

13. Webb et al. Epidemiology of heavy alcohol use in Ukraine: findings from the world mental health survey /Harles P. M. Webb, Evelyn J. Bromet, Semyon Gluzman, Nathan I. Tintle, Joseph E. Schwartz, Stanislav Kostyuchenko, Johan M. Havenaar // Alcohol and Alcoholism. – 2005. -№ 40(4). –P. 327-335.

14. Yernell J.W.G. Do total and high density lipoprotein cholesterol and triglycerides act independently in the prediction of ischemic heart disease?/ J.W.G. Yernell, C.C Patterson, P.M. Sweetnam et al // Arterioscler. Thromb. Vasc. Biology. -2001. - Vol. 21- P. 1340–1345.

УДК 38.019:714.75

Бублей Т.А.

Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова, м. Київ

ОСОБЛИВОСТІ ПЛАНУВАННЯ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ УРОКІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ УЧНІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ: СТАН ТА ПЕРСПЕКТИВИ

У статті висвітлено актуальність проблеми погіршення стану здоров'я учнів та шляхи розвитку сучасних тенденцій в галузі фізичного виховання учнів загальношкільних навчальних закладів. Обґрунтовується необхідність покращення організації та планування уроків фізичної культури для учнів з ослабленим здоров'ям. Розглянуто сучасний стан та перспективи даної проблеми. Зазначено сучасний підхід, способи організації уроків з фізичної культури учнів з нозологіями. Також розкрито зміст та значення світових концепцій здоров'я в організації уроків з фізичної культури для учнів з відхиленнями у стані здоров'я.

Ключові слова: фізична культура, здоров'я, організація та планування, учні з ослабленим здоров'ям, диференційований підхід.

Т.А. Бублей. Особенности планирования и организации уроков по физической культуре для учащихся с ослабленным здоровьем: состояние и перспективы. В статье отражена актуальность проблемы ухудшения состояния здоровья учащихся и пути развития современных тенденций в области физического воспитания учащихся общеобразовательных учебных заведений. Обосновывается необходимость улучшения организации и планирования уроков физической культуры для учащихся с ослабленным здоровьем. Рассмотрено современное состояние и перспективы данной проблемы. Указано современный подход, способы организации уроков по физической культуре учащихся по нозологиям. Также раскрыто содержание и значение мировых концепций здоровья в организации уроков по физической культуре для учащихся с отклонениями в состоянии здоровья.

Ключевые слова: физическая культура, здоровье, организация и планирование, с ослабленным здоровьем, дифференцированный подход.

T. A. Bublei. Peculiarities of organization and planning of physical education lessons for pupils with health deviations: current situation and prospects.

The article highlights the relevance of the problem of pupils' health deterioration and ways of modern development tendencies in the sphere of physical education for secondary school pupils.

It shows the necessity to improve planning and organization of physical education lessons for pupils with health deviations, indicates its current situation and prospects. Position of physical education for the school children of special medical groups comes into question.

The causes of situation have been considered. Problems and ways of improvement of the existent system of physical education in secondary schools have been shown. Defining organizational and educational issues, that need urgent solution, will develop ways to enhance the successful implementation of inclusive physical education.

The article includes the results of personally done researches, mentions modern approach, the ways of physical education lessons organization for pupils with nosologies.

Therefore, the development and introduction of techniques of differentiated instruction in the classroom physical education students with impaired health is one of the effective ways to solve this problem. To solve this problem, considerable attention should be paid to lessons of physical culture.

The analysis of scientific sources shows the lack of complex organization and planning of physical education lessons, a clear concept of addressing this issue and actively look for ways to improve children's health.

Also the content and importance of global health concepts in the organization of lessons of physical culture of pupils with deviations in health status.

Key words: physical education, health, organization and planning, students of special medical groups, individual approach.

Постановка проблеми. Науковці стверджують, що інтегральною, якісною характеристикою особистості та суспільства є здоров'я, а гармонійне поєднання духовного, фізичного та психічного компонентів дає людині відчуття благополуччя і загального задоволення життям. У сучасних умовах стан здоров'я дітей має неабияке значення, оскільки від молодого покоління залежить розвиток нашого майбутнього. (Ж.Г. Дьоміна, О.В. Тимошенко). На жаль, в Україні спостерігається тенденція збільшення кількості дітей, які мають відхилення у стані здоров'я [1, с. 3].

Так, за даними НАМН України захворюваність дітей шкільного віку за останні десять років зростає майже на 27 %. Якщо в першому класі вже налічується більше ніж 30% дітей, які мають хронічні захворювання, то до п'ятого класу їх кількість зростає до

50%, сягаючи в дев'ятому близько 70 % і лише у 7 % українських школярів спостерігається задовільний функціональний стан організму. А за результатами медичних оглядів для занять з фізичного виховання кількість учнів, які належать до СМГ збільшилась з 14% до 19,5. Серед учнівської молоді спостерігаються: функціональні відхилення в серцево-судинній системі у 26%, захворювання органів травлення у 17%, захворювання ендокринної системи у 10%. [3, с. 33].

Цьому сприяє зростання інтенсивності впливу на здоров'я дітей і підлітків факторів екологічного та медико-соціального ризику, погіршення структури харчування, зниження ефективності проведення традиційних профілактичних заходів, підвищення гіподинамії у зв'язку зі стрімким розвитком науково-технічного прогресу. Для вирішення даної проблеми значну увагу слід приділити урокам фізичної культури (Л.І. Іващенко, Г.А. Єдинак, В.Г. Ареф'єв, Т.Ю. Круцевич). У зв'язку з цим, особливої актуальності набуває питання про організацію та планування уроків з фізичної культури для учнів з відхиленнями у стані здоров'я.

Ознайомлення зі спеціальною літературою дозволяє відзначити, що до теперішнього часу існує мало науково обґрунтованих рекомендацій з фізичного виховання для учнів віднесених за станом здоров'я до спеціальних медичних груп, оскільки така робота розпочалася нещодавно [6, с. 10].

Аналіз наукових джерел показує відсутність комплексної організації та планування уроків з фізичної культури, чіткої концепції вирішення цього питання тому потрібно проводити активний пошук шляхів покращення рівня здоров'я дітей.

Аналіз літературних джерел. Реалії сьогодення вказують на те, що тривалий час спостерігається стійка тенденція до зниження рівня здоров'я населення України. За даними державних установ, нині кожна п'ята дитина народжується з відхиленнями у стані здоров'я; у 90 % школярів діагностують різні захворювання. Істотно зросла кількість порушень опорно-рухового апарату в дітей. Різко «молодшають» хронічні хвороби серця, гіпертонія, неврози, остеопороз, артрити, ожиріння тощо [5, с. 3].

Для вирішення даної проблеми значну увагу потрібно приділити організації уроків з фізичної культури в школі, зокрема, для дітей з нозологіями. Саме рухова активність сприяє формуванню основ здоров'я та довголіття дітей, а фізичні навантаження оптимізують стан системи травлення допомагають позбутися зайвої ваги, підвищують працездатність і сприяють розвитку розумових здібностей (Л.І. Іванова, Т.Ю. Круцевич).

На сьогодні існує багато різних підходів присвячених цьому питанню: удосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи в загальноосвітніх школах і педагогічної підготовки спеціалістів (О.Ц. Демінський, Ю.Д. Железняк, С.Є. Єрмаков, Г.М. Максименко, В.І. Бабич та ін.); підвищення рівня соматичного здоров'я в результаті запровадження контролю функціонального стану організму в процесі фізкультурно-оздоровчих занять; переосмислення змісту фізкультурно-оздоровчої освіти (Т.Ю. Круцевич, В.М. Платонов; Л.П. Сущенко, Б.М. Шиян; О.Л. Благий; М.Г. Михайлова, Т.Є. Віленська; Н.В. Москаленко; І.В. Хрипко); (С.Г. Кікіашвілі, Т.В. Глазун;) та ін. [4, с. 20].

Проте невизначеність самої системи організації уроків фізичної культури учнів з відхиленнями у стані здоров'я викликає певне занепокоєння. Підходи, що практикуються у цій системі, зокрема, проведення спільних занять зі здоровими дітьми під керівництвом одного вчителя, заняття учнів з нозологіями на загальних уроках або взагалі звільнення їх від занять фізичним вправами на уроках виявляються необґрунтованими і неефективними, а також не викликають позитивної мотивації та зацікавленості в учнів до уроків фізичної культури.

Отже, на сьогодні проблема організації та планування уроків з фізичної культури для учнів з відхиленнями у стані здоров'я є досить актуальною і потребує значної уваги з боку фахівців та науковців даної сфери.

Виклад основного матеріалу. Погіршення стану здоров'я школярів спостерігається ще за часів Радянського союзу. Тому було прийнято рішення переглянути та оновити нормативно-правову базу з метою вдосконалення та збільшення фізичного навантаження на уроках фізичної культури, запобігання різноманітним захворювань серед дітей шкільного віку. Але, не дивлячись на те, що прийнято цілий ряд нормативно-правових документів і програм в галузі фізичної культури, зокрема, програм для учнів з відхиленнями у стані здоров'я, кількість захворювань серед дітей з кожним роком зростає [6, с. 75].

Активізація рухового режиму учнів, що передбачається сучасними нормативними документами, здавалося б повинна покращити становище, але збільшення кількості школярів, які мають відхилення у стані здоров'я, та зростання кількості випадків смертності дітей на уроках фізичної культури вказує на гостру необхідність особливого підходу у вирішенні даного питання. Тому особливого значення набуває підвищення ефективності організації уроків фізичної культури для учнів спеціальної медичної групи, диференційованого підходу до планування фізичних навантажень учнів з ослабленим здоров'ям з урахуванням, окрім нозологічних, інших об'єктивних особливостей росту і розвитку організму, з метою збільшення рухової активності, зміцнення здоров'я, формування рухового досвіду підлітків. Використання диференційованого підходу дасть можливість розробити методику поділу дітей за різними нозологічними станами, внести зміни у зміст програмного матеріалу та розробити нову цілеспрямовану програму на покращення здоров'я таких дітей.

Необхідність диференціації фізичних вправ з урахуванням нозологічного поділу на групи зумовлено тим, що кожне захворювання має свої особливості і безпосередньо впливає на підбір змісту фізичних навантажень, методів, засобів та форм навчання фізичних вправ. Тому розробка та впровадження методики диференційованого навчання на уроках фізичної культури учнів з ослабленим здоров'ям є одним із ефективних шляхів вирішення даної проблеми [2, с. 17].

Також значну увагу слід звернути на організацію уроків фізичної культури у фінських, голландських, англійських школах, які базуються на основі сучасної концепції з фізичного виховання Health Related Fitness. В Concept of Physical Education in Europe мова йде про те, що організація фізичного виховання в Фінляндії заснована на концепції здоров'я. Головна мета її полягає у формуванні в учнів зацікавленості у руховій активності протягом всього життя, всі компоненти даної концепції спрямовані на забезпечення ЗСЖ, профілактику захворювань, зміцнення і збереження здоров'я учнів [8, с. 65].

В.І. Лях у своїй праці описує голландську концепцію фізичного виховання, основна задача якої оволодіти культурою рухів і використовувати їх у повсякденному житті. В англійській «Спортивній концепції» основна ідея полягає в підготовці учнів до активного способу життя та проявах фізичної і спортивної активності в житті. Аналіз основних концепцій організацій фізичного виховання в країнах Європи засвідчує, що кожна з них за змістом, способами реалізації на практиці має певні відмінності, а з іншого боку в них переважають і спільні елементи вирішення даної проблеми [7, с. 49].

Організація та планування уроків з фізичної культури для учнів з ослабленим здоров'ям за даними концепціями сформує в них зацікавленість та мотивацію до занять фізичними вправами, підвищить психоемоційний стан, а це є важливим компонентом у боротьбі з захворюваннями та підвищенням рівня здоров'я дітей з певними нозологіями.

ВИСНОВКИ. Аналіз літературних джерел та наукових праць вітчизняних і зарубіжних науковців показав, що планування та організація уроків фізичної культури з учнями, які мають ознаки нозологічних проявів, потребує подальшого вдосконалення, а необхідність підвищення оздоровчої спрямованості змісту занять та раціонального дозування фізичних навантажень вимагає диференціації не тільки за медичними показниками, але й за індивідуально-типологічними особливостями морфофункціональних показників школярів одного віку й статі.

Наукового обґрунтування потребує розробка навчальної програми з предмету «Фізична культура» для учнів 5-9 класів з відхиленнями в стані здоров'я, в основі якої є врахування світових концепцій здоров'я, сучасних аспектів підвищення психофізичних кондицій підлітків, а також формування основ здоров'язбережувальної поведінки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Domina Z.H. The state and the main directions of modernization of physical education students in modern society / Z.H. Domina, A.V. Tymoshenko // Physical education in school. – № 5. – К.: 2011. – С. 2-5.
2. Dubohay O.D. Faktory, yaki vyznachayut' efektyvnist' fizychnoho vykhovannya studentiv spetsial'noyi medychnoyi hrupy / O.D. Dubohay // Aktual'ni problemy rozvytku rukhu «Sport dlya vsikh» u konteksti yevropeys'koyi intehratsiyi Ukrayiny: mat. naukovoprakt. konf., 24-26 chervnya 2004 r. – Ternopil', 2004. – С. 370.
3. Dudina O.O. Sytuatsiyny analiz stanu ohorony zdorovya ditey ta pidlitkiv v Ukrayini / O.O. Dudina // Visnyk sotsial'noyi gigiyeny ta organizatsii ohorony zdorovya Ukrayiny, 2007. – № 4. – С. 32-38.
4. Omel'chenko T.K. Korektsiya do nozolozhichnykh etapiv orhanizmu ditey molodshoho shkil'noho viku v protsesi fizkul'turno-ozdorovchyykh zanyat': avtoref. dys. kand. nauk z fiz. vykh. i sportu / T.H. Omel'chenko. – 2013. – С. 205.
5. Іванова Л.І., Сущенко Л.П. Фізичне виховання у спеціальних медичних групах: теорія та методика: [навч. посібник] / Л.І. Іванова, Л.П. Сущенко. – К.: ТОВ «Козарі», 2012. – С. 214.
6. Куриш В. Оптимізація організації фізичного виховання учнів, які за станом здоров'я тимчасово віднесені до спеціальної медичної групи / В. Куриш. – К.: Олімп. спорт., 2005. – С. 125.
7. Лях В.І. Физическое воспитание учащихся общеобразовательной школы: состояние, перспективы и пути реорганизации / В.И. Лях // Теория и практика физ.культ., 2000. - № 9. – С. 49-51.
8. Осадчая Т.Ю. Физическое воспитание в США: [учеб. пособие для студ. ВУЗ] / Т.Ю. Осадчая. – К.: Олимпийская литература., 2008. – С. 146.

УДК 796.011.3.378+376-056.24

Булейченко О.В.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ВИКОРИСТАННЯ СИСТЕМИ ТАБАТА В ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ, В УМОВАХ ПЕДАГОГІЧНОГО ВУЗУ

У статті відображено особливості використання в процесі фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи системи Табата як одного із засобів збереження здоров'я та спонукання до здорового способу життя. Аналізуючи результати педагогічних спостережень, робляться висновки та надаються рекомендації з приводу використання як в навчально-виховному процесі, так і у самостійних заняттях за системою Табата з урахуванням індивідуальних фізіологічних можливостей студентів.

Ключові слова: спеціальна медична група, майбутні вчителі, зберігаючі технології, фізкультурно-оздоровча діяльність студентів, система Табата.

Булейченко Е.В. Использование системы Табата в процессе физического воспитания студентов специальной медицинской группы в условиях педагогического ВУЗа.

В статье отображены особенности использования в процессе физического воспитания студентов специальной медицинской группы системы Табата как одного из средств здоровьесбережения и побуждения к здоровому образу жизни. Анализируя результаты педагогических наблюдений, делаются выводы, даются рекомендации по поводу использования как в учебно-воспитательном процессе, так и в самостоятельных занятиях по системе Табата с учетом индивидуальных физиологических особенностей студентов.

Ключевые слова: специальная медицинская группа, будущие учителя, здоровьесберегающие технологии, физкультурно-оздоровительная деятельность студентов, система Табата.

Buleichenko O.V. Using Tabata System in Physical Education of Special Medical Group Students in Conditions of Educational Institution.

The article shows the features of organization of physical education of special medical group students. The problem of finding rational approaches to physical education and rehabilitation of students of special medical groups to ensure restoration of body functions, and increase mental performance in terms of teacher training college is highlighted.

The necessity to develop new tools for maintaining health is indicated. The need for encouraging students to healthy living is substantiated. The basic principles of Tabata system and its use in the physical training of students of special medical group are described. The results of the analysis of teacher observations and questionnaires are given.

The article includes the questions of the questionnaire and the table with data which can assess changes that took place