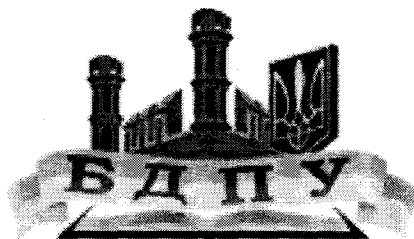


**БЕРДЯНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
РАДА МОЛОДИХ УЧЕНИХ**



**Наука III тисячоліття:
пошуки, проблеми, перспективи розвитку**

Матеріали
II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції
(25-26 квітня 2018 року)



Рада молодих учених
Бердянського державного педагогічного університету

Бердянськ, 2018

Друкується за рішенням вченої ради
Бердянського державного педагогічного університету
(Протокол № 10 від 26.04.2018 р.)

ОРГАНІЗАЦІЙНИЙ КОМІТЕТ

Голова оргкомітету - Богданов Ігор Тимофійович, доктор педагогічних наук, професор, ректор Бердянського державного педагогічного університету.

Співголови:

Ліпич Вікторія Миколаївна, кандидат філологічних наук, доцент, проректор з науково-педагогічної роботи Бердянського державного педагогічного університету;

Сичікова Яна Олександрівна, кандидат фізико-математичних наук, доцент кафедри професійної освіти, трудового навчання та технологій Бердянського державного педагогічного університету, голова Ради молодих учених БДПУ

Члени оргкомітету:

Онищенко Сергій Вікторович, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри професійної освіти, трудового навчання та технологій Бердянського державного педагогічного університету, голова Ради молодих учених факультету ФМКТО БДПУ;

Степанюк Катерина Іванівна - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри початкової освіти Бердянського державного педагогічного університету;

Гнатюк Віталій Васильович - кандидат біологічних наук, доцент кафедри основ здоров'я, фізичної реабілітації та екології Бердянського державного педагогічного університету;

Мирошниченко Володимир Олександрович - кандидат педагогічних наук, доцент кафедри правознавства Бердянського державного педагогічного університету;

Сизко Ганна Іванівна - кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри прикладної психології та логопедії Бердянського державного педагогічного університету;

Каменський Дмитро Васильович - кандидат юридичних наук, доцент Бердянського державного педагогічного університету;

Денисова Анжеліка Сергіївна, провідний фахівець Бердянського державного педагогічного університету

Н-34 Наука III тисячоліття : пошуки, проблеми, перспективи розвитку : матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції (25-26 квітня 2018 року) : збірник тез. - Бердянськ : БДПУ, 2018. - Ч. 2.- 194 с.

До збірника увійшли матеріали II Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції "Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку". Матеріали збірника будуть корисними для дослідників, науковців, аспірантів, пошукувачів, викладачів, студентів

За зміст статей і правильність цитування відповідальність несе автор.

© Бердянський державний педагогічний університет, 2018
© Автори статей, 2018

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

Захлевська Т. В., Павлюк О.В. Сучасний погляд на оптимальну структуру інформаційного забезпечення процесу фізичного виховання в вузі	96
Писаренко С.М. Застосування фітнес-програм на заняттях фізичного виховання для студентів вищих навчальних закладів	98
Самойленко В.Л. Основи використання мультимедійних технологій у підготовці майбутніх учителів фізичної культури	100
Сергєєва Т.П., Волкова Т.П. Валеологічний підхід до пізнавальної діяльності майбутніх фахівців-технологів з навчальної дисципліни –фізичне виховання"	101
Стельмашук Ж. Г., Лютовський В. О. Вікові особливості підлітків як чинник формування мотивації до занять фізичною культурою.....	104
Суханова Г.П. Місце та значення засобів лікувальної фізичної культури на заняттях з фізичного виховання зі студентами спеціальної медичної групи	106
Ушаков В.С. Шляхи формування фізичної культури особистості студентів вищих навчальних закладів	108
Халайджі С.В. Визначення ризику серцево-судинних захворювань студентів на початковому етапі занять фізичною культурою	110
Христова Т.Є., Лахно О.О. Сучасні підходи до фізичного виховання старшокласників з артеріальною гіпертонією	111
Христова Т.Є., Скільський І.М. Відновлення рухової функції молодих людей після переломів верхніх кінцівок	112
Цапенко Л.М., Болтоматіс Д.В. Формування культури здорового способу життя студентів шляхом впровадження здоров'язберегаючих технологій	114
Цибульська В.В., Белоконь В.С. Теоретичні основи формування здорового способу життя школярів у процесі фізичного виховання	116
Цибульська В.В., Колеснік С.О. Розвиток рухової творчості в дітей дошкільного віку.....	117
Цибульська В.В., Кулібаба О.С. Історичний аспект розвитку проблеми виховання здорового способу життя..	119
Цибульська В.В., Плахтиняк І.О. Організація фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку	121
Цибульська В.В. Оцінка показників фізичної підготовленості студенток	123
Цибульська В.В., Чорна Н.О. Особливості організації процесу фізичного виховання дітей дошкільного віку.....	124

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ ШЛЯХОМ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ

Цапенко Л.М., Болтоматіс Д.В.

Одеська національна академія харчових технологій, м. Одеса, Україна

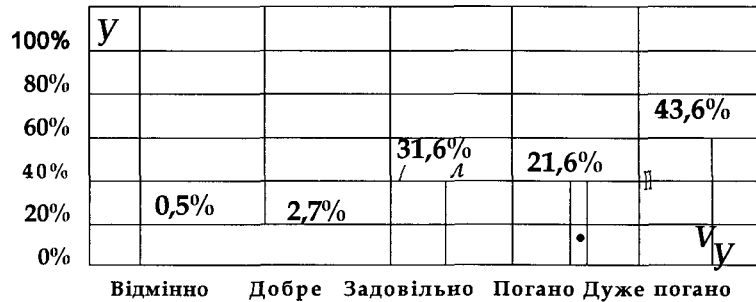
Тривалий час спостерігається стійка тенденція до зниження загального рівня здоров'я населення України в цілому і, зокрема, студентської молоді. Аналіз фізичного стану здоров'я молоді сьогодні є досить невтішним. У сучасній молоді не сформовано загальне цілісне поле значущих та не значущих сфер життя. Теоретичні дослідження показали, що в освітніх закладах усіх рівнів не створено системи формування, збереження і зміцнення здоров'я, а процес формування здорового способу життя в значній частини студентів має ситуативний характер.

Причинами низького рівня сформованості культури здоров'язбереження молоді є відсутність особистісного ціннісного ставлення у студентів до власного здоров'я, заходів стимулювання здоров'язбережувальної діяльності студентів у навчальній та позанавчальній діяльності, недостатня мотивація у руховій активності, низький рівень здоров'язберігаючої компетентності, відсутність знань, умінь та навичок профілактики професійних хвороб. Відомо, що на сьогодні зростає кількість студентів із хронічними захворюваннями. За результатами медичних досліджень лише 10% випускників можуть вважатися здоровими, 40% мають хронічну патологію. У кожного виявлено декілька хронічних захворювань.

Проба Мартіне-Кушелевського дозволяє провести оцінку швидкості адаптації організму на фізичне навантаження, а також уточнити час, необхідне на відновлювальні процеси. Іншими словами, проба Мартіне визначає здатність серцево-судинної системи відновлюватися після занять фізичними вправами. Найчастіше тест використовують в щодо нетренованих людей, оскільки для його проведення не потрібна складна апаратура, необхідний тільки секундомір і тонометр. Оцінка. Збільшення частоти серцевих скорочень (ЧСС) після навантаження до 25% оцінюється на «відмінно», 25-50% - «добре», 51-75% - «задовільно», 76-100% - «погано», більше 101% - «дуже погано».

Аналіз проведеної планової функціональної проби Мартіне - Кушелевського показав (діаг.1), що з 513 студентів першого курсу Одеської національної академії харчових технологій, віднесених за результатами медичного огляду до основної медичної групи, лише 0,5 % отримали оцінку відмінно.

**II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція
(25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)**



**Діаграма 1. Результати оцінки функціонального стану студентів -
першокурсників за допомогою
проби Мартіне - Кушелевського**

43,6 % студентів, які до проведення проби Мартіне - Кушелевського за результатами медичного огляду відносилися до основної медичної групи, зараз, за результатами тестування, вже отримали допуск до занять з фізичного виховання в спеціальній групі. За результатами проби Мартіне - Кушелевського 96,8 % студентів першого курсу основної медичної групи, виконувати фізичне навантаження в повному обсязі не рекомендується.

Рівень здоров'я молоді багато в чому обумовлений відсутністю у студентів інтересу до своєї особистої і взагалі до культури здоров'я зокрема.

Анкетування, проведене серед студентів першого курсу Одеської національної академії харчових технологій показало, що у них не сформоване поняття культури здоров'я. За даними анкетування 96,2 % студентів не підготовлені до самостійної роботи по формуванню культури здоров'я, 79,2 % студентів не мають часу або не бажають формувати культуру здоров'я, 74,1 % - не дотримуються режиму дня. Аналіз узагальнених результатів показав, що:

- 97,2 % опитаних студентів пов'язують здоров'я і здоровий спосіб життя із заняттями фізичної культурою і спортом;
- переважаюча більшість опитаних студентів пов'язують поняття культури здоров'я з уявленням про здоровий спосіб життя і значеннями про способи зміцнення здоров'я.

Наслідком такої картини стає те, що майже 60% випускників вищих навчальних закладів унаслідок низького рівня здоров'я, фізичної підготовленості та фізичного розвитку не готові працювати з належною самовіддачею, яка необхідна в сучасних умовах виробництва.

Всезростаюча оптимізація навчального процесу, використання нових технологій навчання, нових засобів навчання, особливо комп'ютерних, приводять до зростання числа студентів не здатних без особливої напруги та сторонньої допомоги адаптуватися до навчальних навантажень тому все гостріше постає питання про впровадження здоров'язберігаючих технологій. А це вимагає від викладачів продумування і розрахунку основ таких технологій, нових методик навчання, засобів навчання.

Ефективність позитивного впливу на здоров'я студентів різних оздоровчих

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

заходів визначається не хаотичністю методів, а системною роботою за всіма напрямками. Процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичної діяльності студентів, що сприятиме оволодінню необхідними здоров'язберігаючими вміннями і навичками.

Діяльність викладача повинна бути орієнтована на формування у студентів стійкої позиції, що передбачає визначення цінності здоров'я, почуття відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь, навичок, пов'язаних з усіма складовими здоров'я.

Впровадження здоров'язберегаючих технологій потребує від викладача не допускати перевантаження студентів, враховувати їх фізіологічні особливості. Намагатися планувати такі види роботи, які сприяють зниженню втоми. Ставлення студентів до свого здоров'я є основою здоров'язбереження, так як через мотивацію цього ставлення можна здійснити ціннісне-орієнтовану діяльність студентів по збереженню та зміцненню власного здоров'я.

Висновки. Цілісний підхід до вирішення проблеми здоров'язбереження та формування культури здорового способу життя виявляється у формуванні культури здоров'язбереження шляхом об'єднання зусиль викладачів, кураторів груп, спортивних клубів.

Подальші дослідження передбачається провести в напрямку вивчення проблеми здоров'язбереження в процесі навчання студентів у закладах вищої освіти других країн.