

15.11.15.3
519

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Харківська державна академія фізичної культури

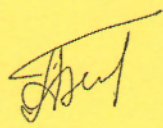
БАКАНОВА ОЛЕКСАНДРА ФЕЛІКСІВНА

УДК: 796.011.3:376.352

**ОРГАНІЗАЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ
НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РЕФОРМУВАННЯ
ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

24.00.02 – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення

АВТОРЕФЕРАТ
дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання та спорту



Дисертацією є рукопис.

Робота виконана в Національному аерокосмічному університеті імені М. Є. Жуковського «ХАІ», Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України.

Науковий керівник: кандидат наук з фізичного виховання та спорту
Бурень Ніна Володимирівна,
Севастопольський національний технічний університет, доцент кафедри фізичного виховання і спорту.

Офіційні опоненти: доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор
Козіна Жаннета Леонідівна,
Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, завідувач кафедри циклічних видів спорту та спортивних ігор;

кандидат біологічних наук, доцент

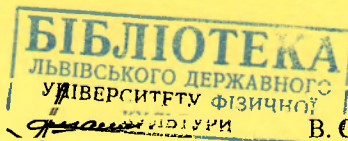
Глазирін Іван Дмитрович,
Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, завідувач кафедри фізичного виховання.

Захист відбудеться 28 березня 2013 р. о 12⁰⁰ годині на засіданні спеціалізованої вченої ради К 64.862.01 у Харківській державній академії фізичної культури за адресою: 61058, м. Харків, вул. Клочківська, 99.

З дисертацією можна ознайомитись у бібліотечі Харківської державної академії фізичної культури (61058, м. Харків, вул. Клочківська, 99).

Автореферат розісланий 27 лютого 2013 р.

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради



В. С. Ашанін

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Забезпечуючи підготовку висококваліфікованих фахівців у різних галузях трудової діяльності і сфери виробництва, вищі навчальні заклади України мають створювати умови для формування й забезпечення здорового способу життя студентської молоді, які дають змогу не тільки сформувати високоінтелектуального фахівця, але й фізично розвиненого і фізично підготовленого індивіда, здатного ефективно виконувати свої громадські обов'язки перед суспільством.

Навчання у вищій школі є одним з проміжних етапів формування майбутнього фахівця, під час якого питання фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичного стану мають свої особливості організації і складності рішення.

Студентська молодь поповнюється випускниками середніх загальноосвітніх шкіл. Відповідно до офіційної статистики близько 90 % школярів мають різного рівня відхилення в стані здоров'я (Т. Ю. Круцевич, 2000, 2002, 2005, 2007). Таке положення потребує негайного його вирішення на рівні всього комплексу оздоровчих, освітніх і виховних завдань, оскільки формування здорового способу життя не може здійснюватися примусовими заходами (Н. А. Агаджанян, А. Н. Кислицын, 2002, 2004; Н. А. Агаджанян, А. Г. Марачев, Г. О. Бобков, 1999).

Специфіка студентської праці полягає в необхідності виконання великого обсягу інтелектуальної праці, що призводить до обмеження необхідної рухової діяльності й гіподинамії, яка спричиняє деякі відхилення у стані здоров'я студентів (В. А. Друзь, 2010; В. С. Ашанін; 2002, І. Д. Глазирін, 2010; Н. В. Бурень, 2008; Ж. Л. Козіна, 2009). Це зумовлює необхідність організації адекватних форм фізичного виховання, коли треба враховувати початковий рівень фізичного здоров'я, фізичного розвитку, що відповідають віковій нормі і фізичній підготовленості, які є необхідними для ефективної життєдіяльності в умовах специфічного навантаження в життєвому режимі студентів.

Виходячи з високої актуальності цієї проблеми, було визначено тему дисертаційного дослідження: «Організація фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищих навчальних закладів».

Зв'язок роботи з науковими програмами, темами. Дисертаційні дослідження виконано відповідно до теми 3.8 «Теоретико-методичні засади побудови системи масового контролю і оцінки рівня розвитку й фізичної підготовленості різних груп населення» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр. (№ держреєстрації 0111U000192). Роль автора полягає у модифікації та розробці нових методів дослідження, проведенні досліджень і обробці їх результатів. В сумісних працях обґрунтовані теоретичні положення та висновки.

Мета дослідження: обґрунтування й розробка критеріїв доступності фізичних навантажень різної спрямованості під час фізичного виховання студентів з урахуванням їх морфофункціонального розвитку й рівня фізичної підготовленості.

Завдання дослідження:

1. Провести аналіз науково-методичної літератури з метою встановлення існуючих підходів і вимог до організації фізичного виховання, що враховує індивідуальні особливості фізичного розвитку, норми фізичної підготовленості і фізичного стану.

2. Обґрунтувати необхідність побудови індивідуальних норм обсягів та інтенсивності фізичних навантажень з урахуванням вікового і соматипічного розвитку студентської молоді.

3. Встановити мотиваційний інтерес студентської молоді до занять фізичною культурою та їх уявлення про здоровий спосіб життя.

4. Дослідити вплив занять з фізичного виховання на соматичне здоров'я студентів.

5. Узагальнити результати досліджень і дати рекомендації щодо організації фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищої школи.

Об'єкт дослідження: фізичне виховання студентів.

Предмет дослідження: організація фізичного виховання студентської молоді з урахуванням їх індивідуальних особливостей фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану.

Методи дослідження: аналітичний огляд науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, тестування, педагогічний експеримент, анкетування, соматометрія, фізіологічні методи контролю (пульсометрія, вимірювання артеріального тиску, динамометрія, спірометрія, аналіз даних медичного обстеження), методи математичної статистики.

Наукова новизна одержаних результатів:

1. Вперше в організації фізичного виховання студентської молоді розроблено систему класифікації фізичного розвитку, фізичного виховання студентської молоді з визначенням їх схильності до різних видів рухової діяльності, що дозволяє вирішити питання їх індивідуалізованого фізичного навантаження.

2. Вперше розроблено критерії достатнього рівня фізичної підготовленості для відповідного вікового рівня фізичного розвитку студентської молоді з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей.

3. Вперше проведено модифікацію методів антропометричного оцінювання рівня фізичного розвитку, яка дає змогу змінити кількість використаних критеріїв для здійснення вимірювань, що є достатніми для необхідного результату порівняння.

4. Вперше встановлено найбільш характерні види захворювань у студентів, які належать до серцево-судинних, шлунково-кишкових, опорно-рухових функціональних систем, і які найбільш поширені на першому курсі навчання у вищому навчальному закладі. Показано, що студенти, які є найбільш схильними до певних видів захворювань, мають характерний соматотип і схожі соціально-побутові умови їх життя.

5. Доповнено дані про рівень фізичної підготовленості й функціонального стану студентської молоді та значущості факторів негативного впливу на їхнє здоров'я.

Практичне значення одержаних результатів полягає в розробленні методу систематизації індивідуальних особливостей соматотипів студентської молоді, що забезпечує, з урахуванням їх фізичного розвитку, певну схильність до доступної для них фізичної діяльності. Визначено мінімально достатній для відповідного віку індивідуальний рівень рухової активності й адекватний йому рівень фізичної підготовленості. Результати досліджень дозволяють конкретизувати методичні рекомендації щодо організації фізичного виховання студентської молоді.

Результати досліджень впроваджено в практичну діяльність і навчальний процес Національного аерокосмічного університету ім. М.С. Жуковського «ХАІ», Харківської державної академії фізичної культури, що підтверджено актами впровадження.

Особистий внесок здобувача полягає у визначенні спрямованості дослідження, об'єкту, мети, завдань, обґрунтуванні методів дослідження, отриманні теоретичного й експериментального матеріалу, розробленні критеріїв оцінювання, норм фізичної підготовленості для студентів, аналізі та узагальненні результатів дослідження, написанні дисертаційної роботи. В працях, виконаних у співавторстві, дисертантові належать обґрунтування теоретичних положень та висновків за результатами проведених досліджень, а також організація цих досліджень.

Апробація результатів дисертації. Основні теоретичні положення й експериментальні результати дисертаційного дослідження доповідалися на науково-практичних семінарах кафедри фізичного виховання і спорту Національного аерокосмічного університету «ХАІ» ім. М. С. Жуковського «ХАІ», II Міжнародній конференції «Strategy of Quality in Industry and Education» (Варна, 2006), II Міжнародній науково-практичній конференції «Освіта та віртуальність» (Ялта, 2007), Міжнародній конференції «Наука і освіта» (Прага, 2008), X Всеукраїнській науково-практичній конференції «Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України» (Суми, 2010), XIV Міжнародному науковому конгресі «Олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2010).

Публікації. Результати дослідження опубліковано у 22 працях, з них: 10 статей у наукових фахових виданнях, затверджених Міністерством освіти і науки, молоді та спорту України, з яких чотири – одноосібних.

Структура та обсяг роботи. Дисертаційна робота викладена на 260 сторінках, основний текст – на 234 сторінках машинописного тексту; складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, практичних рекомендацій, списку використаної літератури, актів впровадження. Список літератури вміщує 247 джерел, з яких 18 – іноземних. Робота ілюстрована 56 рисунками і 47 таблицями.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У вступі обґрунтовано вибір теми, її актуальність, визначено об'єкт, предмет, мету, завдання й методи наукових досліджень, наведено наукову новизну й практичну значущість, особистий внесок здобувача і дані про апробацію результатів проведених досліджень.

У першому розділі «**Стан проблеми організації фізичного виховання на сучасному етапі соціального розвитку освіти**» проведено аналіз та узагальнення науково-методичної літератури за темою дисертаційної роботи. Зазначено, що система фізичного виховання, яку побудовано за принципом критеріїв фізичної підготовленості для складання нормативних вимог, повинна забезпечити готовність здійснювати професійну діяльність в умовах освітнього середовища свого часу. На сьогодні істотно змінився перерозподіл фізичної й розумової праці в організації виробничої і побутової діяльності. Фізичне виховання на всіх етапах життєвого циклу індивіда має, перш за все, забезпечити необхідний фізичний вплив на організм людини для правильного фізичного розвитку, та виявити межу, коли його недостатньо або надмірного шкідливого впливу.

Нормативні вимоги, які були основою організації вузівського фізичного виховання в попередній період, виявилися неприйнятними сьогодні й можуть бути тільки показниками фізичної підготовленості попереднього періоду. Змінення соціальних умов життя суттєво позначилося на фізичному розвитку молоді, що звичайно відбилося на доступності нормативних вимог до фізичної підготовленості, особливо, в окремих якісних її складових.

При будіванні системи державних стандартів в оцінюванні фізичної підготовленості студентів вузів України на сучасному етапі, яка базується на індивідуальних особливостях фізичного розвитку особистості, основною складністю вирішення питання стає використання індивідуальних норм фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану. У багатьох випадках виникли протиріччя між середньостатистичним характером оцінюваних нормативних вимог та індивідуальних норм фізичних можливостей студентів, яких обстежували.

Ця складність виявилася характерною не тільки в системі організації фізичного виховання, але й у цілому в біології і медицині. Тому при вирішенні питання формування здорового способу життя студентської молоді в першу чергу постало завдання визначення критеріїв оцінювання індивідуальних норм фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичного стану й, насамперед, фізичного здоров'я, що й стало одним із завдань другого розділу дисертаційної роботи.

У *другому розділі «Методи та організація дослідження»* наведено та обґрунтовано методи дослідження, які відповідають меті та завданням, об'єкту та предмету дослідження, відображено його організацію, подано відомості про контингент обстежуваних.

Дослідження проводилися на базі Національного аерокосмічного університету ім. М. С. Жуковського «ХАІ». Дослідження проводилися з 2005 р. до 2011 р. і координувалися з аналогічною спрямованістю робіт в інших вузах України, таких, як Харківський національний університет радіоелектроніки, Прикарпатський національний університет ім. Василя Стефаника і Харківська державна академія фізичної культури.

Згідно з поставленими завданнями дослідження проводилося у три етапи з 2005 по 2011 рік.

На *першому етапі* дослідження (2005–2006 рр.) було проведено аналіз та узагальнення науково-методичної літератури за темою дисертаційної роботи, вивчено теоретичні та методичні щодо аспекти організації фізичного виховання студентської молоді, сформульовано об'єкт, предмет, мету, завдання й методи наукових досліджень.

На *другому етапі* дослідження (2007–2010 рр.) було проаналізовано динаміку порушень у стані здоров'я студентів. В обстеженні взяли участь 3629 студентів Національного аерокосмічного університету ім. М. С. Жуковського «ХАІ».

Крім того, щорічно проводилося анкетування студентської молоді для дослідження структури їхнього способу життя і розуміння ними суті здорового способу життя за методикою Г. В. Ложкіна і В. П. Войтенко.

Під час оцінювання функціонального стану використовувалися методики визначення систолічного об'єму крові за формулою Стара; хвилинного об'єму крові; артеріального тиску; середнього тиску за формулою Хінека; індексу напруги міокарда; сезонної динаміки кардіореспіраторної системи за методикою Вейла. Для встановлення особливостей артеріального тиску використовувалася спеціально

розроблена номограма характеристик артеріального тиску у формі двомірного семантичного простору з одночасним поданням систолічного, діастолічного й пульсового тиску крові.

Для оцінювання фізичного розвитку студентів використовувались антропометричні показники соматотипу, при цьому було оцінено ефективність показників довжини тіла й маси, індексів Брока, Пінье, Рорера, Хірата. На їх основі було розроблено номограму якісної характеристики показників довжини тіла й маси, що дає змогу деталізувати індивідуальні особливості фізичного розвитку соматотипу.

Оскільки показники довжини й маси тіла є мінімально достатніми для оцінювання біологічного віку, що є відображенням фізичного розвитку організму, було використано більш детальну методику диференційної діагностики соматотипу М. Я. Брейтмана.

На основі антропометричної діагностики особливостей фізичного розвитку і донозологічної діагностики схильності до певних конституційних захворювань було розроблено їхню модифікацію, що дає змогу збільшувати кількість додаткових параметрів для більш глибокої деталізації характеристик порівнюваних індивідуумів.

Оцінювання психічного стану здійснювалось з допомогою тесту «Спілберґера-Ханіна-Тейлора». Стан здоров'я оцінювався на основі висновку лікарів, що проводили щорічні медичні огляди студентів університету.

Систематизація порушень у стані здоров'я студентів проводилася за методикою Накатані. Загальна схема інформаційного потоку обстежень і його обробка здійснювалися в комп'ютерному варіанті (рис. 1).

На *третьому етапі* (2010–2011 рр.) було проведено теоретичне узагальнення результатів дослідження щодо необхідності введення індивідуального контролю за станом фізичного здоров'я на основі розроблених тестів оцінювання особливостей фізичного розвитку, початкового рівня фізичної підготовленості й поточного фізичного стану студентів. Сформульовано основні висновки та методичні рекомендації для забезпечення самостійного контролю студентами за своїм фізичним станом, оформлено дисертаційну роботу.

У *третьому розділі* «Аналіз стану фізичного розвитку, фізичної підготовленості і фізичного стану в організації «здорового способу життя» студентської молоді «ХАІ» наведено результати досліджень, що стосуються організації фізичного виховання студентів Національного аерокосмічного університету ім. М. Є. Жуковського «ХАІ». Щорічні анкетування студентів показують, що студенти першого курсу вкрай неоднозначно сприймають поняття здорового способу життя й життєвих цінностей в системі навчання у ВНЗ. Виявляється недостатність шкільних знань, щоб розібратися у факторах середовища з урахуванням їхньої значущості у позитивному й негативному впливі на фізичне здоров'я та формування здорового способу життя. У цілому це відображається на ставленні до занять з фізичного виховання як до другорядного предмету.

Щорічне анкетування студентів на предмет їх ставлення до фізичного виховання й розуміння змісту здорового способу життя дає змогу коригувати освітню роботу в цьому напрямку, що дає суттєвий позитивний результат. Якщо на першому курсі тільки 10 % студентів правильно розуміють значущість фізичного виховання для збереження свого здоров'я та до 82 % мають шкідливі звички

(куріння й вживання алкогольних напоїв різної міцності), то вже на другому курсі значна частина за 82 % добровільно займаються фізичною підготовкою.

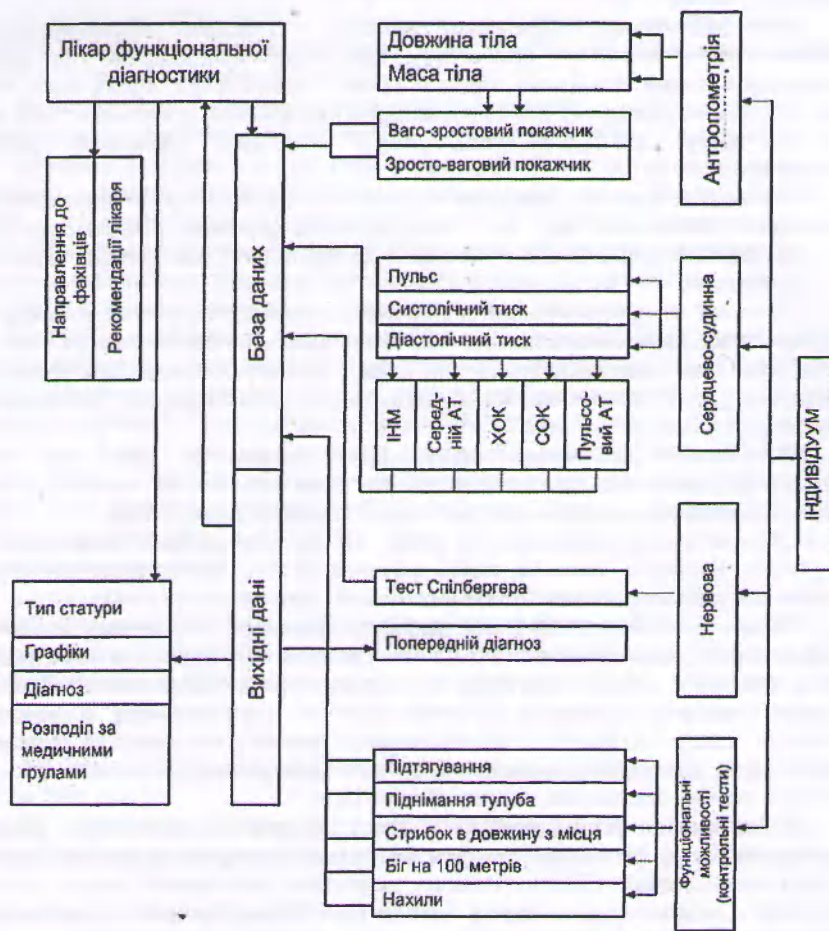


Рис. 1. Загальна схема інформаційного потоку обстежень

Негативне ставлення до занять фізичної культури і неправильне розуміння суті здорового способу життя призводить до того, що протягом першого року навчання у В значно збільшується відсоток студентів, які мають порушення в стані свого здоров'я. Це відображено в результатах профоглядів, що проводяться щорічно в студентській поліклініці № 20 міста Харкова.

Оцінка фізичної підготовленості студентів Національного аерокосмічного університету ім. М. Є. Жуковського «ХАІ» за прийнятими державними тестами показала, що найбільш слабкою ланкою є показники фізичної витривалості. Незадовільний результат спостерігався як у юнаків – 54,4 %, так і у дівчат – 63,7 %.

Однак, слід зазначити, що такий великий відсоток незадовільної фізичної підготовленості значною мірою визначається критеріями оцінювання якісної характеристики рухової діяльності.

Перехід від середньостатистичного підходу в побудові занять з фізичного виховання й оцінювання його результату до індивідуального, ґрунтованого на врахуванні особливостей фізичного розвитку, початкової фізичної підготовленості й поточного фізичного стану, привів до необхідності оцінювання індивідуального фізичного функціонального стану студентів. Після проведеного обстеження було виявлено сезонні коливання в динаміці показників серцево-судинної системи. Введення критеріїв індивідуальної варіативності цієї динаміки показало, що середньостатистичні норми оцінювання фізичного стану, які використовуються, призводять до недостатньо обґрунтованого завищення показань приграничної артеріальної гіпертензії серед студентської молоді. Для врахування індивідуальних особливостей реакції серцево-судинної системи на фізичне навантаження було розроблено й упроваджено в практику тестові ортостатичні проби.

Систематизація за методом Накатані переліку порушень у стані здоров'я студентів, виявлених при плановому проведенні щорічних медичних оглядів, дала змогу встановити їх динаміку протягом трьох років досліджень. Узагальнені порівняльні дані проведених досліджень наведені в табл. 1.

Таблиця 1

Порівняльне відсоткове співвідношення захворювань за три роки

№ п/п	Захворювання	2007/08		2008/09		2009/10		За три роки	
		навч. рік		навч. рік		навч. рік			
		1217	100%	1218	100%	1194	100%	3629	100%
1.	Серцево-судинної системи	127	9,64%	109	8,95%	282	23,60%	518	14,06%
2.	Нервової системи	57	4,33%	59	4,84%	99	8,29%	215	5,82%
3.	Опорно-рухової системи	113	8,98%	76	6,24%	217	18,17%	406	11,13%
4.	Шлунково-кишкового тракту	89	6,76%	115	9,44%	305	25,54%	509	13,98%
5.	Ендокринні	12	0,91%	16	1,31%	48	4,02%	76	2,08%
6.	Дихальної системи	35	2,66%	7	0,57%	44	3,69%	86	2,3%
7.	Сечостатевої системи	28	2,13%	37	3,04%	164	13,74%	229	6,3%
8.	Суглобів	24	1,82%	14	1,15%	20	1,68%	58	1,55%
9.	Офтальмологічні	68	5,16%	97	7,96%	168	14,07%	333	9,06%
10.	Респіраторні	19	1,44%	22	1,81%	32	2,68%	73	2%

Примітка. У кожному рядку групи захворювань вказано число студентів, що мають відповідне відхилення в стані здоров'я; серед обстежених студентів є такі, що тимчасово мають декілька захворювань.

Найбільш істотними по значущості й частоті прояву стали захворювання серцево-судинної системи, шлунково-кишкового тракту й опорно-рухової системи. Ці порушення інтенсивно збільшуються в період навчання на першому курсі й стабілізуються до третього курсу. Стабільність цього явища протягом тривалого періоду як у Національному аерокосмічному університеті ім. М. Є. Жуковського «ХАІ», так і в інших вузах міста свідчить про присутність стабільних чинників їх життєдіяльності в студентському середовищі, що спричиняють негативний вплив на стан фізичного здоров'я.

Найбільш характерні порушення і захворюваність серед студентської молоді, які мають сталу статистичну стійкість наведені на рис. 2.

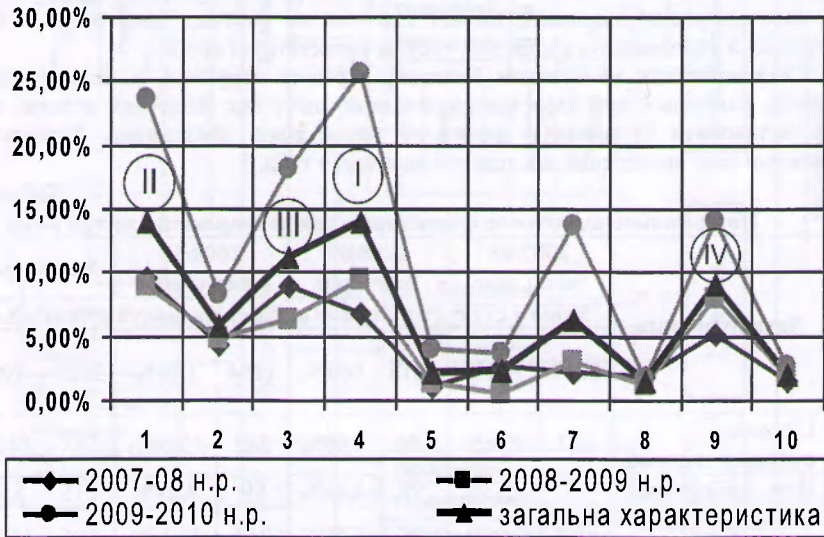


Рис. 2. Порівняльна характеристика захворювань за 2007–2010 рр.

1 – серцево-судинної системи, 2 – нервової системи, 3 – опорно-рухової системи, 4 – шлунково-кишкового тракту, 5 – ендокринні, 6 – дихальної системи, 7 – сечостатевої системи, 8 – суглобів, 9 – офтальмологічні, 10 – респіраторні.

У силу схильності окремої кількості студентів до певних захворювань у період навчання у вузі було звернуто увагу на необхідність оцінювання особливостей індивідуального фізичного розвитку студентів та зіставлення цих особливостей із їхніми захворюваннями, що найбільш часто спостерігаються. З цієї метою було використано модифіковані методи оцінювання фізичного розвитку К. Хірата і М. Я. Брейтмана за антропометричними критеріями будови соматотипу, які використовуються для донозологічної діагностики схильності індивідів до певних конституціональних захворювань. Отримані результати свідчать, що між певним

конституціональним соматотипом і захворюваннями, що найбільш часто спостерігалися, існує чітко виявлений зв'язок.

Графічне порівняння зросто-вагових співвідношень структури соматотипу з найбільш характерними захворюваннями у студентів вказує на те, що певні захворювання пов'язані з особливостями соматипічної будови тіла, яка має аллометричні відхилення від статистичного стандарту в межах другого стандартного відхилення та більше ($\geq\sigma$).

На рис. 3 наведені узагальнені дані про зв'язок найбільш характерних захворювань серед студентської молоді з особливостями їх соматипічного фізичного розвитку.

Цей факт залишався до сьогодні без належної уваги як з боку загального підходу в організації здорового способу життя студентів, так і з боку організації системи фізичного виховання як складового компонента здорового способу життя в цілому.

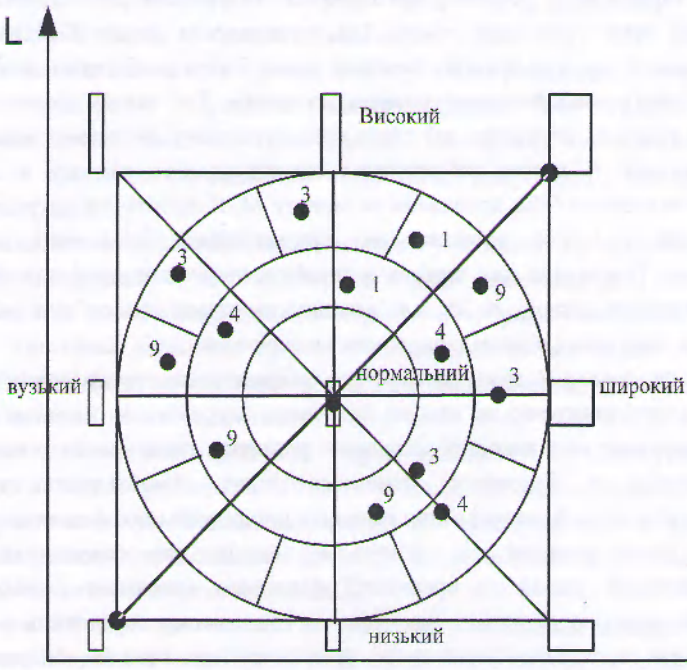


Рис. 3. Колова діаграма зросто-вагових відношень і супутніх відхилень у стані здоров'я:

L – зріст; P – вага, 1 – захворювання серцево-судинної системи, 3 – захворювання опорно-рухової системи, 4 – захворювання шлунково-кишкового тракту, 9 – офтальмологічні захворювання

У четвертому розділі «Обґрунтування організації системи фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищої школи» розглянуто необхідні умови та заходи, які потрібні для забезпечення здорового способу життя студентської молоді. В основу організації та вирішення цієї задачі в першу чергу було встановлено розуміння нашими студентами поняття здоровий спосіб життя і значущість фізичного виховання в його забезпеченні. Суттєві недоліки в цьому питанні полягають в похибках шкільної підготовки з фізичного виховання та по циклу біологічних дисциплін. Не менш значним недоліком в організації умов здорового способу життя та організації занять з фізичної культури є відсутність врахування індивідуальних особливостей фізичного розвитку, рівня фізичної підготовленості та фізичного стану. Для вирішення цих питань були розроблені відповідні заходи, щоб забезпечити оцінку фізичного розвитку. Було використано модифіковані методики клінічної антропометрії. З метою оцінки фізичного стану була розроблена модифікація ортостатичної проби індексної оцінки М. Є. Тесленко, що дозволило забезпечити індивідуальну експрес діагностику функціонального стану. Для встановлення фізичної підготовленості були розроблені тести та арсенал фізичних вправ і міри необхідного навантаження для відповідного рівня фізичного розвитку студентів. Такі заходи дозволили значно збільшити кількість студентів, які стали приділяти увагу фізичному вихованню на старших курсах. З метою забезпечення індивідуального підходу в організації фізичного виховання була проведена по методу М. Я. Брейтмана антропометрична соматометрія з метою встановлення конституційної схильності до певних захворювань. Поєднання цих вимірів з аналізом щорічного профогляду клінічної установи місцевої лікарні № 20 дало можливість встановити зв'язок між певною структурою соматипу і відповідних до них захворювань.

Все це загалом дало можливість обґрунтувати необхідність введення індивідуального контролю за станом фізичного здоров'я на основі розроблених тестів оцінювання особливостей фізичного розвитку, початкового рівня фізичної підготовленості й поточного фізичного стану. Необхідність урахування індивідуальних норм й застосування паспорту індивідуального фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану дає змогу здійснювати диференційований підхід до організації фізичного виховання й накопичувати статистичні дані про негативні фактори в студентському середовищі з метою їх усунення при своєчасному проведенні профілактичних заходів або реорганізації самого утворюючого середовища.

Організація фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищих навчальних закладів полягає не стільки в збільшенні обсягів фізичного навантаження, скільки у проведенні якісних змін. Фізичне навантаження насамперед повинно відповідати рівню індивідуального розвитку студентів і тим

вимогам специфіки праці студентів, якою є навчання на протязі не менш, ніж п'яти років. Безумовно, рухова активність сприяє нормальному фізичному розвитку і збільшує працездатність як фізичної так і розумової діяльності. Крім рухової активності, необхідними умовами для нормального фізичного розвитку є також режим дня і якісне харчування, що прямими чином пов'язано з матеріальним забезпеченням, яке для більшості студентів є недоступним. Не менш ганебну роль в погіршенні стану здоров'я відіграє постійна реклама вживання алкогольних напоїв, паління.

Тільки загальне вирішення перелічених питань здатне змінити сучасну ситуацію організації фізичного виховання. В завдання проведених досліджень входило вивчення впливу фізичної складової на організацію здорового засобу життя студентської молоді.

Нами розроблено систему контролю за фізичним розвитком контингенту студентської молоді, в основу якої покладено модифіковану систему морфометричних характеристик будови тіла М. Я. Брейтмана. Сумісне використання цих даних з даними медичного профогляду дає можливість встановити схильність людини з певними особливостями соматотипу будови тіла до підвищеної вразливості окремими захворюваннями, що трактується як донозологічна діагностика. Ці дані дають можливість забезпечити певні профілактичні заходи для упередження порушень в стані здоров'я, що наведено в дисертаційній роботі.

Встановлено, що у фізичній підготовленості контингенту студентів найбільш слабкими її складовими є витривалість та силові характеристики, які суттєво відрізняються від даних попереднього періоду 80-х років минулого століття. Безумовно, навчальна діяльність студентів не передбачає необхідність значного розвитку фізичних якостей, але тривале статичне навантаження, яке присутнє в їх діяльності, вимагає певної підготовки. Тому нами були розроблені методичні рекомендації використання фізичних вправ, режимів їх застосування для спрямованого впливу на розвиток необхідних фізичних якостей та підвищення рівня фізичної підготовленості. Контрольні тести, які виконувались на заняттях з фізичного виховання, були спрямовані на виявлення динаміки індивідуального рівня фізичної підготовленості студентської молоді.

Контроль за фізичним станом здоров'я за показниками серцево-судинної системи, системи дихання та зросто-вагових показників виконувався щомісячно для відстеження динаміки зрушень та надання рекомендацій. Для забезпечення самостійного контролю студентами за своїм фізичним станом були розповсюджені методичні рекомендації модифікованої ортостатичної проби М. Є. Тесленко та номограмного контролю за артеріальним тиском. Все це в цілому суттєво підвищило

інтерес студентської молоді до стану свого здоров'я і сприяло зростанню уваги до самостійних занять фізичною культурою.

У *п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів досліджень»* узагальнено результати досліджень і наведено комплексну характеристику основних положень дисертаційної роботи. Отримані результати оцінювання стану фізичного розвитку й фізичної підготовленості є підтвердженням того, що проблема стану здоров'я молоді є актуальною і потребує нових підходів для її вирішення. Це є характерним не тільки для підлітків, але й для студентів (Н. В. Бурень, 2008; Ж. Л. Козина, 2009; Е. Н. Беляєва, Т. Ю. Круцевич, 2000; О. З. Блавт, 2012).

Підтверджено положення (М. Я. Брейтмана, 1949, 1984) про зв'язок соматотипів з характерною для них підвищеною схильністю до певних видів захворювань, які характеризуються конституціональними захворюваннями.

Доповнено дані (Ю. А. Полатайко, 2010; В. Н. Самсонкін, В. А. Друзь, 2010) про характер виявлення індивідуальної норми в роботі серцево-судинної й дихальної систем та про особливості виявлення їх функціональної діяльності в різних режимах виконання фізичного навантаження, а також в сезонні періоди річного циклу.

Розширено уявлення понять норми й співвідношення популяційної та індивідуальної норм (А. А. Корольков, В. П. Петленко, 1977; М. Є. Панін, 1984), визначено поняття здорового способу життя, фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану, розуміння функції тестування цих характеристик і складання нормативних вимог з урахуванням індивідуальних особливостей їх виявлення.

До групи *нових результатів* належить модифікація методів антропометричного оцінювання рівня фізичного розвитку, яка дає змогу змінити кількість використаних критеріїв для здійснення вимірювань, що є достатніми для необхідного результату порівняння. Встановлено найбільш характерні види захворювань у студентів, які належать до серцево-судинних, шлунково-кишкових, опорно-рухових функціональних систем, і які найбільш поширені на першому курсі навчання у вузі. Показано, що студенти, які є найбільш схильними до певних видів захворювань, мають характерний соматотип і схожі соціально-побутові умови їх життя.

Уперше розроблено бінарні номограми подання динаміки змінення артеріального тиску й таблицю індивідуального оцінювання функціонального стану на базі ортостатичної проби «сидячи-стоячи», що дозволяє оперативного контролювати свій фізичний стан без використання технічних пристроїв та затрати часу і приміщень для обстеження.

інтерес студентської молоді до стану свого здоров'я і сприяло зростанню уваги до самостійних занять фізичною культурою.

У *п'ятому розділі «Аналіз та узагальнення результатів досліджень»* узагальнено результати досліджень і наведено комплексну характеристику основних положень дисертаційної роботи. Отримані результати оцінювання стану фізичного розвитку й фізичної підготовленості є підтвердженням того, що проблема стану здоров'я молоді є актуальною і потребує нових підходів для її вирішення. Це є характерним не тільки для підлітків, але й для студентів (Н. В. Бурень, 2008; Ж. Л. Козина, 2009; Е. Н. Беляєва, Т. Ю. Круцевич, 2000; О. З. Блавт, 2012).

Підтверджено положення (М. Я. Брейтмана, 1949, 1984) про зв'язок соматотипів з характерною для них підвищеною схильністю до певних видів захворювань, які характеризуються конституціональними захворюваннями.

Доповнено дані (Ю. А. Полатайко, 2010; В. Н. Самсонкін, В. А. Друзь, 2010) про характер виявлення індивідуальної норми в роботі серцево-судинної й дихальної систем та про особливості виявлення їх функціональної діяльності в різних режимах виконання фізичного навантаження, а також в сезонні періоди річного циклу.

Розширено уявлення понять норми й співвідношення популяційної та індивідуальної норм (А. А. Корольков, В. П. Петленко, 1977; М. Є. Панін, 1984), визначено поняття здорового способу життя, фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану, розуміння функції тестування цих характеристик і складання нормативних вимог з урахуванням індивідуальних особливостей їх виявлення.

До групи *нових результатів* належить модифікація методів антропометричного оцінювання рівня фізичного розвитку, яка дає змогу змінити кількість використаних критеріїв для здійснення вимірювань, що є достатніми для необхідного результату порівняння. Встановлено найбільш характерні види захворювань у студентів, які належать до серцево-судинних, шлунково-кишкових, опорно-рухових функціональних систем, і які найбільш поширені на першому курсі навчання у вузі. Показано, що студенти, які є найбільш схильними до певних видів захворювань, мають характерний соматотип і схожі соціально-побутові умови їх життя.

Уперше розроблено бінарні номограми подання динаміки змінення артеріального тиску й таблицю індивідуального оцінювання функціонального стану на базі ортостатичної проби «сидячи-стоячи», що дозволяє оперативного контролювати свій фізичний стан без використання технічних пристроїв та затрати часу і приміщень для обстеження.

ВИСНОВКИ

1. На основі аналізу даних літератури встановлено, що стан здоров'я молоді викликає увагу урядів багатьох країн як Європейської спілки, так і пострадянського простору. За результатами досліджень у Росії виявляється занепокоєність станом здоров'я сучасної молоді. Аналогічне становище відзначається в офіційній статистиці України: з фізичної підготовленості підлітків та молоді можна визнати здоровими не більш 15 %. Усе це в цілому є підставою для перегляду існуючого положення фізичного виховання молоді, змінення його організації і змісту з метою створення сприятливих умов для фізичного розвитку молодого покоління.

2. Аналіз досвіду науковців та сучасних проблем здоров'я студентів свідчить про те, що для нормального фізичного розвитку людини необхідно дотримання певних факторів, до яких належать: соціально-побутові умови, необхідне харчування й обов'язкове фізичне навантаження, що потребує нормальний фізичний розвиток індивіда. Кожному віковому періоду фізичного розвитку потрібен певний арсенал фізичних вправ і обсяг їх виконання відповідно до індивідуальних особливостей процесу розвитку людини. Тому особливості фізичного розвитку людини обумовлюють її індивідуальні норми фізичної підготовленості й фізичного стану, а морфологічні характеристики конституціональних особливостей соматотипу, що визначають схильність до певних захворювань, являються основою донозологічної діагностики.

3. На основі обробки анкетних даних, в яких визначалися інтереси студентів до занять фізичним вихованням, встановлені умови переходу від організації занять з фізичної культури, що базуються на підготовці до задачі нормативних вимог, до організації занять, які ґрунтуються на урахуванні індивідуальних особливостей фізичного розвитку і спрямовані на збереження здоров'я й формування здорового способу життя. Це стає можливим тільки за умови використання індивідуальних норм оцінювання функціонального стану, які визначаються індивідуальними нормами фізичного розвитку. Для оцінювання індивідуального фізичного розвитку були модифіковані методики К. Хірата і М. Я. Брейтмана, що дало змогу встановити якісну структуру соматотипу і прогнозованого його розвитку. Зіставлення цих методик з результатами медичних оглядів підтвердило положення донозологічної діагностики конституції тіла, яка визначає підвищену схильність до певних захворювань.

4. Обґрунтовано, що нормативні вимоги фізичної підготовленості не можуть бути єдиними для індивідів з різними соматотипами і різним рівнем фізичного розвитку. Динаміка доступних норм для кожної категорії соматотипів виступає як фактор відображення соціально-середовищних умов, які впливають на забезпечення

фізичного розвитку та задоволення попиту студентів до рівня фізичної підготовленості, необхідного для перебування в певному освітньому середовищі.

5. Виявлено, що контроль за оптимальним режимом виконання фізичних навантажень має здійснюватися відповідно до індивідуальних особливостей реакції організму на її виконання і не перевершувати за допустимим обсягом та інтенсивністю більш ніж одну третину від максимальної доступності їх виконання. При цьому, загальний обсяг тренувальної дії буде найбільш ефективним. Статистичні результати якісної підготовленості обстежуваного контингенту відображають її структуру і створюють основу для організації здорового способу життя для конкретного студентського середовища.

6. Встановлено, що основою індивідуальних особливостей фізичного розвитку є характеристики соматотипу, які належать до паспортних показників біологічного віку, відображають перебіг фізичного розвитку й мають інформацію про донозологічну схильність до певних видів конституціональних захворювань. Конституціональна структура соматотипу відображає його алометричне відхилення від синхронної взаємодії систем організму в їх забезпеченні фізичного здоров'я. Гетерохронність, яка виявляється в їх відносинах, свідчить про зменшення загальної резистентності організму та підвищену чутливість до дії певних факторів середовища, що спричиняють хворобу різних органів організму.

7. Виявлено, що найбільш частими порушеннями в стані фізичного здоров'я студентів першого курсу всіх факультетів Національного аерокосмічного університету ім. М. Є. Жуковського «ХАІ» є захворювання серцево-судинної системи, що трапляються у 14,06 % випадків; порушення у шлунково-кишковому тракті – 13,98 %; порушення опорно-рухової системи – 11,13 % та порушення зору, що мають частоту – 9,06 %. Це – чотири категорії з десяти виділених, які мають найбільший відсоток виявлення у студентів-першокурсників.

8. Встановлено, що для створення найбільш сприятливих умов для збереження фізичного здоров'я і дотримання нормального фізичного розвитку, в кожному віковому періоді потрібна доступна рухова діяльність як за складністю її організації, так і за інтенсивністю та обсягом виконання. У студентський період ці вимоги залишаються без змін, але арсенал рухової діяльності й режим її виконання має визначатися конкретним студентським освітнім середовищем. Це положення потребує організації системи контролю й обліку динаміки адаптації до різних за спрямованістю фізичних навантажень й виконання тестових завдань без вимог певних норм їх виконання. На основі доступних для виконання тестових завдань складається популяційна норма обстежуваного контингенту з характерним для неї ступенем розсіювання показників фізичної підготовленості.

9. Виявлено, що в основу залучення студентів до занять фізичною культурою має бути покладено не примусовий метод їх організації, а

роз'яснювальна робота, спрямована на формування позитивної мотивації та глибоке розуміння ролі й значущості фізичної культури для забезпечення нормального фізичного розвитку й збереження високої резистентності здоров'я. Для здійснення цього завдання були використані облікові дані індивідуального паспорта фізичного розвитку, фізичної підготовленості й функціонального стану.

Подальші дослідження будуть спрямовані на створення єдиної системи контролю за фізичним розвитком та фізичної підготовленості студентської молоді в Україні з метою профілактики можливих порушень у стані здоров'я окремих індивідів і організації здорового способу життя студентів.

СПИСОК ПРАЦЬ, ОПУБЛІКОВАНИХ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні наукові результати

1. Баканова О. Ф. Варіабельність серцевого ритму в спортсменів у річному циклі підготовленості [Текст] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : наук. часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 9. – С. 237–241.

2. Баканова А. Ф. Взаимосвязь специальной работоспособности пловцов с показателями кардиореспираторной системы при разных состояниях организма [Тези] / А. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко // Олімпійський спорт і спорт для всіх : [Тези доп. XIV Міжнар. наук. конгресу]. – Київ : НУФВСУ Олімпійська література, 2010. – С. 381.

3. Баканова О. Ф. Динаміка фізіологічної реактивності організму студентів у річному циклі підготовленості [Текст] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : [зб. наук. пр.]. – Вінниця, 2010. – С. 119–122.

4. Баканова О. Ф. Особливості реакції кардіореспіраторної системи студентів на дію гіпоксії в різні сезони року [Текст] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : [зб. наук. пр.]. – Вінниця, 2010. – С. 122–128.

5. Баканова О. Ф. Формування навичок здорового способу життя в дітей дошкільного віку [Текст] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко, М. М. Труш // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : наук. часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 8. – С. 123–128.

6. Баканова О. Ф. Рівень анаеробної працездатності у спортсменів в різні

сезони року [Текст] / А. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко, М. М. Труш // Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : наук. часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – К. : НПУ імені М. П. Драгоманова, 2010. – Вип. 8. – С. 177–181.

7. Баканова А. Ф. Организация обеспечения условий для реализации в высшем учебном заведении потребностей студенческой молодёжи в здоровом образе жизни [Текст] / А. Ф. Баканова // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теор. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2011. – № 4. – С. 197–200.

8. Баканова А. Ф. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи [Текст] / А. Ф. Баканова // Физическое воспитание студентов. – Х. : ХООНОКУ ; ХГАДИ, 2011. – № 6. – С. 8–11.

9. Баканова А. Ф. Формирование здорового образа жизнедеятельности и проблема индивидуализации физической подготовленности студенческой молодежи [Текст] / А. Ф. Баканова // Физическое воспитание студентов. – Х. : ХООНОКУ ; ХГАДИ, 2012. – № 1. – С. 8–12.

10. Баканова А. Ф. К вопросу обоснования построения системы государственных стандартов в оценке физической подготовленности студентов высших учебных заведений Украины [Текст] / А. Ф. Баканова // Физическое воспитание студентов. – Х. : ХООНОКУ ; ХГАДИ, 2012. – № 1. – С. 3–7.

Опубліковані праці апробаційного характеру

11. Физическое воспитание в высшей школе при дистанционной форме обучения / [А. Ф. Баканова, С. Ф. Танянский, О. К. Коноваленко та ін.] // Scientific Journal of the Technical University of Varna. Special number. Strategy of Quality in Industry and Education: Proceedings III International Conference – V. 2. – Varna, Bulgaria, 2007. – P. 346–349.

12. Використання інформаційних технологій у фізичному вихованні студентів / [А. Ф. Баканова, С. Ф. Танянский, О. К. Коноваленко та ін.] // Фізичне виховання студентів вищих навчальних закладів : здобутки, проблеми та шляхи їхнього вирішення у контексті вимог Болонської декларації : [Всеукр.наук.-практ. конф.] – Київ, 2007. – С. 87–89.

13. Баканова А. Ф. Особенности применения нетрадиционных систем физических упражнений для студентов технических вузов / А. Ф. Баканова // Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи організації навчання : [матер. Всеукр. наук.-практ. конф.] – Дніпропетровськ, 2007. – С. 77–79.

14. Оценка уровня физической подготовленности студентов технических специальностей / А. Ф. Баканова, С. Ф. Танянский, И. Ю. Блинкин, Т. Е. Захватова //

Наука и образование : [материалы Междунар. конф]. – Прага, 2008. – С. 76–79

15. Построение процесса повышения качества физического воспитания в высшей школе на основе методов системного анализа / [А. Ф. Баканова, С. Ф. Тянянский, И. Ю. Блинкин та ін.] // Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання : [матеріали Всеукр. наук.-практ. конф.] – Днепропетровск, 2010. – С. 245–247.

16. Концептуальная модель компьютерной обучающей системы / [А. Ф. Баканова, А. Б. Егоров, А. С. Малышкина и др.] // Образование и виртуальность : [материалы научн.-практ. конф.] – Ялта, 2007. – С. 299–305.

17. Баканова А. Ф., Аэробика как направление физического воспитания в современных условиях / А. Ф. Баканова, А. Л. Нефедова, С. Ф. Тянянский // Современные научные достижения : [матералы II Междунар. науч.-практ. конф.] – 2007, 1–14 февраля 2007 года. – Ялта, 2007. – С. 100–101.

18. Баканова О. Ф. Хронофізіологічні особливості варіабельності серцевого ритму у спортсменів у процесі річної підготовленості [Текст] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : [матеріали X Всеукр. наук.-практ. конф. 29–30 квітня 2010 р.] – Суми, 2010. – С. 46–50.

Опубліковані праці, які додатково відображають наукові результати дисертації

19. Баканова О. Ф. Організація самостійних занять фізичною культурою і спортом [Текст] : [навч. посіб.] / О. Ф. Баканова. – Х. : НАУ ім. М. Є. Жуковського «ХАІ», 2008. – 32 с.

20. Баканова О. Ф. Здоровий спосіб життя студентів: стрес, адаптація, спорт. [Текст] : [навч. посіб.] / О. Ф. Баканова, Ю. О. Полатайко. – Х. : Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського «ХАІ», 2010. – 144 с.

21. Баканова О. Ф. Структура построения паспорта индивидуального физического развития, физической подготовленности и физического состояния студентов / О. Ф. Баканова // реєстрація авторського права на твір № 45158, заявка від 22.05.2012, Державна служба інтелектуальної власності України.

22. Спосіб діагностики порушень взаємодії функціональних систем організму / О. Ф. Баканова, В. О. Малахов, Г. М. Завгородня, Е. О. Задорожна // Патент на корисну модель. № 74493, Державна служба інтелектуальної власності України : заявл. 14.05.12, опубл. 25.10.12. Бюл. №20.



АНОТАЦІЇ

Баканова О. Ф. Організація фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищих навчальних закладів. – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту, за спеціальністю 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Харківська державна академія фізичної культури, Харків, 2013.

У дисертаційному дослідженні вивчалися стан фізичного здоров'я студентської молоді й сучасні тенденції у фізичній підготовці студентів вищих навчальних закладів, а також – удосконалювалися програмно-нормативні положення фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

Під час проведення досліджень стану фізичного виховання студентської молоді на сучасному етапі реформування вищих навчальних закладів було встановлено найбільш слабкі сторони в стані фізичного здоров'я студентської молоді, які виявляються у них на першому році навчання і є причиною неправильної організації життя студентів.

У роботі розглянуто визначальні компоненти освітнього середовища студентів, для яких організація фізичного виховання є одним із основних компонентів, що становлять здоровий спосіб життя. Розглянуто завдання реорганізації фізичного виховання у вузах, визначено основні складові в його організації, такі, як оцінювання рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості й фізичного стану. Під час вирішення цих завдань розроблено й викладено методи оцінювання цих характеристик і системи контролю за їх перебігом протягом усього періоду навчання у вузі, арсенал засобів фізичного навантаження, які є необхідними для фізичного розвитку студентів і вимог освітнього середовища до студентської молоді з метою збереження їхнього фізичного здоров'я та створення здорового способу життя з урахуванням індивідуальних особливостей їхнього фізичного розвитку.

Ключові слова: фізичний розвиток, підготовленість, стан, здоров'я, донозологічна діагностика, індивідуальна норма.

Баканова А. Ф. Организация физического воспитания студенческой молодежи на современном этапе реформирования высших учебных заведений – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое

воспитание разных групп населения. – Харьковская государственная академия физической культуры, Харьков, 2013.

Диссертационные исследования посвящены изучению состояния физического здоровья студенческой молодежи и современной тенденции физической подготовки студентов высших учебных заведений, а также – совершенствованию программно-нормативных положений физического воспитания в учебных заведениях.

В процессе проведенных исследований состояния вопроса организации физического воспитания студенческой молодежи на современном этапе реформирования высших учебных заведений были установлены наиболее слабые стороны в состоянии физического здоровья студенческой молодежи, которые проявляются у них на первом году обучения и является причиной не правильной организации здорового образа жизни в образовательной студенческой среде.

Основной причиной отклонений в состоянии здоровья студентов первокурсников, которые выявлены в результате проведения плановых профосмотров, являются нарушение привычного режима предшествующего периода жизнедеятельности, изменение рациона и времени питания, частое употребление алкогольных напитков, курение, практически полное отсутствие правильного понимания смыслового содержания «здоровый способ жизни». Анализ анкетного опроса показал, что только 10 % из всего контингента первокурсников, составляющих 120 человек смогли правильно выразить смысловое содержание этого понятия. Большинство первокурсников относится к занятиям по физическому воспитанию, как к необязательной учебной дисциплине. Первостепенной задачей на начальном этапе являлась разъяснительно-образовательная работа, которая позволила повысить интерес к занятиям физической культурой и увеличить число студентов осознанно обращающих внимание на своё здоровье. Введение индивидуального контроля за уровнем физического развития, позволило выявить лиц с повышенной склонностью к определённым заболеваниям, что и выступает причиной их проявления в новых условиях жизнедеятельности.

В работе рассмотрены определяющие компоненты образовательной среды студенческой молодежи, среди которых организация физического воспитания входит как один из основных компонентов, составляющих здоровый образ жизнедеятельности. Рассмотрены задачи реорганизации физического воспитания в ВУЗах, определены основные составляющие в его организации такие как оценка уровня физического развития, физической подготовленности, физического состояния. В процессе решения этих задач были разработаны и изложены методы оценки этих характеристик и системы контроля за их протеканием на протяжении всего периода учебы в ВУЗе. Кроме того, предложен арсенал средств физической нагрузки, необходимых для конкретного возрастного периода физического развития студенческой молодежи, и требований к образовательной среде студенческой

молодежи с целью обеспечения сохранности их физического здоровья и создания здорового образа жизни с учетом индивидуальных особенностей их физического развития.

Ключевые слова: физическое развитие, подготовленность, состояние, здоровье, донозологическая диагностика, индивидуальная норма.

Bakanova A. F. Organization of students' physical education at the modern stage of reformation of higher education institutions. – As a manuscript.

Candidate's thesis on physical education and sports for specialty 24.00.02 – Physical culture, physical education of different population groups. – Kharkiv State Academy of Physical culture, Kharkiv, 2013.

In the thesis studied a state of physical health of students and current trends in physical training university students, as well as improved software and regulations of physical education in higher education institutions.

During the research of physical education students at the present stage of reforming higher education institutions were set weakest side in a state of physical health of students who are in them in the first year and cause malfunction of student life.

The paper considers the defining components of the educational environment of students for which the organization of physical education is one of the main components that make up a healthy lifestyle. The problem of reorganization of physical education in schools, the main components of his organization, such as the evaluation of physical development, physical fitness and physical condition. During these tasks developed and described methods for assessing these characteristics and control system for their course throughout the period of study in high school, an arsenal of physical activity that are necessary for the physical development of students and the requirements of the educational environment to students in order to maintain their physical health I and the creation of a healthy lifestyle based on individual characteristics of their physical development.

Key words: physical development, fitness, condition, health, prenosological diagnosis, the individual rate.