


**MATERIÁLY**

**IX MEZINÁRODNÍ VĚDECKO-PRAKTICKÁ KONFERENCE**



**EFEKTIVNÍ NÁSTROJE  
MODERNÍCH VĚD – 2013**

**27.04.2013 - 05.05.2013**

**Díl 33  
Tělovýchova a sport  
Hudba a život**



Praha  
Publishing House  
«Education and Science» s.r.o.



# MATERIÁLY

**IX MEZINÁRODNÍ VĚDECKO - PRAKTICKÁ  
KONFERENCE**

## **«EFEKTIVNÍ NÁSTROJE MODERNÍCH VĚD – 2013»**

27 dubna - 05 května 2013 roku

**Díl 33  
Tělovýchova a sport  
Hudba a život**

Praha  
Publishing House «Education and Science» s.r.o  
2013

Vydáno Publishing House «Education and Science»,  
Frýdlanská 15/1314, Praha 8  
Spolu s DSP SHID, Berdianskaja 61 Б, Dnepropetrovsk

**Materiály IX mezinárodní vědecko - praktická konference  
«Efektivní nástroje moderních věd – 2013».** - Díl 33.  
Tělovýchova a sport. Hudba a život: Praha. Publishing House  
«Education and Science» s.r.o - 112 stran

**Šéfredaktor:** Prof. JUDr. Zdeněk Černák

**Náměstek hlavního redaktor:** Mgr. Alena Pelicánová

**Zodpovědný za vydání:** Mgr. Jana Štefko

**Manažer:** Mgr. Helena Žáková

**Technický pracovník:** Bc. Kateřina Zahradníčková

IX sběrné nádobě obsahují materiály mezinárodní vědecko - praktická  
konference «Efektivní nástroje moderních věd» (27 dubna - 05 května 2013 roku)  
po sekcích «Tělovýchova a sport». «Hudba a život»

Pro studentů, aspirantů a vědeckých pracovníků

Cena 270 Kč

ISBN 978-966-8736-05-6

© Kolektiv autorů, 2013

© Publishing house «Education and Science» s.r.o.

## **VÝVOJ FYZICKÉ KULTURY A SPORTU V MODERNÍCH PODMÍNKÁCH**

<b>Шукевич Л.В., Зданевич Г.И., Буян Л.В.</b> Темпы прироста показателей физической подготовленности девочек 7–8 лет.....	54
<b>Шукевич Л.В., Зданевич А.А., Котович Е.В.</b> Особенности общей физической подготовленности дзюдоистов различных спортивных квалификаций.....	56
<b>Бачинская Н.В., Сарычев В.И.</b> Олимпийский и профессиональный спорт в Украине: проблемы и перспективы.....	58
<b>Грибан Г.П., Пуздімїр М.І., Ткаченко П.П., Скорий О.С., Денисовець А.П., Ободзінська О.В., Пантус О.О.</b> Фізичний розвиток студентів та критерії його оцінки.....	69

## **SPORTIVNA LÉKAŘSTVÍ A REHABILITACE**

<b>Ісаєвська А.І.</b> Оптимізація фізичного стану дітей 6-7 років засобами оздоровчої аеробіки.....	75
<b>Жмурова Т.А., Демьяненко С.В.</b> Использование рефлекторного массажа в реабилитации больных остеохондрозом на поликлиническом этапе.....	78

## **HUDBA A ŽIVOT**

### **HUDBA: STUDIUM A PŘEDNÁŠENÍ**

<b>Гани С.В.</b> Развитие интонационного слуха в подготовительном классе детской школы искусств.....	81
<b>Константинова Н.И.</b> Значение музыкальных занятий для становления учебной мотивации младших школьников.....	84
<b>Мамедова З.К.</b> Методика проблемно-творческого приобщения учащихся к музыке.....	87

### **EPOCHY, STYLY, ŽÁNŘ**

<b>Регуліч І.В.</b> Нотна колекція церковних творів прот.Володимира Ганжука.....	92
--	----

### **HUDEBNÍ VĚDA**

<b>Подольская О.А., Парменова А.В.</b> Музыкотерапия как одно из средств оздоровления дошкольников.....	95
<b>Петрик В.В.</b> Музичний інструменталізм – вагомий коефіцієнт стародавнього суспільного буття.....	100

Литература:

1. Алешин, В. В. Экономический механизм в сфере физической культуры и спорта в условиях перехода к рынку [Текст]: автореф. дисс...докт. эконом. наук / В.В. Алешин: – М., 2000. – 44 с.
2. Бачинська, Н.В. Фізичне виховання та сучасні тенденції розвитку олімпійського та професійного спорту в Україні [Текст]: монографія / Н.В. Бачинська. – Дніпропетровськ: Вид-во «Нова Ідеологія», 2011. – 192с. – 200 пр. – ISBN 978-966-8050-78-7.
3. Гуськов, С.И., Платонов, В.Н. Линец, М.М., Юшко, Б.Н. Профессиональный спорт [Текст] / С.И. Гуськов, В.Н. Платонов, Б.Н.Юшко. – Киев: Олимпийская литература, 2000. – 391 с.
4. Переверзин, И.И., Суслов, Ф.П. О структуре современного спорта высших достижений и социально-правовом статусе спортсменов-профессионалов [Текст] / И.И.Переверзин, Ф.П.Суслов // Теория и практика физической культуры. – № 5. – 2002. – С. 57-61.
5. Переверзин, И.И. Менеджмент спортивной организации [Текст] / И.И.Переверзин/ Учебное пособие. – 2-ое изд., перераб. и доп. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. – 244 с.
6. Переверзин, И.И. Современный спортивный менеджер и модель его подготовки [Текст] / И.И.Переверзин // Теория и практика физической культуры, 2003. – № 5. – С. 57-59.
7. Починкин, А.В. Становление и развитие профессионального коммерческого спорта в России [Текст]: монография / А.В.Починкин. – М.: Советский спорт, 2006. – 216с.
8. [http: www.mysport.com.ua](http://www.mysport.com.ua).
9. [http: www.sport-arena.com.ua](http://www.sport-arena.com.ua).

К. пед. н. Грибан Г.П., доц. \*Пуздимір М.І., Ткаченко П.П., Скорий О.С.,  
Денисовець А.П., Ободзінська О.В., Пантус О.О.

Житомирський національний агроекологічний університет

\*Вінницький національний аграрний університет

## ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК СТУДЕНТІВ ТА КРИТЕРІЇ ЙОГО ОЦІНКИ

Формування організму студентів суттєво зумовлене показниками фізичного розвитку та фізичної підготовленості. Розвиток антропометричних показників характеризує фізичний стан та фізичні здібності, що відображають фізичну підготовленість студента і є найбільш значним при застосуванні педагогічних впливів, які спрямовані на поліпшення фізичного стану.

Під фізичним розвитком розглядається природний процес вікової зміни морфологічних і функціональних ознак організму, обумовлений спадковими чинниками та конкретними умовами навколишнього середовища. Поняття «фізичний розвиток» автори вживають у двох значеннях: як процес, що відбувається в організмі людини під час природного вікового розвитку та під дією фізичного виховання, і як стан. Під фізичним розвитком у значенні «як стан» розглядають комплекс ознак, які характеризують морфо-функціональний стан організму, рівень розвитку фізичних якостей і здібностей, необхідних для його життєдіяльності [13].

Ознаки фізичного розвитку в теорії і методиці фізичного виховання [13] розділяють на три групи: соматометричні, соматоскопічні та фізіометричні. До соматометричних ознак належать: довжина і маса тіла, обхватні розміри грудної клітки, талії, стегон і та ін., довжина тулуба, кінцівок. До соматоскопічних ознак фізичного розвитку відносяться форма грудної клітки, спини, ніг, стопи, постава, рельєф і пружність мускулатури, статевий розвиток. До фізіометричних – рівень розвитку скелетної мускулатури, фізична працездатність, рівень розвитку фізичних якостей.

Період навчання у ВНЗ характеризується закінченням росту у довжину, формуванням типових для дорослої людини пропорцій тіла, завершенням статевого розвитку, процесом окостеніння хребта і кінцівок та завершенням соматичного формування [11].

Проведені наукові дослідження [4] впродовж багатьох років розкрили відмінності в динаміці фізичного розвитку студентів, а саме:

- незначне збільшення довжини тіла в період навчання у ВНЗ при відсутності збільшення маси тіла;
- суттєве збільшення довжини тіла на другому курсі з достовірним збільшенням маси тіла;
- у значної частини студентів до 18–19 років завершується ріст тіла в довжину.

Проведені нами дослідження [4, с. 83–84] зросту стоячи, маси тіла та округлості грудної клітки у стані спокою протягом 1983, 1987, 1998 та 2009 років у студентів I курсів Житомирського національного агроекологічного університету та порівняння їх з результатами досліджень інших авторів, зокрема Б.М. Шияна [14] – західний регіон України, В.І. Ільницького [7] – Тернопільський медичний інститут, В.Д. Єдинака [6] – Тернопільський ДПУ, О.В. Дрозда [5] – західний регіон України, О.О. Малімона [10] – Волинський ДУ, Є.О. Котова [8] – Кримський і Волинський регіони та інші (табл.1), показали, що стан фізичного розвитку студентів за даними різних авторів має не суттєві відмінності.

Характеристика фізичного розвитку студентів-чоловіків різних регіонів України в різні роки Таблиця 1

Автор, рік дослідження	Показники		
	довжина тіла, см	маса тіла, кг	окружність грудної клітки (спокій), см
	$M \pm m$	$M \pm m$	$M \pm m$
Власні дослідження, 1983	$174,6 \pm 0,52$	$68,9 \pm 0,80$	$91,2 \pm 0,48$
Б.М. Шиян з співавт., 1985	$178,3 \pm 1,00$	$68,3 \pm 1,76$	$95,0 \pm 1,86^*$
Власні дослідження, 1987	$175,9 \pm 1,27$	$70,4 \pm 1,63$	$91,1 \pm 1,93^{**}$
В.І. Льницький з співавт., 1990	$176,8 \pm 1,13$	$68,5 \pm 2,13$	$92,8 \pm 0,97$
В.Д. Єднак, 1997	$177,4 \pm 4,6$	$70,8 \pm 8,0$	$96,8 \pm 1,03^*$
Власні дослідження, 1998	$176,8 \pm 0,92$	$68,7 \pm 1,08$	$90,3 \pm 2,04^{**}$
О.В. Дрозд, 1999	$174,9 \pm 0,77$	$67,6 \pm 7,11$	$86,5 \pm 6,9$
			$91,4 \pm 0,63$
			$97,2 \pm 0,63^*$
			$89,8 \pm 0,63^{**}$
О.О. Малімон, 1999	$177,2 \pm 0,71$	$66,0 \pm 0,88$	$89,5 \pm 0,58$
			$95,0 \pm 0,61^*$
			$88,8 \pm 0,58^{**}$
Г.Іванова, 2002	$175,9 \pm 0,86$	$66,4 \pm 1,21$	
Є.О. Котов, 2003	$177,5 \pm 0,74$	$66,8 \pm 1,27$	$89,7 \pm 0,61$
С. Дещаківська, 2004			$93,9 \pm 1,04^*$
	$179,2 \pm 0,04$	$69,0 \pm 0,10$	$87,3 \pm 1,04^{**}$
Власні дослідження, 2009	$177,6 \pm 0,89$	$69,8 \pm 1,56$	$91,1 \pm 0,76$

Примітка. \* Окружність грудної клітки під час вдиху;

\*\* Окружність грудної клітки під час видиху.

Антропометричні показники студентів-чоловіків I курсу набору 2008 року показали, що зріст у них знаходиться в межах 163,5–195,5 см, вага 55,0–98,5 кг відповідно, окружність грудної клітки – 79,0–107,0 см, індекс маси тіла [12] становить – 16,1–27,7.

Аналіз фізичного розвитку студенток в різні роки і в різних регіонах України вказує на аналогічні відмінності. Зріст студенток знаходився в межах 161,1–165,6 см, маса тіла – 57,7–62,2 кг, окружність грудної клітки – 79,9–87,4 см (табл. 2). Встановлено, що показники ваги тіла, окружності грудної клітки, життєвої ємності легенів та ЧСС залежать від екологічних умов. Так, у студенток, які проживали в умовах радіаційного забруднення, спостерігається збільшення ваги тіла, окружності грудної клітки, ЧСС, зниження функціональних можливостей дихальної системи [9].

Характеристика фізичного розвитку студенток різних регіонів України в різні роки

Автор, рік дослідження	Показники		окружність грудної клітки (спокій), см
	довжина тіла, см	маса тіла, кг	
	M ± m	M ± m	M ± m
Власні дослідження, 1983	162,2 ± 0,47	60,8 ± 0,71	85,0 ± 0,53
Т.Б. Кутек, 1985 [238]	163,7 ± 0,5	58,9 ± 0,6	83,6 ± 0,4
Власні дослідження, 1987	161,1 ± 1,03	62,2 ± 1,45	87,4 ± 0,97
Т.Б. Кутек, 1996 [238]	165,5 ± 1,1	58,9 ± 0,8	80,7 ± 0,5
Т.Б. Кутек, 1996*	166,8 ± 1,3	58,9 ± 0,8	80,7 ± 0,5
Власні дослідження, 1998	163,4 ± 1,35	57,7 ± 1,01	82,8 ± 0,74
Є.О. Котов, 2003	165,6 ± 0,92	58,9 ± 2,44	81,3 ± 0,85
В. Леонова, В. Довгань, С. Войтенко, 2004	164,4 ± 4,31	58,7 ± 4,61	84,3 ± 3,71
Власні дослідження, 2009	165,4 ± 1,13	57,8 ± 1,93	79,9 ± 1,06

Примітка. \* Студентки зони радіоактивного забруднення.

Аналіз антропометричних даних студенток I курсу ЖНАЕУ набору 2008 року показав, що зріст у них знаходиться в межах 151,0–179,5 см, вага 39,0–79,0 кг відповідно, окружність грудної клітки – 63,0–91,0 см, індекс маси тіла за формулою [12] становить 11,7–24,5.

Аналіз досліджень у різних авторів вказує на суттєву різницю в показниках фізичного розвитку студентів впродовж багатьох років. А.З. Белоусов, О.Т. Стромська, В.Н. Кардашенко [12] виявили середній і вище середнього рівні в межах 58–73,2 % студентів, Т.С. Гальчук і А.Т. Скобин [3] аналогічні параметри виявили тільки у 23–27 % студентів. Крім того, дані автори дослідили, що у процесі навчання збільшується кількість студентів-чоловіків з низьким і нижчим від середнього фізичним розвитком з 15 % у 17-річних до 44,1 % – у 20-річних.

За даними досліджень М.С. Абрамова [1], вирішальне значення в фізичному розвитку відіграють умови соціального життя, в яких першочергова роль належить праці, фізичному вихованню, спадковості та природним умовам.

Оцінка фізичного розвитку студентів визначається методами зовнішнього огляду та антропометрії за ступенем розвитку основних тканин організму, форм і розмірів тіла, його окремих частин та функцій організму. Фізичний розвиток визначається методами зовнішнього огляду, антропометрії та функціональних проб. За допомогою зовнішнього огляду оцінюється постава, стан шкіри, кісткового скелету і м'язів, жирових відкладень. Для характеристики статури визначається форма грудної клітки, спини, живота, ніг. Постава є виявом не



лише зовнішньої краси студента, а й свідченням його здоров'я, запорукою оптимального положення та функціонування внутрішніх органів.

Література:

1. Абрамов М.С. Физическое развитие различных социальных групп населения Узбекистана / М.С. Абрамов // Вопросы физического воспитания студентов. – Ташкент, 1980. – С. 33–34.
2. Белорусов А.З. Динамика физического развития студентов I ММИ / А.З. Белорусов, Е.Т. Стромская, В.Н. Кардашенко и др. // Состояние здоровья и работоспособности студентов вузов: сб. науч. тр. – М., 1974. – С. 67–72.
3. Гальчук Т.С. Физическое развитие студентов-первокурсников и пути его совершенствования в последующие годы учебы / Т.С. Гальчук, А.Т. Скобин // Научные проблемы охраны здоровья студентов. – М., 1979. – С. 147.
4. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів [монографія] / Г.П. Грибан. – Житомир: Вид-во «Рута», 2009. – 594 с.
5. Дрозд О.В. Фізичний стан студентської молоді України та його корекція: автореф. дис. ... канд. наук з фізич. вихов. / О.В. Дрозд. – Луцьк, ВДУ ім. Л. Українки, 1999. – 21 с.
6. Єдинак В.Д. Вдосконалення нормативних основ фізичного виховання студентів груп ЗФП основного відділення: автореф. дис. ...канд. пед. наук / В.Д. Єдинак. – К.: УДУФВіС, 1997. – 24 с.
7. Ильницкий В.И. Динамика физического развития, физической работоспособности, двигательной активности и состояния сердечно-сосудистой системы у студентов на протяжении обучения в институте: заключительный отчет науч.-исслед. работы каф. физ. восп. Тернопольского мед. ин-та / В.И. Ильницкий, Е.А. Ясинский, В.Я. Пакулин и др. – № гос. регистр. 01.90.0002279. – Тернополь, 1990. – 80 с.
8. Котов Є.О. Підготовка студентів вищих закладів освіти до самостійних занять фізичними вправами: дис. ... канд. наук фіз. вих. / Є.О. Котов. – Луцьк, 2003. – 178 с.
9. Кутек Т.Б. Підвищення фізичної підготовленості студенток, які проживають в умовах радіаційного забруднення: дис. канд. наук з фіз. вих. і спорту / Т.Б. Кутек. – Львів, 2001. – 176 с.
10. Малімон О.О. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту / О.О. Малімон. – Луцьк, ВДУ ім. Л. Українки, 1999. – 19 с.
11. Морфология человека: учеб. пособ. / Под ред. Б.А. Никитюка, В.П. Чтецова. – М.: МГУ, 1983. – 320 с.
12. Паффенбаргер Р.С. Здоровый образ жизни: пер. с англ. / Р.С. Паффенбаргер, Э. Ольсен. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320 с.

13. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вузів фіз. вихов. і спорту: в 2 т. / За ред. Т.Ю. Круцевич. – Т. 1. – Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

14. Шиян Б.М. Система модельных показателей и нормативов физического развития и физической подготовленности населения (Прикарпатский регион УССР): заключ. отч. Тернополь. ГПИ / Б.М. Шиян, В.Б. Шпитальный, Б.К. Гуняди и др. – Тернополь, 1985. – 75 с.