

**ІНФОРМАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ
У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ
ПРИ ПІДГОТОВЦІ УЧНІВ
ТА СТУДЕНТІВ ВІКОМ 15–17 РОКІВ**

**Людмила ФІЛЕНКО¹, Ігор ФІЛЕНКО²,
Олена ЦЕРКОВНА³, Юрій ПЕТРЕНКО⁴**

¹Харківська державна академія фізичної культури,

²Харківська гімназія № 172,

³Харківський національний університет радіоелектроніки,

⁴Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,

м. Харків, Україна, e-mail: filenkolv@mail.ru

Вступ. Проблемою нашого суспільства та підготовки сучасної учнівської молоді є переважання учнів та студентів інформаційними потоками. Людина втрачає час, який могла б потратити на свій фізичний розвиток та здоров'я. Завдання вчителя та викладача полягає в тому, щоб зацікавити молодь займатися фізичною культурою [3, 4, 5]. У роботах [1, 2, 7] зазначено, що слід залучати інноваційні інформаційні технології для спонукання студентів до занять фізичною культурою.

Мета дослідження – виявлення оптимальних засобів фізичного виховання учнів старших класів та учнівської молоді з урахуванням сучасних інформаційних технологій.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення літературних джерел; антропометричні методи; контрольні випробування; функціональні проби; методи інформаційного моделювання та програмування; методи математичної статистики. У дослідженні взяли участь 486 осіб.

Обговорення результатів дослідження. Для вирішення поставлених завдань було розроблено комп'ютерну програму «Фізичне виховання», яка складається із таких модулів: фізичний розвиток; фізична підготовленість; функціональні показники; психофізіологічні показники; психологічні показники. Модуль «Фізичний розвиток» складається з показників довжини тіла стоячи, сидячи, маси тіла та обводу грудної клітки. До модуля «Фізична підготовленість» належать показники підйому тулуба в сід із положення лежачи за 1 хвилину, стрибка у довжину з місця, човникового бігу, кидка м'яча у кільце, підтягування на поперецині, згинання та розгинання рук в упорі лежачи. До блоку «Функціональна підготовленість» внесено дані вимірювання показників ЧСС, ЖЄЛ та артеріального тиску. Модуль «Психофізіологічні показники» містить у собі набір даних, які було отримано з використанням комп'ютерної психодіагностичної програми «Complex» [1]. Останній модуль комп'ютерної програми «Фізичне виховання» призначений для введення та обробки даних психологічного тестування когнітивних показників та креативності. Також у модуль управління показниками психологічного стану людини введено показники опитувальника РЕН за методикою Айзенка та короткий відбірковий тест за методикою Бузіна.

Висновки. Установлено можливість залучення інформаційних технологій у процес фізичного виховання учнівської молоді для того, щоб пояснити досліджуваним, які саме фактори слід урахувати для гармонічного розвитку особистості під впливом фізичних вправ. Розроблено комп'ютерну програму «Фізичне виховання», яка є базою даних і призначена для викладачів та вчителів фізичної культури.

Ключові слова: фізичне виховання, учні, студенти, комп'ютер, програма.

Список літератури

1. Теоретические основы построения оценки физического развития и состояния физического здоровья обследуемого контингента / В. С. Ашанин, С. С. Пятисоцкая, В. А. Друзь, Е. А. Задорожная, А. Н. Литвиненко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 2. – С. 131–137.
2. Кашуба В. О. К вопросу использования инновационных технологий здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания / В. О. Кашуба, С. М. Футорний, М. В. Дудко // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – Київ, 2015. – № 8. – С. 28–32.
3. Спорт и искусство как единое проявление психофизических возможностей человека / Ж. Л. Козина, С. С. Ермаков, А. В. Козин, С. В. Козин, А. А. Костырко // Здоровье, спорт, реабилитация. – 2016. – № 3. – С. 52–60.
4. Круцевич Т. Раціональна рухова активність як фактор підвищення розумової працездатності школярів / Тетяна Круцевич, Наталія Пангелова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2014. – № 2. – С. 73.
5. Масляк І. П. Стан та проблеми фізичного виховання в обласних загальноосвітніх навчальних закладах / І. П. Масляк, М. А. Мамешина, В. А. Жук // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2015. – № 3 (47). – С. 52–57.
6. Москаленко Н. В. Аналіз рівня соматичного здоров'я дітей старшого шкільного віку / Н. В. Москаленко, Д. С. Єлісеєва // Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – Чернігів, 2014. – № 118 (3). – С. 189–192.
7. Філенко І. Ю. Дослідження показників фізичного розвитку, фізичної підготовленості та функціонального стану учнів 10–11 років під впливом занять регбі – 5 / І. Ю. Філенко, Л. В. Філенко, А. А. Мартиросян // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 6. – С. 53–58.