

наскільки вони задоволені теоретичною обізнаністю щодо особливостей професійної діяльності фахівця в центрі оздоровчого фітнесу, які наявні у майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту, а також щодо реалізації завдань, які виникають під час проведення професійної діяльності, свідчать про те, що задоволені знаннями – 63,38% працівників, не задоволені – 4,93% працівників, важко відповісти – 31,69% працівників. Отже, переважна більшість опитаних задоволені знаннями, наявними у майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту.

Відповіді респондентів, опитаних щодо того наскільки вони задоволені практичними навичками, наявними у майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у процесі проходження ними практики, свідчать про те, що задоволені практичними навичками майбутніх фахівців – 7,04% співробітників, не задоволені – 24,65%, важко відповісти – 68,31% співробітникам, що свідчить про недостатню практичну підготовку майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в центрах оздоровчого фітнесу у ВНЗ. Отже, тільки 7% опитаних вважають достатніми практичні навички, наявні в майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. Аналіз опитаних стосовно того наскільки вони задоволені наявною науково-методичною літературою, яку можна використовувати фахівцям з фізичного виховання та спорту, котрі працюють у центрах оздоровчого фітнесу, для побудови програм індивідуального тренування, які спрямовані на збереження фізичного здоров'я, фізичної та розумової працездатності індивіда в центрах оздоровчого фітнесу в межах здійснення їх професійної діяльності, засвідчив, що задоволені наявною науково-методичною літературою – 7,04% працівників, не задоволені – 28,17% працівників, важко відповісти на питання – 64,79% працівникам. Отже, лише 7% респондентів задоволені наявною науково-методичною літературою. Відповіді працівників сучасних центрів оздоровчого фітнесу, опитаних щодо того чи проходять на базі центру оздоровчого фітнесу виробничу практику майбутні фахівці з фізичного виховання та спорту, свідчать про те, що 7,04% працівників відповіли – “так, проходять”, 49,3% працівників вказали – “ні, не проходять”, 43,66% працівників вказали, що їм важко відповісти на це запитання. Тільки 7% опитаних достовірно знають про те, що на базі їхнього центру оздоровчого фітнесу проходять виробничу практику майбутні фахівці з фізичного виховання та спорту. Таким чином, аналіз професійної діяльності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту в центрах оздоровчого фітнесу на підставі анкетування співробітників центрів оздоровчого фітнесу, свідчить про те, що обрана проблема є досить актуальною і потребує подальшого дослідження.

ВИСНОВКИ. Теоретичний аналіз наукових праць та доступних центрів оздоровчого фітнесу дав нам можливість класифікувати центри оздоровчого фітнесу як заклади професійної діяльності фахівців з фізичного виховання та спорту.

Внаслідок проведення анкетування серед працівників центрів оздоровчого фітнесу було виявлено, що необхідно змінювати підготовку фахівців з фізичного виховання та спорту для реалізації їх професійної діяльності. Також було відмічено, що потрібно збільшувати кількість науково-методичних джерел, щоб надати можливість фахівцям з фізичного виховання та спорту використовувати їх у своїй професійній діяльності в центрах оздоровчого фітнесу.

ПЕРСПЕКТИВИ. Подальші дослідження з обраної теми будуть спрямовані на вдосконалення аналізу центрів оздоровчого фітнесу та професійної діяльності в них.

ЛІТЕРАТУРА

- 1.Иващенко Л.Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом / Л.Я. Иващенко, А.Л. Благий, Ю.А. Усачев. – К. : Науковий світ, 2008. – 198 с.
- 2.Калашникова Д.Г. Теория и методика фитнес-тренировки / учебник персонального тренера / Д.Г. Калашникова, В.И. Тхоревский. – 2003. – Издательство ООО «Франтэра». – 187 с.
- 3.Теорія і методика фізичного виховання: підручник у 2 т. / за ред. Т.Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 392 с.
- 4.Fitness through aerobics – Benjamin Cummings; 9 edition – 2013. – 288 p.
- 5.Keep Moving : fitness through aerobics and step paperback – McGraw-Hill Humanities / Social Sciences / Languages; 4 edition – 1999. – 207 p.

УДК 796.012.1:612-057.874

Доцюк Л. Г.
Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

ПОРІВНЯЛЬНА ОЦІНКА МОРФОЛОГІЧНИХ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНИХ ПОКАЗНИКІВ УЧНІВ СЕРЕДЬНОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ РІЗНИХ СОМАТОТИПІВ

В статті наведені результати обстеження школярів 10-12 років з визначенням морфологічних та функціональних відмінностей учнів з урахуванням конституційних типів. Встановлено, що як хлопчики, так і дівчатка різних соматотипів мають достовірні відмінності у морфо-функціональних показниках. Виявлені структурно-функціональні взаємини простежуються і при аналізі функціональних характеристик: фізична працездатність та максимальне споживання кисню мають таку ж закономірність у збільшенні значень, як і морфологічні (маса тіла, довжина тіла, окружність грудної клітки) – посилення ознак від астеників до нормостеників і гіперстеників.

Ключові слова: соматотип, астеник, нормостеник, гіперстеник, рухові здібності, морфо-функціональні показники.

Доцюк Л.Г. Сравнительная оценка морфологических и функциональных показателей учеников среднего школьного возраста различных соматотипов. В статье приведены результаты обследования школьников 10-12 лет с определением морфологических и функциональных различий учащихся с учетом конституционных типов.

Установлено, что как мальчики, так и девочки разных соматотипов имеют достоверные различия в морфофункциональных показателях. Выявленные структурно-функциональные взаимоотношения прослеживаются и при анализе функциональных характеристик: физическая работоспособность и максимальное потребление кислорода имеют такую же закономерность в увеличении значений, как и морфологические (масса тела, длина тела, окружность грудной клетки) – усиление признаков от астеников в нормостеников и гиперстеников.

Ключевые слова: соматотип, астеник, нормостеник, гиперстеник, двигательные способности, морфофункциональные показатели.

Dotsyuk L.G.. Comparative evaluation of morphological and functional indices average school age pupils of different somatotypes. The article presents the results of examination of pupils 10-12 years with determination of morphological and functional differences of pupils considering the constitutional types. Established that both boys and girls have different somatotype reliable differences in morphological and functional parameters. Discovered structural and functional relationship traced in the analysis of the functional characteristics: physical performance and the maximum oxygen consumption with the same pattern of increasing values as morphological (body weight, body length, chest circumference) - increased signs from ectomorphic to mesomorphic and endomorphic somatotype. In comparative evaluation of motor preparedness of pupils in different somatotypes registered expressed deviation of ectomorphic and endomorphic from the average for the group indices of control exercises. In particular, results of endomorphic somatotype are above average in tests that reflect power endurance and aerobic endurance. Pupils with ectomorphic somatotype show the same feature in the tests that characterize the power-speed ability, agility and flexibility. Pupils with mesomorphic somatotype show middle and higher level of development of motor abilities towards average. As a basis for differentiation effects orientation of the load can be used on the basis of selective action on the motor units of different types and species. Rational value loads a various orientation in accordance with the principle of harmony provides equivalent and maximum development of abilities of slow and quick contractile muscle fibers and systems to ensure their activities as well as a combination of school lessons and out-of-school forms of motor activity of pupils. In the role of out-of-school forms can used homework system, sectional lessons, competitions, day of health based on the direction of the development of abilities of slow and quick contractile muscle fibers.

Key words: somatotype, ectomorphic, mesomorphic and endomorphic somatotypes, motor abilities, morphological and functional indices.

Актуальність педагогічних впливів, заснованих на обліку конституційних особливостей учнів, підтверджується рядом робіт [3, 6, 14], де показано відмінності представників різних соматотипів по ряду морфофункціональних особливостей, а також проявах моторики. Однак, незважаючи на досить чітко обґрунтовану і доведену експериментальними даними позицію про необхідність врахування в практиці фізичного виховання конституційних особливостей людини практичних рекомендацій для вчителів фізичної культури вкрай мало. В спортивній практиці тип статури людини визначає діапазон її фізичних можливостей, тому що особливості будови тіла – це наслідок проявів відмінностей в структурі обміну речовин і функціях найважливіших фізіологічних систем організму [9]. Відомо, що спортсмени, які спеціалізуються в різних видах спорту, відрізняються як за зовнішніми морфологічними ознаками, так і за композицією м'язових волокон (співвідношенню «швидких» і «повільних» м'язових волокон), властивостям нервової системи, по функціональним можливостям серцево-судинної, дихальної та інших систем організму [5, 12]. Проте, незважаючи на актуальність і необхідність врахування індивідуально-типологічних особливостей при розвитку фізичних якостей, це питання більшою мірою розкрито в спортивній практиці та практично не знайшло свого вирішення в системі шкільного фізичного виховання [4]. Відомо, що найважливішою умовою становлення здорового способу життя дитини є відповідна фізкультурна діяльність, в процесі якої розвиваються рухові якості. Сучасні дослідження [7, 9, 10], доводять наступне: морфологічні, функціональні і рухові параметри людини обумовлені типом її конституції. Встановлений факт є медико-біологічною підставою диференційованого підходу в системі шкільного фізичного виховання, який передбачає розробку нових педагогічних технологій з урахуванням індивідуально-типологічних особливостей дітей. При цьому соматотип як морфологічний прояв конституції обумовлює деякі індивідуально-типологічні особливості (фізичний розвиток, функціональні показники, фізична підготовленість, композиція м'язових волокон, психологічні особливості, мотивація до виконання рухових завдань різних видів) і є найбільш доступним інструментом диференціації в масовій фізичній культурі [2].

Мета дослідження – вивчити особливості розвитку рухових здібностей школярів 10-12 років з урахуванням їх соматотипу.

Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні **завдання**:

1. Проаналізувати морфологічні та функціональні особливості школярів 10-12 років різних соматотипів (астеники, нормостеники, гіперстеники).

3. Визначити диференційовані величини показників рухових здібностей школярів 11-12 років різних соматотипів.

Для вивчення морфологічних та функціональних відмінностей учнів різних соматотипів було обстежено 63 учні 5-6 класів (30 хлопчиків і 33 дівчинки). Поряд з виявленням морфофункціональних особливостей організму школярів та визначенням їх соматотипу, програму обстеження склали тести, що характеризують розвиток різних сторін моторики. Тестування учнів по визначенню рівня розвитку основних фізичних якостей (сила, швидкість, витривалість, спритність, гнучкість) дозволило всебічно оцінити їх фізичну підготовку. Використані тести відповідають необхідним критеріям надійності, об'єктивності, інформативності [11]. Для розподілу досліджуваних учнів за соматичними групами використано класифікацію типів конституції, розроблену М.В. Черноручьким: астеники (А), нормостеники (Н) та гіперстеники (Г) [15].

Найбільший відсоток (як у хлопчиків, так і у дівчаток) склали діти - нормостеніки (відповідно, по 66,7%); другими за чисельністю стали дівчатка - астеніки (21,2%) і хлопчики - гіперстеніки (20,0%), а найменший відсоток становили хлопчики - астеніки та дівчатка-гіперстеніки (13,3% і 12,1% відповідно). Як відомо, традиційна методика фізичного виховання школярів розрахована на середнього учня – нормостеніка. Отже, у дослідженій групі дітей 33,3% хлопчиків і дівчаток складають «групу ризику», оскільки мають індивідуальні особливості, обумовлені конституційним типом, відмінні від загальногрупових за деякими принципово важливим для фізичного виховання показниками. Результати дослідження морфо-функціональних показників наведені в таблицях 1 і 2. Вивчення основних антропометричних показників дітей різних типів статури показало, що у віці 10-12 років найбільші поздовжні розміри і масу тіла мають гіперстеніки (як хлопчики, так і дівчатка). Практично однакову довжину тіла мають діти обох статей астеніки і нормостеніки, а найменші показники маси тіла притаманні дітям-астенікам. При цьому школярі всіх соматичних типів за масою тіла мають достовірні відмінності ($p < 0,05$).

Як видно з таблиць 1 і 2 окружність грудної клітки (пауза, вдих, видих) нарастають від дітей - астеніків до дітей - гіперстеніків, причому всі типи істотно ($p < 0,05$) різняться між собою за даним показником.

Таблиця 1

Морфофункціональні показники і індекси функціонального стану хлопчиків 10-11 років різних соматотипів ($M \pm m$)

Показник	соматотип			встановлена достовірність відмінностей між типами ($p < 0,05$)	
	астеніки (n=4)	нормостеніки (n = 20)	гіперстеніки (n=6)		
довжина тіла, см	140,1±2,1	139,0±0,9	144,2±2,7		
маса тіла, кг	29,3±1,5	32,1±0,6	43±2,6	А-Г, Н-Г	
ОГК, см	пауза	64±0,9	67,6±0,6	77,2±3,2	А-Н, А-Г, Н-Г
	вдих	69,2±1	71,8±0,5	78,5±2,6	А-Н, А-Г, Н-Г
	видих	62,7±0,9	66±0,5	73±2,9	А-Н, А-Г, Н-Г
екскурсія грудної клітки, см	6,5±0,5	5,8±0,2	5,5±0,5		
ЖЄЛ, мл	2036±77	2115±34	2570±100	А-Г, Н-Г	
кистьова м'язова сила, кг	права	13,6±1,9	14,5±0,5	18,4±1,5	А-Г, Н-Г
	ліва	13,2±1,0	13,7±0,5	17±1,3	А-Г, Н-Г
ЧСС спокою, уд/хв	72,6±6	74,8±1,9	91,3±5,5	А-Г, Н-Г	
PWC ₁₇₀ , кгм/хв	413±44,5	481±25,6	587±58,8	А-Г	
МСК, л/хв	2,02±0,07	2,11±0,40	2,20±0,09	А-Г	

Типологічні особливості виявлені так само і в функціональних показників м'язової системи дітей даної вікової групи (табл. 1, 2). Найбільшу кистьову м'язову силу мають хлопчики - гіперстеніки ($p < 0,05$), найменшу - астеніки. У дівчаток достовірних відмінностей в даному показнику між типами не встановлено.

Таблиця 2

Морфофункціональні показники і індекси функціонального стану дівчаток 10-11 років різних соматотипів ($M \pm m$)

Показник	соматотип			встановлена достовірність відмінностей між типами ($p < 0,05$)	
	астеніки (n= 7)	нормостеніки (n = 22)	гіперстеніки (n = 4)		
довжина тіла, см	141,0±2,1	141,1±1,2	145,1±0,5	Н-Г	
маса тіла, кг	29,6±1,1	32,4±0,7	39,9±0,9	А-Н, А-Г, Н-Г	
ОГК, см	пауза	62,7±0,8	66,1±0,6	71,1±1,7	А-Н, А-Г, Н-Г
	вдих	67,4±0,7	70,7±0,6	74,8±3,4	А-Н, А-Г
	видих	61,0±0,8	64,9±0,6	69,7±2,6	А-Н, А-Г
екскурсія, см	6,4±0,4	6,1±0,2	5,2±1,3		
ЖЄЛ, мл	1858±58	1990±39	2188±97	А-Г	
кистьова м'язова сила, кг	права	11,7±0,8	12,9±0,5	13,4±0,4	
	ліва	10,5±0,8	12,2±0,5	13,1±1,2	
ЧСС спокою, уд/хв	74,5±3,4	76,0±2,3	93,1±2,1	А-Г, Н-Г	
PWC ₁₇₀ , кгм/хв	370±25	410±16,7	481±50		
МСК, л/хв	1,91±0,04	1,90±0,03	2,10±0,80		

Разом з тим, необхідно відзначити, що школярі всіх соматотипів, включаючи і гіперстеніків, досліджуваної вибірки мають ступінь розвитку мускулатури «нижче середнього». Незважаючи на те, що за абсолютною м'язовою масою діти різних конституційних типів мають достовірні відмінності, показники їх м'язової витривалості не мають типологічних відмінностей у хлопчиків в індексі кистьової сили. Функціональні показники дихальної системи як у хлопчиків, так і у дівчаток мають схожу картину (табл. 1, 2). Так, екскурсія грудної клітки достовірно не відрізняється у представників різних соматотипів. Життєва ємність легень, що дає уявлення про функціональні можливості системи зовнішнього дихання, достовірно відрізняються ($p < 0,05$) лише у представників крайніх типів, а саме астеніків і гіперстеніків. Виявлені структурно-функціональні взаємини простежуються і при аналізі функціональних характеристик (табл. 1, 2). Так, при дослідженні фізичної працездатності та максимального споживання кисню встановлено, що абсолютні величини цих інтегральних показників конституційно обумовлені та мають таку ж закономірність у збільшенні значень, як і морфологічні (маса тіла, довжина тіла, окружність грудної клітки) – зростання від астеніків до нормостеніків і гіперстеніків. Так, діти гіперстеніки відрізняються від інших типів найбільшими значеннями величини максимального споживання кисню (МСК), яка характеризує функціональні можливості кардіо-респіраторної системи. У показниках PWC₁₇₀ (фізичної працездатності) достовірних відмінностей між типами не встановлено. Особливості розвитку моторики учнів різних соматотипів вивчені за допомогою ряду загальноприйнятих тестів,

які розкривають ступінь розвитку тих чи інших фізичних якостей.

Таблиця 3

Показники рухових здібностей хлопчиків 10-12 років різних соматотипів (M±m)

Показник	Астеніки	Нормостеніки	Гіперстеніки	Встановлена достовірна Відмінність (p < 0,05)
	(n = 4)	(n = 20)	(n = 6)	
підтягування, разів	2,1±0,1	3,2±0,1	1,3±0,3	А-Н, Н-Г, А-Г
стрибок в довжину, см	142,0±5,8	163,1±2,2	159,2±3,9	А-Н, А-Г
нахил, см	1,8±0,3	4,1±0,6	4±0,4	А-Н, А-Г
біг 3×10м, с	9,6±0,2	9,2±0,1	8,9±0,1	А-Г, Н-Г
біг 60 м, с	11,8±0,3	11,4±0,1	11,5±0,1	

Так, у тестах на силову витривалість діти крайніх типів показують найгірші результати по відношенню до дітей середнього типу (табл. 3, 4). Пояснити отриману закономірність можна з позиції особливостей їх морфофункціонального розвитку, а саме, великою масою тіла гіперстеніків і низькою абсолютною м'язовою силою астеніків. Швидкісно-силові здібності достовірно краще (p < 0,05) розвинені у хлопчиків-нормостеніків, в порівнянні з хлопчиками-астеніками. Такий самий результат спостерігається і у дівчаток, показники астеніків і нормостеніків в даному тесті вище результатів гіперстеніків. У рівні розвитку гнучкості хлопчики-астеніки достовірно (p < 0,05) поступаються гіперстенікам і нормостенікам. У дівчаток достовірних відмінностей за цим показником нами не виявлено. Кращими результатами човникового бігу (3 × 10м) володіють школярі обох статей нормостеніки і гіперстеніки, достовірно гіршими - астеніки. У рівні розвитку швидкісних здібностей достовірних відмінностей між представниками різних типів не встановлено. Показники розвитку аеробної витривалості достовірно (p < 0,05) нижче у хлопчиків і дівчаток гіперстеніків, по відношенню до дітей інших типів, що є наслідком низьких показників їх функціонального розвитку.

Таблиця 4

Показники рухових здібностей дівчаток 10-12 років різних соматотипів (M±m)

Показник	Астеніки	Нормостеніки	Гіперстеніки	Встановлена достовірна Відмінність (p < 0,05)
	(n = 7)	(n = 22)	(n = 4)	
віджимання, разів	14,3±2,8	15,0±1,3	7,1±2,2	А-Г, Н-Г
стрибок в довжину, см	142,0±2,9	142,1±2,4	133,2±3,1	А-Г, Н-Г
нахил, см	7,1±1,5	6,3±2,2	6,2±0,7	-
біг 3×10м, с	10,3±0,3	9,6±0,1	9,9±0,2	А-Н
біг 60м, с	12,2±0,5	12,0±0,2	12,6±0,4	-

Таким чином, при порівняльній оцінці рухової підготовленості школярів різних соматотипів зареєстровано виражене відхилення результатів астеніки і гіперстеніків від середньогрупових з цілого ряду контрольних вправ. Зокрема, діти-гіперстеніки мають результати вище середньогрупових в тестах, що відображають силову витривалість і аеробну витривалість. Діти астеніки ту ж особливість проявляють в тестах, що характеризують швидкісно-силові здібності, спритність, гнучкість. Нормостеніки показують середній і вище рівень розвитку всіх рухових здібностей по відношенню до середньогрупових. Отримані результати дослідження морфофункціональних особливостей дітей різних соматотипів підтверджуються подібними результатами інших дослідників [8, 10]. Принципова і достовірна різниця в ряді морфологічних і функціональних показників дихальної, серцево-судинної, м'язової та інших систем організму представників різних соматотипів обумовлює особливості розвитку їх моторики [1, 13]. Отримані показники розвитку дозволяють близько третині учнів, які складають групи крайніх типів, виконати нормативні вимоги по ряду рухових здібностей на оцінку «задовільно» і нижче, іншої частини - не більше ніж на оцінку «добре», що свідчать лише про часткову реалізацію потенційних можливостей як дітей - астеніків і гіперстеніків, так і дітей - нормостеніків.

ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ. Учні 10-12 років трьох соматотипів (астеніки, нормостеніки, гіперстеніки) мають відмінну один від одного картину розвитку моторики, підтвержену достовірною різницею (p < 0,05) у ряді морфологічних і функціональних показників дихальної, серцево-судинної, м'язової та інших систем організму. Такі результати дослідження експериментально підтвердили необхідність пошуку принципово нового підходу до системи фізичної підготовки школярів з урахуванням їх морфо-функціональних особливостей. В якості основи диференціації впливів за спрямованістю дії можна використати класифікацію навантажень, сформульовану на основі вибіркової дії на рухові одиниці різного типу та виду. Рациональне співвідношення навантажень різної спрямованості у відповідності з принципом гармонійності передбачає рівнозначний і максимальний розвиток здібностей повільноскоротливих та швидкоскоротливих рухових одиниць і систем, що забезпечують їх діяльність, а також поєднання як урочних, так і позаурочних форм організації рухової активності учнів. У ролі позаурочних форм можуть виступати система домашніх завдань, секційні заняття, змагання, день здоров'я тощо з урахуванням спрямованості діяльності на розвиток здібностей швидких, проміжних або повільних м'язових волокон.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреев Л.И., Белякова Н.Т. Дифференцированный подход в зависимости от типов телосложения девочек — подростков // Физкультура в школе. - 2000. - №6. - С. 48-51.
2. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. Физическая активность человека. - Киев: Здоровье, 2007. - 224 с.
3. Бойко В.В. Целенаправленное развитие двигательных способностей человека. - М.: Физкультура и спорт, 1987.

4. Васильев П.С., Волков Н.И. Некоторые биохимические и физиологические проблемы современной методики спортивной тренировки // Теория и практика физической культуры. - 2006. - № 11. — С. 857-863.
5. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт, 1995. - 176 с.
6. Вовк С.И. Некоторые данные к хронокарте морфофункциональных перестроек под влиянием тренировки выносливости // Теория и практика физической культуры. - 2001. - № 8. - С. 32-35.
7. Додонова Л.П. Морфофункциональные особенности организма и развитие двигательных качеств у детей в пре- и пубертатном периоде онтогенеза: Автореф. дис. ... канд. биол. наук. -Н., 2001.-20 с.
8. Дорохов Р.Н., Петрухин В.Г. Методика соматотипирования детей и подростков. — Малаховка: Физкультура и спорт, 2001— 30 с.
9. Жафярова С.А. Анатомо-физиологические особенности детей различных конституциональных типов: Автореф. дис. канд. мед. наук. — М., 2000. -21 с.
10. Корінчик Л. Вплив фізичних навантажень на розумову і серцеву діяльність молоді // Спортивний вісник Придніпров'я: Науково-теоретичний журнал. – 2012. – № 7. – С. 147-149.
11. Мартиросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. -М.: Физкультура и спорт, 1992. - 199с.
12. Пановеле В.В. Некоторые узловые периоды возрастной динамики гемодинамических показателей у детей и подростков // Биологический возраст и возрастная периодизация. - М., 1998. - С. 111-112.
13. Рубан Н.Э., Аулик И.В. Аэробно-анаэробный переход - критерий работоспособности и дозатор интенсивности в тренировке детей // Теория и практика физической культуры. - 2006. - № 10. — С. 42 - 45.
14. Сонькин В.Д. Определение конституциональной принадлежности //Теория и практика физической культуры. — 1999. — № 3. — С. 23-26.
15. Черноуцкий М.В. // Частная патология и терапия внутренних болезней. — М.: Госиздат, 1928.—С.171—224.

УДК 37.016.796.011.61

Дубогай О.Д., Євтушок М.В.
Національний педагогічний університет ім. М.П. Драгоманова

РОЛЬ ПІЗНАВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В СИСТЕМІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП У ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ЇХ ОСОБИСТОСТІ

В статті розглянуто різні методики стимулювання ціннісно-змістовної компетенції у процесі фізичного виховання у вищому навчальному закладі студентів спеціальної медичної групи.

Ключові слова: студенти, спеціальна медична група, компетенція, фізичні вправи.

Дубогай А.Д., Євтушок М.В. Роль познавательной деятельности в системе занятий физического воспитания студентов специальных медицинских групп в процессе социализации их личности. В статье рассмотрены различные методики стимулирования ценностно-смысловой компетенции в процессе физического воспитания в высшем учебном заведении студентов специальной медицинской группы.

Ключевые слова: студенты, специальная медицинская группа, компетенция, физические упражнения.

Dubogai O.D., Yevtushok M.V. The role of cognitive activity in the employment system of physical education of students of special medical groups in the socialization process of their personality. The article discusses various techniques to stimulate value-semantic competence in physical education at the high school students of special medical group. The means and methods of forming the competence of the students on how to optimize the use of physical training for timely correction of health and value-content knowledge appropriate fitness information technology. The main way to solve this problem is a practical training students to obtain in-depth knowledge, acquisition of individual experience of sports activities, the formation of values and meaningful competencies with emphasis on self-knowledge. The basic determinants of activation of value-content competence of students of special medical group in high school, which are: maintenance of educational material (innovation in teaching fitness techniques with current research on optimization of the use of motor exercises under physical abilities of the body, the practical importance of knowledge and skills); organized training and educational motor activity (learning new psychological and comfortable for a particular student's personality by means of motor activity in self-employment); relationship between the parties of fitness process (create optimal conditions for motor activity and psychological comfort during communication, joint health education activities, teaching optimism, control effects on the body of acquired motor skills and abilities).

Key words: students of special medical groups, competence, exercise.

Постановка проблеми. Загальновідомо, що склад ключових компетенцій студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, повинен включати загальні: універсальні знання щодо підтримки, збереження та своєчасної корекції рівня здоров'я організму при наявності хронічних захворювань засобами фізичної культури і спорту. В умовах сьогодення одним із кризових явищ традиційних і нових «інноваційних» систем освіти є розрив між фізичним вихованням і всіма іншими видами учбової діяльності. Можливою причиною існуючого положення є відсутність реальних механізмів, які обумовлюють взаємозв'язок між рівнем ціннісно-змістовних компетенцій студентів спеціальних медичних груп та значущості