

оцінки продуктивності ФЕС і ГЕС, ми в таблиці навпроти тестів на статичну силову витривалість поряд із таким центральним механізмом, як стійкість до безперервної імпульсації, не позначили відповідних ефекторних.

Методику тестування спритності та гнучкості ми залишили незмінною, оскільки її вдосконалення потребує окремого дослідження.

Підсумовуючи викладене вище, можемо зробити висновок про те, що при визначенні рівня фізичної підготовленості слід орієнтуватись перш за все на тестування механізмів, що обумовлюють загальну рухову активність людини у всіх біомеханічних ланках її тіла.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Кучеров І.С., Шабатура М. Н., Давиденко І. М. *Физиология человека: Навч. посіб. для студентів фак-тів фіз. виховання пед. ін-тів.* – К.: Вища школа, 1981. – 408с.
2. Линець М.М. *Основи методики розвитку рухових якостей.* – Львів: Штабар, 1997. – 207 с.
3. М'ясоїд П. А. *Загальна психологія: Навч. посіб.* – К.: Вища школа, 1998. – 479 с.
4. Онищенко І.М. *Психологія фізичного виховання і спорту.* – К.: Вища школа, 1975. – 192 с.
5. Романенко В.А. *Двигательные способности человека.* – Донецк: Новый мир, 1999. – 336 с.
6. *Физиология человека: Учебник для ин-физ.к-ры / Под ред. Н.В.Зимкина.* Москва: Физкультура и спорт, 1975.
7. Платонов В.Н. *Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте.* – К.: Олімпійська література, 1997. – 583 с.
8. Шандригось В.І. *Методи дослідження фізичного стану школярів в процесі фізичного виховання: Методичні рекомендації на допомогу студентам денної та заочної форм навчання.* – Тернопіль: ТДПУ, 2001. – 156 с.
9. Шиян Б.М. *Терія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1.* – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. – 272 с.

## TESTING OF PHISICAL CONDITION IN SCHOOL SISTEM OF PHISICAL EDUCATION

LEONID MOSIYCHUK

*Ternopil State Pedagogical Universiti*

An inconsolable statistics about pupils' health shows a low efficiency of physical education. One of the main reasons of this situation is an imperfect methods of testing of physical conditions.

## НОВІ ПІДХОДИ ДО ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ ШКОЛАХ

МОСКАЛЕНКО НАТАЛІЯ ВАСИЛІВНА

*Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту*

Здоров'я нації в наш час розглядається як показник цивілізованості держави, що відбиває соціально-економічне становище суспільства. Здоров'я саме дітей і молоді особливо важливе, тому що за оцінками фахівців близько 75% хвороб у дорослих є наслідком умов життя у дитячі та молоді роки.



Важливим показником здоров'я дитячого населення в цілому є фізичний розвиток дітей та підлітків. Результати вивчення фізичного розвитку школярів інститутом педіатрії та акушерства Академії медичних наук України дають змогу говорити про певне зниження, порівняно з даними 1985 р., основних показників фізичного розвитку дітей України. Дослідження у цьому напрямі свідчать про припинення процесів акселерації у зрості та у розвитку дітей шкільного віку, пік яких мав місце в Україні у 70-х роках, і дають змогу констатувати наявність протилежної тенденції – уповільнення темпів росту і розвитку дітей [3].

Як наслідок відхилень у нормальному розвитку дітей шкільного віку є погіршення стану їх здоров'я. За даними Міністерства охорони здоров'я України серед школярів спостерігаються:

- функціональні відхилення в діяльності різних систем організму – понад 50%;
- функціональні відхилення серцево-судинної системи – у 26,6%;
- захворювання органів травлення – у 17%;
- захворювання ендокринної системи – у 10,2%;

Однією із причин погіршення стану здоров'я дітей шкільного віку є відсутність ефективної системи оздоровлення, яку б можна було практично використовувати в загальноосвітніх школах. Шкільний лікар, на якого покладені обов'язки проводити медичний контроль за станом здоров'я учнів, у повному обсязі з завданням оздоровлення не справляється.

Тому в школах, де втілюється система комплексного медичного контролю та оздоровлення дітей, створюються умови для підвищення рівня здоров'я.

У системі роботи навчально-виховного комплексу №28 м. Дніпропетровська розроблена система медичного контролю за програмою “Служба здоров'я”.

На базі лікувально-профілактичного комплексу виконується діагностика початкових форм захворювання, лікування хворих школярів, реабілітація після амбулаторного або стаціонарного лікування, загартування учнів, проводиться профілактичний прийом вітамінів, навчання психічній саморегуляції, консультації вузьких спеціалістів, використовується комп'ютерний лікувально-діагностичний лазерний комплекс “МІЛТА – 1Ф”, який дозволяє безінвазивно отримати переконливу інформацію за методом Фоля про функціональний стан організму [2].

Розроблена система спортивно-оздоровчої роботи, яка надає можливість кожній дитині займатися фізичними вправами відповідно до її зацікавлень.

Своєчасне виявлення учнів із ознаками ранніх порушень у функціонуванні організму дозволяє швидко та ефективно надавати необхідну профілактичну або медичну допомогу в спеціальних медичних групах. Характер захворювання дітей дає підставу для розробки індивідуальних тренувальних занять лікувально-фізичною культурою [1]. Вже сьогодні можна говорити про ефективність введення в практику роботи школи таких заходів, тому що показники медичного контролю свідчать про зниження рівня захворювань (табл. 1).

Фізичний розвиток і здоров'я дитини необхідно розглядати як взаємодію інтелектуальною і соціальною активністю, формуванням його психіки особистості.



*Показники захворюваності дітей молодшого шкільного віку*

Показники	Роки	
	2000	2001
Кількість обстежених дітей	270	331
Кількість хворих дітей	118	112
Рівень захворюваності, %	43,71	33,83
Вірусний гепатит	1	
Рівень захворюваності, %	0,37	
Скарлатина	6	4
Вітряна віспа	3	
Повітряно-крапельні інфекції	9	4
Рівень захворюваності, %	3,33	1,20
ГРВІ, грип	69	54
Тонзиліт I		
Інші захворювання	38	54
Всього соматичних захворювань	108	108
Рівень захворюваності, %	40,00	32,62

Забезпечити фізичну досконалість і здоров'я дітей можна шляхом комплексного вирішення педагогічних, медичних і соціальних питань, а також з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дитини в різних вікових періодах.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Москаленко Н.В. Сучасні технології спортивно-оздоровчої роботи з дітьми // *Нива знань*. – Дніпропетровськ, 1999 – с. 55-56.
2. Товстолиткін Г.Є. Товстолиткіна О.Г. Лікувально-діагностична діяльність у практиці роботи з дітьми шкільного віку // *Нива знань*. – Дніпропетровськ, 1999 – с. 57-58.
3. О. Яременко /у співавтор./ *Формування здорового способу життя* – Київ, 2000 – с. 232.

**SOME NEW APPROACHES TO THE CHILDREN SANITATION AT THE GENERAL EDUCATION SCHOOLS**

NATALIA MOSCALENKO

*Dnipropetrons'k State Institute of Physical Culture and Sport*

The article deals with the new points of view as for the organization system of children sanitation at the school of general education. Medical and prophylactic methods help to rise help to rise health level and lower the diseases rate.

**ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ВАЖКОАТЛЕТІВ**

ВЛАДИСЛАВ МОЧЕРНЮК

*Прикарпатський університет ім. В. Стефаника*

У теорії спорту фізичні якості поділяють на: швидкість, силу, витривалість, гнучкість, спритність. При виконанні будь-якої спортивної вправи утворюються складні поєднання цих окремих фізичних якостей, і, відповідно, кожний вид спорту формує свою структуру вимог до їх розвитку. Так, традиційно прийнято виділяти