

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.8(168).01
УДК: 796.011.3-055.25:591.134.5:159.942.5

Андрєєва О. В.
доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор,
завідувач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Максименко А. О.
аспірант кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Хрипко І. В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Пасічник Л. В.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, викладач кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації
Національний університет фізичного виховання і спорту України

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК МАСИ ТІЛА З ПОКАЗНИКАМИ ФІЗИЧНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО СТАНІВ ДІВЧАТ 12-13 РОКІВ

Стаття присвячена оцінці впливу маси тіла на показники фізичного та емоційного станів дівчат 12-13 років. Мета дослідження – оцінити взаємозв'язок маси тіла з показниками фізичного та емоційного станів дівчат 12-13 років. У дослідженні брали участь 108 дівчат 12-ти років та 30 дівчат 13-ти років. Використано такі методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, антропометричні, педагогічні, фізіологічні методи дослідження, методи математичної статистики. Результати дослідження. У результаті дослідження доведено наявність статистично значущих ($p < 0,05$) кореляційних зв'язків між індексом маси тіла (ІМТ) та показниками й індексами фізичного розвитку, функціонального стану, показниками фізичної підготовленості, руховою активністю, ціннісними орієнтаціями дівчат 12-13 років, а також чинниками, які лімітують їхнє відношення до уроків фізичної культури. Визначено існування прямого статистично значущого зв'язку між величиною ІМТ та ціннісними орієнтаціями учасниць дослідження. Збільшення ІМТ обумовлює посилення у дівчат-підлітків таких термінальних цінностей як свобода і любов, а також таких інструментальних цінностей як самостійність, життєрадісність. Дослідження дозволило зареєструвати, що нормальна маса тіла має позитивний вплив на розвиток фізичних здібностей дівчат 12-13 років, а саме спритності й швидкісно-силової витривалості м'язів згиначів тулуба. Згідно з отриманими даними з віком збільшилася кількість кореляційних зв'язків між ІМТ та іншими досліджуваними показниками фізичного та емоційного станів, руховою активністю та ціннісними орієнтаціями: якщо в дівчат 12 років таких зв'язків нараховувалося 12, то у дівчат 13 років їх констатовано 15. Висновки. Зазначене зумовило необхідність урахування даних положень при обґрунтуванні та розробці програм занять на основі використання засобів оздоровчого фітнесу для дівчат з недостатньою масою тіла.

Ключові слова: рухова активність, підлітки, фізичний стан, емоційний стан, ціннісні орієнтації, маса тіла

Andriieva O. V., Maksymenko A. O., Khrypko I. V., Pasichniak L. V. Relationship between body weight and indicators of physical and emotional status in 12-13-year-old girls. This article is focused on assessing the influence of body weight on the indicators of physical and emotional status of 12-13-year-old girls. The aim of the study was to examine the relationship between body weight and indicators of physical and emotional status in 12-13-year-old girls. The study involved 108 girls aged 12 and 30 girls aged 13. The following methods were used: analysis of scientific and methodological literature, anthropometric, pedagogical, physiological methods, and methods of mathematical statistics. Results. The study revealed statistically significant ($p < 0.05$) correlations between body mass index (BMI) and indicators of physical development, functional status, physical fitness, physical activity, and value orientations of 12-13-year-old girls, as well as factors negatively influencing their attitude towards physical education classes. The study also identified a direct statistically significant relationship between BMI and the value orientations in the subjects. An increase in BMI was associated with the reinforcement of terminal values such as independence and love, as well as instrumental values like cheerfulness. The research revealed that normal body weight has a positive impact on the development of physical abilities of 12-13-year-old girls, specifically agility and trunk flexor muscular strength and endurance. According to the obtained data, the number of correlations between BMI and other studied indicators of physical and emotional status, physical activity, and value orientations increased with age. While 12-year-old girls had 12 such correlations, 13-year-old girls had 15. Conclusions: The abovementioned necessitates the consideration of these findings in the justification and development of exercise programs based on the use of health fitness means for girls with insufficient body weight.

Keywords: physical activity, adolescents, physical status, emotional status, value orientations, body weight.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Показники фізичного розвитку, передусім, антропометричні дані, темпи та особливості їх змін в процесі дорослішання, ступінь гармонійності розвитку, конституційні особливості є найважливішими параметрами фізичного здоров'я та адекватними індикаторами соціального благополуччя [6]. Як зазначають О. А. Цодікова, О. Б. Крилова [7] важливим принципом збереження здоров'я підлітків є належне визначення морфофункціональної зрілості, готовності зростаючого організму до нових для нього умов і видів діяльності. Автори вказують, що показники фізичного розвитку є основними критеріями здоров'я дітей підліткового віку: характеристикою здоров'я є

відповідність соматометричних показників віку, а також співвідношення параметрів фізичного розвитку. На думку О. В. Маркової [5], дослідження закономірностей фізичного розвитку в онтогенезі є дуже важливим для встановлення послідовності етапів розвитку будови тіла та варіювання його розмірів, а також статевого дозрівання. Тотальні розміри тіла, зокрема маса, є ключовими ознаками фізичного розвитку.

Питання оцінки показників фізичного розвитку дівчат-підлітків неодноразово привертало увагу науковців [1, 9, 10, 13]. Вітчизняними та зарубіжними дослідниками звертається увага на важливості своєчасної корекції недостатньої маси тіла [11, 12Error! Reference source not found.]. В той же час обґрунтованих рекомендацій з профілактики недостатньої маси тіла дітей підліткового віку вкрай недостатньо, що обумовлює актуальність подібних розробок.

Дослідження виконано за темою кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретичні та технологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності та здорового способу життя різних груп населення» (номер держреєстрації 0121U107534) у відповідності до Плану НДР НУФВСУ на 2021–2025 рр.

Мета дослідження – оцінити взаємозв'язок маси тіла з показниками фізичного та емоційного станів дівчат 12-13 років.

Методи та організація дослідження.

У дослідженні брали участь 108 дівчат 12-ти років та 30 дівчат 13-ти років. Для участі у дослідженні була отримана інформована згода від батьків підлітків. Дослідження проведено у період 2020-2023 років у два етапи. На першому визначено показники маси тіла дівчат 12-13 років, оцінено показники фізичного розвитку, фізичної підготовленості, функціонального стану кардіо-респіраторної системи, рухову активність, ціннісні орієнтації, показники емоційного стану. На другому етапі встановлено взаємозв'язок маси тіла з показниками фізичного та емоційного станів дівчат 12-13 років.

Обробка отриманих результатів включала визначення статистично значущих кореляційних зв'язків між індексом маси тіла та показниками фізичного та емоційного станів для чого був використаний кореляційний аналіз. За рівень статистичної значущості було прийнято величину 0,05 ($p < 0,05$). Статистична обробка отриманих результатів дослідження здійснювалась за допомогою програми STATISTICA 10.0 (StatSoft, USA).

Результати дослідження.

Дослідження дозволило довести наявність статистично значущих ($p < 0,05$) кореляційних зв'язків між індексом маси тіла (ІМТ) та показниками й індексами фізичного розвитку, функціонального стану, показниками фізичної підготовленості (ФП), руховою активністю (РА), ціннісними орієнтаціями дівчат 12-13 років, а також чинниками, які лімітують їхнє відношення до уроків фізичної культури (рис. 1, 2). З'ясувалося, що у дівчат 12 років ІМТ прямо статистично значуще ($p < 0,05$) корелює з обхватом талії та силою кистей (рис. 1). А от серед досліджуваних показників ФП, то ІМТ дівчат має зворотній зв'язок із результатом нахилу тулуба вперед, отже гнучкість у дівчат знижується при збільшенні їхньої маси тіла.

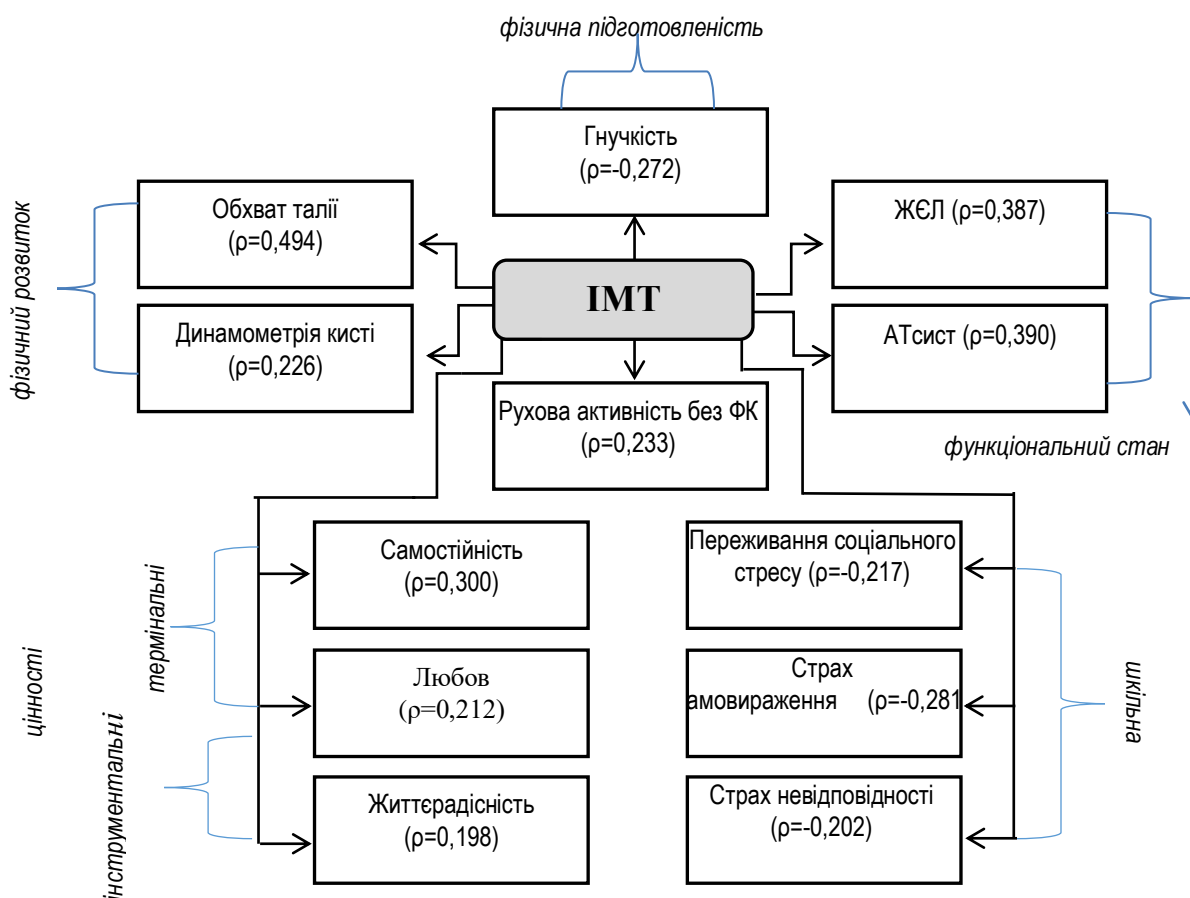


Рис. 1. Взаємозв'язок індексу маси тіла та показників фізичного та емоційного станів, ціннісних орієнтацій дівчат 12 років ($n = 108$)

Водночас, збільшення співвідношення маси й довжини тіла призводить до збільшення ЖЄЛ, тобто позитивно впливає

на дихальну систему дівчат 12 років, а також обумовлює збільшення систолічного артеріального тиску. Крім того, доведено що при збільшенні ІМТ до величини, яка вказує на нормальну масу тіла, у дівчат зростає РА без уроку фізичної культури (ФК). Встановлено існування прямого статистично значущого зв'язку між величиною ІМТ та ціннісними орієнтаціями учасниць дослідження. Так, зростання ІМТ обумовлює посилення таких термінальних цінностей як самостійність і любов, а також таких інструментальних цінностей як життєрадісність. Таким чином можна стверджувати, що раціональне й різноманітне харчування, відсутність так званої «зацикленості» на своїй статурі, що передбачає систематичний контроль за масою тіла з метою недопущення її збільшення, сприяє позитивному сприйняттю дійсності й забезпечує самостійність у прийнятті рішень. Разом з тим, як можна пересвідчитися з рисунку, з окремими складовими шкільної тривожності в дівчат 12 років, встановлено зворотні статистично значущі ($p < 0,05$) кореляційні зв'язки. Відтак, дослідження показало, що дефіцит маси тіла посилює у контингенту дівчат переживання соціального стресу, страх самовираження, а також страх невідповідності очікуванням оточуючих. Із нашої точки зору, зазначені страхи в деякій мірі спотворюють сприйняття дівчатами власного тіла, посилюють в них прагнення знизити масу тіла, провокують до відмови від раціонального харчування задля досягнення еталонних на їхній погляд антропометричних показників, що широко рекламуються в засобах масової інформації.

Стосовно дівчат 13 років, то згідно з отриманими даними, кореляційних зв'язків між ІМТ та іншими досліджуваними показниками ще більше різноманітні: якщо в дівчат 12 років таких зв'язків нараховувалося 12, то в 13 років їх констатовано 15. Зокрема, розширився перелік зв'язків між ІМТ й показниками фізичного розвитку. Окрім обхвату талії та показника сили кистей, також зареєстровано прямий статистично значущий кореляційний зв'язок ($p < 0,05$) між ІМТ й ОГК та обхватом тазу, що вказує на збільшення зазначених показників наряду зі зростанням співвідношення маси й довжини тіла. Дослідження дозволило зареєструвати, що нормальна маса тіла має позитивний вплив на розвиток фізичних здібностей дівчат 13 років, а саме спритності й швидко-силової витривалості м'язів згиначів тулуба. На рисунку можна побачити, що між ІМТ й результатами подолання дистанції 4х9 човниковим бігом кореляційний зв'язок має зворотній напрям (чим більша величина ІМТ, тим за менший час дівчата долають дистанцію), а також прямий зв'язок між ІМТ і кількістю підйомів у сід за хвилину (чим більший ІМТ, тим більше разів вони виконують вказану тестову вправу). Також прямий статистично значущий зв'язок зареєстровано й між ІМТ та силовим індексом (рис. 2).

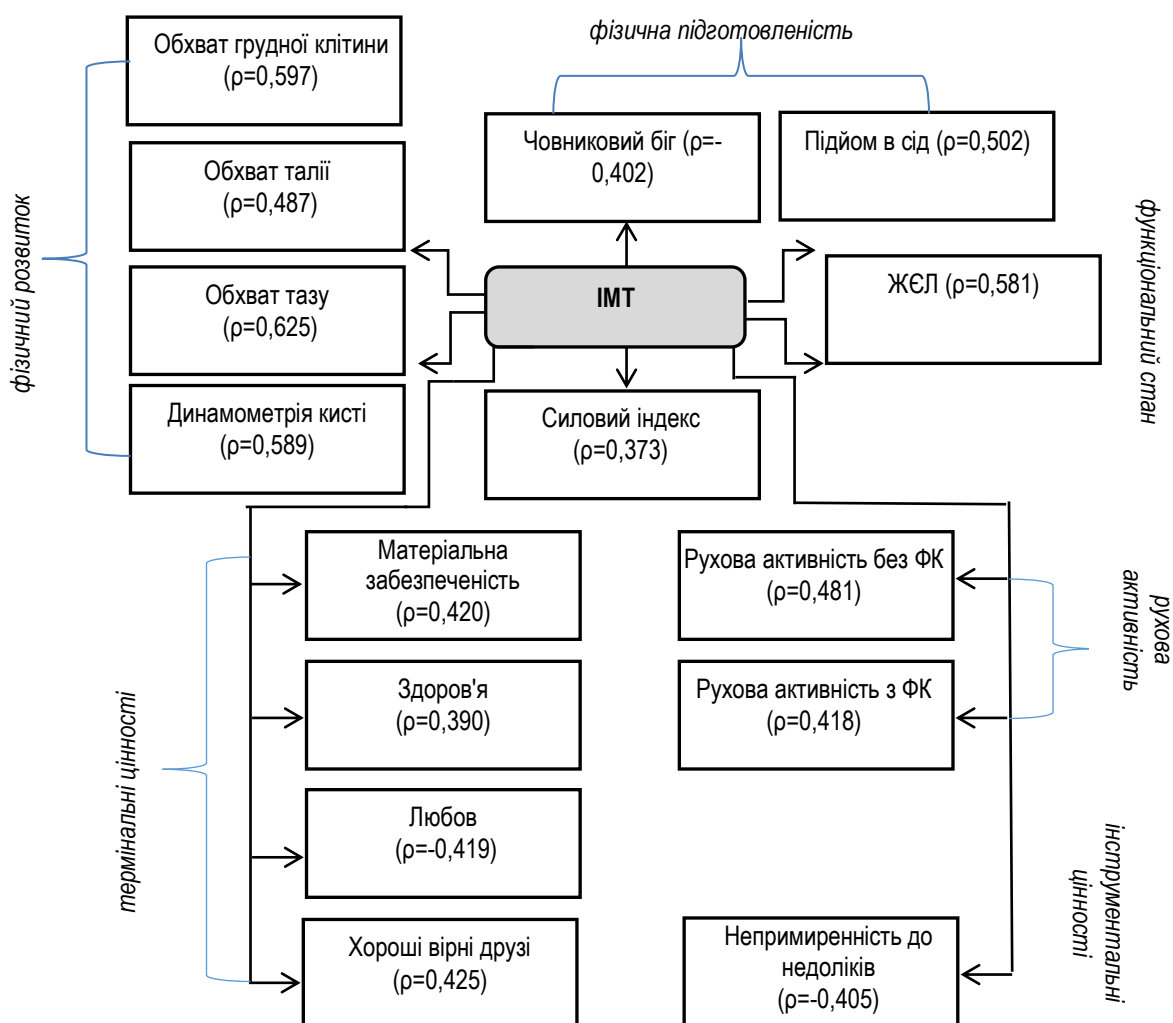


Рис. 2. Взаємозв'язок індексу маси тіла та показників фізичного та емоційного станів, ціннісних орієнтацій дівчат 13 років ($n = 30$)

Дискусія. Недостатня маса тіла дівчат у підлітковому віці набуває поширення останніми роками [2, 3, 4]. Підвищення незадоволеності власним тілом, зміни у дієті та негативна емоційність у підлітковому віці є факторами формування розладів

харчової поведінки, дефіциту маси тіла [15].

Отримані дані дозволили доповнити результати наукових досліджень науковців [14], щодо особливостей фізичного розвитку дівчат 12-13 років. Підтверджено дані літератури [9], що як у дівчат 12 років, так і у дівчат 13 років ЖЄЛ зростає наряду зі зростанням ІМТ. При цьому, на противагу дівчатам 12 років, у 13-річних учасниць дослідження ІМТ прямо впливає рухову активність. Це вказує на підвищення рівня РА дівчат із нормативною масою тіла. Попри інші встановлені взаємозв'язки між ІМТ й досліджуваними показниками дівчат, у ході дослідження ми звернули увагу, що в дівчат 13 років ІМТ взаємообумовлена зі ще більшим переліком ціннісних орієнтацій. І тут, окрім термінальних цінностей, характерних для дівчат 12 років, у дівчат 13 років зі збільшенням ІМТ посилюється бажання матеріальної забезпеченості, а, найголовніше, усвідомлення важливості здоров'я як надважливої цінності.

Висновки. Дослідження дозволило довести наявність статистично значущих ($p < 0,05$) кореляційних зв'язків між індексом маси тіла та складовими фізичного та емоційного станів, а саме показниками й індексами фізичного розвитку, функціонального стану, показниками фізичної підготовленості, руховою активністю, ціннісними орієнтаціями дівчат 12-13 років, а також чинниками, які лімітують їхнє відношення до занять руховою активністю. За результатами педагогічного експерименту встановлено статистично значущі відмінності за більшістю показників фізичного стану, рухової активності, мотивації та ціннісних орієнтацій, харчової поведінки дівчат 12-13 років з нормальною та недостатньою масою тіла. За результатами дослідження встановлено, що зниження ІМТ сприяє посиленню в них непримиренності до недоліків у собі та в інших. Вочевидь, дівчата з дефіцитом маси тіла у порівнянні з дівчатами з нормальною масою тіла більш критично ставляться як до себе, так і до оточуючих. Зазначене зумовило необхідність урахування даних положень при обґрунтуванні та розробці програм занять на основі використання засобів оздоровчого фітнесу для дівчат з недостатньою масою тіла.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі пов'язані з обґрунтуванням та розробкою рекомендацій, спрямованих на корекцію фізичного стану дівчат-підлітків з дефіцитом маси тіла в процесі занять оздоровчим фітнесом.

Конфлікт інтересів. автори заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

Література

1. Андреева О. В. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять дівчат 12–13 років : автореф. дис. ...канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 / Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України / О. В. Андреева. – К., 2002. – 20 с
2. Андреева О. В., Максименко А. О. Сучасні підходи до корекції дефіциту маси тіла дівчат-підлітків засобами оздоровчого фітнесу. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*. 2020. № 2. С. 38–42.
3. Максименко А., Андреева О., Хрипко І. Порівняльний аналіз показників фізичної підготовленості та рухової активності дівчат-підлітків залежно від маси тіла. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2023. № 28(1). С. 10 – 16. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28.10-16>
4. Максименко А.О., Андреева О.В., Хрипко І.В. Вплив дефіциту маси тіла на показники фізичного розвитку дівчат 12 – 13 років. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ, 2023. №4(163). С. 126 – 131. [https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2023.04\(163\).24](https://doi.org/10.31392/NPU-ps.series15.2023.04(163).24)
5. Маркова О. В. Особливості складу тіла дітей підліткового віку. *Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку* : зб. наук. праць XXIV Всеукраїнської наук.-практ. конф. Центральноукр. держ. пед. ун-ту ім. В. Винниченка. Кропивницький – Харків : ФОП Озеров Г. В., 2018. Вип. 24. С. 172–178.
6. Осадчук Н. І., Сергета І. В. Фізичний розвиток дітей і підлітків та сучасні підходи до оцінки його гармонійності. *Вінниця*, 2014. 188 с.
7. Цоджікова О. А., Крилова О. Б. Особливості фізичного розвитку та психоемоційного стану у дівчаток-підлітків залежно від маси тіла. *Проблеми безперервної медичної освіти та науки*. 2016. № 3. С. 39-44.
8. Andrieieva, O., Yarmak, O., Palchuk, M., Hauriak, O., Dotsyuk, L., Gorashchenco, A., Galan, Y. (2020). Monitoring the morphological and functional state of students during the transition from middle to high school during the physical education process. *Journal of Physical Education and Sport*, 20, 2110-2117. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s3284>
9. Arefiev V., Riabchenko V., Pidliachyi V., Zenina I., Redkina M., Novik S., Hohots V. Appropriate levels of physical capacities development in adolescents with different state of health. *Wiadomosci Lekarskie*. 2022. Vol. LXXV, Issue 6. P. 1534-1539. DOI: 10.36740/WLek202206119
10. Chen G., Chen J., Liu J., Hu Y., Liu Y. Relationship between body mass index and physical fitness of children and adolescents in Xinjiang, China: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2022. Vol. 22, № 1. P. 1680. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14089-6>
11. Dereń K., Nyankovsky S., Nyankovska O. The prevalence of underweight, overweight and obesity in children and adolescents from Ukraine. *Science Report*. 2018. № 8. P. 3625. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-018-21773-4>
12. Galan Y., Andrieieva O., Yarmak O. The relationship between the indicators of morphofunctional state, physical development, physical fitness and health level of girls aged 12-13 years. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19, № 2. P. 1158–1163. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.02168>.
13. Hakman A, Andrieieva O, Bezverkhnia H, Moskalenko N, Tsybulska V, Osadchenko T, Savchuk S, Kovalchuk V, Filak Y. Dynamics of the Physical Fitness and Circumference Sizes of Body Parts as a Motivation for Self-Improvement and Self-Control in Students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020;20 (1):116-122.
14. Karchynskaya V., Kopsakova J., Madarasova Geckova A., Klein D., de Winter A. F., Reijneveld S. A. Body image, body composition and environment: do they affect adolescents' physical activity? *Eur J Public Health*. 2022 Jun 1;32(3):341-346. doi: 10.1093/eurpub/ckac022.
15. Rohde P., Stice E., Marti C. Development and predictive effects of eating disorder risk factors during adolescence: Implications for prevention efforts. *International Journal of Eating Disorder*. 2014. Vol. 48, № 2. DOI: 10.1002/eat.22270.

Reference

1. Andryeyeva O. V. Prohramuvannya fizkul'turno-ozdorovchyykh zanyat' divchat 12–13 rokov : avtoref. dys. ...kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu : 24.00.02 / Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrainy /O. V. Andreyeva. – K., 2002. – 20 s
2. Andryeyeva O. V., Maksymenko A. O. Suchasni pidkhody do korektsiyi defitsytu masy tila divchat-pidlitkiv zasobamy ozdorovchoho fitnesu. Sportyva medytsyna, fizychna terapiya ta erhoterapiya. 2020. № 2.S. 38–42.
3. Maksymenko A., Andryeyeva O., Khrypko I. Porivnyal'nyy analiz pokaznykiv fizychnoyi pidhotovlenosti ta rukhovoyi aktyvnosti divchat-pidlitkiv zalezno vid masy tila. Visnyk Kam'yanets'-Podil's'koho natsional'noho universytetu imeni Ivana Ohiyenka. Fizyche vykhovannya, sport i zdorov'ya lyudyny. 2023. № 28(1). S.10 – 16. <https://doi.org/10.32626/2309-8082.2023-28.10-16>
4. Maksymenko A.O., Andryeyeva O.V., Khrypko I.V. Vplyv defitsytu masy tila na pokaznyky fizychnoho rozvytku divchat 12 – 13 rokov. Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriya 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport). Kyiv, 2023. №4(163). S. 126 – 131. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04\(163\).24](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.04(163).24)
5. Markova O. V. Osoblyvosti skladu tila ditey pidlitkovoho viku. Fizyche vykhovannya i sport v navchal'nykh zakladakh Ukrainy na suchasnomu etapi: stan, napryamky ta perspektyvy rozvytku : zb. nauk. prats' KHKHIV Vseukrayins'koyi nauk.-prakt. konf. Tsentral'noukr. derzh. ped. un-tu im. V. Vynnychenka. Kropyvnyts'kyy – Kharkiv : FOP Ozerov H. V., 2018. Vyp. 24. S. 172–178.
6. Osadchuk N. I., Serheta I. V. Fizychnyy rozvytok ditey i pidlitkiv ta suchasni pidkhody do otsinky yoho harmoniynosti. Vinnytsya, 2014. 188 s. Tsodikova O. A., Krylova O. B. Osoblyvosti fizychnoho rozvytku ta psykhomotsiynoho stanu u divchatok-pidlitkiv zalezno vid masy tila. Problemy bezpererovnoyi medychnoyi osvity ta nauky. 2016. № 3. S. 39-44.
7. Andrieyeva, O., Yarmak, O., Palchuk, M., Hauriak, O., Dotsyuk, L., Gorashchenko, A., Galan, Y. (2020). Monitoring the morphological and functional state of students during the transition from middle to high school during the physical education process. *Journal of Physical Education and Sport*, 20, 2110-2117. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.s3284>
8. Arefiev V., Riabchenko V., Pidliachyi V., Zenina I., Redkina M., Novik S., Hohots V. Appropriate levels of physical capacities development in adolescents with different state of health. *Wiadomosci Lekarskie*. 2022. Vol. LXXV, Issue 6. P. 1534-1539. DOI: 10.36740/WLek202206119
9. Chen G., Chen J., Liu J., Hu Y., Liu Y. Relationship between body mass index and physical fitness of children and adolescents in Xinjiang, China: a cross-sectional study. *BMC Public Health*. 2022. Vol. 22, № 1. P. 1680. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14089-6>
10. Dereń K., Nyankovskyy S., Nyankovska O. The prevalence of underweight, overweight and obesity in children and adolescents from Ukraine. *Science Report*. 2018. № 8. P. 3625. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41598-018-21773-4>
11. Galan Y., Andrieyeva O., Yarmak O. The relationship between the indicators of morphofunctional state, physical development, physical fitness and health level of girls aged 12-13 years. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019. Vol. 19, № 2. P. 1158–1163. <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.02168>
12. Hakman A, Andrieyeva O, Bezverkhnia H, Moskalenko N, Tsybul'ska V, Osadchenko T, Savchuk S, Kovalchuk V, Filak Y. Dynamics of the Physical Fitness and Circumference Sizes of Body Parts as a Motivation for Self-Improvement and Self-Control in Students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2020;20 (1):116-122.
13. Karchynskaya V., Koptakova J., Madarasova Geckova A., Klein D., de Winter A. F., Reijneveld S. A. Body image, body composition and environment: do they affect adolescents' physical activity? *Eur J Public Health*. 2022 Jun 1;32(3):341-346. doi: 10.1093/eurpub/ckac022.
14. Rohde P., Stice E., Marti C. Development and predictive effects of eating disorder risk factors during adolescence: Implications for prevention efforts. *International Journal of Eating Disorder*. 2014. Vol. 48, № 2. DOI: 10.1002/eat.22270.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2023.8(168).02
УДК: 7967012.68

Анісімов Д.О.
доктор філософії в галузі права,
викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ, м. Дніпро

ВИКОРИСТАННЯ СИТУАЦІЙНОЇ СМУГИ ПЕРЕШКОД В НАВЧАЛЬНОМУ ПРОЦЕСІ ЗВО ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ

Стаття присвячена вивченню досвіду використання ситуаційної смуги перешкод в навчальному процесі закладу вищої освіти зі специфічними умовами навчання (Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ). В сучасних умовах розвитку соціально-політичних викликів перед українським суспільством, підіймаються на якісно новий рівень питання які стосуються підвищення рівня готовності працівників Національної поліції України до професійної діяльності, в тому числі, застосування фізичної сили та прийомів рукопашного бою. Мета статті полягає в дослідженні нового напрямку вдосконалення фізичної підготовки працівників Національної поліції України, а також з'ясуванні його впливу на їх фізичну підготовленість. У дослідженні приймали участь курсанти другого курсу Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ чоловічої статі від 18 до 21 року (КГ – n = 28, ЕГ – n = 28). Методи: системно-функціональний аналіз; педагогічний експеримент; методи математичної статистики. За результатом дослідження було встановлено, що застосування ситуаційної смуги перешкод в рамках навчального процесу закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання може якісно по новому вплинути на підготовку здобувачів вищої освіти до практичної діяльності в лавах