

Ураховуючи зміст та напрями сюжетно-рольової роботи з дітьми дошкільного віку, а також особливості корекційної роботи з дітьми, необхідно послідовно виконувати сюжетно-рольові заняття та спиратися насамперед на психолого-педагогічні характеристики дитини. На успішність оволодіння дітьми нормами рідної мови, фізичної сформованості впливає розвиток психічних процесів (мовленнєво-слухової пам'яті, уваги, уяви, словесно-логічного мислення та ін.), тому в роботі з формування правильного усного мовлення та фізичного розвитку діяльність повинна бути спрямована на здійснення програми з розвитку мовлення, а також на розвиток пізнавальної й особистісної сфери дитини.

Висновки та пропозиції. Отже, система сюжетно-рольових занять повинна включати в себе обов'язковість повторення сформованих рухових навичок; урахування вікових й індивідуальних можливостей дітей із порушеннями мовлення; поступове підвищення вимог до дітей (ускладнення рухових, музичних і словесних завдань); усебічний вплив на особистість дитини (діючи в якості неспецифічної терапії); комплексність, тобто зв'язок сюжетно-рольових ігор з іншими медико-психологічними впливами й основними видами музичної діяльності (слухання, спів, музично - ритмічні рухи).

На сюжетно-рольових заняттях музика не просто супроводжує рухи, а є їхнім організуючим початком. Вправи підібрані так, щоб кожний музичний сигнал викликав негайну й певну рухову реакцію. Це дозволяє розвивати увагу, слухове сприйняття, просторове орієнтування, а головне - сприяє корекції власне мовленнєвих порушень: фонематичного слуху, темпу й ритму подиху.

Література

1. Бурла О. М. Застосування рухливих ігор на заняттях з молодшими школярами / О. М. Бурла, О. А. Головенко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Суми, 2008. – С. 27 – 31.
2. Варій М. Й. Загальна психологія / М. Й. Варій – К. : Центр учбової літератури, 2010. – 988 с.
3. Viskovatova T.P. Problema genezisa, diagnostiki i psihologo-pedagogicheskoi korekcii zaderzhki psihicheskogo razvitiya u detej (na primere neblagopriyatnogo vliyaniya prirodnyh i antropogennih faktorov): dis. ... doktora psihol. nauk: 19.00.08 / Viskovatova Tat'yana Pavlovna. - K., 2013. - 382 s.
4. Krucevich T.YU. Kontrol' v fizicheskom vospitanii detej, podrostkov i yunoshej / T.YU. Krucevich , M.I. Vorob'yov. – Kiev: NUFVSU, 2012. – 195 s.
5. Shevchenko Yu.M. Fizychnyy rozvytok ditey starshoho doshkil'noho viku zasobamy intehratsiyi rukhiv i muzyky : dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk: spets. 13.00.08 – doshkil'na pedahohika/ Yu.M. Shevchenko. – Zaporizhzhya, 2009. –228 s.
6. Saranchuk T.S. Efektyvnist' innovatsiynykh pidkhodiv do zmistu prohram z fizychnoyi kul'tury dlya ditey molodshoho shkil'noho viku: avtoref. dys. na zdobuttya nauk. stupenya kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : spets. 24.00.02 „Fizychna kul'tura, fizychno vykhovannya riznykh hrup naselennya” / T. S. Saranchuk. – K., 2012. – 20 s.
7. Chernyavs'kyy M. Rekreatsinyo-ozdorovchi tekhnolohiyi u protsesi fizychnoho vykhovannya molodshykh shkolyariv / M. Chernyavs'kyy, O. Andryeyeva // Teoriya i metodyka fizychnoho vykhovannya i sportu. – K., 2007. – # 3. – S. 30–33
8. Derzhavni testy i normatyvy otsinky fizychnoyi pidhotovlenosti naselennya Ukrainy ; Za zah. red. Zubaliya M.D. - 2-e vyd., persrob. i dopov. - K, 2016. - 52 s
9. Круцевич Т. Ю. Рекреация у физической культуре разных групп населения: навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олім. лит., 2010. – 248с.
10. Москаленко Н. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.

Халайджі С.В., Сергеева Т.П.

Одеська національна академія харчових технологій,

ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ І КУРСУ ДО ПРОХОДЖЕННЯ МЕДОГЛЯДУ

Розглянуто проблему визначення фізичної підготовленості студентів I курсу на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду).

Проведено аналіз науково-методичної літератури та підбрано рухове тестове завдання, яке дало змогу визначити початковий рівень фізичної підготовленості студентів, не завдаючи шкоди їхньому здоров'ю.

Зазначено, що аналіз отриманих даних допоміг на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду) підібрати їм адекватне фізичне навантаження, розділивши їх на групи з приблизно однаковим рівнем фізичної підготовленості.

Ключові слова: фізична підготовленість, тестове завдання, студенти -першокурсники.

Халайджі С.В., Сергеева Т.П. Определение уровня физической подготовленности студентов I курса до прохождения медосмотра.

Рассмотрена проблема определения физической подготовленности студентов I курса на первом этапе занятий физической культурой (до прохождения студентами медосмотра).

Проведен анализ научно-методической литературы и подобрано двигательное тестовое задание, которое позволило определить начальный уровень физической подготовленности студентов, не нанося вреда их здоровью.

Отмечено, что анализ полученных данных помог на первом этапе занятий физической культурой (до прохождения студентами медосмотра) подобрать им адекватную физическую нагрузку, разделив их на группы с приблизительно одинаковым уровнем физической подготовленности.

Ключевые слова: физическая подготовленность, тестовое задание, студенты-первокурсники.

Khalaidzhi S.V., Sergeeva T.P. Determination of the physical preparedness level for the first course students before their medical examination. The last decades were influenced negatively on the state of health of population in Ukraine, including the level of the student health. The important component of health, basis of high capacity and vital functions, is a level of physical preparedness.

It was obtained the problem of physical preparedness determination for the students of first course on the first stage of engaging in a physical culture (before their medical examination). The analysis of published data allowed selecting a special task for research and estimation of the state of physical preparedness of students. The background was taken the methodology prepared in the University of Jyväskylä (Finland). A special test task has given an opportunity to define the initial level of physical preparedness of students, not harming to their health.

In this research 670 students of the first course (328 boys and 342 girls) took part, they are introduced 5 structural subdivisions of ONAFT. A test task for the exposure of the state of physical preparedness plugged overcoming walking in the maximal rate of distance 2 km, determination of frequency of heart-throbs right after loading and by corresponding formula for the determination of index of physical preparedness level.

The analysis of results due researches had showed that 32,24 % students of the first course had high level of physical preparedness, 16,12% - highest middle, 30,30% - middle, 13,0 % - below middle, and only 8,21 % is a low level of physical preparedness. Underline, that the index of ILPhP substantially differs for guys and girls, and also between the subdivisions.

The analysis of the obtained data helped on the first stage of engaging in a physical culture (before passing of students medical examination) to pick up adequate physical activity to them, dividing them into groups with the approximately identical level of physical preparedness.

Key words: physical preparedness, entrance control, the first course students.

Постановка проблеми. Сьогодні гостро стоїть питання інтенсифікації виробництва, посилюються вимоги до якості підготовки спеціалістів у закладах вищої освіти, до стану здоров'я та рівня фізичної підготовленості майбутнього працівника. Це потребує активного пошуку форм і методів фізичного виховання, які б сприяли підвищенню якості підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти [9, с.5].

Соціально-економічні зміни останнього десятиліття негативно вплинули на стан здоров'я населення країни, у тому числі і на рівень здоров'я студентської молоді. Студенти – це найбільш динамічна громадська група, яка добре адаптується до комплексу факторів соціального і природного оточення і, разом з тим, схильна до високого ризику порушень у стані здоров'я.

Останні роки спостерігається збільшення кількості студентів, що мають відхилення в стані здоров'я. Ослаблений найчастіше ще під час навчання в школі стан організму, екологічні проблеми, гіподинамія, невисокий в цілому рівень валеологічної культури обумовлюють те, що 46 % випускників шкіл, які вступають до закладів вищої освіти, мають різні хронічні захворювання, 50 % – морфофункціональні порушення. З кожним роком спостерігається збільшення числа студентів, віднесених до спеціальної медичної групи (Г.Л. Апанасенко, Л.Долженко, В.К. Бальсевич, Л.І. Лубишева, Р.Т. Раєвський, І.Д.Смолякова, С.М. Канішевський, Блавт О.З. та ін. [1, с.17; 2, с.19; 3, с.14; 6, с.129]. Основними причинами цього, на думку таких дослідників, як В.К. Бальсевич, Л.І. Лубишева, Т.Ю. Круцевич, О.Ю. Марченко [2,с.20; 6,с.130], є дефіцит рухової активності та недостатній рівень культури здоров'я молоді.

Актуальність дослідження. Один з основних принципів фізичного виховання – принцип оздоровчої спрямованості, зміст якого полягає в забезпеченні оздоровчого ефекту в процесі занять фізичними вправами сьогодні стає вкрай актуальним для фізичного виховання студентської молоді (Платонов В.М., Булатова М. М., 1995; Линець М.М., 1997; Куц О.С., 2003; Круцевич Т.Ю., 2000; Магльований А.В. зі співавт., 2007).

Важливим компонентом здоров'я, основою високої працездатності та життєдіяльності, базою, завдяки якій відбувається вся рухова діяльність людини, є рівень фізичної підготовленості.

Пошуки способів підвищення рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості студентів розглянуто у роботах Г.П. Грибана, 2009-2013; А.В. Магльованого, 1997, 1998, 2009-2011; Т.О.Лози, 2012; О.Т.Кузнецової, 2006-2013; С.І. Присяжнюка, 2002-2008 й ін.

Аналіз наукових досліджень і публікацій дають підстави стверджувати, що фізична підготовленість студентів закладається ще під час навчання в школі.

Від того, наскільки буде підготовленим абітурієнт, і з яким рівнем здоров'я він прийде до закладу вищої освіти, залежать зміст і рівень навантаження на заняттях з фізичного виховання [4, с.89].

Те, що медична довідка (форма № 086-о) являється необов'язковим документом при поданні заяв до закладу вищої освіти, призвело до того, що на початок навчальних занять у закладах вищої освіти відсутні дані про стан здоров'я студентів-першокурсників. Це, в свою чергу, робить неможливим своєчасне взяття на диспансерний облік студентів-першокурсників, які мають хронічні захворювання та вади розвитку, і призводить до погіршення загального стану здоров'я, а також робить неможливим з перших днів навчання об'єктивно оцінити стан здоров'я для визначення групи з фізичної підготовки. У зв'язку з цим стає питання, яке оптимальне навантаження має бути на заняттях з фізичної культури для кожного студента окремо.

Проведений аналіз науково-методичної літератури [9,с.3; 10, с.13;11, с.220; 12; с.166; 13, с.295; 14, с.131; 15, с.123 й ін.] дозволив зробити висновок, що у практиці педагогіки фізичної культури накопичено чималий досвід оцінки загальної фізичної підготовленості студентів. Проте питанням перевірки рівня стану здоров'я та фізичної підготовленості першокурсників до проходження ними медогляду в літературних джерелах не приділяється достатньо уваги. Для вирішення цього необхідно досліджувати рівень фізичної підготовленості студентів до занять фізичними вправами, і на основі отриманих результатів, враховуючи індивідуальні особливості, проводити ефективні заняття з фізичного виховання.

Мета даного дослідження: підбір рухового тестового завдання для визначення рівня фізичної підготовленості студентів (вхідний контроль) на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду).

Робота виконана за планом НДР кафедри фізичної культури та спорту Одеської національної академії харчових технологій.

Завдання дослідження:

- підбір рухового тестового завдання, яке дасть змогу визначити належний рівень фізичної підготовленості студентів 1 курсу, не завдаючи шкоди їхньому здоров'ю;
- визначення початкового рівня фізичної підготовленості студентів-першокурсників.

Методи та організація дослідження. Для вирішення цих завдань використовувалися наступні методи дослідження:

- аналіз літературних джерел щодо поставленої проблеми з метою відбору необхідних тестових завдань;
- тестування фізичної підготовленості першокурсників;
- статистична обробка результатів тестування та аналіз отриманих даних. У процесі аналізу літературних джерел було відібрано тестове завдання для дослідження і оцінки стану фізичної підготовленості студентів за методикою, запропонованою університетом Ювяскюля (Фінляндія) [5, с.192].

Дослідження проводилося у вересні 2016 року. В ньому прийняли участь 670 студентів (328 хлопців і 342 дівчини) 1 курсу 5 структурних підрозділів ОНАХТ : 301 студент (144 хлопця і 157 дівчат) факультету Інноваційних технологій харчування і ресторанно-готельного бізнесу (ІТХ і РГБ), 110 студентів (24 і 86) Інституту прикладної економіки і менеджменту (ІПЕ і М), 56 студентів (44 і 12) Інституту холоду, кріотехнологій та екоенергетики (ІХК та Е), 56 студентів (52 і 4) Інституту механіки, автоматизації і комп'ютерних систем (ІМА і КС), 147 студентів (64 і 83) технологічного інституту харчової промисловості (ТІХП).

Тестове завдання для визначення стану фізичної підготовленості студентів представляє собою подолання ходьбою в максимальному темпі дистанції 2 км і визначення ЧСС відразу після навантаження. Індекс рівня фізичної підготовленості (ІРФП) обчислювався за формулою (1):

$$ІРФП = K + B i_1 - (T i_2 - t i_3 + ЧСС i_4 + \frac{M T}{P^2} - i_5) \tag{1}$$

K, i₁ - i₅ - сталі величини надані у табл.1;

B - вік;

T - кількість повних хвилин, що були витрачені на подолання дистанції;

t - кількість секунд понад повних хвилин, що витрачено на подолання дистанції;

ЧСС - частота серцевих скорочень відразу після проходження дистанції за перші 15 секунд (помножується на 4);

MT - маса тіла, кг;

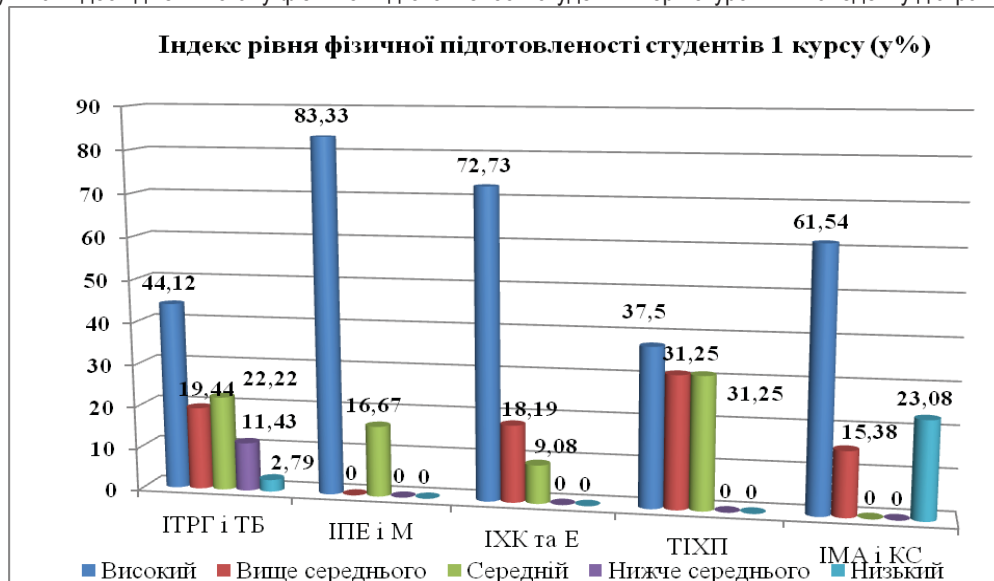
P - зріст, м.

Таблиця 1

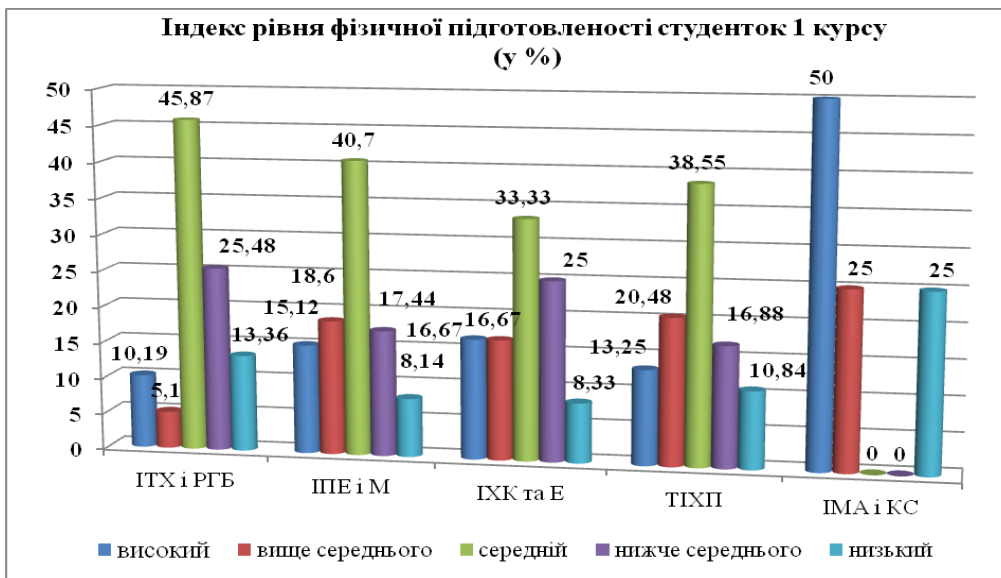
Значення сталих величин

Умовні позначення	Величини	
	Хлопці	Дівчата
<i>K</i>	420	305
<i>i₁</i>	0,2	0,3
<i>i₂</i>	11,6	8,1
<i>i₃</i>	0,2	0,14
<i>i₄</i>	0,56	0,36
<i>i₅</i>	2,6	1,0

Результати дослідження стану фізичної підготовленості студентів-першокурсників наведені у діаграмах 1-3.



Діаграма 1. Індекс рівня фізичної підготовленості хлопців за підрозділами



Діаграма 2. Індекс рівня фізичної підготовленості дівчат за підрозділами

Отже, отримавши результати тестування ми встановили, що у хлопців трьох підрозділів (IPE i M, IXK та E, TIXP) відсутній низький рівень фізичної підготовленості, у хлопців чотирьох підрозділів (IPE i M, IXK та E, TIXP, IMA i KC) – нижче середнього. Середній та нижче середнього рівень фізичної підготовленості відсутній тільки у дівчат IMA i KC.

Аналіз отриманих результатів (табл. 2) показав, що з 670 досліджуваних 216 (32,24 %) мають високий рівень фізичної підготовленості. Рівень фізичної підготовленості вище середнього показали 108 (16,12 %) першокурсників, середній – 203 (30,3 %), нижче середнього 88 (13,13 %) студента. Достатньо позитивним результатом стала кількість студентів, що мали низький рівень фізичної підготовленості – 55 від загальної кількості студентів, що складає лише 8,21 %.

При цьому результати тестування достатньо відрізнялись у студентів і за статтю, і за підрозділами.

Таблиця 2

Розподіл студентів за рівнем фізичної підготовленості

Назва підрозділу	Високий		Вище середнього		Середній		Нижче середнього		Низький	
	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток	Кількість	Відсоток
ITX i PGB	80	26,58	36	11,96	104	34,55	56	18,60	25	8,31
IPE i M	33	30,00	16	14,55	39	35,45	15	13,64	7	6,36
IXK та E	34	60,71	10	17,86	8	14,29	3	5,36	1	1,78
TIXP	35	23,81	37	25,17	52	35,38	14	9,52	9	6,12
IMA i KC	34	60,71	9	16,08	-	-	-	-	13	23,21
Усього	216	32,24	108	16,12	203	30,30	88	13,13	55	8,21

За статтю (діаграма 3) рівні фізичної підготовленості розподілилися так: високий рівень фізичної підготовленості спостерігався у 52,44 % хлопців і 12,87 % дівчат, 19,51 % хлопців і 12,87 % дівчат показали рівень вище середнього, 42,98 % дівчат та 18,29 % хлопців виявили середній рівень фізичної підготовленості. Рівень нижче середнього спостерігався лише у 4,88% хлопців, в той час як у дівчат цей показник дорівнював майже 21,05 %. Низький рівень фізичної підготовленості мають 4,88 % хлопців і 11,4 % дівчат.

Таким чином, при порівнянні показника ІРФП за статтю ми бачимо, що хлопці мають набагато кращу фізичну підготовленість, ніж дівчата. Утім це природно, оскільки хлопці належать до сильної половини людства.



Діаграма 3. Порівняння індексу рівня фізичної підготовленості студентів за статтю

Результати досліджень дали змогу викладачам на першому етапі занять з фізичної культури до проведення медогляду розділити студентів на групи відповідно стану фізичної підготовленості та визначити обсяг адекватного фізичного навантаження для кожної групи.

Висновки та рекомендації. Вивчивши літературні джерела стосовно підбору тестів для визначення вхідного рівня фізичної підготовленості студентів та проаналізувавши сучасні методи тестування, нами були відібрані тести, що відповідали поставленим завданням.

Тестування щодо виявлення рівня фізичної підготовленості встановили, що рівень фізичної підготовленості студентів-першокурсників достатньо високий. Майже половина з них має високий та вище середнього ІУФП. Лише п'ята частина першокурсників (18,8 %) мають низький або нижче середнього рівень фізичної підготовленості.

При цьому індекс ІУФП суттєво відрізняється у хлопців та дівчат. Спостерігалась велика різниця і між показниками окремих підрозділів. Ми отримали такий результат внаслідок того, що гендерний склад підрозділів досить різний. Тому на тих факультетах, де більше хлопців, спостерігався вищий рівень фізичної підготовленості, і навпаки.

Аналіз отриманих даних допоміг нам на першому етапі занять фізичною культурою (до проходження студентами медогляду) підібрати адекватне навантаження, розділивши студентів на групи з приблизно однаковим рівнем фізичної підготовленості.

Вважаємо, що данні нашого дослідження можна рекомендувати для вхідного тестування студентів вузів різного профілю до проходження ними обов'язкового медичного огляду.

Перспективи подальших досліджень. Подальші дослідження будуть спрямовані на удосконалення науково-методичних проблем навчального процесу з фізичного виховання, спрямованих на покращення рівня фізичної підготовленості студентів.

Література

1. Апанасенко Г. Л. Рівень здоров'я та фізіологічні резерви організму/ Г. Апанасенко. Л. Долженко // Теорія і практика фізичного виховання і спорту. – 2007. - №1. – С.17-21.
2. Бальсевич В. К. Спортивное ориентированное физическое воспитание : образовательный и социальный аспекты /В. К. Бальсевич, Л. И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. - №5. – С.19-21
3. Блавт, О. З. Інформативні показники рівня фізичного здоров'я та фізичної підготовленості студентів ВНЗ / О. З. Блавт // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. - №11. – С.14-18.
4. Грибан Г. П. Особливості фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів України і Г. П. Грибан // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка: зб. наук. пр.-Чернігів : ЧНПУ, 2014. - Вип. № 118.-418.-С. 88-93.
5. Іващенко Л. Я. Програмування занять оздоровчим фітнесом / Л. Я. Іващенко, О. Л. Благий, Ю. О. Усачов // Навч. видання. - К. : Наук. світ, 2008. -198 с. (С.192-193)
6. Круцевич Т. Ю. Научные подходы к определению нормативов физической подготовленности школьников и студентов / Т. Ю. Круцевич, Д. Даджани, Т. И. Лошицкая // Современный Олимпийский и Паралимпийский спорт и спорт для всех : материалы XII Междунар. науч. конгресс. – М., 2008. –Т. 3. – С. 129–130.
7. Кузнецова О. Т. Динаміка рівнів фізичної підготовленості студентів-першокурсників технічних ВНЗ / О. Т. Кузнецова // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. - Вип. 18: у 4-х т. – Львів : ЛДУФК, 2014.-Т. 2- С. 69-74.
8. Раєвський, Р.Т. Використання здорового способу життя студентською молоддю України / Р.Т. Раєвський, І. Д. Смолякова, С. М. Канишевський // Теорія і практика фізичного виховання. – 2006. - № 1-2. – С. 442-448.
9. Adyrkhaev S. G. Optimization of physical education and sports of students with disabilities throughout the entire period of study at the university / S.G. Adyrkhaev // Physical Education of Students. – 2013. – vol.6. – pp. 3-7. Doi :10.6084/m9.figshare.840492.
10. Exposing College Students to Exercise: The training Interventions and Genetics of Exercise Response (TIGER) Study/ Mary H. Sailors, Andrew S. Jackson, Brian K. McFarin, Jan Turpin //Jouman of American College Health.-2010/-Vol.59/-№1.-P.13-20.
11. Kalashnikov A. F. Features of the organization and conduct practical classes on physical training with students 1 course /A.F. Kalashnikov // Physical Culture, Sport and Tourism. Integration Processesscience and practice: Proceedings IV International. scientific and practical. Conf., Orel, 20 - April 22, 2011 / ed. Dr. ped. Sciences, Professorlitter VS Makeeva. - Eagle: FSEIHPE "State University - ESPC», 2011. - S.220-223.
12. Kormilin S.A. The identification of the level of physical preparedness in students of economic specialties / SA Kormilin // Development of modern education: theory, methodology and practice: mater. XI Intern. scientific-practical. Conf. (Cheboksary, Feb. 5, 2017) .- Cheboksary: CNS Interactive Plus, 2017. - No. 1 (11). - pp. 166-170.
13. Motivational climate and students'e motional experiences and effort in physical education/ J. Liukkonen, A. Watt, V. Barkoukis, T. Jaakkola// The Jouman of Education Research. – 2010. – 103. – 295-308.
14. Semenov L. A. (2005) Soderzhanie i normativnye osnovaniia otsenki fizicheskoi podgotovlennosti pri provedenii monitoringa [Elektr. resurs] // Fizi-cheskaia kul'tura: vospitanie, obrazovanie, trenirov-ka. №6. URL: <http://bmsi.ru/doc/0e852960-dc66-4263-8d89-b25dfe39a2e5>
15. Trofimov V.N. The state of physical preparedness of first-year students in a technical college / V.N. Trofimov, A. N. Borisov, B.P. Cold, A.Ya. Uklana // International scientific-practical conference "Actual problems of preservation and strengthening of health of youth of the Siberian region": materials. Irkutsk: Izd-vo IGU, 2006. P.123-125.