УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

МАТЕРІАЛИ IV МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
24-25 листопада 2020 року

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2020

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу "Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"
Протокол № 5 від 26.11.2020

Башавець Н. А., доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Афтімічук О. Є., доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молодова)

Ганчар І. Л., доктор педагогічних наук, професор. Національний університет ОМА;

Сєвдалєв С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту,доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Ігнатенко С. О., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В., кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та
С916 здоров'я людини : матеріали IV інтернет-конференції. м. Одеса, 24-25 листопада 2020 р. – Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2020. – 130 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти «Університет Ушинського», 2020

формування досвіду моральної поведінки засобами гри на уроках фізичної культури.

Під час організації педагогічного експерименту ми використали рухливі ігри, сюжетно-рольові ігри, в яких головними були соціально-моральні відносини дітей в максимальному наближенні їх до реальних життєвих умов, народні українські ігри. При цьому ми прагнули підвищити емоційну активність кожного учасника гри.

Внаслідок проведення формувального експерименту збільшилася кількість дітей експериментальної групи, віднесених до високого і середнього рівнів моральної вихованості (високий рівень - 9 % до експериментальної роботи, 15 % - після). Значно збільшилася кількість дітей, віднесених до середнього рівня (12 % до початку формувального експерименту і 64 % - після закінчення дослідно-експериментальної роботи).

Проведене дослідження не вичерпує проблему формування моральних якостей молодших школярів засобами гри на уроках фізичної культури. Потрібно подальше глибоке дослідження з впливу поза навчальних фізичних та спортивних заходів на формування моральних якостей дітей молодшого шкільного віку.

ОСОБЛИВОСТІ ОПЕРАТИВНОЇ ПАМ'ЯТІ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ ЦИКЛІЧНИМИ ВИДАМИ СПОРТУ

Раковець О. Ю.
Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради

Анотація. В студентів, які займаються циклічними видами спорту, спостерігається удосконалення оперативної пам'яті протягом систематичного тренування.

Пам'ять є однією із найважливіших психофізіологічних характеристик особистості, що включає в себе сукупність процесів фіксації, збереження і наступного зчитування інформації. Різновидом короткочасної пам'яті є оперативна (буферна) пам'ять, тривалість якої становить десятки хвилин і годин. Поняття оперативна пам'ять визначає мнемічні процеси, які безпосередньо беруть участь у виконанні людиною актуальних дій та операцій.

Оперативна пам'ять є об'єктом посиленого експериментального вивчення в сучасній психофізіології, оскільки детальні відомості про її нейрофізіологічні механізми відсутні. Крім того, властивості оперативної пам'яті залежать від багатьох факторів і процесів, які на даний момент є ще недостатньо вивченими, особливо під час дослідження тренувальної діяльності спортсмена. Будь-яка циклічна спортивна діяльність потребує детального знання закономірностей

функціонування саме оперативної пам’яті, тому з усього вищесказаного випливає актуальність даної роботи.

Оперативна пам’ять утримує інформацію, що надходить і є доступною протягом короткого періоду часу, доки особа вирішує, що з нею робити. Це така форма пам’яті, що дає нам змогу, скажімо, відшукавши в записній книжці номер телефону, пам’ятати його стільки часу, скільки потрібно, щоб підняти трубку і набрати його. Вона складається з так званої центральної виконавчої системи, що розташована у передлобовій ділянці кори головного мозку, та двох систем повторення - вербальної системи для зберігання вербальних спогадів та паралельної візуоспатичної системи для зберігання візуальних і просторових характеристик об’єктів. Інформацію у ці системи повторювання спрямовує виконавча система [2] .

Дослідники виділили проміжний вид пам’яті – робочу або оперативну пам’ять, віднесли до її складу: центральний процесор, артикуляційну петлю, візуально-просторовий блокнот, первинний акустичний зберігач. Робоча пам’ять включає два процеси та відповідно дві системи: систему утримування інформації і систему з’єднання з вхідною інформацією.

Як відомо, оперативна пам’ять відповідає за короткочасне зберігання і обробку в режимі on-line інформації, необхідної для здійснення таких вищих коркових функцій як мова, планування, прийняття рішень. Ця форма пам’яті забезпечує активне зберігання інформації після закінчення стимуляції на той короткий час, який необхідний для наступного її використання в процесі здійснення складної когнітивної діяльності. Вона одночасно зв’язується з структурами фронтальної і префронтальної кори, які в свою чергу забезпечують формування когнітивних установок [3].

Участь оперативної пам’яті у циклічні спортивній діяльності беззаперечна. До циклічних видів спорту (рухів) відносяться біг, ходьба, плавання, веслування, велоспорт, лижний спорт, ковзанярський спорт і багато інших. Всі вони мають ряд спільних рис як у відношенні енергозатрат, та і у розподілі навантаження під час процесів запам’ятовуванння. Роль фізіологічної основи циклічних рухів виконує ритмічний руховий ланцюговий рефлекс, що має безумовно-рефлекторне походження і підтримується автоматично. Основними змінними величинами в циклічних рухах є потужність і тривалість роботи, що виконується [1].

Дослідження проводилося на 20 студентах-спортсменах, які займаються циклічними видами спорту. Усі досліджувані були розділені на 2 групи: студенти 1 курсу (17-18 років) та студенти 4 курсу (20-21 років). Усім досліджуваним визначали рівень оперативної пам’яті за допомогою методики «Запам’ятовування 10 слів та 10 цифр». В результаті, встановили, що студенти 4 курсу мають вищі показники оперативної пам’яті, порівняно зі студентами 1 курсу, на 33,7 %. Це може бути пов’язано з тим, що в процесі тренувальної діяльності відбувається удосконалення механізмів оперативної пам'яті через надбання в ході тренувальної діяльності різних способів і стратегій запам'ятовування, пов'язаних з організацією і обробкою матеріалу, що

запам'ятовується та участю умовно-рефлекторної діяльності в організації циклічних рухів.

Література

1. Коробейнікова Л., Коробейніков Г., Дакал Н., Шацьких В., Курганова Т. (2012). Особливості функціональної асиметрії мозку у спортсменів високої кваліфікації. Фізична активність, здоров'я і спорт, (4 (10)), 17-23.

2. Корольчук М. С. (2003). Психофізіологія діяльності. К.: Ельга, Ніка центр, 2003. 354 с.

3. Філенко Л. В. (2018). Вплив розумових здібностей студентів, що займаються єдиноборствами, ігровими та циклічними видами спорту на рівень засвоєння навчального матеріалу засобами комп'ютерної психодіагностичної програми. Єдиноборства, 93-103.

РОЛЬ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНІСТІ У РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ТА ШВИДКІСНО-СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Рассамакін М. В., Ігнатенко С. О.
Університет Ушинського, м. Одеса. Україна

Актуальність теми. Сучасне суспільство переживає період глибоких соціально- економічних перетворень, які безсумнівно зачіпають і школу, ставлячи перед нею нові задачі.

В основних напрямках реформи загальноосвітньої й професійної школи підкреслено, що дуже важливо виховувати молоде покоління фізично розвинутим, загартованим, готовим до праці і оборони нашої Батьківщини. В умовах розбудови національної системи освіти та культури в Україні шкільне фізичне виховання ставить замету забезпечити належний розвиток фізичних здібностей учнів.

Процес розвитку фізичних здібностей - один з елементів єдиного процесу фізичної освіти, мета якої навчити учнів керувати своїми руховими діями та підвищити рівень розвитку своєї фізичної підготовленості.

Серед великої кількості різноманітних засобів фізичного виховання широко використовуються рухливі ігри, які сприяють розв'язанню навчально-виховних завдань.

Мета дослідження - теоретично обґрунтувати й експериментально апробувати засоби ігрової діяльності для гармонійного розвитку швидкісно-силових здібностей підлітків.

Завдання дослідження:

1. Ознайомитися з науково-педагогічною літературою щодо зазначеної проблеми.

2. Вивчити фонові показники рівня розвитку швидкісно-силових здібностей учнів підліткового віку.