобаева Т.Н. Влияние способов физической культуры на психоэмоциональное состояние студентов, проживающих в радиоактивной зоне. В статье рассматривается проблема загрязнения территории Украины радионуклидами, которая продолжает нести опасность для здоровья людей. Состояние здоровья студенческой молодежи сегодня вызывает обеспокоенность и одним из действенных методов профилактики, закаливания и укрепления его есть физические упражнения.

Ключевые слова: состояние здоровья, радиационное облучение, физическое и психическое состояние, психологическое напряжение.

Annotation. Galaiduke N.A., Krasnobayeva T.N. Influence of physical culture methods to a mental emotional state of the students, which live at radioactive region. The article deals with the problem of the nuclear elements Contamination of Ukraine's territory. This problem still presents a great danger for the health of our population in general and that of young people in particular. Physical exercise is one of the effective means to fight the harmful influence of radiation on the young peoples health.

Key words: the condition of health, radioactive elements, physical and psychological state, psychological tension.

Постановка проблеми. Аналізуючи сучасну екологічну ситуацію, мусимо визнати, що територія України залишається зоною екологічного лиха. На жаль, загальна ситуація не покращилась, незважаючи на зусилля громадськості та природоохоронних органів. Більше того, перелік екологічних проблем України, який починається Чорнобилем, дедалі розширюється.

Аварія, крім короточасного зовнішнього й хронічного внутрішнього опромінення, викликала в населення, яке постраждало, довготривалий стресовий стан, надзвичайне психологічне напруження. Поєднання усіх перелічених факторів реалізувалось у вигляді вегетативних дисфункцій, порушення нейро-судинної регуляції, зміни показників імунної реактивності. А згодом це стало основою розвитку захворювань нервово-психічної сфери.

Робота виконана згідно з державним замовленням та зведеним планом НДР за темою 1.3.0. “Науково-методичне забезпечення занять фізичними вправами в екологічно та радіаційно неблагодіючих умовах проживання та тренування”.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Протягом останніх років стає дедалі очевиднішим, що Чорнобильська аварія мала серйозні соціально-психологічні наслідки, які у поєднанні з іншими факторами, призвели до суттєвого впливу на здоров'я людей.

Проведені в Україні дослідження вказують на те, що занепокоєність стосовно наслідків впливу радіації на стан здоров'я людини залишається важливим соціально-психологічним наслідком аварії. Ця занепокоєність є дуже поширеною і поки що не видно ніяких сигналів, які свідчили б про те, що вона зменшується. Приблизно 65% респондентів демонструють ставлення, яке науковці характеризують, як песимістичне, і рівень песимізму набагато вищий, ніж для населення країни загалом [1, 2]

Викиди радіоактивних речовин спричиняють формування стресу, який проявляється у хворобливій поведінці, зміні репродуктивності поведінки та у способі життя. Відомо, що такого стресового реагування важко позбутися. З часом особи з таким станом переходять від занепокоєння до депресії та апатії. Поєднання впливу різноманітних джерел формування стресів спричиняє загальне погіршення стану здоров'я [3, 4].

Результати дослідження інституту соціології стверджують, що Чорнобильська аварія викликала цілу низку психологічних проблем, серед

яких почуття соціальної відчуженості, відсутності ініціативності, низький рівень адаптації. Ця ситуація породила культуру, в якій хворобливий стан здоров'я є предметом очікування. Це явище особливо поширене, коли йдеться про здоров'я дітей та студентства. Відсутність чіткої погодженості думки стосовно зв'язку між станом здоров'я та радіоактивним опроміненням, неспроможність науки передбачити дуже помітне зростання кількості випадків захворювання населення на онкологічні захворювання відіграло значну роль у формуванні сьогоднішньої ситуації [5, 6].

Необхідність термінового вирішення питань психологічної та фізичної реабілітації людини вимагає розробки комплексних програм. Традиційна практика планування й використання засобів фізичного виховання без урахування екологічної ситуації не детермінує ефективний приріст більшості показників фізичного та психоемоційного стану населення.

Завдання дослідження.

1. Провести анкетування психоемоційного стану студентів.
2. Визначити засоби профілактики психоемоційного стану.

Результати дослідження.

Так, у студентів з екологічно несприятливих регіонів, рівень фізичної підготовленості в середньому на 10-15% нижчий, а захворюваність в 1,5-2 рази вища, ніж у їх ровесників з благополучних районів. До того ж частина ослаблених студентів у таких випадках складає 60-65%. Рівень ситуаційної тривоги та переживань високий. Аналіз деяких показників психічного здоров'я студентів, що проживають та навчаються в зоні радіаційного впливу, дозволив зробити висновок про суттєвий вплив екологонегативних факторів на стан психічної та фізичної сфери людини.

Масовий розвиток фізичної культури серед населення виступає однією з важливих умов зміцнення здоров'я, покращення психоемоційного та фізичного стану і є активним засобом протидії негативному впливу радіоактивних речовин на організм людини.

На запитання, чи повинен широко культивуватися спорт в умовах підвищеної радіації, більшість спеціалістів у галузі спортивної медицини і практики фізичного виховання дають позитивну відповідь.

В таких умовах дуже важливо довести до відома населення (зокрема, вчителів фізичної культури) такі засоби оздоровлення, які б допомогли зберегти здоров'я і працездатність в реальних умовах постійного проживання. Також потрібно зазначити, що гігієнічні вимоги мають надзвичайно велике значення і їх слід виконувати, щоб максимально зменшити потрапляння радіонуклідів в організм і дозове навантаження від зовнішнього фону.

Коли мова йде про оздоровлення на популяційному рівні, то слід говорити не про якісь специфічні лікувальні заходи, а про неспецифічні методи поліпшення здоров'я населення з врахуванням конкретних умов, що склались у зв'язку з фактором радіації.

Висновки. У процесі фізичного виховання, трудового навчання, природних життєвих умовах і ситуаціях людина зустрічається з необхідністю виконання великого спектру фізичних вправ, різних за характером і інтенсивністю. Саме тому вони повинні бути в арсеналі фізичного виховання, але величини навантажень слід вибирати оптимальні, тобто такі, які призводять до втоми і здатні компенсувати енергію після відпочинку, що була витрачена на реакцію фізіологічних систем.

В зв'язку з цим, пропонується систематика засобів фізичного виховання молоді, в основу якої покладені оздоровчі і освітні завдання. Всього об'єм програмового матеріалу поділяється на три групи:

1. Засоби, які забезпечують зміцнення здоров'я і досягнення достатньої загальної працездатності на основі всебічного фізичного розвитку, підвищення функціональних можливостей і загартування організму.

2. Засоби, які забезпечують вирішення освітніх завдань фізичного виховання шляхом засвоєння молоддю рухового досвіду, придбання життєво важливих рухових умінь і навичок в прикладних видах рухів в процесі вивчення рухливих ігор з елементами гімнастики, плавання, легкої атлетики, спортивних ігор а також вивчення комплексу теоретичних відомостей в галузі фізичного виховання.

3. Заходи, які забезпечують виховання і вдосконалення моральних і вольових якостей, моральних рис характеру, які проявляються в різноманітних формах занять.

Фізичні вправи, будучи одним із засобів протидії негативного впливу радіації, змінюють ліпідний метаболізм і зменшують контакт канцерогенів в організмі.

Фізична активність веде до виділення інтерферона і інтерлеукіна-2, які відіграють роль протипухлинних агентів. Фізичні вправи викликають помірний лімфацитоз, який посилює циркуляцію природних клітин-руйнівників.

Подальшим напрямком дослідження може бути пошук більш ефективних комбінацій фізичних вправ, які є одним із засобів протидії негативного впливу радіації.

Література

1. Завацький В.І., Грейда Б.П. у співавт. Соціальні та медико-біологічні особливості життєдіяльності дітей і дорослого населення, які постраждали внаслідок аварії на

- Чорнобильській АЕС.- Луцьк.- 1994. с. 43-58.
2. Козлова К.П. Методика фізичного виховання школярів в зоні радіологічного контролю. – Вінниця.- 1996.- 56 С.
 3. Костенко Ю. Екологічна реформа в Україні.// Ойкумена №1, 1998. – с. 4- 10
 4. Куц О.С. Особливості змісту фізичного виховання школярів в умовах підвищеної радіоактивності. – Київ.- 1994.- с. 3-28.
 5. Маевская Н.П., Грейло В.П. Как выжить в условиях повышенной радиоактивности. – К.: Здоровье, 1991. – 95 с.
 6. Медицинские последствия аварии на ЧАЭС. – Минск: НИИ рад. Медицина, 1995. – 159 с.

Надійшла до редакції 12.06.2003р.

ДИНАМІКА ЗМАГАЛЬНОЇ ШВИДКОСТІ ЛИЖНИКІВ-ВЕТЕРАНІВ В ОСНОВНИХ ЦИКЛІЧНИХ ВПРАВАХ У РІЧНОМУ ЦИКЛІ ПІДГОТОВКИ

Крупський В.П.

Львівський державний інститут фізичної культури

Анотація. У даній статті розглянуто питання щодо дослідження закономірності зміни змагальної швидкості в пересуванні на лижах, лижоролерах та бігу з імітацією. Встановлено, що під час проходження змагальної дистанції в основних циклічних вправах відбувається зниження швидкості від початку дистанції до її кінця незалежно від віку та кваліфікації спортсменів-ветеранів.

Ключові слова: спеціальна витривалість, інтенсивність, швидкість, показники навантаження.

Аннотация. Крупский В.П. Динамика соревновательной скорости лыжников-ветеранов в основных циклических упражнениях в годовом цикле подготовки. В данной статье рассмотрены вопросы, связанные с исследованием закономерностей изменения соревновательной скорости в передвижении на лыжах, лижероллерах и беге с имитацией. Выявлено, что в процессе прохождения соревновательной дистанции в основных циклических упражнениях происходит снижение скорости от начала и до конца дистанции, независимо от возраста и квалификации спортсменов – ветеранов.

Ключевые слова: специальная выносливость, интенсивность, скорость, показатели нагрузок.

Annotation. Krupsky V.P. Dynamics of competitive rate of the skiers-veteran in basic cyclical exercises in an annual cycle of preparation. The article considers the questions, related to research of change conformities to natural laws of the events ski speed, and running with the imitation. Author exposed, that during passing of the events distance in basic cyclic exercises takes place lowering of speed from beginning and to the distance last, irrespective of age and veterans sportsmen qualification.

Key words: special endurance, intensity, speed, loading indexes.

Постановка проблеми. Самостійне представництво українських лижників – ветеранів на світовій арені висуває підвищені вимоги до пошу-

ку резервів підвищення середньодистанційної швидкості в бігу на лижах та подолання різноманітних за складністю підйомів та спусків [3]. Проблема покращення спеціальної фізичної підготовленості може відбуватися як за рахунок підвищення рівня окремих фізичних якостей, так і їх поєднання з силовою та швидкісною витривалістю, які формують рівень спеціальної витривалості [1,2,5,7]. Увага спеціалістів передусім звернена на найважливіші теоретичні положення вдосконалення спеціальної витривалості та побудови багаторічного циклу тренування ветеранів. Обґрунтовані принципи вибору циклічних вправ, які спрямовані на підвищення спеціальної витривалості та охарактеризовані особливості планування тренувальних навантажень у річному циклі багаторічної підготовки [2,3,5,6].

Дослідження здійснювалося відповідно до зведеного плану науково-дослідної роботи на 2001-2005 рр. Державного комітету України з питань фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Сучасний етап розвитку суспільства різко змінив спосіб життя людини, тим самим змусив її в багатьох випадках переглянути свої погляди на фізичні вправи, та їх роль і місце в житті кожного. Фізична культура і спорт в наші дні посідають значне місце, як один з найефективніших засобів зміцнення здоров'я, підвищення працездатності та досягнення активного довголіття [6,7]. Аналіз спеціальної літератури дає змогу стверджувати, що динаміка змагальної швидкості у лижників-ветеранів – предмет особливої уваги та турботи спеціалістів [1,2,3,4,5]. Увага фахівців звернена передусім на найважливіші теоретичні положення підвищення спеціальної витривалості та побудови багаторічного тренування спортсменів-ветеранів [2,3,4,5,7]. Обґрунтовані принципи вибору циклічних вправ, спрямованих на вдосконалення спеціальної витривалості та оцінки максимальних можливостей діяльності основних систем організму спортсменів, охарактеризовані особливості планування навантажень на різних етапах річного циклу підготовки.

Проте, ця проблема в сучасній теорії і практиці лижного спорту залишається не вирішеною. Основні закономірності розвитку спеціальних фізичних якостей у лижників – ветеранів на різних етапах річного циклу недостатньо вивчені, оскільки відсутні об'єктивні дані про вплив високоінтенсивності м'язової роботи на стан різних фізичних якостей і систем енергозабезпечення організму.

Формулювання мети статті. Виходячи зі сказаного вище, метою даної роботи є удосконалення засобів і методів спеціальних фізичних якостей лижників-ветеранів на етапах річного макроциклу з урахуванням індивідуальних особливостей фізичної підготовленості.

Результати дослідження. Дослідження проводились протягом

2001-2002 років у літньо-осінньому періоді (м.Бровари, Київської обл.), в осінньо – зимовому (с.Ворохта, Івано-Франківської обл.) та у змагальному періоді (м.Суми) серед спортсменів середнього та старшого віку.

В експерименті взяли участь 60 лижників-ветеранів віком від 40 до 70 років і старші.

В результаті досліджень встановлено, що основними засобами підтримки визначеного рівня спеціальної витривалості є такі спеціально-підготовчі вправи, як біг з імітацією, лижоролери, пересування на лижах з різною інтенсивністю. В наших дослідженнях вивчалися закономірності зміни змагальної швидкості в пересуванні на лижах (довжина дистанції 5-10 км), лижоролерах (5-10 км) і бігу з імітацією (2,5-3 км). Зведені дані змагальної швидкості лижників - ветеранів різного віку свідчать про те, що під час проходження змагальної дистанції в основних циклічних вправах відбувається зниження швидкості від початку дистанції до її кінця незалежно від віку і кваліфікації спортсменів.

При дослідженні динаміки змагальної швидкості на підйомі 7° в бігу з імітацією у спортсменів віком 40-50 р. швидкість підвищилась на 1,3%, у спортсменів 50-60 р. знизилась на 3,2%, а у спортсменів 60-70 р. і старших – знизилась на 5,1%.

В базовому етапі дослідження середньогрупова швидкість у лижників-ветеранів 40-50 р. була 2,68; 50-60 р. - 2,19; 60-70 р. і старших – 2,17 м/с. На другому етапі середньогрупова швидкість мала тенденцію до постійного зростання: у ветеранів 40-50 р – 2,75; 50-50 р. - 2,28; 60-70 і старших – 2,26 м/с. Змагальна швидкість у підйомах в імітації вища ніж на лижах, починаючи з 5°, а на підйомах 10-11° різниця складає вже більше 25%. Отож, стрибова імітація підйомів є вагомим спеціальним засобом, що розвиває спеціальну витривалість (Табл.1).

Під час досліджень спеціальної витривалості на лижоролерах виявилось, що швидкість пересування на них в цілому вища, ніж на лижах. А саме, на підйомі 8-9° провідні лижники-ветерани досягають швидкості 3,5 м/с при довжині кроку до 2 м і частоті кроків 1,1-1,2 кроку на секунду. Під час пересування на лижах ці показники будуть іншими: 3,2 - 1,4 м/с, більше 2-х кроків за секунду. На першому етапі середньогрупова швидкість при пересуванні класичними ходами складала відповідно 5,15; 5,16; 5,01 м/с. На другому етапі досліджень середньогрупова швидкість становила: класичним ходом – 5,36; 5,26; 5,08 м/с.

Необхідно відзначити, що в змаганнях на лижоролерах швидкість на підйомі 5-6° до фінішу підвищується у спортсменів –ветеранів 40-50 років на 1,3%, а у ветеранів 60-70 і старших – знижується на 1,5% (Табл.1).

Розвиток швидкісно-силових якостей при пересуванні на лижах

має спеціалізований характер. Основним показником може слугувати сума перепадів підвищень на кожному кілометрі лижної траси. Під час дослідження середньогрупова швидкість на першому етапі при пересуванні класичними ходами становила – 4,99; 4,90; 4,89 м/с. На другому етапі досліджень середньогрупова швидкість збільшилась – 5,15; 5,04; 4,97 м/с. У пересуванні на лижах на підйомі 5-6° спостерігалось зниження швидкості: у ветеранів 40-50 р. на 1,8 %; 50-60, 60-70 – на 3,6% (Табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка інтенсивності (ЧСС сер.д) і варіативності (Vсер.д.) тренувального процесу лижників-ветеранів 40-50; 50-60; 60-70 рр. і старші в річному циклі тренувань

Етап	Місць	Зміст тренувальних навантажень	Засіб	Вік	ЧСС ^{AT}	Середньогрупова швидкість, м/с				Vсер.д м/с	ЧСС сер.д уд/хв	ПВ уд/хв
						40-50	50-60	60-70 і старші	Біг з імітацією			
Базовий	VI	4x2000м	Лижоролери (класичні)	40-50	160,1±3,62	5,08/5,17	5,05/5,18	5,09/5,10	5,08/5,18	5,07/5,15	152,6/150,0	0,545/0,516
				50-60	156,1±3,62	5,00/5,18	4,59/5,08	5,01/5,12	5,11/5,25	4,92/5,16	152,2/150,6	0,578/0,568
				60-70 і старші	154,1±3,62	4,57/4,85	4,80/5,02	4,91/5,10	4,87/5,08	4,78/5,01	148,2/146,7	0,587/0,570
Рівнявальний	VII VIII IX	4x2000м	Лижоролери (класичні)	40-50	160,1±3,62	5,14/5,20	5,16/5,32	5,25/5,42	5,31/5,50	5,22/5,36	158,6/155,2	0,620/0,640
				50-60	155,1±3,62	5,05/5,17	5,01/5,28	5,18/5,28	5,12/5,24	5,11/5,24	152,6/150,5	0,625/0,660
				60-70 і старші	150,1±3,62	4,88/5,10	4,83/5,04	4,81/5,16	4,74/5,03	4,81/5,08	148,0/145,2	0,670/0,720
			Бігова імітація	40-50	170,1±3,62	2,62/2,76	2,66/2,75	2,68/2,76	2,68/2,74	2,68/2,75	165,2/160,3	1,02/1,00
				50-60	165,1±3,62	2,22/2,30	2,16/2,26	2,29/2,32	2,10/2,24	2,19/2,28	162,6/160,5	1,04/1,06
				60-70 і старші	160,1±3,62	2,08/2,18	2,14/2,28	2,26/2,30	2,20/2,30	2,17/2,26	162,4/160,2	1,02/1,01
Передзмагальний	XI XII	4x2500м	Лиж 2 п.	40-50	175,0±1,30	5,00/5,05	5,04/5,05	5,08/5,07	4,92/4,82	5,01/4,99	172,4/170,6	0,550/0,520
				50-60	175,0±1,30	4,87/4,92	4,90/5,02	4,75/4,90	4,82/4,78	4,83/4,90	165,2/160,8	0,587/0,578
				60-70 і старші	170,0±1,30	4,78/4,87	4,82/4,90	4,88/4,95	4,78/4,87	4,81/4,89	164,5/162,4	0,550/0,537
Змагальний	I II	4x2000м	Лиж 2 п.	40-50	175,0±1,30	5,06/5,12	5,02/5,20	5,10/5,27	5,01/5,03	5,04/5,15	165,2/160,8	0,587/0,582
				50-60	175,0±1,30	4,90/5,03	4,95/5,10	4,80/4,95	4,90/5,08	4,88/5,04	165,2/160,4	0,592/0,585
				60-70 і старші	175,0±1,30	4,90/5,08	4,85/4,95	4,85/5,03	4,88/4,92	4,87/4,97	156,8/154,7	0,598/0,584

Умовні позначення: ПВ – пульсова вартість 1 м шляху, уд/хв; Vсер.д. – середньодистанційна швидкість, м/с; ЧСС^{AT} – частота серцевих скорочень на рівні ПАНУ, уд/хв; 2п – двокроковий перемінний хід; ЧСС сер.д. - середньодистанційна частота серцевих скорочень, уд/хв. В чисельнику – початок мезоциклу; в знаменнику – кінець мезоциклу.

Результати досліджень дають підстави стверджувати, що в загальному підтверджуються припущення про поступове зниження змагальної швидкості від старту до фінішу незалежно від кваліфікації лижника-ветерана, виду і тривалості змагальної вправи (лижі, лижоролери, біг з імітацією).

Висновки.

1. Тренувальні серії на рівні ЧССп дозволили визначити діапазон швидкостей під час пересування на лижоролерах – 5,36; 5,24; 5,08; бігу з імітацією – 2,75; 2,28; 2,26; лижі – 5,15; 5,04; 4,97, лижників-ветеранів різних вікових груп за мезоциклами і етапами річного циклу підготовки.

2. В результаті досліджень встановлено, що в змаганнях у бігу з

імітацією швидкість на підйомі 8-9° в кінці дистанції підвищується у спортсменів-ветеранів 40-50 р. на 1,3%, а у ветеранів 50-60 р. – знижується на 3,2%, у спортсменів 60-70 р. і старших – знижується на 5,1%. Також слід відзначити, що в змаганнях на лижоролерах швидкість на підйомі 5-6° до фінішу підвищується у спортсменів-ветеранів 40-50р.; 50-60 р. на 1,3%, а у спортсменів 60-70 р. і старші – знижується на 1,5%. У пересуванні на лижах на підйомі 5-6° спостерігається зниження швидкості у ветеранів 40-50, 50-60 рр. на 1,8%, а спортсменів 60-70 рр. і старші – на 3,6%.

В перспективі необхідно провести подальші дослідження з даної проблеми з урахуванням мотиваційних аспектів діяльності спортсменів-ветеранів і виявлення найбільш ефективних заходів, методів для покращення спортивних результатів та зміцнення здоров'я.

Література

1. Баталов А.Г. Индивидуальное нормирование интенсивности тренировочных нагрузок лыжников-гонщиков старших разрядов // Принципы управления тренировочным процессом высококвалифицированных спортсменов в зимних (циклических) видах спорта: Сб.науч.трудов.-М.,1989.- С.22-31.
2. Верхошанский Ю.В. Актуальные проблемы современной теории и методики спортивной тренировки. // Теория и практика физической культуры. - М., №8, 1993.- С.21-28.
3. Крупський В.П. Методичні рекомендації для підготовки лижників-гонщиків високої кваліфікації в процесі багаторічних теновань.-Львів, 1997.-42с.
4. Мартынов В.С., Головачов А.И., Гололобов А.А. Эффективность преодоления подъемов различными способами передвижения // Теория и практика физической культуры. - М., №12, 1986.- С.16-18.
5. Мартынов В.С. Комплексный контроль в лыжных видах спорта. – М., 1990.- С.63-92.
6. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов.- К.: Олімпійська література, 1999.-317 с.
7. Платонов В.Н., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена.- К.: Олімпійська література, 1997.-293 с.

Надійшла до редакції 29.06.2003р.

ПРИМЕНЕНИЕ ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ ПРИ ПАТОЛОГИИ ЖЕЛЧНО-ВЫДЕЛИТЕЛЬНОЙ СИСТЕМЫ

Терещук С.И., Бисмарк Е.В.

Харьковская государственная академия физической культуры

Аннотация. При реабилитации лиц с заболеванием желчно-выделительной системы положительное влияние на период ремиссии заболевания оказывает применение лечебных физических упражнений. Показан индивидуальный дифференцированный подход к назначению регламентированных упражнений ЛФК с учетом определения тонууса симпатических и парасимпатических частей вегетативной нервной системы. Полученные результаты позволяют положительно влиять на динамику ремиссии заболевания. Предложенный комплекс лечебной гимнастики рекомендован лицам страдающим заболеванием желчно-выделительной системы.

Ключевые слова: дифференцированный, индивидуальный подход, регламентированные упражнения, желчно-выделительная система, симпатический и парасимпатические отделы, вегетативная нервная система, лечебная физкультура.

Анотація. Терещук С.І. Бісмарк О.В. Застосування ЛФК при патології жовчовивідної системи. При реабілітації осіб з захворюванням жовчовивідної системи позитивний вплив на період ремісії захворювання має застосування лікувальних фізичних вправ. Має рацію індивідуальний диференційний підхід допризначення регламентованих вправ ЛФК з врахуванням визначення тонууса симпатичних і парасимпатичних частин вегетативної нервової системи. Результати, які отримані, дозволяють позитивно впливати на динаміку ремісії захворювання. Запропонований комплекс лікувальної гімнастики рекомендується особам, які страждають захворюванням жовчовивідної системи.

Ключові слова: диференційований, індивідуальний підхід, регламентовані вправи, жовчно-видільна система, симпатичний і парасимпатические відділи, вегетативна нервова система, лікувальна фізкультура.

Annotation. Tereshchuk S.I., Bismark E.V. The suggested complex of kinesitherapy is recommended to patients diagnosed the disease of bilifer-secretory system. The application of kinesitherapy during the period of rehabilitation of patients with the disease of bilifer secretory system affects positively the period of remission of the disease. The individual differential approach to application of regulated physical exercises with due regard to the diagnostis of tonicity of sympathetic and parasympathic parts of vegetative nervous system is indicated. The results obtained five the possibility to affect positively the dynamics of the disease remission.

Key words: varied, individual approach regulated exercises, gall secretory system, sympathetic system, vegetative nervous system, medical physical culture.

Постановка проблемы. Необходимо отметить, что в течение многих лет отмечается рост заболеваний желчевыводящих путей. Основными факторами, способствующими развитию данной патологии, являются: социально-экономическое положение граждан, возраст больных, снижение защитно-приспособительных реакций организма. Причинами

возникновения данного заболевания послужили: неадекватность и несвоевременность лечебно-профилактических мероприятий, наличие осложнений основного заболевания, тяжесть сопутствующей патологии. [8].

Использование как хирургического, так и терапевтического вмешательства при лечении не всегда дает достаточный положительный эффект. Поэтому в комплексе реабилитационных мероприятий по восстановлению здоровья и предупреждению рецидивов заболевания необходимо использовать лечебную физкультуру (ЛФК), которая является превалирующей формой функциональной патогенетической терапии использующей нейро-рефлекторно-гуморальный характер воздействия на организм.

Работа выполнена согласно сводного плана НИР “Разработка единой информационной среды обучения в высших спортивных учебных заведениях как способ повышения эффективности учебно-тренировочного и учебно-оздоровительного процесса” (шифр 2.1.15, №0101V006467) подраздел “Комплексный подход к физической реабилитации больных хроническими заболеваниями сердечной, дыхательной, нервной и опорно-двигательной системы с использованием современных компьютерных технологий” на 2001-2005гг.

Анализ последних исследований и публикаций. Методы вмешательства как хирургического, так и терапевтического не всегда были успешны [6]. В норме давление в желчных протоках составляет 1,96-2,45 кПа (200-250 мм вод.ст) хотя сфинктер Одди может выдержать давление до 6,60 кПа/650мм вод.ст, поскольку желчь поступает в двенадцатиперстную кишку только при его расслаблении [1]. Неограниченные возможности массового обследования населения с использованием ультразвукового исследования (УЗИ) позволили выявить большое число пациентов, у которых клинические проявления холелитиаза отсутствовали, что обусловило повышение качества диагностики и лечения [8]. Лечебная физическая культура, как метод адекватной функциональной патогенетической терапии, обеспечивающей более быстрое полноценное восстановление здоровья и предупреждение осложнений заболевания, является превалирующей формой в комплексном подходе к реабилитации [2, 9]. С физической умственной повседневной деятельностью складывается весь жизненный цикл, процесс человека [4, 3]. Целенаправленное укрепление собственного здоровья способствует повышению неспецифической устойчивости организма путем устранения влияния неблагоприятных факторов, неправильного образа жизни и других вредных привычек [9].

Несмотря на значительные успехи, достигнутые в последние годы в области лечения и диагностики заболеваний желчно-выделительной системы, проблема реабилитационных мероприятий данной патологии и в настоящее время сохраняет свою актуальность.

Цель работы. Разработать методику применения лечебной физкультуры (ЛФК) лицами с заболеваниями желчно-выделительной системы и обосновать необходимость ее использования этими лицами.

Результаты исследований. В основу исследований положен анализ клинического наблюдения 27 больных в возрасте 25-45 лет с заболеваниями желче-выделительной системы в период нестойкой ремиссии заболевания. Учитывая тот факт, что повседневная деятельность человека складывается из физической и умственной [4,3], были подвергнуты лечению предлагаемым методом ЛФК две группы лиц: одна, которые занимаются умственным трудом (11 человек) и другая - физическим (16 человек). Длительность заболевания в обеих группах составила от 4-х до 7 лет. Контрольная группа состояла из 15 человек аналогичного возраста без клинических признаков поражения желче-выводящей системы. Диагностика основного заболевания проводилась на основании анамнеза и клинических обследований, а также проводились параклинические исследования (ЭКГ, ЭЭГ, компьютерная томография, эхоскопия). Оценка результатов проводилась по одной из форм психологической защиты - самообладание, самопроверка и самооценка результатов собственного здоровья, общего самочувствия с учетом практических показателей крови до и после лечения, ультразвукового и инструментального исследования. Для оценки полученных результатов использовали систему квантификационных данных по вопроснику. Кроме того, больными велся дневник самоконтроля состояния самочувствия. Всем больным с дискинезией проводилось спирографическое исследование в начале лечения, а на завершающем этапе - проба с физической нагрузкой на вспоэргометре с регистрацией спирограммы до и после нагрузки на первой и шестой минутах отдыха.

По результатам квантифицированных данных по вопроснику установлено, что отсутствие обострения с момента применения предлагаемой методики проведения ЛФК наблюдалось у 90,9% лиц умственного труда, у 81,2% лиц физического труда, у 86,6% лиц контрольной группы.

Стабильное состояние в течение 3-х месяцев наблюдалось у 9% лиц умственного труда, у 12,5% лиц физического труда, у 13,3% лиц контрольной группы. Незначительное улучшение общего самочувствия наблюдалось только у 6,2% лиц физического труда. Отсутствие эффекта от

проведенного лечения у исследуемых лиц не наблюдалось.

По результатам спирографического исследования больных с дискинезией до и после физической нагрузки на велоэргометре на первой и шестой минутах отдыха, отмечалась неактивная реакция на первой минуте, выявленная у 7 больных, что выражалось в снижении емкости легких (МВЛ) и показателе скорости движения воздуха.

Слизистая оболочка дистального отдела общего желчного протока в области фатерова соска представлена многочисленными капиллярными выростами - складками различной высоты и ширины, состоящими из рыхлой соединительно - тканной основы с хорошо развитой сетью кровеносных капилляров и наличием изолированных пучков гладкой мускулатуры. Мышечный слой фатерова соска состоит из гладкомышечных волокон преимущественно с циркулярным их расположением (сфинктер Одди), по периферии которых обнаруживаются многочисленные нервные клетки, частью объединенные в мелкие ганглии.

Сфинктер Одди является основным регулятором давления в желчной системе, поэтому при расстройстве функции желчевыводящих путей возникает не только застой в желчном пузыре, но и дискинезия желчных протоков.

Клиническими признаками дискинезии внепеченочных желчных протоков являются периодическое возникновение боли в правом подреберье, поноса, тошноты, вздутия живота. Приступ боли не сопровождается повышением температуры тела и появлением желтухи, как правило, быстро проходит, пациент часто не обращается за медицинской помощью. Во время дуоденального зондирования, которое не всегда удается выполнить, рефлекс обнаруживают крайне редко. При холецистографии более чем у 67% обследованных пациентов выявляют увеличенный неправильной формы желчный пузырь с отклонениями в анатомическом топическом расположении, наиболее часто - на уровне $L_{III} - L_{IV}$, удлинненной и грушевидной формы. У больных отмечены нарушения функции желчевыводящих путей в виде гипотонической, гипокинетической дискинезии и застоя в желчном пузыре.

При УЗИ удастся не только визуализировать желчный пузырь, но и определить его размеры, топографию, степень деформации и наличие конкрементов.

Различаемы по форме и по степени гипокинетическая и гиперкинетическая дискинезии внепеченочных желчевыводящих путей.

Для дискинезии I степени характерны умеренно выраженные клинические проявления заболевания, наполнение желчного пузыря контрастным веществом к концу 2^{го} часа, опорожнение - через 6-8 часов.

Желчный пузырь локализуется в правом подреберье в обычном месте или ниже на 1-1,5 поясничных позвонка.

При дискинезии II степени, описанные клинические признаки заболевания явно выражены, желчный пузырь наполняется контрастным веществом в течение 3-4ч, опорожняется через 10-12ч.; локализация дна желчного пузыря на уровне $L_{III} - L_{IV}$, задержка эвакуации контрастного вещества из него более чем на 24ч. обнаруживает мелкие желчные камни.

При дискинезии III ст. характерны выраженная постоянная боль в правом подреберье, вздутие кишечника, неустойчивый стул, наполнение контрастным веществом желчного пузыря через 3-4ч, опорожнение - через 24ч и более, наличие желчных камней в желчном пузыре, опущение его до полости таза.

Любое оперативное вмешательство является стрессом, вследствие которого у 85%-100% больных могут возникать острые эрозии и язвы желудка в связи с выбросом глюкокортикоидов во время выполнения операции, что обуславливает нарушение микроциркуляции в стенке желудка, снижение ее устойчивости к действию хлористоводородной кислоты. Потенциальная опасность перечисленных факторов после операции во много раз возрастает при наличии язвенной болезни, повышается вероятность возникновения осложнений. Использование нами реабилитационной методики позволит оградить больного от психического стресса, связанного с повторным вмешательством и имеет значительный экономический эффект.

Прогрессирование заболевания приводит к развитию различного рода осложнений, которые ведут к потере трудоспособности и длительному лечению.

В период длительного покоя, с ограниченным двигательным режимом, происходит угасание условно-рефлекторных связей, снижение обменных процессов, функций кровообращения, дыхания и многие другие расстройства, наряду с этим, способность организма к регенерации ухудшается, понижается общая сопротивляемость организма.

Характер воздействия лечебной физкультуры - нейро-рефлекторно-гуморальный. При занятиях физическими упражнениями безусловно- и условно-рефлекторным путем активизируются физиологические функции, улучшается корреляция физиологических механизмов, происходит приспособление организма к возрастающим нагрузкам, обеспечивается функциональная адаптация больного.

Особенности течения заболеваний гепатобилиарной системы, частые рецидивы, требующие длительного лечения, определяют необходимость более широкого использования лечебной физической

культуры. Применение средств и форм ЛФК - один из путей рационального ограничения медикаментозной терапии и повышения медицинской и экономической эффективности лечения.

При назначении физических упражнений мы учитывали форму сопутствующей холециститу дискинезии, так как разные формы дискинезии требуют дифференцированной трактовки вопросов методики лечебной физической культуры. При гипокINETической форме мы использовали разнообразные исходные положения: лежа на спине, на левом и правом боку, упор стоя на коленях, сидя и стоя. Больным назначали дыхательные упражнения с задержкой дыхания на высоте вдоха на несколько секунд (регламентированное управление дыханием) с последующим расслаблением мышц брюшного пресса, а также элементарные общеукрепляющие упражнения с постепенно возрастающей амплитудой. В комплекс упражнений мы включали упражнения для брюшного пресса, наклоны туловища вперед, назад, в сторону, вращение туловища, ходьбу (в том числе с высоким подниманием бедра). Оптимальный темп выполнения упражнений - средний, продолжительность занятия - 20-30 мин. [5,7]

При гиперкинетической форме дискинезии мы использовали преимущественно исходные положения: лежа на спине, на правом и левом боку. Таким больным назначались упражнения, связанные с расслаблением мышц брюшного пресса, амплитуда движений при этом ограничена. Необходима строгая постепенность в углублении дыхания, увеличении амплитуды движений ногами и туловищем. Противопоказаны упражнения со снарядами, выраженным мышечным напряжением, подвижные игры.

Оптимальный темп упражнений для этих больных - медленный и средний. Продолжительность занятия - 20-30 мин. Из других средств лечебной физической культуры мы назначали дозированную ходьбу.

Текущий контроль за физическим состоянием больных осуществляется в процессе проведения занятий лечебной физической культуры. Он проводится по данным анамнеза, внешних признаков утомления, состоянию слизистых и кожных покровов, ВД, ЧСС, И ЧД. По показаниям вышеперечисленных данных можно судить о том, насколько адекватно организм реагирует на физическую нагрузку.

Специальные регламентированные дыхательные упражнения с профилактической, лечебной и восстановительной целью при различных нозологических формах заболеваний и периодах их течения назначают строго дифференцированно, а также с учетом тонууса симпатических и парасимпатической частей вегетативной нервной системы.

Дифференцированный подход к назначению

регламентированного дыхания с учетом определения тонуса симпатической и парасимпатической частей вегетативной нервной системы основан на результатах исследований, свидетельствующих о следующем. Дыхательные упражнения с форсированным вдохом и задержкой дыхания на вдохе преимущественно активируют симпатическую часть вегетативной нервной системы, которая усиливает и ускоряет сокращение сердца, повышает АД, замедляет перистальтику желудка и кишечника, уменьшает секрецию желудочного сока и сока поджелудочной железы, замедляет моторную функцию желчного пузыря, усиливает расширение бронхов и бронхиол. Дыхательные упражнения с увеличением длительности выдоха и задержки дыхания на выдохе, оказывают более выраженное возбуждение на парасимпатическую часть вегетативной нервной системы, которая замедляет сердечные сокращения, понижает АД, ускоряет секрецию и моторную функцию желудка, кишечника и желчного пузыря, усиливает сокращение гладких мышц бронхов и бронхиол. Когда в период обострения преобладает тонус парасимпатической части вегетативной нервной системы, показаны специальные дыхательные упражнения, направленные на увеличение длительности вдоха и задержки дыхания на вдохе.

После восстановления равновесия между симпатической и парасимпатической частями вегетативной нервной системы рекомендуется назначать специальные четырехтактные дыхательные упражнения (вдох - пауза на вдохе - выдох - пауза на выдохе) с оптимальной длительностью дыхательных фаз и пауз между ними. Такие упражнения направлены на поддержание оптимального равновесия между вышеуказанными частями вегетативной нервной системы и обеспечивают нормальное функционирование органов и систем.

Необходимо отметить также важность дифференцированного применения регламентированного дыхания с профилактической целью, когда еще нет болезни, но выявлено преобладание влияния одной из частей вегетативной нервной системы, которое при сочетании целого ряда других неблагоприятных воздействий на организм может служить predisposing фактором развития болезни.

Поэтому раннее выявление дискоординации в деятельности симпатической и парасимпатической частей вегетативной нервной системы позволит своевременно предупредить развитие патологического процесса путем специфического и дифференцированного назначения специальных дыхательных упражнений.

Оптимальная длительность фаз и интервалов между ними определяется строго индивидуально, на основании максимального и

субмаксимального времени волевой задержки дыхания на вдохе и выдохе. За максимальное время волевой задержки дыхания принимается длительность задержки в секундах после глубокого вдоха и выдоха. Субмаксимальное время задержки дыхания составляет 40-50% от уровня максимального времени задержки дыхания.

Очень важное значение имеет самоконтроль. Самоконтроль - это регулярное наблюдение больного за состоянием здоровья с помощью доступных приемов. Он дополняет наблюдения врача, способствует более правильному построению занятий ЛГ (лечебной гимнастики) и своевременной коррекции методики занятий.

При самоконтроле больной может своевременно обнаружить отклонения в состоянии здоровья и обратиться за советом к врачу. Кроме того, она имеет воспитательное значение - приучает больного сознательно относиться к занятиям физическими упражнениями, к соблюдению правильного распорядка дня. Особенно важен самоконтроль при занятиях ЛФК в поликлинике или в домашних условиях. Результаты его записывают в дневник ежедневно или через день.

Примерный дневник самоконтроля

Показатель	Дни				
	1-й	3-й	5-й	7-й	19-й
Самочувствие	Хорошее	Хорошее	Плохое вялость	Удовлетвор.	Хорошее
Настроение	Хорошее	Хорошее	Плохое	Удовлетвор.	Хорошее
Сон	7ч. крепкий	6ч. спокойн.	5 беспокойный	7 ч. беспокойный	7ч.
Аппетит	Хороший	Хороший	Снижен	Удовлетвор.	Хороший
Работоспособность					
Умственная	Хорошая	Хорошая	Пониженная	Пониженная	Хорошая
Физическая	Хорошая	Хорошая	Пониженная	Пониженная	Хорошая
Диспепсические явления	Нет	Нет	Тошнота	Тошнота уменьшилась	Нет
Стул	Нормальный	Нормальный	Жидкий	Жидкий	Нормальный
Боль в правом подреберье	Нет	Нет	Сильная, после приема жирной пищи	Нет	Нет
ЧСС, в 1 мин. в покое	76	76	80	76	72
после нагрузки	96	98	112	88	90
Частота дыхания в 1 мин. в покое	18	18	20	18	18
после нагрузки	26	26	30	25	25
Масса, кг	80	80,5	80	79,6	78,6
Жизненная емкость легких, мл	3600	3600	3500	3600	3650
Динамометрия, кг правой кисти	38	38	34	36	40
Динамометрия, левой кисти	30	30	30	30	32

Больные с заболеваниями печени и желчных путей при самоконтроле должны обращать внимание на субъективные и объективные признаки заболевания.

При самоконтроле учитывают самочувствие: оно может быть хорошим (ощущение бодрости, жизнерадостности, энергии) и плохим (слабость, вялость и другие неприятные ощущения), отмечают характер сна (бессонница, повышенная сонливость, прерывистый, с тяжелыми сновидениями, время пробуждения, продолжительность) и состояние аппетита (хороший, удовлетворительный, плохой, отсутствует). Умственную и физическую работоспособность определяют по объему, интенсивности выполняемой работы и реакции организма на определенную нагрузку (обычная, пониженная, повышенная).

Учитывая тот факт, что повседневная деятельность, человека складывается из физической и умственной, возникает необходимость в разработке профилактических мероприятий по предупреждению заболеваний с применением ЛФК для данной категории лиц.

С физической умственной повседневной деятельности складывается весь жизненный цикл, процесс человека [4,3].

Результатом физической деятельности является участие всех мышечных систем и комплексов. Прием и переработка информации связана вниманием, памятью (возможная адекватная реакция организма, эмоциональной средой, что способствует активизации процессов мышления, а также напряжением нейросекреторного аппарата.

Влияние эмоционального напряжения является одним из основных реакций на любую стрессовую ситуацию на структурно-метаболические процессы и временные функциональные изменения в тканях подвергшихся оперативной агрессии.

Формирование условной эмоциональной реакции зависит от индивидуальных поведенческих особенностей.

В основу работы положен анализ клинического наблюдения у 27 больных в возрасте 25-45 лет с заболеванием желче-выделительной системы в период нестойкой ремиссии заболевания.

Были подвергнуты лечению методом (ЛФК) две группы лиц: одна, которые занимаются умственным трудом (11 человек), и другая - физическим (16 человек). Длительность заболевания в обеих группах составила от 4 до 7 лет.

Контрольная группа состояла из 15 человек аналогичного возраста без клинических признаков поражения желче-выделительной системы.

Диагностика основного заболевания, наряду с другими заболеваниями проводилась на основании анамнеза и клинических

обследований, а также проводились параклинические исследования (ЭКГ, ЭЭГ, компьютерная томография, эхоскопия).

Все обследованные больные получали комплексные реабилитационные мероприятия: общеукрепляющая терапия, биостимуляторы, физиотерапевтическое лечение, ЛФК, массаж.

Важное значение отводилось нормализации функции легких, сердечно сосудистой системы, повышению адаптации к адекватным физическим нагрузкам.

Всем больным с дискинезией проводилось спирографическое исследование в начале лечения, а на завершающем этапе - проба с физической нагрузкой на велоэргометре с регистрацией спирограммы до и после нагрузки на первой и шестой минутах отдыха.

Оценка результатов проводилась по одной из форм психологической защиты - самообладание, самопроверка и самооценка результатов собственного здоровья, общего самочувствия с учетом клинических показателей крови до и после лечения, ультразвукового и инструментального исследования. Для оценки полученных результатов использовали систему квантификационных данных по вопроснику.

“0” баллов - отсутствие эффекта от проведенного лечения;

1 - « - - незначительное улучшение общего самочувствия;

2 - « - - стабильное состояние в течение 3^х месяцев;

3 - « - - отсутствие обострения с момента применения предлагаемой методики.

В группу с отсутствием эффекта вошли лица, которые психологически были отрицательно настроены на возможность достижения положительного результата и предлагаемой методике реабилитации не уделяли достаточного внимания.

Результаты исследований в соответствии с вопросником системы квантификационных данных приведены в приведенной ниже таблице.

Самооценка состояния после применения ЛФК по предлагаемому методу лицами с заболеваниями желче-выводящих путей.

	0	1	2	3
Количество наблюдаемых лиц – 27		1	3	23
Лица умственного труда – 11		0	1	10
Лиц физического труда – 16		1	2	13
Контрольная группа – 15		0	2	13

По результатам исследований установлено, что отсутствие обострения с момента предлагаемого метода проведения ЛФК наблюдалось у 90,9% лиц умственного труда, у 81,2% лиц физического труда, у 86,6% лиц контрольной группы. Стабильное состояние в течение 3-х месяцев наблюдалось у 9% лиц умственного труда, у 12,5% лиц физического труда и у 13,3% лиц контрольной группы.

Незначительное улучшение общего самочувствия наблюдалось только 6,2% лиц физического труда. Отсутствие эффекта от проведенного лечения у наблюдаемых лиц не наблюдалось. По результатам спирографического исследования больных с дискинезией до и после физической нагрузки на велозргометре на первой и шестой минутах отдыха отмечалась неактивная реакция на первой минуте, выявленная у 7 больных, что выражалось в снижении емкости легких (МВЛ) и показателе движения воздуха. Объем фиксированного вдоха (ПСДВ1) за секунду, мощность вдоха (МВД); мощность выдоха (ОФД) по сравнению с исследованием в покое.

Выводы.

1. Применение ЛФК по данному методу при патологии желчно-выделительной системы в комплексе с другими реабилитационными лечебно-профилактическими мероприятиями является целесообразным, так как позволяет сократить частоту обострения заболевания и уменьшить стационарную госпитализацию. Применяя данный метод проведения ЛФК можно воздействовать на улучшение психоэмоционального состояния человека с вовлечением нейрорефлекторно-гумморальной регуляции с последующей информатизацией и функциональной деятельности, стимуляции моторно-эскриторной функции желудочно-кишечного тракта и желчевыводящих путей.

2. Для нормализации физического состояния желче-выделительной системы требуются реабилитационные мероприятия, которые проводятся в амбулаторно-поликлинических условиях от 3^х до 7 месяцев и более. Лицам с астеническим синдромом и вегетативной дискинезией в течении 3^х недель показан прием в амбулаторных условиях адаптогенов и биогенных стимуляторов.

Медицинская реабилитация должна проводиться как в чисто медицинских, так и в социально-профилактических аспектах.

Схема реабилитации ЛФК должна начинаться:

стационар - санаторно-курортное лечение - поликлиника, т.е. в течении всего диспансерного наблюдения.

3. Одним из основных компонентов реабилитационных мероприятий должна стать лечебная физкультура, по предлагаемой

методике, которая направлена на поддержку коррекции и восстановления нарушенных функций организма, и обеспечивает снятие спазма мускулатуры внутренних органов и выработки оптимального режима труда и отдыха.

Используя строго определенную физическую нагрузку и дифференцированное назначение специальных дыхательных упражнений, можно оказать целенаправленное воздействие на функцию желчного пузыря, желудочно-кишечного тракта и всего организма в целом.

4. Показан индивидуальный дифференцированный подход к назначению регламентированных упражнений ЛФК с учетом определения тонууса симпатической и парасимпатической частей вегетативной нервной системы.

5. Разработка конкретных практических рекомендаций по профилактике рецидивов заболевания должна основываться на некоторых факторах: возможности и особенности состояния организма и окружающей среды.

В предупреждении заболеваемости и сохранении здоровья населения основным является первичная профилактика и последующее динамическое наблюдение, корригирование состояния здоровья, которое, на наш взгляд, должно охватить весь жизненный цикл человечества, начиная с эмбрионального развития.

В течении всей сознательной жизни рекомендуется проводить систематические регламентированные (профилактические), социально-генетические мероприятия непосредственно с постоянным личным наблюдением каждого человека.

В дальнейшем предполагается проведение реабилитационных мероприятий в условиях диспансерного наблюдения.

Литература

1. В.Т. Зайцев, З.Н. Гуревич, В.Г. Погенцов Желчно-каменная болезнь. г.Харьков "Вища школа" 1979 с. 167.
2. Под ред. проф. А.Ф. Каптелина ктн Лебедевой Лечебная физкультура и система медицинской реабилитации. М. Медицина 1995.
3. Г.В. Коробейников, Г.П. Федько Возрастные особенности психофизиологической организации переработки зрительной информации. Технологический вестник 1999, том №3 с.60-64.
4. Г. В. Коробейников Возрастные особенности психомоторной и умственной деятельности подростков. Биологический вестник 1998, том №2 с.63-65
5. МухіН В.Т. Фізична реабілітація - Київ Олімпійська література 2000.
6. Назыров Ф.Г., Вахидов А.В., Атыев Б.К. Комплексное лечение холангита у больных с интродооперационным повреждением постравматической рубцовой структурой внепеченочных желчных протоков.

7. О.В. Пешкова Фізична реабілітація при захворюваннях внутрішніх органів. Харків 2000 с. 215.
8. Старосек В.Н., Попов С.Н. Диагностика заболеваний внепеченочных желчных протоков. Клінічна хірургія -1996 №9 с. 16-17.
9. Терещук С.И. "О методике лечебной физкультуры у ликвидаторов аварии на ЧАЭС Педагогіка. Психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту 1999 №8 с.36-37.

Поступила в редакцію 27.06.2003г.

ВИМОГИ ДО СТАТЕЙ

Текст обсягом **6 і більше** сторінок формату А4 (до **70** знаків у рядку, до **30** рядків на сторінку) на українській (російській) мові переслати електронною поштою в редакції WORD. До статті можна включати графічні матеріали - рисунки, таблиці та ін. Шрифт - Times New Roman 14, поля 20 мм, орієнтація сторінки - книжкова, інтервал 1,5.

Структура статті: назва статті, прізвище та ініціали автора, назва організації, анотації і ключові слова (трьома мовами - укр., рос., англ., обсяг кожної анотації 4 рядки, ключових слів - 1 рядок), текст статті за структурою згідно Постанови ВАК України від 15.01.2003 N 7-05/1, література, авторська довідка.

Редакція на протязі місяця надішле за вказаною Вами адресою 1 прим. збірника.

Тел. (0572) 47-11-32; тел./факс: 43-29-56; 61068, м.Харків-68, а/с 11135, Єрмаков Сергій Сидорович.

Листування з авторами виключно електронною поштою. Повідомлення про прийняття (або відхилення) статті до друку надсилається автору електронною поштою після рецензування її членами редколегії.

Умови щодо формування списку літературних джерел: при наявності посилань на збірники «Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту» та «Физическое воспитание студентов творческих специальностей» редакційна колегія розглядає статтю першочергово.

Електронна пошта:

pedagogy@ic.kharkov.ua - огляд пошти щоденно;

pedagogy@mail.ru - огляд пошти 1 раз на тиждень;

pedagogy@yandex.ru - огляд пошти 1 раз на тиждень.

Web-сторінка:

www.pedagogy.narod.ru - загальна інформація;

www.nbuv.gov.ua/eb/khhpi.html - архів статей за 1996-2003рр.

<http://lib.sportedu.ru/books/xxpi> - російськомовна сторінка.

ВИТЯГ

з Постанови ВАК України від 15.01.2003 N 7-05/1 “Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України”

(джерело інформації - <http://www.nbuv.gov.ua/>)

3. Редакційним колегіям організувати належне рецензування та ретельний відбір статей до друку. Зобов’язати їх приймати до друку у виданнях, що виходитимуть у 2003 році та у подальші роки, лише наукові статті, які мають такі необхідні елементи:

- **постановка проблеми** у загальному вигляді та її зв’язок із важливими науковими чи практичними завданнями;
- **аналіз останніх досліджень і публікацій**, в яких започатковано розв’язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття;
- **формулювання цілей статті** (постановка завдання);
- **виклад основного матеріалу** дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів;
- **висновки** з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

4. Спеціалізованим ученим радам при прийомі до захисту дисертаційних робіт зараховувати статті, подані до друку, починаючи з лютого 2003 року, як фахові лише за умови дотримання вимог до них, викладених у п.3 даної постанови.

ДО УВАГИ НАУКОВЦІВ

Редакційна колегія підготувала серію методичних матеріалів для науковців:

1. Каталог “5000 авторефератів дисертацій”. Каталог включає автореферати дисертацій з фізичного виховання і спорту, які було захищено в СРСР, Росії і на Україні по педагогічним, біологічним, медичним, технічним, економічним, психологічним, юридичним наукам. Обсяг 328 стор.

2. Методичні рекомендації «Дисертація: як уникнути помилок при її підготовці». Аналізується близько 300 помилок, зроблених здобувачами наукових ступенів у захищених дисертаціях, авторам яких було відмовлено у видачі диплома кандидата або доктори наук. Обсяг 32 стор.

3. CD-диск. Архів статей наукових видань академії за 1996-2002рр. Анотації авторефератів і статей, які можна копіювати з мережі інтернет із зазначенням адреси www. Корисні адреси в мережі інтернет з технології підготовки та захисту дисертацій. Електронні версії: каталог “5000 авторефератів дисертацій” та методичні рекомендації «Дисертація: як уникнути помилок при її підготовці» у форматі PDF. Обсяг CD - 210 Мб.

Довідки: [**pedagogy@ic.kharkov.ua**](mailto:pedagogy@ic.kharkov.ua)



Министерство образования Российской Федерации
Администрация города Красноярска
Красноярский государственный университет
Факультет физической культуры и спорта
14 – 17 ноября 2003 г.



проводят VI Всероссийскую с международным участием научно-практическую конференцию “Физическая культура и спорт в системе образования”

Направления работы конференции:

- организация и методика физической культуры и спорта;
- спортивное совершенствование в условиях учебного заведения;
- организация и методика физкультурно-оздоровительной работы в учебных заведениях;
- проблемы подготовки специалистов физической культуры и спорта.

Тезисы (до 2 стр.) и статьи (5-8 стр.) на русском или английском языке представляются: в печатном виде (1 экз.) на странице 210 x 297 мм и в электронном виде на дискете или отправляются электронной почтой - формат текста MS WORD (6 или 7) for WINDOWS, шрифт Times New Roman, размер 14 пт., выравнивание по ширине без переносов, абзацный отступ 1,27 см; межстрочный интервал - одинарный; поля страницы сверху - 25 мм, снизу - 25 мм, слева - 25 мм, справа - 25 мм, страницы не нумеровать.

Структура тезисов и статей: название; инициалы и фамилия автора; название организации без сокращений; аннотация и ключевые слова (рус., англ.); объем аннотации - 4 строки, ключевых слов - 1 строка; текст; список литературы по алфавиту.

Текст должен быть тщательно отредактирован.

Автор имеет право опубликовать до трех тезисов или статей. В сборник принимаются ранее не опубликованные материалы. Присланные материалы не возвращаются.

Оргкомитет оставляет за собой право отбора тезисов и статей и не публиковать материалы, оформленные не в соответствии с перечисленными требованиями и поступившие после 1 октября 2003 года.

К началу работы конференции планируется издание сборника материалов конференции.

Организационный взнос в размере 60 руб. за полную и неполную страницу отправлять по адресу: 660041 г. Красноярск, пр. Свободный, 79, Красноярский госуниверситет, факультет физической культуры и спорта, Шатровой Светлане Сергеевне с пометкой “Орг. взнос” или сдавать лично в оргкомитет ответственному секретарю Шатровой С.С.

Иногородним авторам за почтовую пересылку сборника необходимо дополнительно перевести 40 руб., авторам из стран СНГ – 70 руб.

Автор или один из соавторов получают один экземпляр сборника, за каждый дополнительный экземпляр автор или соавторы перечисляют (платят) сумму, равную установленному взносу.

Для участия в работе конференции необходимо выслать в адрес оргкомитета до 1 октября 2003 года:

1. Заявку на участие;
2. Текст работы и дискету (текст должен быть тщательно отредактирован);
3. Копию квитанции оплаты оргвзноса и пересылки сборника.

Расходы на участие в конференции несут командировочные организации.

Программа конференции:

- 14.XI – день приезда и размещения для иногородних;
- 15.XI – регистрация участников и работа конференции, культурная программа;

16.XI – работа конференции, культурная программа;

17.XI – отъезд иногородних.

Адрес оргкомитета: 660041 Красноярск, пр. Свободный 79а, спорткомплекс КрасГУ, ауд. 2-01. Тел-факс (391-2) 44-87-81 E-mail: nich@lan.krasu.ru или Кузьмину Владимиру Андреевичу atosN35@mail.ru. Телефон для справок (391-2) 44-04-16 – Кузьмин В.А., 44-59-32 – Шатрова С.С.

ЗМІСТ

Коган О. В., Беспалько В. В. Профілактика адитивної поведінки та правопорушень у дітей та підлітків з вадами інтелекту засобами фізичної культури	3
Беднарський О. І. Перспективи людини на сучасному етапі розвитку цивілізації (демографічний аспект)	8
Гуменна О.А., Єжова О.О. Стан здоров'я дітей молодшого шкільного віку гімназії №1 м. Сум	13
Фадєєва Т. О. Розвиток моторно-рухової координації у графічній підготовці дітей дошкільного віку	21в
Яресько К.В. Виховання творчих якостей особистості студента в педагогічному процесі вищого закладу освіти	28
Прокопенко А.І. Методи перспективного управління в педагогічній системі вищого закладу освіти	36
Шовкун М.П. Складові комунікативної культури студентів	45
Мороз Л.В., Калиниченко І.О., Єжова О.О. Розповсюдженість дефектів постави серед дітей шкільного віку м. Сум	50
Дрозд В.О. З досвіду використання модульно-рейтингової системи оцінювання знань студентів при викладанні дисципліни “Гімнастика з методикою викладання”	56
Васильчук А.Г. Передумови розвитку програмованого навчання фізичного виховання (на прикладі уроку з футболу)	62
Галайдюк М.А., Краснобаєва Т.М. Вплив засобів фізичної культури на психоемоційний стан студентів, що проживають в радіоактивній зоні	73
Крупський В.П. Динаміка змагальної швидкості лижників-ветеранів в основних циклічних вправах у річному циклі підготовки	77
Терещук С.И., Бисмарк Е.В. Применение лечебной физкультуры при патологии желчно-выделительной системы	82
Вимоги до статей	95
Витяг з Постанови ВАК України від 15.01.2003 N 7-05/1 “Про підвищення вимог до фахових видань, внесених до переліків ВАК України”	95
До уваги науковців	96
Конференції Росії	97

Наукове видання

Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного
виховання і спорту

Збірник наукових праць

Видання зареєстровано у Державному комітеті інформаційної політики,
телебачення та радіомовлення України.
Свідоцтво: серія КВ №7111 від 25.03.2003р.

Свідоцтво про внесення до держ. реєстру суб'єкта видав. справи
ДК №860 від 20.03.2002р.

Оригінал-макет підготовлено в редакційно-видавничому відділі ХДАДМ
Коректор Коршикова О.
Комп'ютерна верстка Коршикова О., Єрмакова Т.
Підп. до друку 30.06.2003. Формат 60x80 1/16. Папір: друк. Друк: ризограф.
Ум. друк. арк. 6.25. Тираж 100 прим.
ХДАДМ, Харківська державна академія дизайну і мистецтв,
Україна, 61002, Харків-2, вул. Червонопрапорна, 8.
Надруковано з оригінал-макету в типографії Фонду
61002, Харків-2, вул. Червонопрапорна, 8.