

УДК: 378.093.2.016:796.

Асаулюк І.О.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця
Маринчук П.І.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця
Дяченко А.А.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, м. Вінниця

ХАРАКТЕРИСТИКА РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ

Сучасна система підготовки фахівців у закладах вищої освіти відзначається інтенсифікацією процесу навчання, його психічною насиченістю, недостатнім обсягом рухової активності та, як наслідок, недостатнім рівнем фізичного стану студентського контингенту. Використано такі методи наукового пошуку, як: педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, педагогічне тестування, методи визначення функціонального стану організму, методи оцінювання рівня фізичного здоров'я, методи визначення фізичної працездатності; методи математичної статистики. У педагогічному експерименті брали участь 154 студента I та II курсів Вінницького коледжу культури і мистецтв імені М.Д. Леонтовича. Було протестовано студентів спеціальності «Музичне мистецтво» спеціалізацій «фортепіано, оркестрові, струнні інструменти» (скрипка, альт, віолончель, контрабас); «оркестрові духові та ударні інструменти» (флейта, гобой, кларнет, фагот, саксофон, валторна, труба, тромбон, туба, ударні інструменти), «народні інструменти» (баян, акордеон, домра, бандура, гітара); «вокал, хорове диригування». З'ясовано, що студентам I та II курсів притаманні середній і нижче за середній рівні РФЗ, що увиразнює недотримання ними режиму рухової активності й ігнорування факторів здорового способу життя.

Ключові слова: функціональний стан організму, фізичне здоров'я, студенти музичних спеціальностей.

Асаулюк И.А., Маринчук П.И., Дьяченко А.А. Характеристика уровня физического здоровья студентов учреждений образования. Современная система подготовки специалистов в учреждениях высшего образования отмечается интенсификацией процесса обучения, его психической насыщенностью, недостаточным объемом двигательной активности и, как следствие, недостаточным уровнем физического состояния студенческого контингента. Используются следующие методы научного поиска, как: педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, педагогическое тестирование, методы определения функционального состояния организма, методы оценки уровня физического здоровья, методы определения физической работоспособности; методы математической статистики. В педагогическом эксперименте участвовали 154 студента I и II курсов Винницкого колледжа культуры и искусств имени Н. Д. Леонтовича. Было протестировано студентов специальности «Музыкальное искусство» специализаций «фортепиано, оркестровые, струнные инструменты» (скрипка, альт, виолончель, контрабас) «оркестровые духовые и ударные инструменты» (флейта, гобой, кларнет, фагот, саксофон, валторна, труба, тромбон, туба, ударные инструменты), «народные инструменты» (баян, аккордеон, домра, бандура, гитара) «вокал, хоровое дирижирование». Выяснено, что студентам I и II курсов присущи средний и ниже среднего уровни физического здоровья, что подчеркивает несоблюдение ими режима двигательной активности и игнорирование факторов здорового образа жизни.

Ключевые слова: функциональное состояние организма, физическое здоровье, студенты музыкальных специальностей.

Asauliuk I., Diachenko A., Marinchuk P. Characteristics of the level of physical health of students. The novelty of the topic under research lies in the fact that the modern training system in higher educational institutions is characterized by intensification of the learning process, its psychological overloading, the low level of active lifestyle, and, as a result, the poor physical conditions of students. **Methods of research.** We have used such methods of scientific research as: pedagogical observation, pedagogical experiment, pedagogical testing, methods for determining the functional state organism, methods for assessing the level of physical health, methods for determining the physical capacity, method of expert assessments, methods of mathematical statistics. 154 students of the first and second year of the Vinnitsa School of Culture and Arts named after M. D. Leontovich participated in the pedagogical experiment. In the course of the study, students of I (75 people – 41 boys and 34 girls) and II (79 persons - 46 boys and 33 girls) years of studying were enrolled. Such as students of the specialty "Music Art", the specializations "piano, orchestra, string instruments" (violin, viola, cello, double bass); "Orchestral wind instruments and percussion instruments" (flute, oboe, clarinet, bassoon, saxophone, horn, trumpet, trombone, tubo, percussion instruments), "folk instruments" (accordion, accordion, domra, bandura, guitar); "Vocal, choral conducting". **The results of the work** is in determining the peculiarities of the content of correction of the students' physical condition, the specialty «Musical Art» in the process professional-applied physical training. It has been found out that the students of the first and the second courses are characterized by average and below average level of physical health, which shows their non-observance of the mode of physical activity and ignoring of factors of healthy

lifestyle.

Keywords: functional state of an organism, physical health, students of musical specialties.

Постановка проблеми. Аналіз літературних джерел. Проведений огляд літературних джерел [1, 3, 8, 9,10] дозволяє констатувати, що проблема зміцнення, збереження й покращення здоров'я все більш стає актуальною у зв'язку зі зниженням показників соматичного здоров'я населення, збільшенням кількості патологічних і спадкових захворювань [1, 4, 8].

На думку авторів [8], дотримання здорового способу життя відіграє важливу роль у житті студента, оскільки це гарантія майбутньої самореалізації і розвитку в усіх сферах життя. У той же час удосконалення процесу фізичного виховання студентів можливе за рахунок використанні в системі фізичного виховання сучасних інноваційних засобів фізичного виховання, що формують зацікавленість до даного виду діяльності та прагнення до фізичного самовдосконалення [1, 11] та такого управління процесом фізичного виховання, коли враховуються особливості майбутньої професійної діяльності та індивідуальні особливості організму студентів [3, 4, 9, 10]. Автори [1, 3, 6, 9] єдині у думці, для підвищення якості організації процесу фізичного виховання у навчальних закладах необхідно проведення цілеспрямованої роботи, в основі якої, перш за все, повинна бути діагностика рівня фізичного здоров'я (РФЗ) студентів з подальшим прийняттям педагогічних заходів.

Мета статті – визначити рівень фізичного здоров'я студентів спеціальності «Музичне мистецтво».

Методи й організація дослідження. У процесі дослідження використано метода налізу науково-методичної літератури, педагогічне тестування та методи математичної статистики. Основним методом дослідження обрано педагогічний експеримент. З метою всебічної якісної і кількісної його оцінки рівень здоров'я студентів вивчали за методикою Г. Л. Апанасенка [2], яка передбачає поділ студентів на п'ять рівнів здоров'я: низький, нижче середнього, середній, вище середнього і високий [2]. Дослідження проводилось на базі Вінницького коледжу культури і мистецтв імені М.Д. Леонтовича. У дослідженні взяли участь студенти коледжу культури і мистецтв, у кількості 154 особи. Констатувальний етап передбачав отримання інформації про рівень фізичного здоров'я студентів спеціальності «Музичне мистецтво» I і II курсів.

Виклад основного матеріалу дослідження. При оцінці рівня здоров'я людини важливе значення мають не тільки суворо науково обґрунтовані показники фізичного стану, але й доступні в практичній діяльності фахівців з фізичного виховання інтегральні показники, виражені в балах, умовних одиницях, які дозволяють здійснювати оцінку та РФЗ [2, 5].

В ході дослідження [6, 7], здійснено оцінку життєвого індексу (ЖІ) – критерій, який характеризує резерви функцій зовнішнього дихання. За результатами досліджень показники ЖІ дівчат I курсу відповідає рівню нижче за середній у 5 осіб (14,71%) (відповідно оціночної таблиці даного показника за Т. Ю. Круцевич, (1999), 22 особи (64,71%) та 7 осіб (20,59%) дівчат I курсу відповідно мають показники ЖІ, які відповідають рівням середній та вище середнього [6, 7]. Дівчата II курсу за результатами оцінки ЖІ розподілились наступним чином: 1 особа (3,03%) – низький рівень, 19 осіб (57,58%) – середній рівень та 13 осіб (39,39%) – рівень ЖІ вище середнього [6, 7]. В ході дослідження функціональних показників серцево-судинної системи студентської молоді було отримано середні значення, характер розподілу яких знаходився у межах вікових норм як у дівчат, так і у юнаків [6, 7]. Оскільки оцінка функціонального стану серцево-судинної системи має надзвичайно важливе значення для побудови занять фізичного виховання, окрім констатації середніх величин ЧССсп та АТ, нами проведено оцінку індексу Робінсона (табл.1) відповідно до оціночної таблиці, (Т. Ю. Круцевич, 1999) [5]. Даний індекс також використано під час комплексної оцінки РФЗ за методикою Г. Л. Апанасенко [2].

Таблиця 1

Оцінка індексу Робінсона досліджуваного контингенту, %

Індекс Робінсона	Контингент			
	I курс		II курс	
	Дівчата (n=34)	Юнаки (n=41)	Дівчата (n=33)	Юнаки (n=46)
Низький	-	-	-	-
Нижче середнього	5,88	12,20	9,09	6,52
Середній	29,41	70,73	54,55	67,39
Вище середнього	50,00	17,07	27,27	26,09
Високий	14,71	-	9,09	-

У ході експерименту були отримані дані, за допомогою яких можна простежити зміни РФЗ у студентів I та II курсів. Проведене зіставлення маси тіла та зросту студентів, показники ЖІ, індексу Робінсона, індексу Руффе та оцінка СІ, дозволили визначити РФЗ студентів спеціальності «Музичне мистецтво» (табл. 2.).

При аналізі отриманих результатів РФЗ у студентів I курсу нами отримані наступні показники: у 11,76 % дівчат РФЗ був нижче за середній – (n = 4); відповідно низький РФЗ у юнаків – 7,32 % та 21,95 % нижчий за середній (n = 12). При цьому на II курсі показники 12 дівчат та 11 юнаків були на відповідних небезпечних для здоров'я рівнях. Середній РФЗ констатовано у 61,76% дівчат I курсу та 51,52% дівчат II курсу, тоді як відсоток юнаків є меншим на обох курсах.

Таблиця 2

Розподіл студентів I та II курсів спеціальності «Музичне мистецтво» за РФЗ, (n=154), %

РФЗ	Контингент			
	I курс		II курс	
	Дівчата (n=34)	Юнаки (n=41)	Дівчата (n=33)	Юнаки (n=46)
Низький	-	7,32	9,09	4,35
Нижче середнього	11,76	21,95	27,27	19,57
Середній	61,76	56,10	51,52	52,17
Вище середнього	26,47	14,63	12,12	21,74
Високий	-	-	-	2,17

Отримані дані підтверджують припущення, що не дотримання студентами достатнього рівня рухової активності, ігнорування факторів здорового способу життя суттєво позначається на рівні здоров'я студентів, який знаходиться в рамках середнього та нижче середнього.

Висновки. Проведений педагогічний експеримент доводить негативну тенденцію зниження рівня фізичного здоров'я студентів за період навчання. Результати дослідження дозволили нам зрозуміти необхідність активізації здоров'яформувальної та здоров'язбережувальної діяльності, при подальшому плануванні та розробці програми заходів та вибору тих чи інших видів рухової активності оздоровчої спрямованості. Рекомендації по вдосконаленню процесу фізичного виховання студентів музичних спеціальностей повинні носити прикладний характер з урахуванням особливостей майбутньої професійної діяльності та умов її виконання,

Перспективою подальших досліджень вбачаємо аналіз фізичної підготовленості студентів відповідно до професійної спеціалізації та розробку технології корекції фізичного стану студентів музичних спеціальностей на основі отриманих показників.

Література

1. Андреева О. Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення / О. Андреева // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. - 2015. - № 2. - С. 29-43.
2. Апанасенко Г. Л. Индивидуальное здоровье: теория и практика. Введение в теорию индивидуального здоровья/ Апанасенко Г. Л., Попова Л. А. - Киев: Медкн., 2011. – 108 с.
3. Асаулюк І. О. Особливості фізичної підготовленості студентів закладів освіти в процесі фізичного виховання / І. О. Асаулюк, А. А. Дяченко // Здоров'я, спорт, реабілітація, 2019. - № 1 (5). С. 9-14. DOI: <https://doi.org/10.34142/HSR.2019.05.01.01>
4. Дяченко А.А. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів закладів освіти / А.А. Дяченко, І.О. Асаулюк, П. І. Маринчук // Зб. наукових праць Міжнародної наукової конференції «Актуальні наукові дослідження в сучасному світі». – Переяслав-Хмельницький, 2017. – Вип.11 (31), Ч.3.–С.90-93
5. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания /Т. Ю. Круцевич. учеб.пособие. Киев: Олимпийская литература, 1999. - 232 с.
6. Маринчук П. І. Корекція фізичного стану студентів спеціальності «Музичне мистецтво» в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки / П. І. Маринчук, дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02, ВДПУ. НФВСУ. - Вінниця, 2018. - 290 с.
- 7.Маринчук П.І. Оцінка фізичного розвитку та функціонального стану серцево-судинної системи студентів музичних спеціальностей / П. І. Маринчук // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка. Вип. 102. Т. 2. - Чернігів, 2018. С. 111 -115.
8. Товкун Л. П. Оцінка рівня соматичного здоров'я студентів Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди / Л. П. Товкун, М. П. Царьова // Молодий вчений. - 2017. - № 9.1. - С. 167-170. - URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_9
9. Kashuba Vitaliy, Asauluk Inna, Dyachenko Anna. Characteristics of the biogeometric profile of students' posture in the process of vocational and physical training. *Journal of Education, Health and Sport.* 2017; 7(6). p. 1255-1264. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2548845>
10. Kashuba Vitaliy, Asauluk Inna, Diachenko Anna. The Formation of theoretical knowledge of students in the discipline of "Physical Education" in the process of professional and applied physical training. *Journal of Education, Health and Sport.* 2017;7(5):1054-1065. eISSN 2391-8306. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2547839>
11. Kashuba Vitaliy, Asauluk Inna, Diachenko Anna. A modern view on the use of information technologies in the process of physical education of student youth. *Journal of Education, Health and Sport.* 2017;7(2):765-775.DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2538698>

Reference

1. Andryeyeva O. Teoretiko-metodologichni zasadi rekreacijnoyi diyalnosti riznih grup naselennya / O. Andryeyeva // Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya i sportu. - 2015. - № 2. - S. 29-43.
2. Apanasenko G. L., Popova L. A. Individual health: theory and practice. Introduction to the theory of individual health. Kiev: Med., 2011 . 108 p.

3. Asaulyuk I., Diachenko A. The peculiarities of the physical state of students of educational institutions in the process of physical education. Health, sport, rehabilitation.no.1(5).2019.P.9-1. DOI: <https://doi.org/10.34142/HSR.2019.05.01.01>
4. Dyachenko A.A. Profesiynno-prikladna fizichna pidgotovka studentiv zakladiv osviti / A. A. Dyachenko, I. O. Asaulyuk, P. I. Marinchuk //Zb. Naukovih prac Mizhnarodnoyi naukovoї konferenciї «Aktualni naukovi doslidzhennya v suchasnomu sviti». – Pereyaslav-Hmelnickij, 2017.–Vp.11(31),Ch.3.–p.90-93.
5. Krutsevich T. Yu. Research methods of individual health of children and adolescents in the process of physical education: textbook. allowance. Kiev: Olympic Literature, 1999.232 p.
6. Marynchuk, P. I. "Correction of the physical condition of students of the specialty "Musicalart" in the process of professional-applied physical training". dys... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu:24.00.02, VDPU. NFVSU. Vinnytsia. 290 p.
7. Marinchuk P.I. Evaluation of physical development of that functional camp of the heart-ship system of students in musical specialties. Newsletter of the Chernigiv National Pedagogical University, T.G. Shevchenko / Chernigiv National Pedagogical University T.meni T.G. Shevchenko Vip. 102.Vol. 2. Chernigiv, 2018.S. 111 -115
8. Tovkun L. P. Tsarova M. P. Otsinka rivia of somatic health of students Pereyaslav-Khmelniysky sovereign pedagogical university imeni Grigory Skovorodi. Molodiyvcheniy. 2017. No. 9.1. pp. 167-170. - URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2017_9
9. Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Dyachenko Anna. Characteristics of the biogeometric profile of students' posture in the process of vocational and physical training. Journal of Education, Health and Sport. 2017; 7(6). p. 1255-1264. DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2548845>
10. Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Diachenko Anna. The Formation of theoretical knowledge of students in the discipline of "Physical Education" in the process of professional and applied physical training. Journal of Education, Health and Sport. 2017;7(5):1054-1065.DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2547839>
11. Kashuba Vitaliy, Asaulyuk Inna, Diachenko Anna. A modern view on the use of information technologies in the process of physical education of student youth. Journal of Education, Health and Sport. 2017;7(2):765-775.DOI <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.2538698>

УДК: 616.833-001.35

Бісмак О.В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри фізичної терапії та ерготерапії,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ

КАНАДСЬКА ОЦІНКА ВИКОНАННЯ ДІЯЛЬНОСТІ ЯК ВАЖЛИВИЙ ІНСТРУМЕНТ ДЛЯ ОЦІНКИ ПОТРЕБ ОСІБ З ТРАВМАТИЧНИМИ НЕВРОПАТІЯМИ ВЕРХНЬОЇ КІНЦІВКИ

В статті розглядаються основні завдання та зміст Канадської оцінки виконання діяльності (Canadian Occupational Performance Measure (COPM) – методу оцінки порушень, які виникають при різних нозологіях, в тому числі й в осіб з травматичними невропатіями верхньої кінцівки. Даний діагностичний інструмент був розроблений канадськими ерготерапевтами з метою об'єктивного вимірювання змін, які відбулися з точки зору клієнта у виконанні важливих для нього активностей у повсякденному житті. Канадська методика ґрунтується на визначенні виконання діяльності, яка складається з самообслуговування, продуктивної діяльності та дозвілля. При травматичних невропатіях в залежності від виду та рівня травми спостерігаються порушення всіх вищезазначених сфер діяльності і включають в себе порушення руху і координації рук, кистей і пальців, що часто призводить до складнощів виконання повсякденних функцій, таких як приготування та прийом їжі, одягання, застібання гудзиків, вмивання, маніпулювання дрібними предметами, письмо та багато інших. Тому від їх максимально можливого відновлення безпосередньо залежить якість життя пацієнтів з даною патологією.

Ключові слова: невропатія, пацієнт, Канадська оцінка виконання діяльності, ерготерапія.

Бісмак Е.В. Канадская оценка выполнения деятельности как важный инструмент для оценки потребностей лиц с травматическими невропатиями верхней конечности. В статье рассматриваются основные задачи и содержание Канадской оценки выполнения деятельности (Canadian Occupational Performance Measure (COPM) - метода оценки нарушений, которые возникают при различных нозологиях, в том числе и у лиц с травматическими невропатиями верхней конечности. Данный диагностический инструмент был разработан канадскими эрготерапевтами с целью объективного измерения изменений, которые произошли с точки зрения клиента в выполнении важных для него активностей в повседневной жизни. Канадская методика основывается на определении выполнения деятельности, которая состоит из самообслуживания, продуктивной деятельности и досуга. При травматических невропатиях в зависимости от вида и уровня травмы наблюдаются нарушения всех вышеуказанных сфер деятельности и включают в себя нарушения движения и координации рук, кистей и пальцев, что часто приводит к сложностям выполнения повседневных функций, таких как приготовление и прием пищи, одевание, застегивание пуговиц, умывания, манипулирование мелкими предметами, письмо и многие другие. Поэтому от их максимально возможного восстановления напрямую зависит качество жизни пациентов с данной патологией.

Ключевые слова: невропатия, пациент, Канадская оценка выполнения деятельности, эрготерапия.