**Носова Наталія Леонідівна. Контроль просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання. : Дис... канд. наук: 24.00.02 – 2008**

|  |  |
| --- | --- |
| |  | | --- | | **Носова Н.Л. Контроль просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання.** – Рукопис.  Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук із фізичного виховання і спорту за спеціальністю 24.00.02. – Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2008.  У роботі вперше теоретично сформульовано та експериментальнообґрунтовано технологію контролю просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання, визначальною особливістю якої є її етапність та модульність із використанням інструментальних та аналітичних методів дослідження. У результаті впровадження запропонованої технології контролю було визначено показники біогеометричного профілю постави, функціонального стану опорно-рухового апарату (ОРА) та морфологічного статусу 600 школярів 7–16 років.  Визначено динаміку порушень біогеометричного профілю постави дітей шкільного віку, досліджено вікові закономірності розташування загального центру мас тіла, вперше отримано дані про взаємозв'язок порушень біогеометричного профілю постави тіла школярів з їхнім соматотипом, отримано дані про взаємозв'язок показників біогеометричного профілю постави з функціональним станом ОРА.  Основні результати роботи впроваджено у практику навчального процесу загальноосвітніх шкіл № 149 та № 184 м. Києва та Національного університету фізичного виховання і спорту України. | |
| |  | | --- | | 1. Аналіз спеціальної науково-методичної літератури, узагальнення досвіду провідних фахівців і власних педагогічних спостережень дозволяють дійти висновку, що просторова організація біоланок тіла людини є однією із характеристик фізичного розвитку людини. Вивчення закономірностей розмірів тіла людини має багатовікову історію, найактивніші та поглиблені експериментальні дослідження, спрямовані на вирішення проблеми вимірювання й оцінки просторової організації тіла людини, проводяться з кінця ХІХ ст. У той самий час кількість школярів з різними порушеннями опорно-рухового апарату і дисгармонічність фізичного розвитку, що зростає із року в рік, свідчать про те, що ефективність процесу фізичного виховання у сучасних умовах у школі пов’язана із залученням сучасних технологій, які дозволяють адекватно вимірювати й оцінювати вплив екзо- й ендогенних чинників на стан здоров’я підростаючого покоління.  2. Використання методу експертної оцінки дозволило ранжирувати детермінанти, що впливають на формування просторової організації тіла школярів за рівнем їхньої значущості: контроль просторової організації тіла, рухова активність школярів, статодинамічний режим, стан м’язової системи, що бере участь у регуляції ортоградного положення тіла, ергономічні вимоги до шкільних меблів і одягу, харчування (коефіцієнт конкордації W = 0,736).  Дані проведеного анкетування свідчать про те, що підвищення ефективності процесу фізичного виховання багато фахівців вбачають у площині інформаційного забезпечення всіх суб’єктів педагогічної діяльності про стан просторової організації тіла школярів.  3. Розроблена технологія контролю просторової організації тіла школярів складається з діагностичного, інформаційного і практичного етапів, включає два модулі: комплексний та експрес-контроль і вміщує аксіологічний компонент.  Комплексний контроль спрямований на поглиблене дослідження просторової організації тіла школярів із метою динамічного спостереження за її станом у процесі фізичного виховання і вміщує такі блоки: «біогеометричний профіль постави», «функціональний стан ОРА», «морфологічний статус». Експрес-контроль дозволяє визначити ефективність впливу спеціально організованих занять з фізичної культури на формування біогеометричного профілю постави, а отримана оперативна інформація про її стан дає змогу визначати симетричність розташування біокінематичних ланцюгів ОРА людини. Аксеологічний компонент дозволяє виявити рівень знань батьків і учителів фізичної культури про контроль просторової організації тіла школярів.  4. Апробація розробленої технології контролю просторової організації тіла школярів у процесі фізичного виховання дозволила вивчити вікову динаміку формування біогеометричного профілю постави школярів 7–16 років. Встановлено, що лише 24 % молодших школярів мають нормальну поставу, в старшому шкільному віці цей показник знижується до 13 % у юнаків і до 22 % у дівчат, що свідчить про прогресування функціональних порушень ОРА за період навчання у школі. Типи порушень постави розподілилися таким чином: у молодшому шкільному віці кругла спина спостерігається у 30 % школярів, сколіотична постава – у 22 %, кругловвігнута – у 16 %, плоска – у 6 %, плосковвігнута – у 2 %; у середньому шкільному віці у дівчаток переважає такий тип порушення постави, як кругла спина – 29 %, а у хлопчиків – сколіотична постава – 28 %; більшість школярів 15–16 років мають сколіотичну поставу – 33, 3 % у дівчат і 29,8 % – у юнаків.  5. Пропорції тіла школярів зазнають суттєвих змін у віковому періоді і зумовлені закономірностями фізичного розвитку дітей і статевим диморфізмом. У середньому шкільному віці особливо помітним стає різке збільшення довжини тіла, у зв’язку з чим у даному віковому періоді збільшується відсоток школярів із доліхоморфними пропорціями, а у старшому шкільному віці найхарактернішою особливістю є збільшення поперечних розмірів тулуба.  Зважаючи на те, що в старшому шкільному віці остаточно формується тип статури, нами були визначені соматотипи школярів 15 – 16 років. При вивченні соматотипів встановлено, що серед дівчат 15 –16 років 39 % макросоматиків, по 23% мікромезо- і мезосоматиків і 15% мікросоматиків. Соматотипи юнаків розподілилися таким чином: 44% мезосоматики, 33% макросоматики, 11% мікромезосоматики і по 6% мікро- і мезомакросоматики.  6. Експериментальні дослідження дозволили визначити, що для нормальної постави юнаків 15–16 років характерний мезосоматичний тип будови тіла, а для дівчат макрокорпулентність і мезомембранність на тлі макросоматичного типу будови тіла. Кругла, плоска спина і сколіотична постава зустрічаються найчастіше у юнаків із мікром’язовим типом, а для сколіотичної постави характерний макросоматичний тип будови тіла (85% випробовуваних). У юнаків, які мають мезом’язовий тип на тлі макромембральності, спостерігається кругловвігнута спина (80% випробовуваних), а при кругловвігнутій спині спостерігається мікрокорпулентність, наноостність і наном’язовий тип. У дівчат зі сколіотичною поставою спостерігається мікром’язовий і мікромембральний тип із макрокорпулентним показником жирової маси, а для дівчат із плоскою спиною характерні мікром’язовий, корпулентний, наноостний типи, а також макромембральність і мезосомність.  7. Проведені дослідження показали, що розроблена технологія контролю просторової організації тіла школярів, яка вміщує методичні й організаційні підходи, дозволяє здійснювати своєчасну діагностику порушень просторової організації тіла школярів, виділяти учнів, які потребують поглибленого обстеження; дозволяє оцінити адекватність педагогічних впливів і на підставі отриманих кількісних даних ввести у практику фізичного виховання технології, що коригують і зберігають здоров’я школярів.  Перспективи подальших досліджень пов’язані з комп’ютеризацією баз даних, їх систематизацією, що дозволить не лише простежити динаміку формування просторової організації тіла школярів, а й здійснювати своєчасну профілактику і корекцію її порушень на підставі диференціації й індивідуалізації процесу фізичного виховання. | |