

(НАТО, США та ін.) чи інших вищих навчальних закладів України. Також це може бути методика, яка використовувалась лише під час навчання курсантів у вищих військових навчальних закладах і яка була адаптована для підготовки офіцерів запасу на факультеті підготовки офіцерів запасу та в пунктах перепідготовки (полігони, навчальні центри, тощо.). Метод *реадаптації* – процес, суть якого полягає в уточненні педагогічних норм (уточненні педагогічних норм – процес переходу від кількісних показників у якісні) [11, 12, 16]. Впровадження цих методів у науково-педагогічну діяльність якісно вплине педагогічну майстерність науково-педагогічного та командно-виховного складу вищих військових навчальних закладів для якісної підготовки офіцерів для Збройних Сил України.

ВИСНОВКИ. Враховуючи кардинальні зміни, які відбуваються в Україні ми розуміємо, що зміни є необхідними і у навчальному процесі вищих військових навчальних закладів. Ми вважаємо, що вдосконаливши педагогічну майстерність викладачів та командирів ми зможемо якісно вплинути на підготовку офіцерів для Збройних Сил України.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ спрямовані на створенні методик вдосконалення педагогічної майстерності науково-педагогічного та командно-виховного складу вищих військових навчальних закладів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Архангельский С. И. Учебный процесс в высшей школе, его закономерные основы и методы. / С. И. Архангельский - М., 1980. - 128 с.
2. Вашкевич С. Педагогічна майстерність вчителя / С. Вашкевич // Освіта. – 2000. - №3.
3. Деркач А. А. Акмеологическая среда высшей школы. / А. А. Деркач - Воронеж, 2007. -131с.
4. Зязюн І. А. Педагогічна майстерність./ І. А. Зязюн – К. : Вища школа, 1997.
5. Кайдалова Л. Г., Щокіна Н. Б., Вахрушева Т. Ю. Педагогічна майстерність викладача: Навчальний посібник. / Л. Г. Кайдалова, Н. Б. Щокіна, Т. Ю. Вахрушева. – Х. : Вид-во НФаУ, 2009. – 140 с. – С. 6.
6. Морозов С. М. Розвиток військово-педагогічної спрямованості у майбутніх офіцерів-прикордонників: Автореф. дис... канд. пед. наук: 20.02.02 / С. М. Морозов ; Акад. прикордон. військ України ім. Б.Хмельницького. — Хмельницький, 1999. — 20 с.
7. Педагогіка і психологія вищої школи: Навчальний посібник. Ростов н / Д: Фенікс, 2002 Відповідальний редактор М. В. Буланова-Топоркова С. 62-63.
8. Плугина М. И. Психологическое сопровождение образовательной деятельности преподавателей высшей школы в системе повышения квалификации. -Ставрополь, 2004. - 98 с.
9. Приходько А. И., Щокіна Н. Б. Основы педагогического мастерства: Учеб.-метод. Пособ. Для студ. высших учеб. Завед. / А. И. Приходько, Н. Б. Щокіна. – Х. : Издатель Шуст А. И., 2001. – С. 7-8.
10. Arends Richards I. — Uczymy się nauczać, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa. - 1995.
11. Hiltz, S. R., Coppola, N., Rotter, N., Turoff, M., & Benbunan-Fich, R. (2000). Measuring the Importance of Collaborative Learning for the Effectiveness of ALN: A Multi-Measure, Multi-Method Approach. Journal of Asynchronous Learning Networks, September 2000, Volume 4, Issues 2. ISSN: 1092-8235.
12. O'Donoghue, J. (2000). IT Developments and Changes in Customer Demand in Higher Education. ALN Magazine, October 2000, Volume 4, Issue 1 [On-line (ISSN 1092-7131)]. Available: http://www.aln.org/alnweb/magazine/Vol4_issue1/odonoghue.htm.
13. Pod redakcją Krzysztofa Kruszewskiego - Sztuka nauczania, czynności nauczyciela, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa. - 1991.
14. Radziewicz, J. Wychowawca i jego klasa, Warszawa. – 1986.
15. Vygotsky, L.S. (1978). Mind and society: The development of higher mental processes. Cambridge, MA: Harvard University Press.
16. Wegner, S. B. The Effects of Internet-based Instruction on Student Learning. Journal of Asynchronous Learning Networks, November 1999, Volume 3. - Issue 2.

УДК 37.016.796.011.61

Філатова З.І.

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

ОСОБЛИВОСТІ СКЛАДАННЯ ДИФЕРЕНЦІЙОВАНИХ ПРОГРАМ З НАВЧАННЯ ПЛАВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

В статті теоретично обґрунтовано, розроблено та експериментально перевірено методику диференціювання навчання плавання студентів спеціальної медичної групи з різним рівнем психофізичного стану на основі виявлення та запобігання критичних ситуацій під час занять з оволодіння початковими навичками уміння плавати. В дослідженні взяло участь 248 студентів спеціальної медичної групи, віком 17-20 років, що не вміли плавати. Встановлено залежність успішного засвоєння навички уміння плавати від психофізичного стану студентів спеціальної медичної групи з підвищеним відчуттям боязні настання неочікуваних критичних ситуацій під час проведення занять.

Ключові слова: студенти спеціальної медичної групи, навчання плавання, виявлення та попередження небезпечних критичних ситуацій.

Філатова З.І. Особенности составления дифференцированных программ по обучению плаванию

студентов специальной медицинской группы. В статье теоретически обоснована, разработана и экспериментально проверена методика дифференцирования обучения плаванию студентов специальной медицинской группы с разным уровнем психофизического состояния на основе предотвращения критических ситуаций во время проведения занятий по обучению плаванию. В исследовании приняли участие 248 студентов специальной медицинской группы в возрасте 17-20 лет, которые не умели плавать. Установлена зависимость овладения навыками умения плавать и психофизического состояния студентов специальной медицинской группы с повышенной степенью боязни возникновения неожиданных критических ситуаций во время проведения занятий.

Ключевые слова: студенты специальной медицинской группы, обучение плаванию, выявление и предупреждение неожиданных критических ситуаций.

Filatova Z.I. Features drawing differentiated programs to teach swimming students of special medical group. The paper theoretically proved developed and tested method of differentiation swimming training of students of special medical groups with different levels of mental and physical condition based on the prevention of critical situations in the classroom to master the skills of initial ability to swim. Objective: content, form and delivery voyage students of special medical group based on considering their psychophysical condition and fear of potentially dangerous situations during the sessions. In the study of swimming teaching students of special medical group are taken into account the following factors: health, special needs status, they fear the onset of unexpected emergencies during training sessions with swimming. The study involved 248 students of special medical group, aged 17-20 years, who did not know how to swim. According to the results of pedagogical observations revealed and presented the classification of hazardous critical situations, reflecting the impact of three periods: weak, medium and strong. Qualitative evaluation criterion impact force is the duration of a specific factor to manifest through the appropriate value. In each period, the impact force is divided into three categories of duration: long, medium and short. The dependence of mastering skills the ability to swim from psychophysical condition of students of special medical group and overcome their fear of sudden onset emergencies.

Key words: students of special medical groups, teaching swimming, preventing hazardous emergencies.

Вступ. За Національною доктриною розвитку фізичної культури і спорту (Офіційний вісник України, 2004 [3, 9], головна умова зміцнення здоров'я людини – здоровий спосіб життя, складовою якого є регулярна фізична активність, де уміння плавати посідає належне місце. Фізичне виховання та навчання плавання, як один з розділів програми з фізичного виховання студентів ВНЗ, представлено як навчальна дисципліна і найважливіший базовий компонент формування цілісного розвитку особистості студента, що забезпечує необхідний рівень розвитку у молоді соціально-біологічних аспектів життєдіяльності. Вміння плавати сприяє гармонізації студентів спеціальної медичної групи, забезпечує у них такі загальнолюдські цінності, як здоров'я, фізичне і психічне благополуччя, сприяє покращенню рівня фізичної працездатності та формуванню особистості студента [5, 7]. Нами проведено аналіз спеціальної навчально-методичної та наукової літератури [1, 8], що висвітлює питання навчання плавання студентів спеціальної медичної групи, стану здоров'я, фізичної працездатності студентів 17-21 років. Систематизовано дані щодо диференціювання навчання плавання студентів спеціальної медичної групи, розглянуто шляхи індивідуалізації засобів та можливості підвищення ефективності занять, досліджено та вивчено стан проблеми настання та запобігання критичних ситуацій під час проведення занять з навчання плавання. Спираючись на результати досліджень [11], [8] не можна не звертати увагу на великий відсоток студентів спеціальної медичної групи, які під час проведення занять з навчання плавання очікують небезпеку за причиною підвищеного рефлексу боязні води, або у зв'язку з присутністю, у певного відсотку студентів, у минулому, елементів настання критичних ситуацій. Нами відмічено, що іноді студентам спеціальної медичної групи малознайомі, або взагалі незнайомі приміщення басейну та процес навчання плавання, що також викликає у них підвищене відчуття небезпеки. Засвоєння основ техніки та оволодіння початковими навичками плавання практично не викликає труднощів для здорових студентів. Однак, у студентів спеціальної медичної групи, що навчаються плавати та мають хронічні захворювання організму, можна зустріти комплекс проблем та обмеження можливостей при виконанні певних вправ у воді, про що свідчить дослідження [8], [12], [15].

Мета дослідження: зміст, форми та засоби навчання плавання студентів спеціальної медичної групи на основі урахування їх психофізичного стану та боязні настання критичних ситуацій під час проведення занять.

В дослідженні взяло участь 248 студентів спеціальної медичної групи, віком 17-20 років, що не вміли плавати. Заняття проводились в умовах 12-метрового (малого) басейну НПУ імені М.П. Драгоманова

Результати дослідження. При дослідженні навчання плавання студентів спеціальної медичної групи бралися до уваги такі складові: стан здоров'я, особливості психофізичного стану, боязнь настання у них неочікуваних критичних ситуацій під час занять з навчання плавання. Так, результати анкетування серед студентів спеціальної медичної групи, які до сьогодні з різних причин не оволоділи навичками уміння плавати, показали, що опитані студенти:

- не знали, що існують групи з навчання плавання для студентів з вадами здоров'я – 96% всіх опитаних студентів.
- побоювались можливості відсутності уваги з боку викладача – 38%.
- у басейні могли бути відсутні спеціальні пристосування (круги, манжети, дощечки та ін.) – 39%.
- вже застосовували спроби самостійно навчитись плавати – 25%.
- це дуже небезпечно при моєму стані здоров'я – 83%.
- але життєво необхідно уміти плавати – 100%.

Під час дослідження нами встановлено, що причини до небажання відвідувати заняття з оволодіння навичками уміння плавати у студентів спеціальної медичної групи були різні. Так, опитані студенти вважали, що: відчувають

дискомфорт від того, що мерзнуть – 80%; можуть послизнутися і травмуватися – 30%; можуть захлинутись у воді під час занять – 70%; не буде вчасно надана допомога – 50%; підвищений рефлекс боязні, так як були присутні критичні ситуації щодо утоплення – 16%. Застосування базових спостережень під час проведення занять в процесі дослідження дозволило виявити певну кількість конкретних об'єктів спостереження, ранжувати їх за кількістю проявів критичних ситуацій. Дані спостереження наведені в таблиці 1. Як показав аналіз отриманих даних, найбільшу кількість критичних ситуацій зафіксовано при спостереженні об'єктів «захливання», «вхід у воду» та «плавання з дощечкою». Менш за все критичних ситуацій нами зафіксовано при наданні «страховки» студенту за допомогою жердини та при виконанні «спуску у воду», тримаючись за руку викладача. За результатами педагогічних спостережень виявлено та представлено класифікацію небезпечних критичних ситуацій, що відображає три періоди впливу: *слабкий, середній та сильний*.

Таблиця 1

Ранжування об'єкту спостережень за кількістю фіксованих критичних ситуацій при початковому навчанні плавання студентів спеціальної медичної групи

№ п/п	Об'єкт спостереження	Всього спостережень	Кількість критичних ситуацій
1	Захливання	58	58
2	Вхід у воду	101	20
3	Плавання з дощечкою	53	11
4	Удар	15	15
5	Страшування жердиною	80	8
6	Вихід із води	101	5
7	Падіння	8	8
8	Плавання на спині	78	15
9	Підтримка один одного	82	10
10	Спуск у воду за допомогою викладача	21	1

Критерієм якісної оцінки сили впливу є тривалість дії конкретного фактору до прояву через відповідне значення. В кожному періоді сили впливу виділено три категорії тривалості: *тривала, середня та коротка*. За результатами педагогічних спостережень під час проведених занять зі студентами спеціальної медичної групи показали, що вплив критичної ситуації, такої наприклад, як відсутність гарячої води в душі, чи температура води в басейні нижче 26°C, викликало у студентів переохолодження організму що призводило до респіраторних захворювань та, в подальшому, ослабляло бажання поновлювати заняття. Температурний режим води віднесений до категорії тривалості – «коротка». Так, Досліджуючи вплив температурного режиму води в басейні на якість засвоєння навички уміння плавати та стан здоров'я студентів спеціальної медичної групи виявлено оптимальну температуру води при проведенні занять з навчання плавання – 28°C. При такій температурі води заняття проходять найбільш ефективно без переохолодження та будь-яких негативних наслідків для стану здоров'я. До змісту умов розвитку критичних ситуацій за характером тривалості «середня» віднесено: неухважність студентів при вході в роздягальню, душ, басейн, безпосередньо у воді, що призводило інколи до травматичних випадків. За ознакою дії «тривалої» критичної ситуації ми віднесли неочікувану відмову студента від заняття та непередбаченість викладача. Наслідком цього було заняття, що не відбулося. Виявлено, що за тривалістю даної дії, з боку студента або викладача, «до 30 хвилин» ситуація призводила до зриву чи проведенню заняття з малою ефективністю, що пояснювалось неготовністю, з різних причин, викладача проводити заняття. Найбільше значимими за частотою проявів критичних ситуацій є ситуації із «тривалим» та «середнім» впливом. Дані щодо умов розвитку критичних ситуацій за характером тривалості періодів впливу наведені в таблиці 2.

Таблиця 2

Умови розвитку критичних ситуацій за характером тривалості

Категорія	Тривалість, хв	Зміст	Наслідки
Тривала	До 30	Відмова студента від заняття. Непередбаченість викладача	Заняття з низькою ефективністю. Зірване заняття
Середня	Від 5 до 7	Неухважність студентів при вході в роздягальню, душ, басейн, у воді	Загроза травмування
Коротка	Менше 5	Низька температура води, відсутність гарячої води в душі	Загроза отримання респіраторного захворювання

Нами були зафіксовані наступні випадки критичних ситуацій, що виникали в душовій кімнаті: так, студенти неочікувано для себе відкривали кран гарячої води – 23%, чи закривали кран з холодною водою – 8%, бралися рукою за гарячу трубу – 12,2%, падали на слизькій мильній підлозі – 11,5% та ін. неочікувані неприємності – 7%. Володіння знанням попередження критичних ситуацій – показник якісного професійного рівня викладача з навчання плавання студентів спеціальної медичної групи. Для більш ретельного дослідження та для запобігання настанню неочікуваних ситуацій нами розроблено методику якісної оцінки прояву критичних ситуацій для студентів спеціальної медичної групи що починають заняття з навчання плавання. Виходячи з означеного, особлива увага нами зверталась на необхідність формулювання та визначення педагогічної безпеки, яка відображає процес, якість чи стан навчання плавання через загрози для життя та здоров'я студентів. Даному питанню приділялась увага в тому зв'язку, що в результаті неприємних очікувань студентами, у них від страху втрачалась здатність до виконання чи сприймання плавальних рухів, пропонувані викладачем, проявлялась невпевненість та неадекватна оцінка власних дій. Це привертало нашу увагу, так як під час анкетування студенти відмічали, що бояться поновлювати опит з навчання плавання, бо при перших спробах навчитись плавати тонули – таких було 16%. Нами відмічено, що успішний контакт «студент-викладач» можливий за умови встановлення та зміцнення

потреби студента в емоційному спілкуванні. За даними дослідження [2] між процесом сприйняття та дією існують складні та мінливі, протягом усього циклу навчання плавання, взаємовідносини.

Результати узагальнення досвіду роботи викладачів з навчання плавання студентів спеціальної медичної групи дозволили з'ясувати і вивчити методику формування моделей критичних ситуацій початкового навчання плавання студентів спеціальної медичної групи. Так, під час дослідження нами було проаналізовано візуальні моделі виникнення критичних ситуацій, що ефективно застосовувались нами для забезпечення безпеки процесу навчання плавання та використовувалось нами для підвищення ефективності процесу навчання плавання студентів спеціальної медичної групи.

ВИСНОВКИ

На основі аналізу отриманих даних нами розроблено зміст методики диференціювання навчання плавання студентів спеціальної медичної групи з урахуванням підвищеної боязні настання критичних ситуацій та забезпечення безпеки навчання плавання.

Під час дослідження проблеми диференціювання навчання плавання студентів спеціальної медичної групи ВНЗ ми звернули увагу на великий відсоток щодо очікування небезпеки студентами спеціальної медичної групи під час проведення занять з навчання плавання, що посилювало рефлекс боязні води що викликало підвищене відчуття небезпеки та часом призводило до виникнення критичних ситуацій під час проведення занять.

ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШОГО ДОСЛІДЖЕННЯ. Результати проведеного дослідження свідчать про необхідність подальшого вивчення та застосування отриманого досвіду виникнення та подолання критичних ситуацій під час навчання плавання студентів спеціальної медичної групи при проведенні занять.

ЛІТЕРАТУРА

1. Выдрин В. М. Неспециальное (непрофессиональное) физкультурное образование / В. М. Выдрин // Теория и практика физической культуры. – №3. 1989. – С. 4.
2. Глазирін І. Д. основи диференційованого фізичного виховання / Іван Дмитрович Глазирін. – Черкаси : «Відпуння-Плюс», 2003. – 352 с.
3. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України / За ред. М. Д. Зубалія. – 2 вид., перероб. і доп. – К., 1997. – 36 с.
4. Дубогай О. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини / О. Дубогай. – К. : Шк. світ; вид. Л. Галіцина, 2006. – 128 с.
5. Жолдак В. И. Валеология: становление, развитие, проблемы, перспективы / В. И. Жолдак, Л. А. Калинин // Теория и практика физической культуры. - №8. 1977. – С. 2-7.
6. Зайцев Г. К. Потребностно-мотивационная сфера физического воспитания студентов / Г. К. Зайцев // Теория и практика физической культуры. - №7. 1997. – С.21-24.
7. Иващенко Л. Я. Дозирование нагрузок в базовой физической культуре: два подхода к решению проблемы / Л. Я. Иващенко // Теория и практика физической культуры. –№6. –1987. С. 11-14.
8. Мосунов Д.Ф. Преодоление критических ситуаций при обучении плаванию ребенка-инвалида / Д.Ф. Мосунов, В. Г. Сазыкин – М., «Советский спорт», 2002. – С. 38-44.
9. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту / Офіційний вісник України.- №39– Київ, 2004. – С. 23.
10. Щербак В.Г. Физическая культура студентов : Учебник / Под ред. В. Ильинича, М. Гардарики, 1999. – С. 7-32.
11. Ягулов В. В. Педагогіка. Навчальний посібник / В. В. Ягулов. – К. Либідь, 2003. – 560 с.
12. Darst P. W. Dynamic physical education for secondary school student /P. W. Darst, R. P. Pangrazi. – 6th ed. – San Francisco [etc.]: Pearson Benjamin Cummings, 2009. – XIV, 560 p.
13. Frederic C. M. Motivation to participate, exercise affect, and outcome behaviors toward physical activity / C. M. Frederick, C. Morrison, R. Manning // Perceptual and Motor Skills. – 1996. - №82. – P. 691-701.
14. Isaacs D. L. Preparing for the ACSM health/fitness instructor certification examination / D. L. Isaacs, R. L. Pohlman. – 2nd ed. – Champaign: Human Kinetics, 2004. – X, 246 p.
15. Janet Buckworth Decomposing intrinsic and extrinsic motivation for exercise: Application to stages of motivational readiness / Janet Buckworth, E. Lee Rebecca, Gail Regan, Lori K. Schneider, Carlo C. DiClemente. – Psychology of Sport and Exercise. – 2007. – Vol 8, №4. – P. 441-461.
16. Personal Trainer Manual. American Council on Exercise. San Diego - California. 1999. – 195 p.
17. Phillips B. Body for life. 12 weeks to mental and Physical Strength /Phillips.– HarperCollinsPublishers – 1999. – 201 p.

УДК [796.035:796.5]371.71

Халайджі С.В., Болтоматіс Д.В.
Одеська національна академія харчових технологій

СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ЯК ДІЄВИЙ ЗАСІБ УКРІПЛЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

У статті наводяться дані стану здоров'я студентів загальних відділень різних факультетів ОНАХТ. На основі педагогічного експерименту визначається ефективність впливу занять спортивним туризмом на фізичне здоров'я студентів та стан їх дихальної системи, робляться висновки та надаються рекомендації по залученню студентів у спортивну секцію з туризму з метою покращення їх життєвих показників, морального стану та самоорганізації.

Ключові слова: фізичне здоров'я, дихальна система, серцево-судинна система, спортивний туризм.