

МОШ ₅₀ ,% НВ	До	80,28±3,25	79,40±3,59	51,09±2,51	50,58±2,63	37,30±1,39	38,67±1,31
	Після	84,46±3,14	87,76±3,81***	56,36±2,57***	59,79±2,71***	40,78±1,46**	46,74±1,20***■
МОШ ₇₅ ,% НВ	До	84,37±3,36	85,39±3,83	56,57±2,61	55,73±2,54	41,27±1,60	40,26±1,29
	Після	87,42±3,35	93,50±4,03***	61,84±2,97*	64,84±2,91***	45,66±2,27**	49,6±1,52***

Примітка. % НВ – % від належної величини, * – статистично значимі відмінності між значеннями до і після реабілітації (* – $p<0,05$, ** – $p<0,01$, *** – $p<0,001$), ■ – в порівнянні з контрольною групою (■ – $p<0,05$, ■■ – $p<0,01$, ■■■ – $p<0,001$).

Таблиця 2

Динаміка (різниця між значеннями після і до реабілітації) спірографічних показників у хворих на ХОЗЛ за результатами реабілітації (M±m)

Показники	Тяжкість перебігу ХОЗЛ					
	1 ступеня		2 ступеня		3 ступеня	
	Контрольна група	Основна група	Контрольна група	Основна група	Контрольна група	Основна група
ЖЄЛ	4,51±0,65	11,33±2,07■■	3,31±0,96	6,53±1,28	4,00±1,04	7,92±1,03■■
ФЖЄЛ	3,29±0,97	7,10±1,62	3,16±1,24	8,00±1,03■	5,16±0,86	9,28±1,32■■■
ОФВ ₁	3,80±0,93	8,10±2,09	4,90±0,95	7,96±1,07	4,73±0,72	9,15±1,04■■
ПОШВ	5,26±1,12	12,46±2,73	5,33±1,12	11,53±2,14■■■	6,52±1,78	10,16±1,28
СОШ ₂₅₋₇₅	4,78±1,73	11,03±1,91■■	4,13±1,43	9,94±1,99	3,94±0,92	9,41±0,81■■■
МОШ ₂₅	4,66±1,39	9,16±2,149	7,27±1,79	10,13±2,27	4,06±0,71	8,69±1,00■■
МОШ ₅₀	4,19±1,87	8,35±2,06	5,14±1,48	8,84±1,44	3,23±0,99	8,07±0,61■■■
МОШ ₇₅	3,05±2,16	7,11±2,40	5,15±2,30	8,76±1,95	4,18±1,59	9,33±0,81■■■

Примітка. ■ – статистично значимі відмінності в порівнянні з контрольною групою (■ – $p<0,05$, ■■ – $p<0,01$, ■■■ – $p<0,001$).

Жукова Г. В.

Національний університет фізичного виховання і спорту України

ДІАГНОСТИКА СТАНУ МОРАЛЬНОЇ ВИХОВАНОСТІ СУБ'ЄКТІВ СПОРТИВНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

У статті визначений стан моральної вихованості суб'єктів спортивної діяльності за допомогою анкетування, обговорення моральних якостей, структурування системи ціннісних орієнтацій за методикою М. Рокіча. Наведені внутрішні і зовнішні чинники, які взаємодіють у процесі морального розвитку особистості. Автором науково обґрунтовані підходи до визначення рівня моральної вихованості. З'ясовано, що шляхами підвищення рівня моральної вихованості є формування моральних якостей із залученням вихованців у практичну діяльність та забезпечення усвідомлення ними змісту загальнолюдських моральних цінностей.

Ключові слова: моральне виховання, моральний розвиток, моральна вихованість, суб'єкти спортивної діяльності.

Жукова Г. В. Диагностика состояния нравственной воспитанности субъектов спортивной деятельности. В статье определено состояние нравственной воспитанности субъектов спортивной деятельности с помощью анкетирования, обсуждения нравственных качеств, структурирования системы ценностных ориентаций по методике М. Рокича. Приведены внутренние и внешние факторы, взаимодействующие в процессе нравственного развития личности. Автором научно обоснованы подходы к определению уровня нравственной воспитанности. Выяснено, что путями повышения уровня нравственной воспитанности является формирование нравственных качеств, привлечение воспитанников в практическую деятельность, обеспечение осознания ими содержания общечеловеческих моральных ценностей.

Ключевые слова: нравственное воспитание, нравственное развитие, нравственная воспитанность, субъекты спортивной деятельности.

Zhukova G. V Diagnostics is of the state of moral upbringing of subjects of sports activity. The state of moral upbringing of the subjects of sports activity with the help of questionnaires, discussion of moral qualities, structuring of the system of value orientations by the method of M. Rokich are defined in the article. According to the results of the test M. Rokicha received that ranking from the most important to the less important relevant values-goals: health, interesting work, love, materially secured life, the presence of good and loyal friends. To achieve these goals, the necessary values-means: parenting, cheerfulness, independence, rationalism, breadth of views. The internal and external factors that interact in the process of the moral development of the individual are presented. Internal factors of moral development of an individual are internal position, receptivity, conviction, educational ability, ability to emotional response, spiritual needs. External factors are a form of life of the student that can contribute to the development of the given qualities or to counteract it, living conditions, media and propaganda, level of development and living conditions of the collective, public opinion, psychological climate, athlete's position in the system of collective relations. The author scientifically substantiates approaches to the determination of the level of moral upbringing. It is found out that the ways of increasing the level of moral upbringing are the formation of moral qualities, the involvement of pupils in practical activities, ensuring their awareness of the

content of universal moral values.

Key words: moral education, moral development, moral upbringing, subjects of sports activity.

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. В умовах розвитку сучасного суспільства особливу значимість у вихованні підростаючого покоління набуває проблема забезпечення єдності морального і фізичного, добра, краси і здоров'я. Інтенсифікація навчально-виховного процесу висуває на передній план завдання формування людини як духовно багатой, творчо-активної, етично вихованої та фізично досконалої особистості. У «Національній програмі виховання дітей та учнівської молоді в Україні» розкривається взаємопов'язаність завдань охорони й зміцнення фізичного, психічного та духовного здоров'я. У 5 пункті Національної програми наголошується на важливості активної діяльності усіх учасників виховного процесу, який має забезпечувати сприятливі умови гармонійного розвитку особистості, зміцнення фізичного й психологічного здоров'я, реалізації творчого потенціалу, формування ціннісного ставлення до світу та до самої себе [6].

Проблему підвищення рівня моральної вихованості окреслено у Загальнодержавній програмі «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012–2020 р. – перетворити навчання та виховання населення на державну систему навчання через сферу загальної та професійної освіти, охорони здоров'я, фізичного виховання, інші соціальні інститути та засоби масової інформації. Поступово впроваджувати стратегію «Здоров'я через освіту» у навчальних закладах усіх рівнів акредитації [8]. Конституція України визначає правові засади щодо захисту і підтримки моральності в будь-якій сфері суспільства. Право свободи світогляду здійснюється з метою охорони громадського порядку, здоров'я і моральності населення. Конституція України у статті 49 другого розділу «Права, свободи і обов'язки людини і громадянина» вказує на прагнення Держави до розвитку галузі фізичної культури і спорту [3].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. До різних аспектів проблеми морального виховання зверталися М. Драгоманов, А. Макаренко, І. Огієнко, С. Русова, Г. Сковорода, І. Стешенко, В. Сухомлинський. У результаті досліджень вітчизняних науковців М. Боришевського, Г. Васяновича, В. Вербеця, В. Галузинського, О. Дубасенюк, О. Киричука, Т. Люріної, Н. Молодиченко, М. Стельмаховича, Б. Ступарика та інших отримані важливі дані про сутність морального виховання в різних аспектах виховної роботи, виховання моральних якостей особистості.

Формулювання мети роботи. Мета статті полягає в аналізі стану моральної вихованості суб'єктів спортивної діяльності та у визначенні шляхів його підвищення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Одним із пріоритетних завдань виховання суб'єктів спортивної діяльності має бути формування в них моральних рис та цінностей – доброти, уваги, милосердя, толерантності, совісті, поваги, правдивості, справедливості, гідності, любові до батьків. Держава, суспільство, сім'я та навчальні заклади повинні об'єднати зусилля та цілеспрямовано формувати внутрішній світ та моральну цілісність індивіда у всій сукупності моральних цінностей.

Перспектива розвитку морального виховання ґрунтується на гуманістичній ідеї розвитку суспільства та включає нові ідеали, нові бачення цінностей. Розкриття здібностей особистості, можливість самостійно робити вибір щодо подальшого життя, поведінки дає поштовх осмислити особистий вклад в розвиток країни. Забезпечення пріоритетності загальнолюдських цінностей, відродження і розбудова національної системи освіти як найважливішої ланки виховання свідомих громадян є основою розвитку України.

Моральне виховання – це виховання теоретичних основ моралі, формування моральних уявлень і понять, організація досвіду моральної поведінки і діяльності, які відповідають вимогам моралі суспільства. Моральне виховання становить складний процес формування всебічно розвиненої особистості, цілеспрямованим прагненням педагогів є передача моральних знань та культурних традицій. Моральний розвиток – рівень засвоєння уявлень про моральні норми, моральні почуття і моральну поведінку [2].

Процес морального розвитку особистості становить взаємодію зовнішніх і внутрішніх чинників. Внутрішні фактори морального розвитку особистості характеризуються різними ознаками:

- внутрішня позиція (І. Д. Бех) [1];
- сприйнятливості (Т. І. Люріна) [4];
- переконання (А. Л. Сембрат) [9];
- виховні можливості (С. У. Гончаренко) [2];
- здатність до емоційного відгуку (В. О. Сухомлинський) [10];
- духовні потреби (В. В. Молодиченко) [5].

До зовнішніх чинників можна віднести сформований спосіб життя студента, що може сприяти розвитку заданих якостей або (за певних умов) протидіяти йому; умови життя, які сприяють становленню певного способу життя в рамках різних регіонів (традиції, звичаї, національні особливості, особливості природного середовища); засоби масової інформації і пропаганди; рівень розвитку й умови життя колективу, що безпосередньо впливають на особистість (виховні системи, що склалися в ньому, суспільна думка, ціннісні орієнтації, моральні норми, психологічний клімат); норми взаємин, що склалися в первинних колективах, становище спортсмена (тренера) в системі колективних відносин.

Моральна вихованість – властивість особистості, яка характеризується сукупністю сформованих особистісних якостей та відображає систему соціальних відносин людини. Важливими показниками моральної вихованості можна назвати скромність, сміливість, патріотизм, ввічливість, гарні манери, працелюбність, ставлення особистості до навколишнього та самого себе. Критерії моральної вихованості – сукупність моральних якостей, які підсилюють своє значення в регулюванні складних відносин підростаючого покоління [4]. Сформована цілісна інтегративна система моральних цінностей реалізується у власних моральних потребах, мотивах, поведінці, діяльності і є основою для організації подальшого морального виховання. Студентський вік є періодом, коли активно формуються моральні якості, що впливає на становлення характеру і

особистості в у цілому. моральне виховання є однією з передумов формування творчої гармонійно розвинутої особистості, що в цілому впливає на ефективність навчально-виховного процесу в університеті. Головними критеріями моральної вихованості є моральна свідомість, моральні ідеали, міжособистісні стосунки в колективі, рівень самосвідомості, трудової активності, вимогливості до себе, дисциплінованість, ставлення до педагога. Рівнем моральної вихованості пропонується визначати риси та якості, що розкривають моральну суть особистості [1].

З метою виявлення (констатації) стану моральної вихованості суб'єктів спортивної діяльності (студентів Національного університету фізичного виховання і спорту України) і фіксації відповідного рівня наявності (чи відсутності) вихованості тієї чи іншої моральної якості, що буде формуватися у суб'єкта в подальшій експериментальній роботі, було проведено констатувальний етап педагогічного експерименту. У процесі зазначеного експерименту ми використовували метод анкетування, аналіз доповідей студентів на хвилюючі моральні теми та обговорення порушених питань, методу «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Так, на семінарських заняттях з «Педагогіки» обговорювались такі питання: «Поняття про мораль», «Сучасні погляди на мораль», «Завдання морального виховання: виховання моральної свідомості, моральних почуттів, моральної поведінки», «Визначення змісту таких моральних почуттів: а) почуття відповідальності та обов'язку; б) почуття сумління; в) почуття патріотизму; г) співчуття, співпереживання; д) почуття честі та гідності; е) почуття провини» [7, 138]. Студентам запропонували дати відповіді на запитання: «Які риси характеру переважають у сучасних студентів?», «Які моральні якості, на вашу думку, повинні переважати у студентів?», «Які є моральні норми в суспільстві?», «Моральна регуляція людської поведінки», «Сучасний меркантилізм, його сутність і взаємозв'язок з моральністю», «Чому має залишатися пріоритет морального над матеріальним?», «Зміст понять «свобода», «мораль» і «моральний обов'язок?», «Чи вважаєте ви проблему формування моральних цінностей особистості актуальною сьогодні?».

За допомогою методики «Ціннісні орієнтації» М. Рокича студентам було запропоновано проранжувати інструментальні та термінальні цінності за значенням для себе. У дослідженні брало участь 6 груп студентів другого курсу (120 осіб). Досліджувані були задоволені в анонімності їх відповідей.

Як показали результати дослідження, переважна більшість студентів на перше місце поставила здоров'я (80%). Звичайно, студенти нашого університету більш орієнтовані на охорону й зміцнення здоров'я, що є перевагою. Вони усвідомлюють, що фізична культура є єдиним засобом, здатним забезпечити людині необхідний рівень фізичного, психічного та функціонального розвитку організму.

Проаналізувавши ті цінності, які студенти визначили першою п'ятіркою, ми з'ясували, які цінності найбільш важливі для суб'єктів спортивної діяльності. Аналіз результатів констатувального етапу педагогічного експерименту показав, що для студентів актуальними є такі цінності-цілі, як: здоров'я, цікава робота, любов, матеріально забезпечене життя, наявність хороших і вірних друзів. Для їх досягнення необхідні цінності-засоби: вихованість, життєрадісність, незалежність, раціоналізм, широта поглядів. Отже, студенти експериментальної групи переконані, щоб бути здоровими, коханими, досягти матеріально забезпеченого життя, бути поруч з хорошими і вірними друзями, мати цікаву роботу, потрібно бути вихованими, життєрадісними, незалежними, раціональними, мати широкі погляди.

Після закінчення тестування студенти полемізували з приводу таких питань: Як би ви розташували ці цінності, якби стали таким, яким мріяли? Як, на ваш погляд, це зробила б ідеальна, досконала людина? Як зробило б це, на вашу думку, більшість людей? Як це зробили б ви 5 або 10 років тому? Через 5 або 10 років? Як ранжували б картки близькі вам люди? В якому порядку і в якій мірі реалізовані дані цінності у вашому житті?

Розвиток моральності у молоді пов'язаний з певними змінами у формуванні та інтеграції їх моральних цінностей. Сформована цілісна інтегративна система моральних цінностей реалізується у власних моральних потребах, мотивах, поведінці, діяльності і є основою для організації подальшого морального виховання [9].

Аналізуючи рівень моральної вихованості, виокремлено низку питань, дотичних до формування високоморальної особистості, – формування світогляду суб'єктів спортивної діяльності, допомога їм у визначенні життєвих цілей в умовах постійних соціально-економічних змін; формування цілісного ставлення до власного життя, розвиток творчого потенціалу особистості; формування загальнолюдських норм моралі, взаєморозуміння, добра, толерантності, чесності, інтелігентності, розвиток умінь самооцінки та самокорекції поведінки, почуттів гідності, самоповаги, виховання позитивного ставлення до праці як однієї з найважливіших цінностей життя тощо.

Результати досліджень свідчать про наявність інтересу в суб'єктів спортивної діяльності до системи моральних цінностей, до пізнання законів розвитку суспільства, до системи народних традицій, до мистецтва та музики через вивчення історії й традицій, творів літератури та мистецтва, видатних постатей українського народу. Моральний розвиток особистості у сучасних умовах має бути тісно пов'язаний з новими процесами розвитку суспільства. Соціально необхідним стає формування високоморальної, ціннісно зорієнтованої особи. Необхідно враховувати нові соціально-культурні реалії, які впливають на моральне виховання.

Важливими, на нашу думку, шляхами підвищення рівня морального розвитку є формування у суб'єктів спортивної діяльності моральних цінностей (доброзичливості, відповідальності, толерантності, любові до Батьківщини і т. ін.); оптимальне використання можливостей змісту навчальних дисциплін та виховних заходів морального спрямування із включенням студентів у моральні відносини; підвищення значення для особистості загальнолюдських моральних цінностей. Завдання морального виховання студентів полягає в тому, щоб норми і принципи моралі стали внутрішніми переконаннями молоді, а їх дотримання – потребою.

Висновки. Аналітичні дослідження дають підставу стверджувати, що розвиток моральності у суб'єктів спортивної діяльності пов'язаний з певними змінами у формуванні та інтеграції їх моральних цінностей.

Ефективність морального виховання суб'єктів спортивної діяльності у навчально-виховному процесі вищого навчального закладу зумовлюється опануванням основами моральних цінностей, що ґрунтується на вихідних

концептуальних положеннях (особистісно зорієнтована спрямованість навчально-виховного процесу, дотримання власне педагогічних і специфічних принципів організації виховного процесу; формування такого типу особистості, якій властиві загальнолюдські моральні цінності та яка має набути, окрім вищезазначених цінностей, рис відповідальності, самоосвіти, самовиховання і прагнути до постійного морального самовдосконалення); оптимальним використанням можливостей змісту навчальних дисциплін та виховних заходів морального спрямування.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Перспективними напрямками подальших наукових розробок є визначення педагогічних умов морального виховання студента в навчально-виховному процесі вищого навчального закладу, виявлення особливостей та специфіки організації означеного процесу.

Література

1. Бех І. Д. Виховання особистості : У 2 кн. / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – Кн. 1 : Особисто – орієнтований підхід: теоретико – методичні засади : Наук. видання. – 2003. – 280 с.
2. Гончаренко С. У. Зміст загальної освіти і її гуманітаризація/ Неперервна професійна освіта: проблеми, пошуки, перспективи: [монографія] / С. У. Гончаренко ; за ред. І. А. Зязюна. – К. : Видавництво «Віпол», 2000. – 683 с.
3. Конституція України: Прийнята на п'ятій сесії Верховної Ради України 28 черв. 1996 р. – К. : Преса України, 1997. – 80 с.
4. Люріна Т. І. Теоретико-методичні основи професійної підготовки майбутніх учителів до виховної діяльності [монографія] / Т. І. Люріна. – К. : НВФ «Славутич-Дельфін», 2007. – 203 с.
5. Молодиченко В. В. Модернізація цінностей в українському суспільстві засобами освіти: філософський аналіз : монографія / В. В. Молодиченко. – К. : Знання України, 2010. – 383 с.
6. Natsionalna programa vihovannya ditey ta uchnivskoyi molodi // Osvita Ukrayini. – 2004. – № 94. – 3 груд. – S. 6–10.
7. Petrovska T. V. Pedagogika : navch. posib. / T. V. Petrovska. – K. : Nats. un-t fiz. vihovannya i sportu Ukrayini, vid-vo «Olimp. I-ra», 2016. – 180 s.
8. Rozporyadzhennya Kabinetu Ministriv «Pro shvalennya Kontseptsiyi Zagalnodержavnoyi programi «Zdorov'ya – 2020: ukrayinskiy vimir» [Elektronniy resurs]. – Rezhim dostupu: <http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/1164-2011-r>.
9. Sembrat A. L. Moralne vihovannya starshoklasnikiv u navchalno-vihovnomu protsesi gimnaziyi : avtoref. ... kand. ped. nauk : 13.00.07 / A. L. Sembrat. – K., 2007. – 20 s.
10. Suhomlinskiy V. O. Moralni zapovidi ditinstva i yunosti / V. O. Suhomlinskiy. – K. : Rad. shkola, 1966. – 232 s.

Зеніна І.В., Шалда С.В.

Національний технічний університет України

«Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»

ВПЛИВ РИТМУ РУХІВ НА ПОКАЗНИКИ СПРИТНОСТІ У СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНОЮ ГІМНАСТИКОЮ

У статті показано, що спрямованість занять зі спортивної гімнастики на підвищення рівня ритмічності відповідно до її структурного змісту сприяє приросту показників інших базових рухових координацій, зокрема спритності.

Ключові слова: рухова координація, точність рухів, спритність, фізична підготовленість.

Зеніна І.В., Шалда С.В. Влияние ритма движений на показатели ловкости у студентов, занимающихся спортивной гимнастикой. В статье показано, что направленность занятий по спортивной гимнастике на повышение уровня ритмичности в соответствии с ее структурным содержанием способствует приросту показателей других базовых двигательных координаций, в частности ловкости.

Ключевые слова: двигательная координация, точность движений, ловкость, физическая подготовленность.

Zenina I.V., Shalda S.V. Influence of the rhythm of movements on the attributes of dexterity of students engaged in gymnastics. Rhythm is a complex characteristic of the technique of performing physical exercises; it reflects the regular distribution of muscular effort in time and space, the sequence and intensity of the dynamics of motor actions. Rhythmicity is the basis of all motor coordination, since the manifestation of each of them is associated with a certain pattern of alternation of muscular efforts, their redistribution, accentuation, the accuracy of perception and reproduction of temporal and spatial parameters of movements.

Rhythm forms the basis of rational technique of physical exercises, stipulating the regularity of distribution and alternation of muscular efforts in time and space, their sequence and intensity. The optimal level of rhythmic development ensures the accuracy of reproduction of the muscular effort developed, the direction, speed and frequency of movements, as well as the placement of accents. At the heart of each of the motor-coordination qualities is a rhythm that determines the degree of manifestation of each of them, which is associated with the redistribution of muscular efforts in space and time, which ensures synchronization of motor and autonomic functions, coordinating activity cardiovascular, respiratory and other physiological systems.

The results of the pedagogical experiment have shown that the focus of training in improving aerobics on raising the level of rhythm in accordance with its structural content contributes to the growth of indicators of other basic motor coordination, in particular dexterity. This is due to the complexity of physical exercises, the assimilation of which is associated with a certain pattern of alternation of muscular effort and their redistribution; accentuation, accuracy of perception and reproduction of temporal and spatial parameters of movements. Any of the motor-coordination actions only in one way or another allows one to reproduce the qualitative characteristics of the motor act and is relatively independent. Only in their totality, the basic coordination reflects the full