

**Матеріали шостої  
Всеукраїнської студентської  
науково-практичної конференції**

***"Виховання мотивації у студентів  
до занять фізичною культурою"***



Матеріали 6-ї  
Всеукраїнської студентської  
науково-практичної конференції

“Виховання мотивації у студентів до  
занять фізичною культурою”

2010 рік

Львів

Матеріали 6-ї Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції  
“Виховання мотивації у студентів до занять фізичною культурою”

У збірнику містяться матеріали четвертої Всеукраїнської студентської  
науково-практичної конференції “Виховання мотивації у студентів до занять  
фізичною культурою”

©Колектив авторів  
©Наука і освіта

### Зміст

1. Корекція постави засобами легкої атлетики. Виконавець: Яворський Т.І. Науковий керівник: ст.викладач кафедри легкої атлетики ЛДУФК Чорненька Г.В.
2. Дихальні вправи. Їхній вплив на здоров'я людини. Виконавець: Харів Наталя. Науковий керівник: ст.викладач кафедри фізвиховання УАД Підсадочна О.М.
3. Дослідження ефективності впливу занять лікувальним плаванням для зняття психологічного напруження та фізичного навантаження під час навчального процесу у деяких студентів УАД. Виконавець: Місяйло Володимир. Науковий керівник: доц.Пижов В.В.
4. Дослідження ефективності використання кишенькових масажерів-тренажерів "Антистрес" (Су-Джок) для зняття напруження до і після заліково-екзаменаційної сесії у деяких студентів УАД. Виконавець: Місяйло Володимир. Науковий керівник: доц.Пижов В.В.
5. Аналіз впливу занять з лікувального плавання на здоров'я вагітних жінок. Виконавець: Мазуркевич Лариса. Науковий керівник: доц.Пижов В.В. Дрогобицький педагогічний університет ім.Івана Франка
6. Досвід загартовування дітей у багатодітних сім'ї. Виконавець: Мазуркевич Лариса. Науковий керівник: доц.Пижов В.В. Дрогобицький педагогічний університет ім.Івана Франка.
7. Вплив туризму на формування здорового способу життя підлітків та молоді. Виконавець: Крецька Наталя. Науковий керівник: викладач фізвиховання Шкадар Тетяна. Львівський національний університет ім.Івана Франка.
8. Різновиди дихання за системою йоги, як нетрадиційний метод оздоровлення. Виконавець: Філяковська Мар'яна. Науковий керівник: викладач фізвиховання Шкадар Тетяна. Львівський національний університет ім.Івана Франка.
9. Результативність бойових дій кваліфікованих фехтувальників різних видів зброї. Виконавець: Барчак Зоряна. Науковий керівник: Бусол В.А. ЛДУФК.
10. Ліпоробіка, як напрям оздоровчих тренувань для студенток ВНЗ. Виконавець: Прикуда Ганна. Науковий керівник: зав.кафедри фізвиховання Тищенко В.О. Львівський національний аграрний університет.
11. Роль методології спортивного тренування у професійній підготовці. Виконавець: Пайда Андрій. Науковий керівник: зав.кафедри фізвиховання Тищенко В.О. Львівський національний аграрний університет.
12. Досвід використання музикантських (піаністам) "здолотих

## ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ШКОЛЯРІВ, ЯКІ ПРОЖИВАЮТЬ В РІЗНИХ ЕКОЛОГІЧНИХ ЗОНАХ

Ляшевич А. М.

*Житомирський державний університет імені Івана Франка*

Здоров'я дітей та підлітків в будь-якому суспільстві і за будь-яких соціально-економічних умов є актуальною проблемою, а також предметом першочергової уваги, оскільки воно визначає майбутнє країни, генофонд нації, економічний потенціал суспільства [1].

Внаслідок Чорнобильської катастрофи великий контингент дитячого населення потрапив під вплив екологічно несприятливих факторів. Особливий неспокій викликають зміни у психічному і фізичному розвитку дітей, які перебувають під впливом малих доз радіації [2].

Аналіз теоретичних джерел та практичної діяльності свідчать, що в житті дитини рухова активність є чинником активної біологічної стимуляції, фактором удосконалення механізмів адаптації, головним фактором фізичного розвитку [3]. Зростаючий організм відчуває потребу в рухах. Задоволення такої потреби – найважливіша умова його життєдіяльності. При цьому особливу роль має грати фізична культура. Вона повинна сприяти зміцненню здоров'я дітей і підлітків, сприяти всебічному і гармонійному розвитку організму, досягненню високої фізичної підготовленості протягом всього періоду навчання в школі.

Мета роботи – визначити рівень фізичної підготовленості школярів, які проживають в різних екологічних зонах.

Завдання дослідження: на основі наукової літератури дослідити формування та проаналізувати розвиток фізичних якостей в учнів на уроках фізичної культури; визначити рівень фізичної підготовленості у дітей середнього шкільного віку, які проживають в різних екологічних зонах.

Методи дослідження: аналіз спеціальної літератури, педагогічне спостереження, педагогічне тестування.

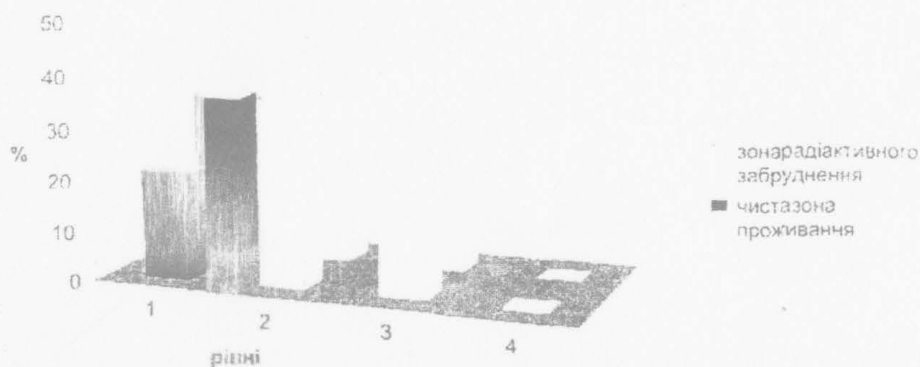
Фізична підготовленість школярів визначалась за результатами педагогічного тестування, досліджуючи при цьому рівень розвитку фізичних якостей.

В результаті дослідження виявлено, що 57,6% школярів, які проживають в умовах радіаційного забруднення та 77,4%, які проживають у чистій зоні мають високий і достатній рівень фізичної підготовленості: 42,4% та 22,6% відповідно – середній рівень (рис. 1).

1-високий; 2 –достатній; 3-середній; 4 - низький

**Рис. 1 Рівень фізичної підготовленості учнів 5 класів.**

Учні з різних зон проживання мають кращі результати в розвитку швидкості та зниження результатів у розвитку сили. У розвитку швидкісно-



силових якостей кращі результати у школярів із зони радіаційного забруднення, а школярів з чистої зони проживання – у розвитку спритності та гнучкості.

З метою підвищення рівня фізичної підготовленості школярів необхідно впровадження в практику шкіл фізкультурно-оздоровчих заходів, які будуть сприяти розвитку основних фізичних якостей і ролі фізичної культури загалом.

#### **Список літератури:**

1. Ващенко Л. С., Бойченко Т. Э. Основи здоров'я. Книга для вчителя. – К: Генеза, 2005. – 98 с.
2. Крижанівська Л. О., Чуприков А. П., Горбань Е. М. Клініко-психологічна характеристика неспсихотичних розладів у потерпілих від Чорнобильської катастрофи. // Український Радіологічний Журнал. 1997 р. – №5. – с. 69 - 76.
3. Шкретій Ю. М. Фізичне виховання та дитячий спорт у системі шкільної освіти України. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2005. - №10. – 246-249.

#### **Авторська довідка**

Ляшевич Альона Михайлівна – магістр (магістрантка) факультету фізичного виховання і спорту Житомирського державного університету імені Івана Франка.

Домашня адреса:

м.Житомир, вул. Кібальчича 3, кв. 5, тел. +380977575955

Науковий керівник: Вовченко Інна Іванівна – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання Житомирського державного університету імені Івана Франка.