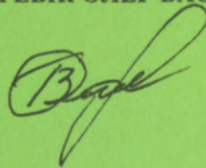


Ч 511.151.3  
Г79

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
СХІДНОЄВРОПЕЙСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

ГРЕБІК ОЛЕГ ВАСИЛЬОВИЧ



УДК 796.011.3:616-001

**ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ПРОФІЛАКТИКИ ТРАВМАТИЗМУ  
СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

13.00.02 – теорія та методика навчання  
(фізична культура, основи здоров'я)

**АВТОРЕФЕРАТ**  
дисертації на здобуття наукового ступеня  
кандидата педагогічних наук

Луцьк – 2015

Дисертацією є рукопис.  
Роботу виконано у Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки Міністерства освіти і науки України.

**Науковий керівник** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент  
**Бакіко Ігор Володимирович**,  
Луцький національний технічний університет,  
доцент кафедри фізичного виховання.

**Офіційні опоненти:** доктор педагогічних наук, професор  
**Конох Анатолій Петрович**,  
Запорізький національний університет,  
завідувач кафедри теорії та методики  
фізичного виховання і спорту;

кандидат педагогічних наук, доцент  
**Черкашин Роман Євгенійович**,  
Східноєвропейський національний  
університет імені Лесі Українки,  
доцент кафедри олімпійського  
та професійного спорту.

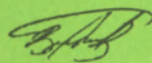
Захист відбудеться 5 листопада 2015 р. о 14<sup>00</sup> годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 32.051.04 у Східноєвропейському національному університеті імені Лесі Українки за адресою: вул. Винниченка, 30, м. Луцьк, 43021.

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (вул. Винниченка, 30 а, м. Луцьк, 43021).

**БІБЛІОТ**  
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕР  
УНІВЕРСИТЕТУ ФІ  
КУЛЬТУРИ

Автореферат розіслано 3 жовтня 2015 року.

Учений секретар  
спеціалізованої вченої ради



В. В. Захожий

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми дослідження. Збільшення інтенсивності й обсягу освітнього навантаження у вищих навчальних закладах, активізація самостійної творчої роботи, посилення психічних навантажень створюють гостру потребу впровадження в повсякденне життя студентів фізичної культури і спорту. Відповідно до програмно-нормативних документів та результатів наукових досліджень (С. А. Савчук, 2002; Т. Ю. Круцевич, 2010; Н. С. Пангелова, 2014; І. В. Поташнюк, 2012; О. А. Томенко, 2010) фізичне виховання у вищих навчальних закладах спрямоване на формування здоров'я студентів, розвиток психофізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовленості до активного життя. Доведено, що систематичні заняття фізичними вправами в оптимальному здоров'язбережувальному середовищі підвищують нервово-психічну стійкість до емоційних стресів, підтримують розумову працездатність на оптимальному рівні, сприяють підвищенню успішності студентів (Н. О. Белікова, 2012; В. М. Оржеховська, 2011; А. В. Магльований, 2012). Поряд із цим фізичне виховання відіграє важливу роль у поліпшенні якості життя студентів, підвищенні фізичної працездатності, збільшенні тривалості життя, формуванні професійно-важливих якостей особистості (В. П. Горашук, 2004; О. Д. Дубогай, 2007; Н. Н. Завидівська, 2013; Р. Є. Черкашин, 2011; А. В. Цьось, 2014).

Виконання рухових дій повинно здійснюватися за певними правилами, недотримання яких може призвести до різноманітних травм, що негативно впливають на весь організм людини. Як свідчить статистичний аналіз звітів закладів охорони здоров'я України, 26 % травм учні й студенти отримують на урочних та позаурочних формах організації занять із фізичного виховання. Травми при цьому приносять розчарування, небажання виконувати фізичні вправи і, що найгірше, призводять до різних функціональних або й органічних порушень в організмі (Л. І. Фісенко, 1995; М. С. Бондаренко, Б. А. Довгань, 1997; Б. М. Шиян, 2004; І. Я. Грубар, 2006).

Причини травматизму та способи його запобігання були предметом дослідження фахівців різного спрямування (І. А. Бріжата, 2011; І. О. Калініченко, 2010; А. П. Конох, 2000; В. Т. Пономарьов, 1997; В. І. Синіговець, 2011; Ю. Г. Толокнов, 1995; І. Л. Царенко, 2010). У наукових працях здебільшого висвітлено природу і технології профілактики шкільного травматизму.

Одне з найважливіших завдань організації навчально-тренувальної роботи в системі фізичного виховання студентів – профілактика травматизму та безпека занять фізичними вправами. Необхідно застосувати такі методики навчання, при яких ризик виникнення травм усунений завдяки логічно побудованій системі їх попередження. Потреба пошуку педагогічних умов профілактики травматизму у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів зумовили тему дослідження.

Студіювання наукових джерел, нормативно-правових документів, практики фізичної культури у вищих навчальних закладах дає змогу виявити суперечності, які посилюють актуальність роботи, як-от:

2017

– між рівнем сучасних вимог суспільства до стану здоров'я, фізичної і психофізичної підготовленості молоді та практикою фізичного виховання у вищих навчальних закладах;

– між необхідністю підвищення результативності фізичного виховання студентів та недостатньою розробкою оптимальних умов забезпечення безпечного виконання фізичних вправ;

– між вимогами до здоров'язбережувального середовища і недостатньою теоретичною та практичною розробкою педагогічних умов безпечного виконання фізичних вправ.

Потреба розв'язання зазначених суперечностей, а також відсутність повного теоретичного та практичного вивчення обраної теми зумовили актуальність дослідження.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.** Дисертаційну роботу виконано згідно з тематичним планом науково-дослідної роботи Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки за темою "Педагогічна діагностика в системі фізичного виховання учнів загальноосвітніх навчальних закладів" (номер державної реєстрації 0112U002160). Роль автора полягала в розробці педагогічних умов профілактики травматизму у процесі виконання студентами різних видів рухової активності.

Тема дисертації затверджена вченою радою Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 4 від 25.11.2010 р.) та узгоджена у Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних та психологічних наук в Україні (протокол № 1 від 25.01.2011 р.).

**Мета дослідження** полягає в теоретичному обґрунтуванні й експериментальній перевірці ефективності реалізації педагогічних умов профілактики травматизму у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

**Завдання дисертаційної роботи:**

1) виявити стан досліджуваної проблеми в педагогічній теорії та практичній діяльності;

2) з'ясувати стан та причини виникнення травм студентів у процесі фізичного виховання;

3) окреслити педагогічні умови попередження травматизму студентів під час виконання фізичних вправ;

4) перевірити ефективність реалізації розроблених педагогічних умов профілактики травматизму студентів у процесі фізичного виховання вищих навчальних закладів.

**Об'єкт дослідження** – фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів.

**Предмет дослідження** – педагогічні умови профілактики травматизму у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

**Методи дослідження:**

– *теоретичні* – вивчення психолого-педагогічних та медико-біологічних літературних джерел із проблеми фізичного виховання студентів, природи та способів профілактики травматизму у вищих навчальних закладів – дали змогу

систематизувати базові поняття з досліджуваної проблеми й визначити програму дослідження;

– *емпіричні* – педагогічне спостереження, анкетування, тестування (для виявлення основних причин виникнення травм у студентів); педагогічний експеримент (констатувальний і формувальний) – дозволив окреслити педагогічні умови профілактики травматизму студентів та апробувати їх ефективність у процесі фізичного виховання;

– *статистичні* – сприяли якісному аналізу експериментальних даних, перевірці достовірності одержаних результатів.

Дослідження проводили протягом трьох етапів.

Перший етап, *аналітико-констатувальний* (2009–2010 рр.), передбачав обґрунтування проблеми й розробку інструментарію досліджень. На цьому етапі було проведено аналіз психолого-педагогічної, медико-біологічної, соціологічної, науково-методичної літератури, здійснено класифікацію й ознаки травм, що виникають під час виконання фізичних вправ, значення лікарського контролю й самоконтролю, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і програму досліджень.

На *аналітико-пошуковому етапі* (2011–2012 рр.) з'ясовано причини виникнення травм та їх локалізацію у процесі фізичного виховання, виявлено і схарактеризовано педагогічні умови запобігання травматизму.

*Дослідницько-експериментальний етап* (2013–2015 рр.) був спрямований на організацію формувального експерименту, перевірку ефективності розроблених педагогічних умов профілактики травматизму, узагальнення даних експерименту, формулювання висновків, оформлення тексту дисертації.

**Наукова новизна одержаних результатів:**

– *уперше* обґрунтовано педагогічні умови профілактики травматизму студентів (санітарно-гігієнічні (лікарсько-педагогічний контроль та самоконтроль; належне матеріально-технічне забезпечення; відповідність інвентарю, обладнання, одягу і взуття гігієнічним вимогам), методичні (формування спеціальних знань та вмінь; моделювання реальних ситуацій уникнення травм; застосування засобів і методів навчання відповідно до закономірностей формування рухових навичок; дозування фізичних навантажень відповідно до індивідуальних та статевих особливостей студентів; належний розвиток фізичних і психофізичних якостей), організаційні (поєднання групових та індивідуальних форм організації фізичного виховання; забезпечення страхування і самострахування, допомоги під час виконання складних фізичних вправ), виховні (створення сприятливого навчального середовища; формування свідомої дисципліни)) та визначено форми їх реалізації у процесі фізичного виховання;

– *додовнено* дані щодо причин виникнення травм у студентів вищих навчальних закладів під час виконання фізичних вправ (недоліки матеріально-технічного забезпечення занять, порушення санітарно-гігієнічних умов проведення занять і вимог лікарського контролю та самоконтролю, помилки в методиці проведення та організації занять, низька психофізична підготовленість студентів);

– *подальшого розвитку* набули організаційно-методичні положення безпечною виконання фізичних вправ різної спрямованості, інтенсивності в різних умовах.

**Практичне значення одержаних результатів роботи** полягає в тому, що теоретичні положення, висновки й рекомендації, розроблені автором, впроваджено в навчально-виховний процес студентів вищих навчальних закладів. До програм фізичного виховання внесено додаткові інформаційні модулі профілактики травматизму та комплекси навчально-методичних матеріалів, що передбачають здійснення інструктажу, контролю техніки безпеки, виконання гігієнічних вимог, виконання страхування і самострахування. Використання результатів дисертаційної роботи дало змогу підвищити безпечність фізичного виховання молоді.

Результати дослідження впроваджено в навчально-виховний процес Рівненського державного гуманітарного університету (акт впровадження № 112 від 17.06.2013 р.), Львівського національного університету імені Івана Франка (акт впровадження № 2654-н від 11.16.2013 р.), Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка (акт впровадження № 17 від 07.06.2013 р.), Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (акт впровадження № 03-31/04/1719 від 02.06.2014 р.), Луцького національного технічного університету (акт впровадження № 2096-20-34 від 19.12.2013 р.), Луцького інституту розвитку людини університету “Україна” (акт впровадження № 42 від 05.06.2013 р.).

Матеріали дослідження також можуть бути використані в підготовці фахівців фізичної культури під час викладання навчальних дисциплін “Педагогіка”, “Психологія”, “Теорія і методика фізичного виховання”, “Теорія і методика оздоровчої роботи”.

**Особистий внесок дисертанта** полягає в теоретичному обґрунтуванні й експериментальній перевірці ефективності педагогічних умов профілактики травматизму у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів.

У наукових роботах, виконаних у співавторстві, автору належать аргументування експериментальних даних.

**Апробація результатів дослідження.** Результати дослідження виголошено на семи міжнародних науково-практичних конференціях: “Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві” (Луцьк, 2011, 2015), “Актуальні проблеми сучасної біомеханіки фізичного виховання та спорту” (Чернігів, 2011, 2012), “Актуальні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді методами фізичної культури” (Харків, 2011), “Спортивна наука України” (Львів, 2011), “Перспективи науки і освіти” (Воронеж, 2014); на щорічних науково-практичних конференціях професорсько-викладацького складу Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (2010–2015) та Луцького національного технічного університету (2011–2015).

**Публікації.** Основні положення дисертації опубліковано у 17 наукових працях, із яких 7 – у наукових фахових виданнях України, 3 – у закордонних виданнях, 5 – у матеріалах конференцій, 2 – у методичних рекомендаціях.

**Структура та обсяг дисертації.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (206 найменувань) та семи додатків. Текст проілюстровано 19 рисунками, доповнено 48 таблицями. Повний обсяг дисертації – 293 сторінки.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано актуальність обраної теми, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання, методи дослідження, розкрито наукову новизну і практичне значення роботи, особистий внесок здобувача, подано сферу впровадження і апробацію результатів дослідження.

У першому розділі “Загальна характеристика травматизму у процесі фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів” проаналізовано стан розроблення окресленої проблеми в педагогічній теорії та практичній діяльності. Наукова література засвідчує, що основним засобом підвищення фізичної підготовленості, покращення функціонування систем організму людини, збереження і зміцнення здоров'я студентів є виконання фізичних вправ (Г. Л. Апанасенко, 2000; Е. Г. Буліч, 2000; О. Д. Дубогай, 2012; О. С. Куц, 2005; І. В. Мурашов, 1989; М. О. Носко, 2009). Фізичні вправи – це спеціально організовані дії або рухи, спрямовані на розв'язання завдань фізичного вдосконалення і виконуються з огляду на рівень фізичного стану студентів, техніку рухової дії та специфіку середовища. Порушення правил виконання фізичних вправ може призвести до отримання травм.

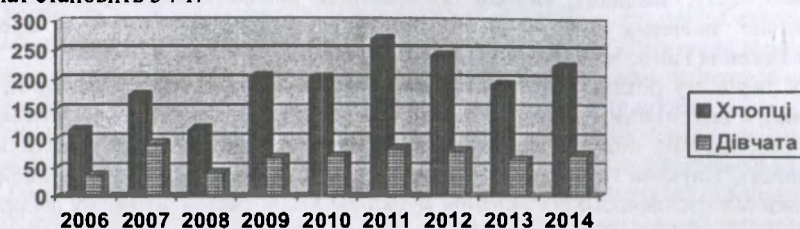
Проблема дитячого, молодіжного і спортивного травматизму були предметом дослідження І. А. Бріжатої (2011), І. Я. Грубар (2000), Г. П. Воробйова (1989), А. П. Коноха (1999, 2007), З. С. Міронової (1972, 1989), В. П. Немсадзе (1997), М. А. Ступницької (2001). Встановлено, що найбільш розповсюдженими в молоді є хронічні запальні й дегенеративні зміни опорно-рухового апарату (деформуючий артроз, хронічні періостити, паратеноніти, тендовагініти, міофасцити, міозити), які виникають унаслідок перенесених і недостатньо вилікуваних травм, повторних мікротравм і фізичних перевантажень. У наукових працях зазначено, що від травмування отримує серйозні ушкодження або навіть гине більше дітей, ніж від усіх інших захворювань, узятих разом (М. С. Бондаренко, Б. А. Довгань, 1997; І. Я. Грубар, 2006; Л. І. Фісенко, 1995; Б. М. Шиян, 2004).

Тому у процесі фізичного виховання провідну роль відіграє комплекс профілактичних заходів, спрямованих на попередження нещасних випадків і травм (М. Мейелл, 1995; В. Т. Пономарьов, 1997; І. Л. Царенко, 2010). Необхідно так побудувати навчально-виховний і спортивний процес у вищому навчальному закладі, щоб усунути ризик травмонебезпеки. Це можна зробити лише завдяки логічно побудованій системі її попередження шляхом реалізації відповідних педагогічних умов.

У другому розділі “Характер та причини виникнення травм студентів у процесі виконання рухових дій” подано результати констатувального експерименту.

З метою виявлення характеру та локалізації ушкоджень опорно-рухового апарату у студентів проведено статистичні дослідження у Волинській обласній клінічній лікарні та Луцькій міській клінічній лікарні. Як свідчать матеріали досліджень (рис. 1), травматизм під час виконання фізичних вправ протягом 10 років залишається досить поширеним явищем. У середньому за рік хлопці

отримують 114–269, дівчата – 37–91 травму. В цілому спостережено тенденцію до певного зростання випадків травматизму студентів (особливо в 2011–2012 роках). Хлопці значно частіше отримують травми. Співвідношення травмованих хлопців до дівчат становить 3 : 1.



**Рис. 1.** Кількість травмованих студентів вищих навчальних закладів м. Луцька

Ці дані підтверджують результати анкетування студентів і викладачів. На запитання анкети щодо наявності травматизму на заняттях із фізичного виховання 74,8 % студентів і 88,2 % викладачів дали ствердну відповідь.

Результати дослідження засвідчують, що найчастіше під час травм у студентів фіксують вивихи, розтягнення, деформації та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів (24,51–72,55 % випадків) і рани, поверхневі пошкодження та пошкодження судин (22,79–67,55 %) (табл. 1). Під час травмування у студентів також виникають внутрішньочерепні травми (0,64–5,96 %), переломи кісток верхніх (0,39–1,98 %) і нижніх (0,37–1,25 %) кінцівок, переломи кісток черепа, хребта (0,37–0,78 %).

*Таблиця 1*

**Локалізація та частота травматичних ушкоджень у студентів, %**

Локалізація ушкоджень	Роки									
	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	
Переломи кісток черепа, хребта й кісток тулуба	–	0,75	–	0,73	0,37	–	0,62	0,78	–	
Переломи кісток верхніх кінцівок	1,98	1,89	0,64	1,1	0,73	0,57	0,94	0,39	–	
Переломи кісток нижніх кінцівок	–	0,75	–	–	0,37	–	1,25	–	–	
Вивихи, розтягнення, деформація та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів	24,51	57,36	65,6	71,69	50,91	65,53	50,0	72,55	72,88	
Рани, поверхневі пошкодження та пошкодження судин	67,55	35,85	33,12	22,79	47,62	32,76	47,19	26,28	26,44	
Внутрішньочерепні травми	5,96	3,4	0,64	3,69	–	1,14	–	–	0,68	



Виявлено, що травми виникають під час різних фізичних навантажень студентів (табл. 2). Найчастіше молодь травмується на заняттях із єдиноборств (18,0–30,7 % випадків), спортивної гімнастики (16,3–29,4 %), футболу (10,7–22,5 %), атлетичної гімнастики (8,4–22,0 %), легкої атлетики (6,3–18,0 %).

Таблиця 2

Характер рухової активності студентів, під час якої було отримано травму, %

Спрямованість навантажень	Кількість травмованих за роками								
	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014
Атлетична гімнастика	10,8	15,4	20,4	14,4	20,6	22,0	15,8	12,3	8,4
Спортивна гімнастика	29,4	27,8	19,3	18,3	21,8	16,3	15,4	17,3	26,1
Легка атлетика	8,1	9,4	18,0	10,3	5,0	6,3	10,4	8,9	9,3
Плавання	0,7	1,0	1,5	1,8	0,3	1,1	2,3	1,5	0,9
Теніс	1,5	6,4	–	5,5	3,7	–	–	7,2	–
Волейбол	3,9	4,0	2,7	3,9	4,3	3,7	8,8	3,9	8,1
Футбол	10,7	13,8	14,0	12,8	13,9	15,4	21,3	18,2	22,5
Баскетбол	4,2	3,9	3,7	4,7	5,0	2,1	8,0	3,3	4,7
Аеробіка, аквааеробіка	–	–	–	–	–	1,1	–	–	–
Єдиноборства	30,7	18,3	20,4	28,3	25,4	32,0	18,0	27,4	20,0

Здебільшого студенти отримували травми під час навчальних (24,7 %) і самостійних та секційних занять (15,4 %), змагань (10,9 %), фізкультурно-масових заходів (8,4 %). Найбільш травмонебезпечні – фізичні вправи, виконані на приладах, падіння, стрибки, удари по м'ячу.

Унаслідок аналізу практики фізичного виховання, анкетних даних з'ясовано основні причини отримання студентами травм під час виконання фізичних вправ: неякісна підготовка місця для заняття, незадовільний стан обладнання та інвентарю, відсутність належного одягу і взуття, перенасиченість спортивного залу, порушення дисципліни, відсутність інструктажу, неправильний підбір фізичних вправ, недоліки в дозуванні фізичних навантажень, недостатнє страхування під час виконання фізичних вправ, неправильне виконання падінь і групвань, порушення вимог лікарського контролю, переоцінка студентами своїх можливостей, в тому та необачність. Вивчаючи причини, через які найчастіше виникають травми, 36,4 % викладачів указують на недоліки методичного характеру, 34,2 % – порушення педагогічного такту, 20 % – порушення вимог організації занять і 9,4 % – професійні й особистісні характеристики педагога. Узагальнюючи результати дослідження, основні причини отримання студентами травм під час виконання фізичних вправ було об'єднано в шість груп: недоліки матеріально-технічного забезпечення занять; порушення санітарно-гігієнічних умов проведення занять; недоліки в методиці проведення заняття; недоліки в організації заняття; порушення вимог лікарського контролю і самоконтролю; низька психофізична підготовленість студентів. Усе це вимагає перегляду організації та методики фізичного виховання студентів з погляду створення безпечних умов занять і профілактики травматизму.

У третьому розділі “Педагогічні умови профілактики травм у процесі виконання студентами фізичних вправ” висвітлено результати формуального педагогічного експерименту.

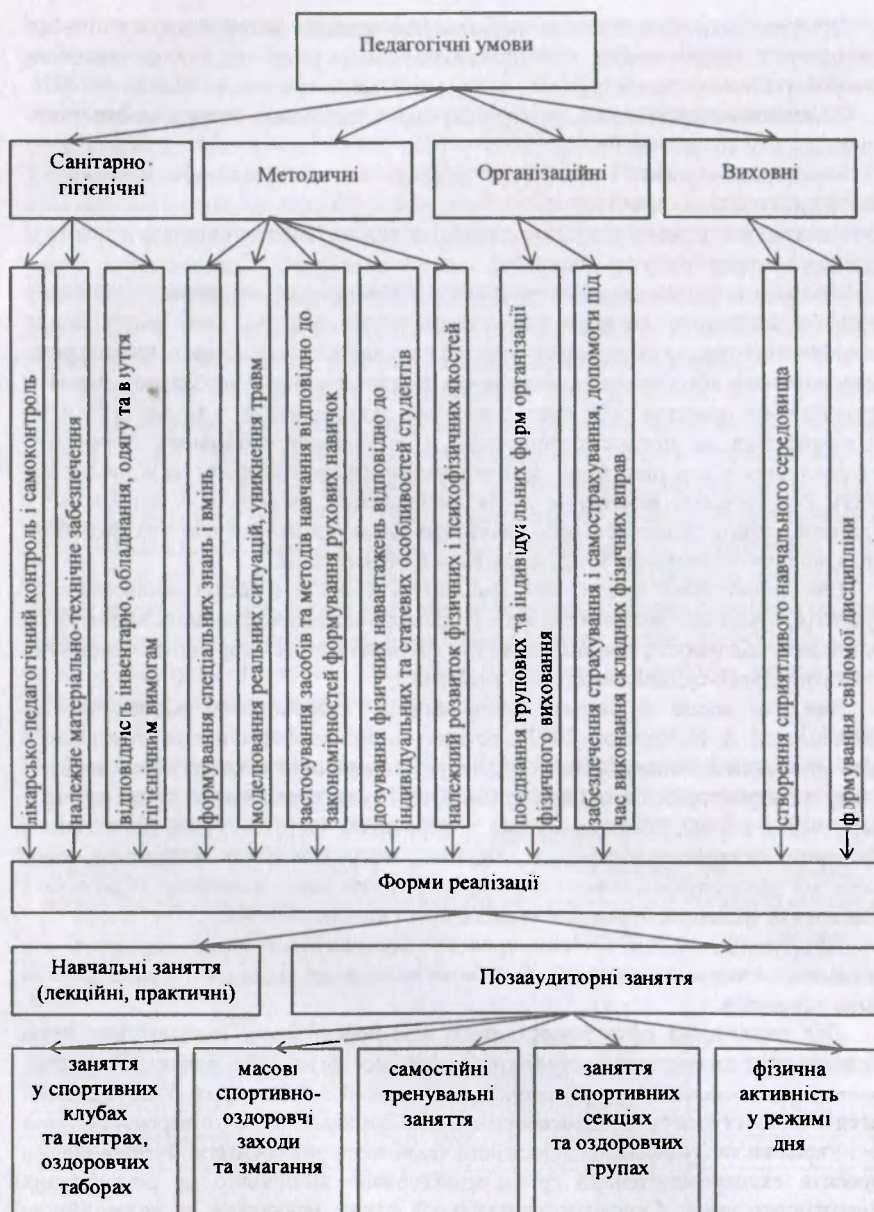
Травматизм у вищих навчальних закладах розглядають як важливу педагогічну, соціальну і медичну проблему. Цілеспрямована діяльність із профілактики травматизму та нещасних випадків під час виконання фізичних вправ – одне з найважливіших завдань викладачів, тренерів, інструкторів, медичних працівників, ректорату. Визначаючи педагогічні умови профілактики травматизму студентів, ми виходили з теоретичних та практичних основ організації фізичного виховання у вищому навчальному закладі. Відповідно до спрямованості й змісту навчальної діяльності, вимог техніки безпеки, морфофункціональних особливостей студентів визначено чотири групи педагогічних умов профілактики травматизму студентів у процесі виконання фізичних вправ (санітарно-гігієнічні, методичні, організаційні, виховні) (рис. 2).

До санітарно-гігієнічних педагогічних умов профілактики травматизму під час виконання фізичних вправ належать лікарсько-педагогічний контроль та самоконтроль; належне матеріально-технічне забезпечення; відповідність інвентарю, обладнання, одягу та взуття гігієнічним вимогам. Група методичних умов об’єднує формування в молоді спеціальних знань і вмінь; моделювання реальних ситуацій уникнення травм; застосування засобів та методів навчання відповідно до закономірностей формування рухових навичок; дозування фізичних навантажень відповідно до індивідуальних та статевих особливостей студентів; належний розвиток фізичних і психофізичних якостей. Організаційні педагогічні умови охоплюють поєднання групових та індивідуальних форм організації фізичного виховання; забезпечення страхування і самострахування, допомоги під час виконання складних фізичних вправ. До виховних умов належать створення сприятливого навчального середовища, формування свідомої дисципліни.

Зазначені педагогічні умови реалізуються під час навчальних занять (лекційних і практичних) та в позааудиторній діяльності (масових спортивно-оздоровчих заходах та змаганнях, самостійних тренувальних заняттях, заняттях у спортивних секціях, клубах, центрах і оздоровчих групах, таборах, під час фізичної активності в режимі дня).

Для попередження травм, зумовлених недоліками в організації та методиці проведення занять, потрібно застосовувати такі педагогічні заходи:

- брати участь у складанні програми й виборі методики занять відповідно до фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров’я студентів;
- контролювати дотримання послідовності в проходженні програмного матеріалу з фізичного виховання;
- встановити контроль за правильною організацією та методикою проведення занять;
- стежити за правильним дозуванням фізичного навантаження з огляду на індивідуальні особливості студентів;
- забезпечувати повноцінну страховку і самостраховку.



**Рис. 2. Педагогічні умови профілактики травматизму студентів у процесі фізичного виховання**

Профілактика травматизму, викликаного вадами матеріально-технічного забезпечення, порушенням санітарно-гігієнічних умов та несприятливими метеорологічними умовами ґрунтується на застосуванні таких педагогічних заходів:

– систематичний контроль, ремонт і перевірка спортивних споруд, майданчиків, обладнання та спорядження;

– дотримання вимог і норм щодо розміщення обладнання та інвентарю у спортивному залі, майданчику;

– дотримання гігієнічних нормативів та вимог щодо температури повітря, освітлення, одягу та взуття студентів;

– вживати заходи для попередження перегрівання чи переохолодження студентів відповідно до пори року, температури повітря, сили вітру. Задля попередження травматизму, причиною якого є недостатній лікарський контроль і самоконтроль або низька психофізична підготовленість, необхідно виявляти перед кожним заняттям осіб, котрі перенесли захворювання, а також студентів, які скаржаться на погане самопочуття, і за потреби відповідно змінювати методику занять для цієї групи. Під час видачі лікарем дозволу на відновлення занять із фізичного виховання після перенесених захворювань чи травм, у медичній довідці зазначити про тимчасове виключення тих або тих фізичних вправ, або про обмеження їх тривалості чи інтенсивності.

Для запобігання травм, що виникають унаслідок недисциплінованості студентів, необхідно запроваджувати у процес виконання фізичних вправ чітку організацію діяльності, припиняти вияви грубості або не спортивної поведінки, вимагати чіткого суддівства під час змагань.

Важливе місце в системі профілактики травматизму, відповідно до рекомендацій А. П. Коноха (2007), посідає методика формування спеціальних умінь і навичок виконання різних падінь у стандартних і ускладнених умовах. З огляду на характер падіння (вперед (на руки-груди, з перекатом через плече, в оберт через плече), вбік (на стегно з перекатом на руки-груди, на стегно з перекатом на спину з наступним обертотом), назад (на спину, у перекид через плече, на руки-груди з поворотом кругом)) розроблено комплекс підвідних і спеціальних фізичних вправ для їх засвоєння і вдосконалення.

Ефективність профілактики травматизму значною мірою залежить від узгодженої роботи викладачів із фізичного виховання, медичних працівників та самих студентів.

Для визначення ефективності реалізації розроблених педагогічних умов профілактики травматизму студентів у процесі фізичного виховання вищих навчальних закладів було проведено педагогічний експеримент. У дослідженні взяли участь студенти Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки та Луцького національного технічного університету. Фізичні вправи студенти експериментальної групи здійснювали відповідно до розроблених педагогічних умов. Студенти контрольної групи навчалися за традиційною методикою викладання фізичного виховання.

Формувальний педагогічний експеримент показав ефективність реалізації запропонованих педагогічних умов серед студентів. В експериментальних групах

протягом педагогічного експерименту не було жодного випадку травматичного ушкодження студентів, а в контрольних групах цей показник становить: в ЛНТУ – чотири травми, а в СНУ – п'ять. Це свідчить про те, що реалізація педагогічних умов профілактики травматизму на практиці необхідна як обов'язкова складова частина навчально-виховного процесу.

Для перевірки ефективності розроблених педагогічних умов профілактики травматизму додатково вивчали рівень теоретичної підготовки щодо попередження травм під час виконання фізичних вправ, швидкість розподілу й переключення уваги, координацію рухів, рівень мотивів та інтересу до фізичного виховання, а також стан фізичної підготовленості студентів, розвиток, яких за результатами дослідження І. А. Брижатої (2011), І. Я. Грубар (2000), А. П. Коноха (2007), сприяє підвищенню рівня безпечного виконання фізичних вправ.

Результати педагогічного експерименту демонструють, що у студентів експериментальних груп інтерес до фізичного виховання значно вищий, порівняно з контрольною. Так, студенти експериментальної групи мають переважно високий, вище середнього та середній інтерес до фізичного виховання та спорту (табл. 3). Кількість молоді з таким рівнем інтересу до фізичного виховання в експериментальній групі на 26,7–27,5 % більша ніж у контрольній. Лише 6,6–14,2 % респондентів оцінили рівень інтересу до фізичного виховання як нижче середній. У контрольній групі значно більший відсоток студентів із низьким, нижче середнього інтересом до виконання фізичних вправ (25,9–32,1 %). Крім того, у контрольній групі збереглися студенти з відсутнім інтересом до виконання фізичних вправ (7,4–9,6 %).

Таблиця 3

**Рівень інтересу до фізичного виховання студентів експериментальних та контрольних груп після педагогічного експерименту, %**

Рівень інтересу	Групи студентів			
	ЛНТУ		СНУ ім. Лесі Українки	
	контрольна група	експериментальна група	контрольна група	експериментальна група
Високий	7,4	23,3	3,2	27,2
Вище середнього	22,3	33,3	16,1	28,2
Середній	37,0	36,8	39,0	30,4
Нижче середнього	18,5	6,6	12,9	14,2
Низький	7,4	–	19,2	–
Інтерес відсутній	7,4	–	9,6	–

За період педагогічного експерименту зросла кількість осіб, які самостійно виконують фізичні вправи, до 43,7 % (у контрольній групі цей показник становить

лише 12,4 %); 31,5 % студентів експериментальної групи почали відвідувати спортивні секції.

Дані свідчать, що рівень теоретичної підготовленості щодо запобігання травм у процесі рухової активності у студентів експериментальних груп значно вищий, ніж у контрольних (табл. 4). Більшість студентів експериментальних груп мають добрі й відмінні оцінки з питань безпечного виконання фізичних вправ. Вони більш старанно відповіли на запитання, дали повні та розширені відповіді, вказуючи на особливості профілактичних заходів під час виконання різних за спрямованістю фізичних вправ.

Таблиця 4

**Рівень теоретичної підготовленості студентів експериментальних та контрольних після педагогічного експерименту, %**

Рівень підготовленості	Групи студентів			
	ЛНТУ		СНУ ім. Лесі Українки	
	контрольна група	експериментальна група	контрольна група	експериментальна група
Незадовільно	37,0	–	38,7	–
Задовільно	29,6	23,3	41,9	23,6
Добре	25,9	43,3	16,1	34,8
Відмінно	7,5	33,4	3,3	41,6

Результати дослідження показують, що у студентів експериментальних груп покращилися вміння виконувати різноманітні падіння у стандартних і ускладнених умовах, показники швидкості розподілу та переключення уваги, координації рухів, фізичної підготовленості.

Отже, педагогічний експеримент показав високу ефективність реалізації у процесі фізичного виховання студентів запропонованих педагогічних умов профілактики травматизму, що є основою для їх широкого впровадження у практику роботи вищих навчальних закладів.

## ВИСНОВКИ

1. Аналіз наукових літературних джерел засвідчує, що основним засобом підвищення фізичної підготовленості, покращення діяльності функціональних систем організму, збереження і зміцнення здоров'я студентів є виконання фізичних вправ. Проте, виконання рухових дій потрібно здійснювати за певними правилами, недотримання яких може призвести до різноманітних травм, що негативно впливають на весь організм людини. У наукових працях зазначено, що від травмування отримує серйозні ушкодження або навіть гине більше дітей і молоді, ніж від усіх інших захворювань, узятих разом.

Встановлено, що найбільш розповсюдженими у студентів є хронічні запальні й дегенеративні зміни опорно-рухового апарату (деформуючий артроз, хронічні періостити, паратеноніти, тендовагініти, міофасцити, міозити), які виникають унаслідок перенесених і недостатньо вилікуваних травм, повторних мікротравм і фізичних перевантажень. Тому одне з найважливіших завдань організації навчально-тренувальної роботи в системі фізичного виховання студентів – профілактика травматизму та безпека занять фізичними вправами. Необхідно так побудувати навчально-виховний і спортивний процес у вищому навчальному закладі, щоб уникнути ризику травмування. Це можна зробити лише завдяки логічно побудованій системі його попередження шляхом реалізації відповідних педагогічних умов.

2. Травматизм під час виконання фізичних вправ – досить поширене явище. Так, 74,8 % респондентів зазначили, що отримували травми на заняттях із фізичного виховання. У середньому за рік студенти вищих навчальних закладів м. Луцька отримують 114–269 (хлопці), 37–91 (дівчата) травму.

Результати дослідження засвідчують, що найчастіше під час травм у студентів фіксують вивихи, розтягнення, деформації та травми зв'язок суглоба й прилеглих м'язів (24,51–72,55 % випадків), рани, поверхневі пошкодження та пошкодження судин (22,79–67,55 %), внутрішньочерепні травми (0,64–5,96 %), переломи кісток верхніх (0,39–1,98 %) і нижніх (0,37–1,25 %) кінцівок, переломи кісток черепа, хребта (0,37–0,78 %).

Більшість травм виникає на заняттях із єдиноборств (18,0–30,7 % випадків протягом року), спортивної гімнастики (16,3–29,4 %), футболу (10,7–22,5 %), атлетичної гімнастики (8,4–22,0 %), легкої атлетики (6,3–18,0 %). Найчастіше студенти отримували травми під час навчальних занять (24,7 %), самостійних та секційних занять (15,4 %), змагань (10,9 %), спортивно-масових заходів (8,4 %). Найбільш травмонезбезпечними є виконання вправ на приладах, падіння, стрибки, удари по м'ячу.

3. Унаслідок аналізу практики фізичного виховання, анкетних даних визначено основні причини отримання студентами травм під час виконання фізичних вправ: недоліки матеріально-технічного забезпечення занять, порушення санітарно-гігієнічних умов проведення занять і вимог лікарського контролю та самоконтролю, вади в методиці проведення та організації занять, низька психофізична підготовленість студентів.

4. Цілеспрямована діяльність із профілактики травматизму і нещасних випадків під час виконання фізичних вправ – одне з найважливіших завдань викладачів, тренерів, інструкторів, медичних працівників, ректорату. Визначаючи педагогічні умови профілактики травматизму студентів, ми виходили з теоретичних та практичних основ організації фізичного виховання у вищому навчальному закладі. Відповідно до спрямованості та змісту навчальної діяльності, вимог техніки безпеки, морфофункціональних особливостей студентів визначено

чотири групи педагогічних умов профілактики травматизму студентів у процесі виконання фізичних вправ: 1) санітарно-гігієнічні (лікарсько-педагогічний контроль та самоконтроль; належне матеріально-технічне забезпечення; відповідність інвентарю, обладнання, одягу та взуття гігієнічним вимогам); 2) методичні (формування спеціальних знань і вмінь; моделювання реальних ситуацій уникнення травм; застосування засобів та методів навчання відповідно до закономірностей формування рухових навичок; дозування фізичних навантажень з огляду на індивідуальні та статеві особливості студентів; належний розвиток фізичних та психофізичних якостей); 3) організаційні (поєднання групових та індивідуальних форм організації фізичного виховання; забезпечення страхування і самострахування, допомоги під час виконання складних фізичних вправ); 4) виховні (створення сприятливого навчального середовища; формування свідомої дисципліни).

5. Педагогічні умови профілактики травматизму студентів реалізуються під час навчальних занять (лекційних і практичних) та в позааудиторній діяльності (масових спортивно-оздоровчих заходах та змаганнях, самостійних тренувальних заняттях, заняттях у спортивних секціях та оздоровчих групах, спортивних клубах та центрах, оздоровчих таборих, під час фізичної активності в режимі дня).

6. Апробація розроблених педагогічних умов профілактики травматизму студентів у процесі виконання фізичних вправ показала її ефективність, що підтверджено:

- відсутністю протягом педагогічного експерименту випадків травматизму у студентів експериментальних груп;

- підвищенням інтересу студентів до фізичного виховання та спорту. Більшість респондентів експериментальних груп (55,4–56,6 %) мали високий і вищий від середнього рівні інтересу до виконання фізичних вправ. У контрольних групах таких студентів значно менше (19,3–29,7 %). Крім того, у контрольних групах збереглися респонденти з відсутнім інтересом до виконання фізичних вправ (7,4–9,6 %);

- збільшенням кількості осіб, які самостійно виконують фізичні вправи, до 43,7 % (у контрольній групі цей показник становить лише 12,4 %); 31,5 % студентів експериментальної групи почали відвідувати спортивні секції;

- зростанням у представників експериментальних груп рівня спеціальної теоретичної підготовленості. Більшість студентів мають добрі й відмінні оцінки з питань безпечного виконання фізичних вправ;

- вірогідним підвищенням у студентів експериментальної групи рівня сформованості вмінь виконувати різноманітні падіння у стандартних і ускладнених умовах;

- покращенням показників швидкості розподілу та переключення уваги, координації рухів, фізичної підготовленості.



Проведене дослідження не розв'язує всіх проблем означеної теми. Подальшого вивчення потребують питання профілактики травматизму студентів під час виконання фізичних вправ середньої і високої інтенсивності залежно від об'єктивних і суб'єктивних показників втоми.

### СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

#### а) у наукових фахових виданнях

1. Гребік О. Профілактика травматизму під час занять гирьовим спортом / О. Гребік // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – № 2 (14). – С. 91–93.
2. Гребік О. В. Стан поширення травматизму під час проведення занять з фізичного виховання студентів / О. В. Гребік // Вісн. Черніг. нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Сер. “Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт”. – 2011. – Вип. 91. – С. 53–55.
3. Гребік О. В. Травматизм у процесі фізичного виховання студентів як педагогічна проблема / О. В. Гребік // Вісн. Черніг. нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Сер. “Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт”. – 2011. – Вип. 86. – С. 251–254.
4. Гребік О. В. Лікарський контроль та його значення для запобігання травматизму на заняттях із фізичного виховання / О. В. Гребік // Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Педагогічні науки. – 2011. – С. 10–13.
5. Гребік О. Профілактика травматизму під час практичних занять із фізичного виховання зі студентами технічного навчального закладу / О. Гребік // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : РВВ “Вежа” Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2012. – № 4 (20). – С. 263–266.
6. Гребік О. В. Причини виникнення травм у процесі фізичного виховання студентів та чинники, що їх обумовлюють / О. В. Гребік // Вісн. Черніг. нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Сер. “Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт”. – 2012. – Вип. 102, т. I. – С. 137–140.
7. Гребік О. Травмопрофілактичні заходи на заняттях зі спортивної гімнастики серед студентів / О. Гребік // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. – Луцьк : [б. в.], 2013. – № 1 (21). – С. 156–159.

#### б) у закордонних виданнях

8. Гребік О. В. Попередження травм на заняттях з пінг-понгу серед студентів вищих закладів освіти / О. Гребік // Сборник научных трудов SWorld. – Иваново : МАРКОВА АД, 2013. – Вып. 4, т. 55. – С. 54–58.
9. Grebik O. V. Warning of traumas on employments after ping-pong among students of higher establishments of education [Electronic resource] / O. V. Grebik // Modern scientific research and their practical application / edited by Alexandr G.

Shibaev, Alexandra D. Markova. Vol. J11413. – Asses mode : <http://www.sworld.com.ua/e-journal/j11413.pdf>

10. Гребік О. В. Педагогические условия профилактики травматизма среди студентов вузов во время занятий настольным теннисом / О. В. Гребік // Перспективы науки и образования. – Воронеж : ООО “Экологическая помощь”, 2014. – № 3 (9). – С. 90–92.

#### в) в інших виданнях

11. Гребік О. В. Загальна характеристика травматизму / О. В. Гребік // Актуальні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді методами фізичної культури : зб. матеріалів I Всеукр. наук.-метод. конф. – Х. : ХНАДУ, 2011. – Т. 1. – С. 158–161.

12. Гребік О. В. Форми попередження травматизму / О. В. Гребік // Сучасні проблеми та теоретико-методичні аспекти реалізації фізичного виховання студентської молоді : тези Всеукр. наук.-практ. конф. – Луцьк : РВВ ЛНТУ, 2011. – С. 10–12.

13. Гребік О. В. Попередження травматизму на заняттях з фізичного виховання в умовах вищої школи / О. В. Гребік // Реалізація принципів і завдань Болонського процесу : зб. тез доп. Всеукр. наук.-метод. конф. – Луцьк : РВВ ЛНТУ, 2011. – С. 163.

14. Гребік О. В. Класифікація та ознаки травм, що виникають під час виконання фізичних вправ [Електронний ресурс] / О. В. Гребік // Спортивна наука України : наук. вісн. Львів. держ. ун-ту фіз. культури. – 2011. – № 2. – С. 68–73. – Режим доступу : <http://www.sportscience.org.ua/index.php/Arhiv.html>

15. Гребік О. В. Педагогічні умови профілактики травматизму студентів у процесі фізичного виховання : метод. вказівки для студ., викладачів фіз. виховання / О. В. Гребік. – Луцьк : РВН ЛНТУ, 2012. – 64 с.

16. Гребік О. В. Педагогічні заходи попередження травм, нещасних випадків та ушкоджень серед студентів під час занять фізичними вправами : метод. вказівки для студ., викладачів фіз. виховання / О. В. Гребік. – Луцьк : РВН ЛНТУ, 2012. – 60 с.

17. Гребік О. В. Профілактика травматичних ушкоджень в процесі фізичного виховання / О. В. Гребік // Актуальні проблеми та перспективи науки і виробництва (гуманітарний напрям) : тези XXVI Наук.-техн. конф. проф.-викл. складу. – Луцьк : ННВ ЛНТУ, 2012. – С. 6–7.

#### АНОТАЦІЇ

**Гребік О. В. Педагогічні умови профілактики травматизму студентів у процесі фізичного виховання.** – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук зі спеціальності 13.00.02 – теорія і методика навчання (фізична культура, основи здоров'я). – Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2015.

У дисертації визначено педагогічні умови профілактики травматизму студентів під час виконання фізичних вправ: санітарно-гігієнічні (лікарсько-педагогічний контроль та самоконтроль; належне матеріально-технічне забезпечення; відповідність інвентарю, обладнання, одягу та взуття гігієнічним вимогам); методичні (формування спеціальних знань і вмінь; моделювання реальних ситуацій уникнення травм; застосування засобів та методів навчання відповідно до закономірностей формування рухових навичок; дозування фізичних навантажень з огляду на індивідуальні та статеві особливості студентів; належний розвиток фізичних та психофізичних якостей); організаційні (поєднання групових та індивідуальних форм організації фізичного виховання; забезпечення страхування і самострахування, допомоги під час виконання складних фізичних вправ); виховні (створення сприятливого навчального середовища; формування свідомої дисципліни).

Педагогічні умови профілактики травматизму студентів реалізувалися під час навчальних занять та в позааудиторній діяльності. Було доведено високу їх ефективність, що підтверджено відсутністю травм, підвищенням інтересу студентів до фізичного виховання, збільшенням кількості осіб, які самостійно виконують фізичні вправи, зростанням рівня спеціальних знань і вмінь, підвищенням швидкості розподілу та переключення уваги, координації рухів, фізичної підготовленості.

**Ключові слова:** травматизм, фізичне виховання, студенти, педагогічні умови, профілактика, вищі навчальні заклади.

**Гребик О. В. Педагогические условия профилактики травматизма студентов в процессе физического воспитания. – Рукопись.**

Диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук по специальности 13.00.02 – теория и методика обучения (физическая культура, основы здоровья). – Восточноевропейский национальный университет имени Леси Украинки, Луцк, 2015.

Результаты исследования свидетельствуют, что основным средством повышения физической подготовленности, улучшения деятельности функциональных систем организма, сохранения и укрепления здоровья студентов является выполнение физических упражнений. Однако, выполнение двигательных действий должно осуществляться по определенным правилам, несоблюдение которых может привести к различным травмам, которые негативно влияют на весь организм человека. В научных трудах отмечается, что от травмирования получают серьезные повреждения или даже погибают больше детей и молодежи, чем от всех заболеваний, вместе взятых.

Установлено, что наиболее распространенными у студентов есть хронические воспалительные и дегенеративные изменения опорно-двигательного аппарата

БІБЛІОТЕКА  
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО  
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ  
КУЛЬТУРИ

(деформирующий артроз, хронические периоститы, паратенониты, тендовагиниты, миофасциты, миозиты), которые возникают вследствие перенесенных и недостаточно излеченных травм, повторных микротравм и физических перегрузок. Поэтому одна из важнейших задач организации учебно-тренировочной работы в системе физического воспитания студентов – профилактика травматизма и безопасность занятий физическими упражнениями. Необходимо так построить учебно-воспитательный и спортивный процесс в высшем учебном заведении, чтобы исключить риск травмирования. Это можно сделать только за счет логически построенной системы его предупреждения путем реализации соответствующих педагогических условий.

Травматизм во время выполнения физических упражнений является довольно распространенным явлением. Так, 74,8 % респондентов отметили, что получали травмы на занятиях по физическому воспитанию. В среднем за год студенты высших учебных заведений Луцка получают 114–269 (мальчики), 37–91 (девочки) травму. Результаты исследования свидетельствуют, что чаще всего при травмах у студентов наблюдаются вывихи, растяжения, деформация и травмы связок сустава и прилегающих мышц (24,51–72,55 % случаев), раны, поверхностные повреждения и повреждения сосудов (22,79–67,55 %), внутрочерепные травмы (0,64–5,96 %), переломы костей верхних (0,39–1,98 %) и нижних (0,37–1,25 %) конечностей, переломы костей черепа, позвоночника (0,37–0,78 %).

Подавляющее большинство травм возникает на занятиях по единоборствам (18–30,7 % случаев в течение года), спортивной гимнастике (16,3–29,4 %), футболу (10,7–22,5 %), атлетической гимнастике (8,4–22 %), легкой атлетике (6,3–18 %). Чаще всего студенты получали травмы во время учебных занятий (24,7 %), самостоятельных и секционных занятий (15,4 %), соревнований (10,9 %), спортивно-массовых мероприятий (8,4 %). Наиболее травмоопасными являются выполнения упражнений на приборах, падения, прыжки, удары по мячу.

В результате анализа практики физического воспитания, личных данных определены основные причины получения студентами травм во время выполнения физических упражнений: недостатки материально-технического обеспечения занятий, нарушение санитарно-гигиенических условий проведения занятий и требований врачебного контроля и самоконтроля, недостатки в методике проведения и организации занятия, низкая психофизическая подготовленность студентов.

Целенаправленная деятельность по профилактике травматизма и несчастных случаев во время выполнения физических упражнений – одна из важнейших задач преподавателей, тренеров, инструкторов, медицинских работников, ректората. Согласно направленности и содержания учебной деятельности, требований техники безопасности, морфофункциональных особенностей студентов определены четыре группы педагогических условий профилактики

травматизма студентов в процессе выполнения физических упражнений: санитарно-гигиенические (врачебно-педагогический контроль и самоконтроль; надлежащее материально-техническое обеспечение, соответствие инвентаря, оборудования, одежды и обуви гигиеническим требованиям); методические (формирование специальных знаний и умений; моделирование реальных ситуаций избежать травм, применение средств и методов обучения в соответствии с закономерностями формирования двигательных навыков; дозирование физических нагрузок в соответствии с индивидуальными и половыми особенностями студентов; надлежащее развитие физических и психофизических качеств); организационные (сочетание групповых и индивидуальных форм организации физического воспитания, обеспечение страхования и самострахования, помощи при выполнении сложных физических упражнений); воспитательные (создание благоприятной учебной среды; формирование сознательной дисциплины).

Реализация педагогических условий профилактики травматизма студентов осуществляется во время учебных занятий (лекционных и практических) и внеаудиторной деятельности (массовых спортивно-оздоровительных мероприятиях и соревнованиях, самостоятельных тренировочных занятиях, занятиях в спортивных секциях и оздоровительных группах, физической активности в режиме дня, занятиях в спортивных клубах и центрах, оздоровительных лагерях).

Апробация разработанных педагогических условий профилактики травматизма студентов в процессе выполнения физических упражнений показала их эффективность, что подтверждается отсутствием травм, повышением интереса студентов к физическому воспитанию, увеличением количества лиц, самостоятельно выполняющих физические упражнения, ростом уровня специальных знаний и умений, повышением скорости распределения и переключения внимания, координации движений, физической подготовленности.

**Ключевые слова:** травматизм, физическое воспитание, студенты, педагогические условия, профилактика, высшие учебные заведения.

**Hrebik O. V. Pedagogical conditions of injury prevention of students' in physical education.** – Manuscript.

Dissertation for the degree of PhD by specialty 13.00.02 – theory and methods of teaching (physical education, basics of health). – Lesya Ukrainka Eastern European National University, Lutsk, 2015.

Pedagogical conditions of injury prevention of students during the physical exercise have been determined: hygiene (medical and pedagogical control and self-control, appropriate logistical support, compliance tools, equipment, clothes and shoes due to hygiene requirements), methodical (the formation of specialized knowledge and skills, modeling real situations of avoiding injury, using tools and teaching methods according to patterns of motor skills, the dosage of physical load to

the individual and gender characteristics of students, proper development of physical and psychological qualities), organizational (combination of group and individual forms of physical education, ensuring insurance and self-insurance, assistance during the implementation of complex physical exercises), educational (the creation of a favorable learning environment, the formation of conscious discipline).

Realization of pedagogical conditions of injury prevention of students during classes has been carried out and during extracurricular activities their high efficiency has been proved, as confirmed by the absence of injuries. The students' interest to physical education, the number of people who independently perform physical exercises, the levels of special knowledge and skills, the speed of distribution and switching of attention, the motor coordination, physical preparedness have been increased.

**Key words:** injuries, physical education, students, pedagogical conditions, prevention, Higher educational institutions (Universities).