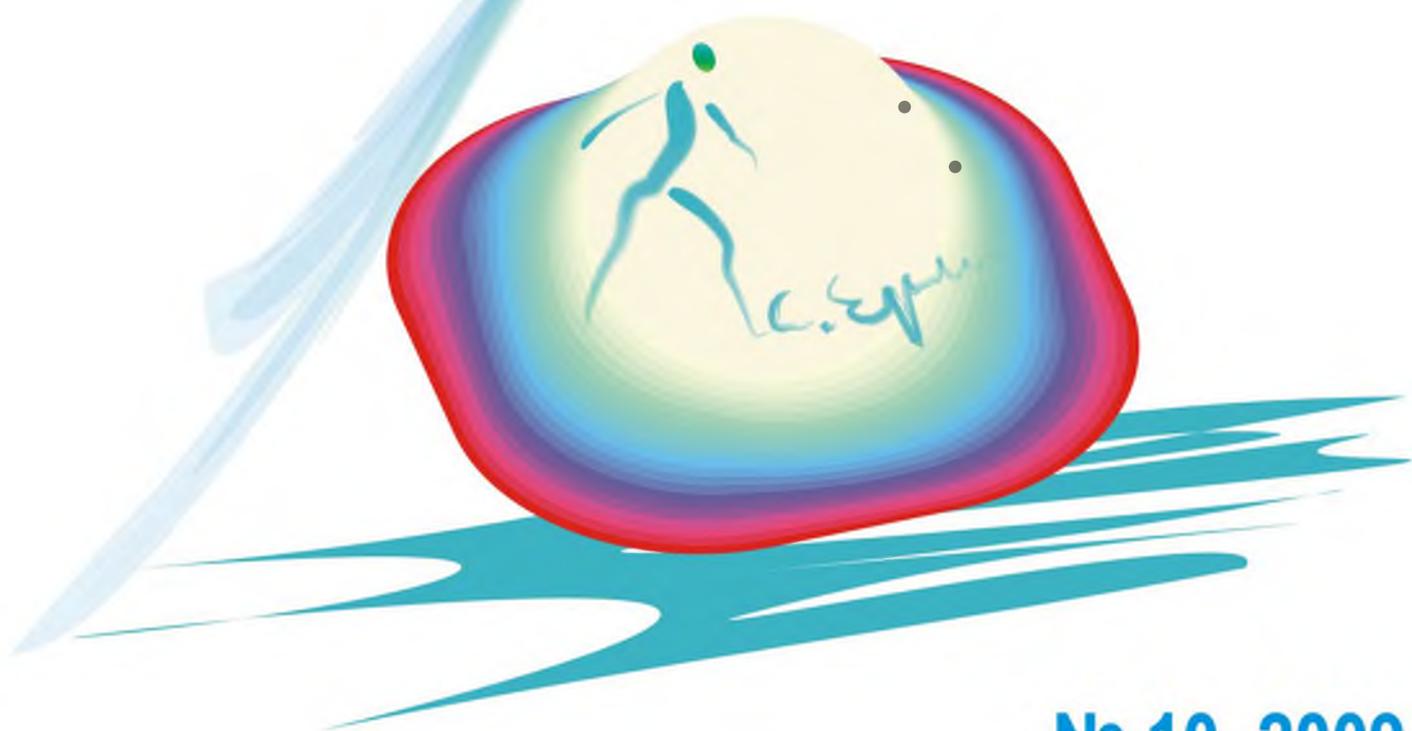


ISSN 1818-9172

**ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ
ТА
МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**



№ 10, 2009

ПЕДАГОГІКА, ПСИХОЛОГІЯ ТА МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Науковий журнал 2009, №10

Засновники: Харківське обласне відділення Національного олімпійського комітету України. Харківська державна академія дизайну і мистецтв.

Головний редактор:

Єрмаков С.С., доктор педагогічних наук, професор, м.Харків, Україна.

Редакційна колегія:

Бізн В. П., доктор педагогічних наук, професор, м. Кременчук, Україна.

Бойченко С. Д., доктор педагогічних наук, професор, м. Мінськ, Беларусь.

Дмитрієв С. В., доктор педагогічних наук, професор, м. Нижній Новгород, Росія.

Друзь В.А., доктор біологічних наук, професор, м. Харків, Україна.

Камасєв О.І., доктор педагогічних наук, професор, м. Харків, Україна.

Клименко А.І., доктор біологічних наук, м. Харків, Україна.

Коробейників Г. В., доктор біологічних наук, професор, м. Київ, Україна.

Носко М. О., доктор педагогічних наук, професор, м. Чернігів, Україна.

Сак Н.М., доктор медичних наук, професор, м. Харків, Україна.

Ткачук В. Г., доктор біологічних наук, професор, м. Київ, Україна.

Ягелло В., доктор наук з ФВіС, професор, м. Гданськ, Польща.

Журнал затверджено ВАК України: (педагогічні науки, фізичне виховання і спорт). Постанова Президії №1-05/3 від 08.07.2009р.

Видання включено до списку журналів Міністерства науки і вищої школи Польщі - наказ MNiSW-DPN-105-1007-2/AW/09, KOMUNIKAT Nr 8 z dnia 31 marca 2009 r.; 13.05.2009. <http://www.nauka.gov.pl>.

Журнал відображено у базах даних:

IndexCopernicus

<http://journals.indexcopernicus.com>;

Національна бібліотека України імені

В.И.Вернадського

http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Phvsts/index.html

Російська електронна бібліотека

<http://elibrary.ru>

ISSN 1818-9210 (Online), 1818-9172 (Print)

Свідоцтво про реєстрацію:

КВ 15370-3942ПР от 06.07.2009р.

Періодичність - 1 номер на місяць.

Видається за рішенням Вченої ради Харківської державної академії дизайну і мистецтв (протокол № 9 від 22.07.2009р.)

Адреса редакції:

Україна, 61068, м.Харків-68, а/с 11135.

Тел. (057) 755-73-58; факс: 706-15-60;

<http://www.sportscience.org/>

e-mail: sportart@gmail.com

© Харківське обласне відділення Національного олімпійського комітету України.

© Харківська державна академія дизайну і мистецтв, 2009

© С.С. Єрмаков, 2009

ЗМІСТ

Алешин Е.В., Хижняк В.В., Баербаш Н.А. Критерии управления качеством обучения в физическом воспитании в высшей школе	4
Балакірєва Є.А., Партас І.Г., Колесніков М.Л. Використання статико-динамічних вправ при реабілітації осіб з захворюваннями серцево-судинної системи	7
Беспутчик В. Г., Хотько А. В., Ярмолюк В. А. Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии профилактики нарушений и воспитание осанки у детей младшего школьного возраста	11
Величко В.М., Чернишев В.А. Розпізнавальні особливості змісту ідеологічних поглядів	15
Віндюк А.В., Ліберман О.П. Вивчення національних традицій в процесі професійної підготовки спеціалістів з готельно-курортної справи	18
Власов Г.В. Охрана здоровья студентов высших медицинских навчальних закладів як соціально-педагогічна проблема	21
Герасимова Т.В. Формування навичок здорового способу життя засобами оздоровчої фізичної культури	25
Глухова О.О., Ткаченко О.І. Проблеми гуманізації економіки сфери спорту в контексті глобалізаційних процесів	28
Глухова Т.І., Малий О.Т., Кірілаш А.Р. Аспекти гуманізації в процесі професійної підготовки спеціаліста	31
Голенко А.С., Михута И. Ю., Кузьмина Л.И. Корреляционная и факторная структура координационной подготовленности юных футболистов 11-12 и 14-15 лет	35
Григоренко В.Г., Пристинський В.М., Григоренко Г.В. Дидактична сутність вербальних інструкцій та контролюючих дій в процесі фізичної і соціальної реабілітації дітей з вадами зору	39
Деминский А.Ц. Основные закономерности учебно-тренировочного процесса спортсмена	45
Долинний Ю.О. Підготовка дітей з обмеженими можливостями до навчання в загальноосвітній школі - крок до духовності та гуманізму	48
Драгнєв Ю.В. Загальноосвітній предмет „Армспорт” в умовах профільного навчання у рамках базового загальноосвітнього предмету „Фізична культура”	51
Евстигнеева И.В., Латышев Н.В., Латышев С.В., Гаврилин В.А. Модельные параметры соревновательной деятельности борцов	54
Заколотная Е.Е. Применение метода педагогических ситуаций в воспитании нравственно-волевых качеств спортсменов-студентов	57
Захарина Е. А. Мотивация к физкультурно-оздоровительной деятельности студентов	61
Захарова О.В. Ценностные ориентации учащихся 8-9 классов	65
Зенин О.К., Крюков Э.Л., Басий Р.В. Современное оснащение физреабилитационных учреждений	69
Зубченко Л.В., Дерфельден А.Б. Формування педагогічної творчості майбутніх вчителів фізичного виховання при використанні дидактичних ігор	72
Калосєрова В. Г., Сенів М. Г., Калосєрова О. С., Єрьомка О.В. Духовно-моральний світ крізь призму паремійних мовних форм (на матеріалі грецької мови)	75
Кашуба Е.В., Гридина Н.А., Кашуба А.М. Проблемы развития нравственности и морали в учебно-воспитательном процессе	79

Здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии профилактики нарушений и воспитание осанки у детей младшего школьного возраста

Беспутчик В. Г., Хотько А. В., Ярмолук В. А.

Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина

Аннотации:

Современные условия жизни, характер основных видов деятельности младших школьников приводит к дефициту движений, вызывает статическое перенапряжение мышц, формируют неправильное физическое развитие. Экспериментальная программа способствовала более выраженному приросту показателей физической подготовленности мышечных групп, способствующих поддержанию и формированию правильной осанки, приобретению элементарных знаний, умений и навыков по данной проблеме. Полученные результаты представляют теоретическую и практическую значимость.

Беспутчик В.Г., Хотько О.В., Ярмолук В.А. Здоров'язберігаючі і здоров'яформуючі технології профілактики порушень і виховання постави у дітей молодшого шкільного віку. Сучасні умови життя, характер основних видів діяльності молодших школярів приводить до дефіциту рухів, викликає статична перенапруга м'язів, формують неправильний фізичний розвиток. Експериментальна програма сприяла більше вираженому приросту показників фізичної підготовленості м'язових груп, що сприяють підтримці й формуванню правильної постави, придбання елементарних знань, умінь і навичок по даній проблемі. Отримані результати представляють теоретичну й практичну значимість.

Besputchik V., Khotko A., Yarmoluk V. Preserving health and healthshaping technologies of preventive maintenance of infringements and education of a bearing at children of younger school age. Modern living conditions, character of principal views of activity of younger schoolboy's leads to deficiency of movements, causes a static overstrain of muscles, form wrong physical development. The experimental program promoted more expressed gain of indicators of physical readiness of the muscular groups promoting maintenance and formation of a correct bearing, acquisition of elementary knowledge, skills on the given problem. The received results represent the theoretical and practical importance.

Ключевые слова:

осанка, школьники, физическое воспитание, здоровьесберегающие, здоровьесформирующие технологии, эффективность.

постава, школярі, фізичне виховання, здоров'язберігаючі, здоров'яформуючі технології, ефективність.

bearing, schoolboys, physical training, preserving health, health shaping technologies, efficiency.

Введение.

За последние годы состояние здоровья детей Республики Беларусь характеризуется отсутствием положительной динамики. На протяжении последних 20 лет сохраняется устойчивая тенденция к росту патологии костно-мышечной системы среди детского населения страны. По статистике, у 40 % белорусских школьников к окончанию начальной школы наблюдаются стойкие нарушения осанки. Особенно неблагоприятная ситуация со здоровьем складывается в образовательных учреждениях нового типа (гимназиях) из-за увеличения объема учебных нагрузок и интенсификации обучения [1].

Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения – одна из наиболее важных и сложных задач современности. Возникла необходимость создания здоровьесберегающего направления в школьном обучении.

Проблема нарушений осанки у детей в настоящее время становится достаточно сложной для ее решения. Данной проблеме посвящено большое количество научных и методических работ таких авторов, как Хамзин Х. Х (1969), Ловейко И. Д. (1970), Герус А. И. (1993), Соколов А. А. (1993), Губко Б. В. (1993), Кашин А. Д. (1996), Янкевич Е. И. (2001), Халемский Г. А. (2001), Боковец Ю. В. (2005), Скиндер Л. А. (2006), Кустова Н. В. (2007) и других. Несмотря на это, число учащихся с признаками нарушения осанки возрастает, и они составляют основной процент так называемых школьников с признаками нарушения здоровья, поэтому данная проблема не утратила актуальности в настоящее время (1, 2, 3, 4).

Проблема внедрения здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий в образовательный

процесс находится в поле зрения многих ученых-исследователей: Лехтмана В. Ф. (1999), Смирнова Н. К. (2002), Тараканова Л. А. (2002), Степанова О. А. (2002), Кузнецова И. В. (2003), Голубева Г. Н. (2003), Тальзина Н. Ф. (2003), Калинкина Л. А. (2003), Карасева Т. В. (2005), Науменко Ю. В. (2005), Нестерова Л. В. (2005), Митина Е. П. (2006), Мухаметова Ф. Г. (2006) и других. Но данная проблема еще не достаточно изучена и на сегодняшний день находится в поле зрения ученых и практиков многих стран мира [5].

Несмотря на усилия медицинских работников, учителей физической культуры, количество детей с нарушениями осанки из года в год увеличивается, проблема из общепринятой медицинской перерастает в педагогическую, которая может быть решена только совместными усилиями медицинских работников, педагогов и родителей.

Таким образом, мы считаем актуальным выбранное направление исследования. Полученные результаты представляют теоретическую и практическую значимость. Сферой применения экспериментальной программы могут быть общеобразовательные школы, а также образовательные учреждения нового типа (гимназии).

Работа выполнена по плану НИР Брестского государственного университета имени А. С. Пушкина и заданию государственного учреждения образования «Музыкальной гимназии № 4 города Бреста».

Цель, задачи работы, материал и методы.

Предполагалось, что разработанная технология проведения урока физической культуры и здоровья, будет способствовать поддержанию и формированию осанки, развитию основных мышечных групп и

эффективному выполнению учебной программы по предмету физическая культура и здоровье.

Цель работы – теоретико-экспериментальное изучение предпосылок формирования осанки у учащихся младших классов музыкальной гимназии № 4 города Бреста с помощью здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий построения урока физической культуры и здоровья.

Задачи исследования:

1) проанализировать по данным литературы здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии, используемые в теории и практике физического воспитания;

2) выявить состояние проблемы по формированию и поддержанию правильной осанки у учащихся музыкальной гимназии № 4 города Бреста;

3) выяснить готовность учителей и родителей к участию в программе по формированию и поддержанию осанки у школьников;

4) экспериментально установить эффективность здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий построения урока физической культуры и здоровья, направленных на формирование и поддержание осанки младших школьников.

Методы исследования: анализ литературных источников, анкетирование, Интернет-анкетирование, тестирование (силовой выносливости мышц брюшного пресса, статической силовой выносливости мышц спины, правой и левой сторон туловища), педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение, математико-статистическая обработка результатов.

Предмет исследования – физическое развитие младших школьников с помощью здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологии проведения урока физической культуры и здоровья.

Объект исследования – учащиеся младших классов музыкальной гимназии № 4 г. Бреста.

Исследования проводились на базе государственного учреждения образования нового типа музыкальной гимназии №4 г. Бреста с января 2008 года по апрель 2009 года.

В начале исследования мы определили отношение учащихся к физической культуре как к учебному предмету, знания об осанке, готовность к участию в программе по поддержанию и формированию осанки. Для этого использовалось анонимное анкетирование,

в котором приняло участие 40 учащихся младших классов, из них 13 мальчиков и 27 девочек.

Для изучения готовности родителей к участию в программе по формированию и поддержанию осанки учащихся с ними было проведено анонимное анкетирование, в котором приняли участие 22 родителя.

В анкетировании для учителей физической культуры по проблемам поддержания и формирования осанки приняли участие 27 учителей физической культуры и здоровья СШ № 10, 12, 14, 16, 23, 29, 37, а также гимназии № 1, 2, 4, 6 города Бреста. Для сравнения было проведено Интернет-анкетирование, в котором приняли участие 18 учителей физической культуры и здоровья.

Тестирование проводилось в два этапа. До и после эксперимента, используя стандартные функциональные пробы, снимались показатели силовой выносливости мышц брюшного пресса, правой и левой сторон туловища, а также мышц спины.

Для оценки силовой выносливости мышц спины мы использовали следующую методику: школьник должен лечь вниз лицом поперек гимнастической скамейки, чтобы верхняя часть туловища до гребешков подвздошных костей находилась на весу, руки на поясе (ноги удерживает обследователь). В таком положении обследуемый должен удерживать туловище как можно дольше. Время до полного утомления мышц спины определяется по секундомеру.

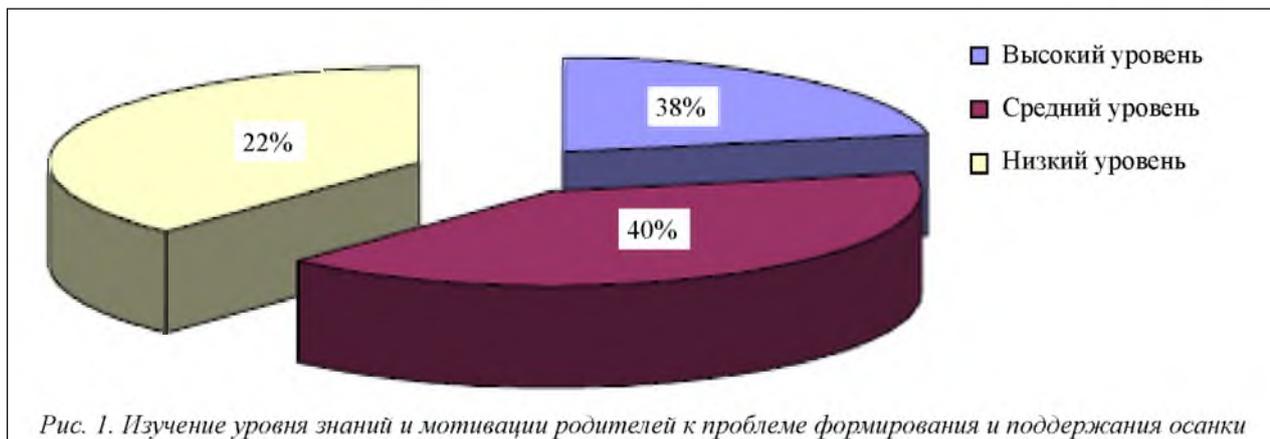
Для оценки силовой выносливости правой и левой стороны туловища мы использовали следующую методику: ученик ложится поперек гимнастической скамейки на бок и удерживает туловище в таком положении максимальное время.

Силовая выносливость мышц брюшного пресса определяется числом переходов из положения лежа на спине в положение сидя и обратно (ноги удерживает обследователь).

Результаты исследования.

В результате анкетирования выяснилось, что 22% родителей имеют высокую мотивацию и уровень знаний по данной проблеме, 40% – имеют средний уровень, 38% – имеют низкий уровень знаний (см. рис. 1).

Предложив родителям оценить роль семьи и педагогического коллектива в формировании осанки, 86% опрошенных ответили, что это общая задача семьи и



педагогического коллектива, 7% – считают, что первостепенную роль в проблеме формирования осанки играет семья, 7% – считают, что эта ответственность возлагается, в первую очередь на педагогический коллектив.

Предложив родителям оценить роль семьи и педагогического коллектива в формировании осанки, 86% опрошенных ответили, что это общая задача семьи и педагогического коллектива, 7% – считают, что первостепенную роль в проблеме формирования осанки играет семья, 7% – считают, что эта ответственность возлагается, в первую очередь на педагогический коллектив.

По данным анкетирования, 63% учителей нашего города осуществляют связь с родителями по формированию осанки, по данным Интернет-анкетирования – 33%.

Участвовать в индивидуальной программе физической подготовки изъявили на условиях: наставник – сверстник – 28%; наставник – одноклассник – 10%; наставник – учитель физической культуры – 98%. Хочется отметить авторитет у учащихся учителя физической культуры.

Для тестирования были взяты два младших класса: контрольный (5 мальчиков и 9 девочек, $n = 14$), который занимался по обычной школьной программе, и экспериментальный (5 мальчиков и 9 девочек, $n = 14$), в котором уроки проводились по предложенной нами технологии с акцентом на поддержание и формирование правильной осанки.

После анализа полученных результатов были обнаружены следующие характерные особенности. В контрольной группе не было обнаружено достоверных различий. В экспериментальной группе были обнаружены достоверные различия по силовой выносливости мышц брюшного пресса и статической силовой выносливости мышц-разгибателей спины (см. табл. 1).

В экспериментальной группе результаты детей по показателям силовой выносливости мышц брюшного пресса увеличились в 1,3 раза (с $51,10 \pm 2,76$ раз до $65,10 \pm 2,55$ раз, при $P < 0,01$), статической силовой выносливости мышц разгибателей спины – в 1,3 раза (с $68,50 \pm 7,97$ с до $89,00 \pm 5,72$ с, при $P < 0,05$). Статическая силовая выносливость мышц боковых по-

Таблица 1
Результаты определения параметров функционального состояния мышечного аппарата у учащихся младших классов

Время обследования	Силовая выносливость мышц			
	брюшного пресса (кол-во раз)	спины (с)	правой боковой поверхности туловища	левой боковой поверхности туловища
контрольная группа ($n = 14$, мальчики $n = 5$, девочки $n = 9$)				
до эксперимента	$51,60 \pm 3,13$	$73,30 \pm 8,76$	$50,40 \pm 7,27$	$43,30 \pm 6,68$
после эксперимента	$53,10 \pm 3,15$	$75,10 \pm 8,56$	$52,90 \pm 6,51$	$44,40 \pm 6,93$
P	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$
экспериментальная группа ($n = 14$, мальчики $n = 5$, девочки $n = 9$)				
до эксперимента	$51,10 \pm 2,76$	$68,50 \pm 7,97$	$47,40 \pm 6,50$	$43,40 \pm 5,16$
после эксперимента	$65,10 \pm 2,55$	$89,00 \pm 5,72$	$49,80 \pm 5,80$	$44,70 \pm 5,29$
P	$< 0,01$	$< 0,05$	$> 0,05$	$> 0,05$

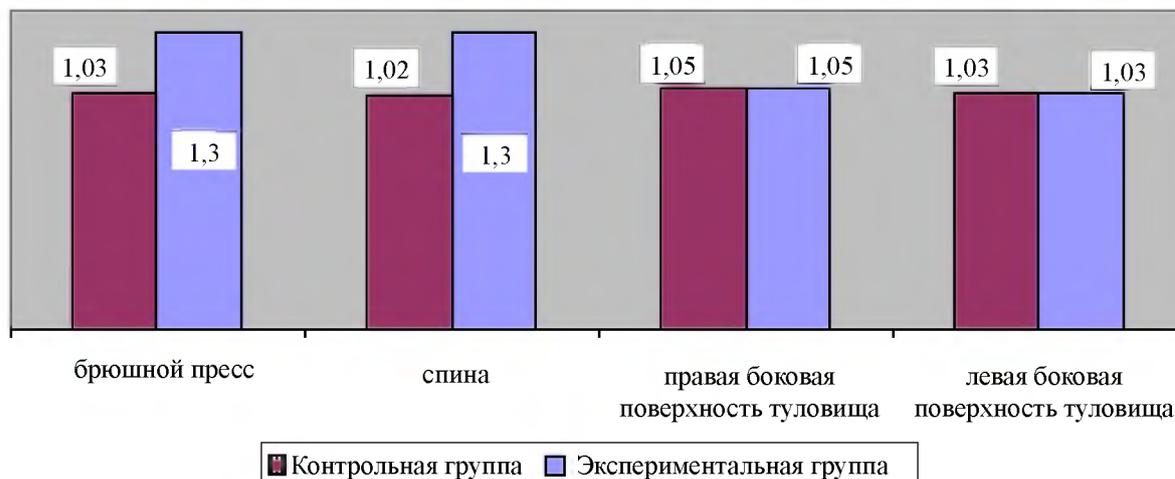


Рис. 2. Увеличение показателей состояния мышечного аппарата младших школьников

верхностей туловища, в данной группе, увеличилась незначительно (см. рис. 2).

Выводы.

1. На основании изучения научной и научно-методической литературы выяснилось, что по данной проблеме ощущается нехватка исследований эффективности использования различных форм, средств, методов физического воспитания в практике работы учреждений образования нового типа, имеющих свою специфику учебной и неучебной деятельности.

2. В связи со спецификой учебной и неучебной работы в гимназии № 4 города Бреста значительно обострилась проблема формирования и поддержания осанки, выражающаяся в увеличении числа школьников, имеющих нарушения осанки, недостатке знаний учеников и родителей, внимания со стороны учителей к использованию средств формирования и профилактики осанки, а также низкий уровень взаимодействия по решению данной проблемы учителей и родителей.

3. Учащиеся, учителя и родители выразили готовность к участию в программе по формированию и поддержанию осанки, хотя в исследуемый период наблюдалось недостаточное их взаимодействие по устранению данной проблемы.

4. В решении обозначенной проблемы ученики отдают приоритет учителю физической культуры, родители считают, что это общая задача, однако отмечена недооценка учителями физической культуры и здоровья города Бреста роли семьи.

5. Достоверные различия, определяемые в группах обследуемых после применения предложенной техно-

логии, обнаружены по показателям силовой выносливости мышц брюшного пресса и статической силовой выносливости мышц-разгибателей спины, способствующим формированию и поддержанию осанки.

6. Полученные данные педагогического эксперимента подтверждают эффективность и необходимость использования в практике физического воспитания здоровьесберегающих и здоровьесформирующих технологий по формированию и поддержанию осанки.

Дальнейшее исследование предполагается провести в средних общеобразовательных учреждениях нового типа разнопредметной направленности, а также изучение других проблем формирования и коррекции осанки.

Список литературы.

1. Боковец, Ю. В. Воспитание правильной осанки у детей дошкольного возраста: пособие для педагогов, руководителей учреждений, обеспечивающих получение дошк. образования / Ю. В. Боковец. – Мозырь: ООО ИД Белый Ветер, 2005. – 102 с.
2. Забалуева, Т. В. Закономерности формирования осанки средствами физической культуры / Т. В. Забалуева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 4. – С. 51–54.
3. Кашин, А. Д. Сколиоз и нарушение осанки: лечебная физкультура в системе медицинской реабилитации: учеб.-метод. пособие для врачей и инструкторов лечебной физкультуры / А. Д. Кашин. – 2-е изд. – Минск: НМЦентр, 2000. – 240 с.
4. Ловейко, И. Д. Формирование осанки у школьников: пособие для учителей и школьных врачей / И. Д. Ловейко. – М.: Просвещение, 1970. – 95 с.
5. Смирнов, Н. К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н. К. Смирнов. – М.: АПК и ПРО, 2002. – 121 с.

Поступила в редакцию 24.09.2009г.
Беспутчик Владимир Георгиевич
Хотько Александр Владимирович
Ярмолюк Валентина Анатольевна
slyguner@yandex.ru