

СТРУКТУРА ЗАБОЛЕВАЕМОСТІ СТУДЕНТІВ ДНЕПРОПЕТРОВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Анастасія Самошкіна

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта

Статья посвящена анализу структуры заболеваемости студентов Днепропетровской области. Результаты исследования свидетельствуют о том, что наиболее распространёнными являются патологии опорно-двигательного аппарата, заболевания органов дыхания, сердечно-сосудистой и нервной систем, желудочно-кишечного тракта.

Существенное место в структуре заболеваемости студентов Днепропетровской области занимают острые респираторные заболевания, что значительно отображается на уровне их работоспособности и физическом состоянии.

Ключевые слова: студенты, острые респираторные заболевания, заболеваемость, нозология.

STRUCTURE OF SICKNESS RATE OF DNIPROPETROVSK REGION'S STUDENTS

Anastasia Samoshkina

Dnipropetrovsk State Institute of Physical Culture and Sports

This article analyzes the structure of sickness rate of Dnepropetrovsk region's students. The findings suggest that the most frequent are pathology of the musculoskeletal system, diseases of the respiratory, cardiovascular and nervous systems, the gastrointestinal tract.

The most common place in the structure of sickness rate of Dnipropetrovsk region's students occupied by acute respiratory infections, which significantly displayed on the level of their health and physical condition.

Key words: students, acute respiratory infections, sickness rate, nosology.

ФОРМУВАННЯ ДІЯЛЬНІСНО-ТВОРЧОГО ПІДХОДУ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РОБОТИ

Наталія Свіршук, Тетяна Вознюк, Андрій Драчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Посилення несприятливого впливу освітнього процесу в навчальних закладах на стан здоров'я учнів стосується як організації, так і змісту навчально-виховного процесу, психологічних особливостей взаємин учителя з учнями і між самими учнями, методичних підходів до забезпечення навчання та багатьох інших аспектів. Корекція такого положення може відбуватися за умови детально-організованого педагогічного процесу з фізкультурно-рекреаційною спрямованістю [2, 5]. У зв'язку з цим постає потреба у формуванні цілісної системи збереження та зміцнення здоров'я учнів, підвищенні рівня їхньої фізичної працездатності, що може бути наслідком спеціальної підготовки майбутніх учителів фізичної культури [4]. Якість педагогічного процесу, спрямованого на організацію професійної діяльності в здоров'язбережувальному режимі, забезпечує поєднання традиційних та інноваційних моделей підготовки, поглиблення міждисциплінарних зв'язків, застосування результативних технологій [1, 3].

Аналіз останніх досліджень. Проблема підготовки фахівців фізичної культури, здатних конкурувати на сучасному ринку праці, залишається актуальною та привертає увагу багатьох науковців. Їй присвячені праці В. Костюченка, 1996; В. Яловики, 1996; Б. Шияна, 1997; П. Єфіменка, 2002; Л. Сущенко, 2003; О. Тимошенко, 2009; Р. Карпюка, 2010; О. Котової, 2011 та ін.

Дослідженню різних аспектів фізкультурно-рекреаційної роботи присвячено праці В. Видріна, 1989; О. Жданової, 2000; Є. Приступи, 2010 (теоретико-методичні основи фізичної рекреації), А. Орлова, 1995; О. Андрєєвої, 2004; Т. Круцевич, 2008, 2010 (класифікація форм фізкультурно-рекреаційної діяльності), В. Ляха, 1992; М. Ващенко, 2004; Л. Іващенко, 2008 (вивчення сучасних методик фізкультурно-

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

рекреаційної роботи), ; Г. Шитікової, 1986; А. Смородінова, 1995; А. Лотоненко, 1996; Ю. Рижкіна, 1997 (застосування засобів фізичної рекреації у роботі з різними групами населення). У дисертаційних працях Л. Піотровські, 1980; Е. Трощинської, 1982; А. Джумаєва, 1991; В. Виноградова, 1998; Т. Яшиної, 1998; М. Бердуса, 2000; І. Нікуліна, 2000; О. Степанової, 2005; О. Астахова, 2008 йдеться про організаційні та методичні аспекти фізкультурно-рекреаційної діяльності, зокрема й у загальноосвітній школі.

В останні роки захищено низку дисертаційних досліджень з проблем професійної підготовки вчителів фізичної культури: Л. Іванова, 2007; М. Батіщева, 2009; О. Онопрієнко, 2009; І. Ткачівська, 2009; Л. Арефьєва, 2010; І. Бріжата, 2011; О. Котова, 2011 та ін.

Однак проблема підготовки майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної роботи досі не розв'язана – не актуалізовані практичні шляхи, засоби і педагогічні умови її реалізації.

Мета дослідження – визначити шляхи формування діяльнісно-творчого підходу майбутніх педагогів до фізкультурно-рекреаційної роботи.

Результати дослідження та їх обговорення. Нині перед нами постали не розв'язані в попередніх дослідженнях суперечності між соціальною потребою в організації та здійсненні фізкультурно-рекреаційної роботи, спрямованої на покращення стану здоров'я дітей, формування в них потреби в самостійних заняттях фізичною культурою, і наявною системою підготовки вчителів фізичної культури, що має більше спортивну спрямованість, ніж оздоровчу; між потребою фізкультурно-рекреаційної роботи в школі та нерозробленістю її методик. До того ж, у процесі вивчення теоретичних основ фізичної рекреації не формується діяльнісний підхід студентів до такої роботи, що призводить до створення розриву між теорією і практикою. Відсутність необхідних знань і вмінь з організації процесу фізичної культури в школі зі здоров'язбережувальним спрямуванням унеможливорює розв'язання тих проблем, які нерідко виникають у сучасній школі.

Діяльнісний підхід є однією з основ професійного становлення майбутнього викладача фізичної культури. Формування діяльнісного підходу до фізкультурно-рекреаційної роботи в школі обґрунтовується посиленням суб'єктних начал у діяльності сучасного спеціаліста. Демократизація життя галузі фізичної культури і спорту зумовила значне збільшення можливостей для самостійного прийняття рішень, вибору технологій, форм і методів професійної діяльності вчителя фізичної культури. Розширення прав і свобод у діяльності фахівців фізичного виховання поєднується з підвищенням їхньої відповідальності за результати своєї праці.

Багато психологів і дидактів (В. Давидов, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн та ін.) можливості забезпечення якості підготовки майбутніх фахівців бачили тільки на основі поєднання системного й діяльнісного підходів, що передбачає переведення студента в позицію суб'єкта пізнання, активного учасника навчальної праці і спілкування.

Щоб підвищити ефективність процесу підготовки майбутніх учителів фізичної культури до фізкультурно-рекреаційної роботи в школі необхідно впровадження комплексу заходів, які були б спрямовані в першу чергу на формування діяльнісно-творчого підходу, який би базувався на достатньому рівні практичної та теоретичної підготовки студентів.

Вивчення основ фізкультурно-рекреаційної діяльності повинно відбуватися у процесі практичних занять спеціальних фахових дисциплін, предметом вивчення яких повинні бути знання про сутність, компонентний склад фізкультурно-рекреаційної діяльності, критерії добору засобів, методів проведення такої роботи. Вони мають сприяти створенню в студентів відповідального ставлення до здоров'я,

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

усвідомлення потреби вести здоровий спосіб і стиль життя; ознайомити студентів з різними напрямками проведення фізкультурно-рекреаційної діяльності; сформувати практичні навички організації й проведення урочних і позаурочних форм фізкультурно-рекреаційної спрямованості.

В якості експериментального дослідження можливості реалізації запропонованої моделі формування діяльнісно-творчого підходу нами були запропоновані такі серії завдань:

- скласти вірш про слово «рекреація»;
- завдання «асоціація», яке полягало у визначенні майбутніми педагогами своєї реакції на стимульне слово «рекреація»;
- створити графічний логотип «Моя місія як вчителя фізичної культури»;
- виконати творчу роботу на тему «Форми фізкультурно-рекреаційної роботи»
- написати твір-роздум «Чи потрібна позакласна фізкультурно-рекреаційна робота зі школярами», «Комп'ютеризація – це благо чи шкода оздоровленню?»
- розробити уявні кроки до багатирського здоров'я: висловити власне розуміння поняття «фізкультурно-рекреаційна діяльність»
- участь у тренінгу «Думаю, висловлююсь, розумію»:

–«Дозвілля» і «відпочинок» – це вільний час після навчання або роботи. Він може бути використаний для релаксації, соціальних досягнень і розвитку особистості. Під терміном «рекреація» науковці розуміють сенс самовираження зі зміною діяльності, спрямованої на відновлення духовних і фізичних сил» (М. Бердус). Рекреація, відпочинок і дозвілля – це ідентичні поняття чи різні?

–«..... метою масової фізичної культури є залучення якомога більшої кількості людей у діяльність, спрямовану на досягнення певного спортивного результату. Основна ж мета фізкультурно-рекреаційної діяльності – оздоровчо-розважальна, там немає переможців і переможених» (Н. Верзіліна). Як Ви вважаєте, фізична рекреація і масова фізична культура – це ідентичні поняття чи різні? Відповідь обґрунтуйте.

–«Дитячий і підлітковий вік – період, коли формується більшість фізичних якостей людини, закладається основний фундамент різноманітних рухових навичок, удосконалюються функціональні можливості організму». Доведіть, що підлітковий вік – це сприятливий період для організації фізкультурно-рекреаційної діяльності.

–«Позакласна фізкультурно-рекреаційна діяльність має здійснюватися з ініціативи школярів, але під керівництвом учителя, який повинен враховувати індивідуальні запити, схильності й інтереси школярів». Визначте умови ефективної організації позакласної фізкультурно-рекреаційної роботи зі школярами.

–«Самостійні заняття загальною фізичною підготовкою, які використовують у фізкультурно-рекреаційній діяльності школярів, дозволяють не тільки зменшити «руховий голод», але є емоційно-активним відпочинком» (Ю. Копилов). Як ви розумієте поняття «руховий голод»? Назвіть причини його виникнення та шляхи подолання.

–«Для успішної організації фізкультурно-рекреаційної діяльності потрібна перебудова мотивації школярів. Позитивний характер мотивів визначають вагомі для особистості устремління». Чим зумовлена негативна мотивація школярів до фізкультурно-рекреаційної роботи. Які шляхи розв'язання визначеної проблеми?

- Розробити моделі уроків фізичної культури фізкультурно-рекреаційної спрямованості із застосуванням різноманітних засобів (циклічних вправ, рухливих і спортивних ігор, туризму тощо)

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

Значний досвід практичної роботи набувають студенти в період педагогічної практики, яка спрямована на закріплення знань, отриманих під час навчання у ВНЗ, а також на оволодіння виробничими навичками та передовими методиками навчання. У процесі педагогічної практики в специфічних умовах загальноосвітньої школи відбувається формування гностичних, проектувальних, конструктивних, комунікативних, дослідницьких і рухових умінь, які відбивають професійну діяльність учителя фізичної культури.

Доводиться констатувати, що реальна педагогічна практика не зовсім досконала і не повною мірою вирішує всі поставлені перед нею завдання, що різко знижує її навчальне значення. Через наявні недоліки в організації, проведенні та теоретико-методичному забезпеченні педагогічна практика в сучасній вищій школі часто зводиться до механічного копіювання методів і прийомів роботи вчителів і класних керівників без обов'язкового їх теоретичного осмислення.

Педагогічна практика виступає як об'єктивний, системо-утворювальний чинник усіх аспектів такої підготовки. Звідси випливає, що під час підготовки студентів до фізкультурно-рекреаційної роботи потрібно рухатися не тільки від теорії до практики, як це відбувається в сучасній традиційній системі спеціальної підготовки майбутніх учителів, але й від практики до теорії. Це означає, що тільки за такого підходу, який забезпечує інтеграцію теорії і практики, педпрактика може стати основою підготовки студентів до майбутньої педагогічної діяльності.

Під час проходження педагогічної практики студенти отримували такі завдання, як визначення морфо-функціонального профілю учнів різного віку; вивчення рухового режиму школярів на основі розроблених анкет, написання наукових статей; популяризація фізкультурно-рекреаційної роботи серед учителів шкіл та батьків учнів тощо.

Сьогодні урок фізичної культури – єдиний предмет у шкільній програмі і єдиний засіб у системі шкільного фізичного виховання, який міг би певною мірою задовольнити біологічну потребу дитини в русі. Проте можливості академічного уроку вчителів фізкультури в школі практично не використовують. Сучасний урок фізичної культури постає незначним, другорядним серед усіх інших форм фізичного виховання, що і посилює сумніви з приводу того, чи є він основною формою фізичного виховання школярів. Часу (два-три уроки на тиждень), відведеного на урок, недостатньо, щоб отримати від уроку позитивний результат. Як свідчать сучасні дослідження, зокрема В. Ляха, три уроки з фізичної культури на тиждень – це лише мінімальне тижневе навантаження, яке дозволяє в процесі занять поступово підвищити рівень підготовленості школярів. А відсутність у розкладі школярів третього уроку може свідчити про недостатню матеріально-технічну базу, а то й про байдуже ставлення до збереження здоров'я дітей і нерозуміння складності проблеми рухової активності молодого покоління. Сьогодні в школах найчастіше практикують планування 2,5 уроків фізичної культури на тиждень (один тиждень 2 уроки, другий тиждень – 3 уроки), або планують на перше півріччя 2 уроки фізкультури і на друге – три. Це не завжди стосується класів з поглибленим вивченням окремих предметів, зазвичай, збільшення навчального часу на вивчення цих предметів відбувається за рахунок скорочення уроків з фізичної культури.

Отже, навчальне навантаження, наприклад, учнів 5-х класів становить 28 годин на тиждень з урахуванням уроків з фізичної культури, учнів 6-х класів – 30 годин у звичайних класах і 31 година в класах з профільним навчанням. Потрібно враховувати ще й те розумове навантаження, яке виникає під час виконання домашніх завдань, додаткових занять з репетиторами тощо. Зменшення рухової активності відбувається також за рахунок часу, затраченого на гру або роботу на

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

комп'ютері, перегляд телевізійних програм і відеофільмів, читання художньої літератури, занять музикою і співами, занять у гуртках, що не передбачають фізичного і м'язового навантаження.

У теорії і практиці фізичного виховання і спорту розроблено критерії, за якими класифікують фізичні навантаження, визначено певні зони спрямованості навантажень, що мають фізіологічні межі та педагогічні характеристики. Відповідно до завдань уроків фізкультурно-рекреаційної спрямованості, ЧСС під час виконання вправ має перебувати в межах аеробної відновної й аеробної підтримувальної зон – вони характеризуються підвищенням ЧСС до 140-145 уд./хв. Споживання кисню під час роботи в цих зонах становить 40-70% від максимальної величини. Забезпечення енергією відбувається за рахунок окислення жирів, глюкози крові та м'язового глікогену. Фізична робота повністю забезпечується повільними м'язовими волокнами, у зв'язку з чим у м'язах не збирається лактат, тому навантаження на ці зони можуть тривати від декількох хвилин до декількох годин. Таке навантаження стимулює відновлювальні процеси, жировий обмін в організмі й удосконалює загальну витривалість, гнучкість, спритність і координаційні здібності.

Інструментальним шляхом на прикладі учнів 5-6 класів студенти експериментальної групи визначали величину ЧСС найчастіше застосовуваних у процесі уроків засобів. Це дає змогу найбільш точно розраховувати навантаження під час проведення окремих вправ і вміло регулювати його впродовж уроку.

Однак було б неправильно звужувати практичний компонент спеціальної підготовки тільки до педагогічної практики. Оволодіння практичними аспектами діяльності вчителя, педагогічними методиками, методами і процедурами відбувається і в процесі аудиторних занять, при вивченні теоретичних курсів. Водночас теоретичний компонент підготовки також не передбачає лише засвоєння студентами теоретичних знань з теорії та методики фізичного виховання під час аудиторних занять. Засвоєння багатьох теоретичних знань продовжується під час навчальної діяльності студентів у період педпрактики.

Отже, можна говорити про існування в межах змісту спеціальної підготовки двох взаємозв'язаних, взаємообумовлених, але таких, які істотно різняться за ціннісними, функціональними й сутнісними параметрами складових.

Одна складова змісту спеціальної підготовки виступає як вміст особистісного надбання студента, його внутрішнього світу. Вона засвоюється як складна система знань, умінь, ціннісних орієнтацій і стосунків, емоційних проявів і має теоретичний характер.

Друга складова служить засобом впливу на особистість студента і не є його особистим надбанням, більшою мірою це надбання викладача ВНЗ. При цьому варто підкреслити, що під засобом розуміють найширший спектр технологій, процедур, методів, способів, форм і власне засобів фізкультурно-рекреаційної діяльності. Ця складова спеціальної підготовки і є система понять і закономірностей, дій і рухів, знань і вмінь, якими студент практично оперує в процесі фізкультурно-рекреаційної діяльності. Тому вона отримала назву практичної.

Виокремлення в складі спеціальної підготовки студентів педагогічних ВНЗ двох, теоретичної і практичної, складових є об'єктивною потребою для перетворення всієї системи вищої фізкультурної освіти. Водночас цей розподіл цілком об'єктивний, він може бути використаний як у рамках традиційної системи освіти, так і при застосуванні особистісно орієнтованої парадигми вищої освіти. До того ж, такий розподіл наочніший і переконливіший.

Елементи інтеграції теоретичної і практичної складових спеціальної

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

підготовки простежуються і в сучасній практиці професійної освіти вчителя. Проте рівень інтеграції і як наслідок – її ефективність можуть бути істотно збільшені, якщо застосовувати систему заходів, спеціально спрямованих на поєднання цих двох складових підготовки студентів інституту фізичного виховання і спорту.

Передбачається використання такої системи проведення аудиторних занять, яка, з одного боку, дозволяє чіткішу окреслити межу між теоретичною і практичною підготовкою і водночас сприяє їх взаємопроникненню, посилюючи роль теоретичної підготовки в освоєнні студентами методичних основ діяльності вчителя під час практичних занять.

По-друге, потрібна особлива організація педагогічної практики майбутніх учителів фізичної культури, яка повинна враховувати:

- особливості професійної діяльності вчителя фізичної культури;
- спортивну спеціалізацію студентів;
- інтеграцію теоретичного й практичного змісту практики.

По-третє, організація самостійної й індивідуальної роботи студентів має бути спрямована на розвиток і закріплення не лише теоретичних знань, а й педагогічних операцій, методів, методик, засобів фізичної рекреації або їх поєднання, тобто інтеграція теоретичного і практичного компонентів має бути і в процесі самостійної індивідуальної роботи студентів.

По-четверте, передбачається здійснення студентської науково-дослідної роботи, пов'язаної щонайперше з майбутньою професійною діяльністю майбутніх учителів, фізкультурно-рекреаційною діяльністю, яка у своєму змісті враховує спеціалізацію студентів і що ґрунтується на дослідницькому й інтеграційному підходах.

Висновки. Формування діяльнісно-творчого підходу майбутніх педагогів до фізкультурно-рекреаційної роботи можливе лише за умови комплексного підходу до процесу спеціальної підготовки в системі вищої професійної освіти та свідомого відношення до поставленої проблеми з боку викладачів та студентів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Бердус М. Г. Физкультурная рекреация : определение и концепция / М. Г. Бердус, В. В. Чувилин // I международный научный конгресс «Спорт и здоровье» 9-11.09.2003, Т.1. СПб. «Олимп-СПб», 2003. – С. 21-22.
2. Бондарчук Т. В. Структурно-функциональная модель готовности педагога по физической культуре к оздоровительной деятельности в процессе профессиональной подготовки студентов / Т. В. Бондарчук, Е. В. Миргородская // Теория и практика физической культуры. – 2011. – №4. – С. 54-57.
3. Выдрин В. М. Физическая рекреация – вид физической культуры / В. М. Выдрин, А. Д. Джумаев // Теория и практика физической культуры. – 1989. – №3. – С. 2-3.
4. Карпюк Р. П. Мотивація студентів вищих технічних навчальних закладів до здоров'язбережувальної діяльності / Р. П. Карпюк // Наукові записки : [збірник наукових статей] / Міністерство освіти і науки України; Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова; укл. Л. Л. Макаренко. – К. : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. LXXXI (91). – С.61-104.
5. Круцевич Т. Ю. Рекреация у фізичній культурі різних груп населення : навч. посібник / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олимпийская литература, 2010. – 248 с.

**ФОРМУВАННЯ ДІЯЛЬНІСНО-ТВОРЧОГО ПІДХОДУ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ
ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦІЙНОЇ РОБОТИ**

Наталія Свіршук, Тетяна Вознюк, Андрій Драчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

У статті розглядаються питання підвищення ефективності фізкультурно рекреаційної роботи за рахунок формування у майбутніх вчителів фізичної культури діяльнісно-творчого підходу. Визначені основні засоби та шляхи спеціальної підготовки фахівців в умовах вищих навчальних закладів до фізкультурно-рекреаційної роботи в школі .

Ключові слова: фізкультурно-рекреаційна діяльність, майбутні вчителі фізичної культури, діяльнісно-творчий підхід

**ФОРМИРОВАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТНО-ТВОРЧЕСКОГО ПОДХОДА БУДУЩИХ
ПЕДАГОГОВ К ФИЗКУЛЬТУРНО-РЕКРЕАЦИОННОЙ РАБОТЫ**

Наталья Свиршук, Татьяна Вознюк, Андрей Драчук

Винницкий государственный педагогический университет имени Михаила Коцюбинского

В статье рассматриваются вопросы повышения эффективности физкультурно рекреационной работы за счет формирования у будущих учителей физической культуры деятельно-творческого подхода. Определены основные средства и пути специальной подготовки специалистов в условиях высших учебных заведений к физкультурно-рекреационной работе в школе.

Ключевые слова: физкультурно-рекреационная деятельность, будущие учителя физической культуры, деятельностно-творческий поход.

**FORMATION ACTIVITY-CREATIVITY FOR FUTURE TEACHERS TO ATHLETIC
AND RECREATIONAL WORK**

Natalia Svirschuk, Tatiana Voznyuk Andrew Drachuk

Vinnitsa State Pedagogical University named after Mikhail Kotsyubinskogo

The paper deals with improving the efficiency of outdoor sports due to the formation of the teachers of physical training activity and creative approach. Basic tools and special ways of training in terms of higher education institutions to sports and recreation in school.

Key words: sports and recreational activities, future teachers of physical culture, active and creative approach