

Выявлено, в результате анализа цифрового материала, что показатели качества функции равновесия (КФР) у детей, которые имели низкий и средний уровень двигательной активности составляли: 1 класс – 48,38%; 2 класс – 57,04%, 3 класс – 55,61%, 4 класс – 61,67% (в группе девочек); 1 класс – 45,96%; 2 класс – 52,03%; 3 класс – 60,29%; 4 класс – 66,88% (в группе мальчиков). При этом низкий уровень двигательной активности наиболее часто наблюдался в группе девочек. У детей с высоким уровнем двигательной активности показатели качества функции равновесия составляли: 1 класс – 63,86%; 2 класс – 61,69%, 3 класс – 60,98%, 4 класс – 70,76% (в группе девочек); 1 класс – 61,93%; 2 класс – 65,54%; 3 класс – 65,54%; 4 класс – 72,44% (в группе мальчиков). Следовательно, наблюдается позитивная динамика развития способности к удержанию вертикального положения тела у детей младшего школьного возраста и определенное влияние двигательного режима на этот процесс.

УДК 613.9: 378.02

Ю.В. Козерук, ст. преп.;

О.Н. Буланов, ст. преп.

(ЧНПУ имени Т.Г. Шевченко, г. Чернигов, Украина)

ФОРМИРОВАНИЕ МНОГОУРОВНЕВОГО ПОНЯТИЯ «ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА» У СТУДЕНТОВ

Развитие и формирование здорового, физически развитого и активного молодого поколения является основной целью и задачей общества, народа, государства. Вместе с тем, увеличивается количество студентов, которые освобождаются от практических занятий по физическому воспитанию, из-за разного рода заболеваний ведущими к ухудшению состояния здоровья. Физическая пассивность, отсутствие привычки заниматься физическими упражнениями, беззаботное отношение к своему здоровью ведут к неспособности молодых людей вести здоровый образ жизни. К этому же ведут установки на болезнь.

Болезнь – это, прежде всего, сигнал наличия искажений на определенном уровне сознания человека (физическом, эмоциональном, ментальном). Она отражает нарушения единства и имеет символическое выражение на теле в виде анатомо-морфологических, биохимических, функциональных изменений.

На состояние здоровья молодых людей влияют установки, которые ведут не к здоровью (выздоровлению), а к болезни: «я не удачник, не смогу преодолеть болезнь»; «было бы здоровье, а остальное приложиться» и т.д.

Студенты обязаны овладеть методами постановки целей и определения мотивов, которые приведут к исцелению. В этом поможет

модель «четырёхугольник» в методике акмеологический психофьючеринг (метод формирования, развития, и исследования активности человека в разные возрастные периоды на протяжении всей жизни).

Модель «четырёхугольник» представляет 4 разнонаправленных вектора, где:

1 вершина характеризует программу (потребность, идеальный образ, желания и т.д.) человека;

2 вершина характеризует установку (формирование традиций, привычек, стиля поведения, жизненную позицию и т.д.);

3 вершина характеризует мотив, который заставит от качества взаимодействия человека с окружающим миром, его способности к преобразению и коррекцию системы отношений;

4 вершина характеризует цель человека, зависящую от качества приобретенного опыта.

В итоге будет возможным понимание программы пронесенной через века: «В здоровом теле – здоровый дух», а именно для студентов, которые в определенный момент по состоянию здоровья не могут в полной мере заниматься физическими упражнениями, добавить установку, которая приведет к здоровью: «Здоровый дух – в здоровом теле».

УДК 316.9:37.015.3 – 37.091.212

Т.М. Редько, канд. пед. наук, доц.
(ЧНПУ имени Т. Г. Шевченко, г. Чернигов, Украина)

ПРИМЕНЕНИЕ ЗДОРОВЬЕРАЗВИВАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ. АКТУАЛЬНОСТЬ И ПЕРСПЕКТИВЫ

Перспектива успешного становления украинской нации связана с поиском оптимальных путей решения проблемы развития, сохранения и укрепления здоровья населения, особенно, молодежи.

В. П. Казначеев определяет понятие здоровья как динамический процесс сохранения и развития физиологических, биологических и психологических функций, оптимальной трудовой и социальной активности при максимальной продолжительности активной творческой жизни.

Здоровьеразвивающие технология физического воспитания – это модель совместной педагогической деятельности преподавателя и студента по проектированию, организации и реализации индивидуального режима двигательной активности студента, которая опирается на сопутствующие технологии, междисциплинарный подход, направленный на профилактику заболеваний, укрепление, развитие и совершенствование здоровья с целью подготовки к будущей профессиональной деятельности (Ю. П. Кобяков).