

**ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»
ЛУЦЬКИЙ ІНСТИТУТ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ
УНІВЕРСИТЕТУ „УКРАЇНА”**

СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧО-РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ

Збірник наукових праць

Випуск 9



**Луцьк
ПрАТ «Волинська обласна друкарня»
2014**

С 91

ББК 75 я 54

УДК 796 (05)

ISBN 978-966-361-688-9

**Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації:
серія КВ № 14690-3661Р видане 21.05.2008 р.**

РЕЦЕНЗЕНТИ:

А.В. Цьось – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор.

М.С. Гнатюк – доктор медичних наук, професор.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Карпюк Р.П.	– доктор педагогічних наук, професор
Дем'янчук О.Н.	– доктор педагогічних наук, професор
Белікова Н.О.	– доктор педагогічних наук, доцент
Пасічник В.Р.	– доктор педагогічних наук, доцент
Сущенко Л.П.	– доктор педагогічних наук, професор
Ягенський А.В.	– доктор медичних наук, професор
Коробейніков Г.В.	– доктор біологічних наук, професор
Лизогуб В.С.	– доктор біологічних наук, професор
Макаренко М.В.	– доктор біологічних наук, професор
Чижик В.В.	– кандидат біологічних наук, доцент
Сітовський А.М.	– кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Ходінов В.М.	– кандидат біологічних наук, доцент
Деделюк Н.А.	– кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент
Романюк В.П.	– кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент

Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології : зб. наук. праць. – Луцьк : ПрАТ «Волинська обласна друкарня», 2014. – Вип. 9. – 66 с.

У збірнику вміщено наукові статті, що висвітлюють сучасні технології оздоровчої та реабілітаційної роботи з різними категоріями населення.

Збірник розрахований на вчителів фізичної культури та викладачів фізичного виховання, тренерів, спортсменів, фахівців з фізичної реабілітації, докторантів, аспірантів, магістрантів й студентів.

*Видається за рішенням вченої ради Луцького інституту розвитку людини
Університету „Україна” (протокол № 10 від 30 травня 2014 року).*

ISBN 978-966-361-688-9

© Луцький інститут розвитку людини
Університету „Україна”, 2014

Сітовський А.М., Пасічник В.Р.

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА

Луцький інститут розвитку людини Університету “Україна”

Анотація. У статті зазначено, що особливостями професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформаційного суспільства є системна інтеграція інформаційних і педагогічних технологій в процес професійної підготовки та створення єдиного інформаційного освітнього простору й середовища системи вищої фізкультурної освіти.

Ключові слова: професійна підготовка, майбутні вчителі фізичної культури, інформаційне суспільство, інформатизація освіти.

Ситовский А.Н. Профессиональная подготовка будущих учителей физической культуры в условиях информационного общества.

В статье указано, что особенностями профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры в условиях информационного общества является системная интеграция информационных и педагогических технологий в процесс профессиональной подготовки будущих учителей физической культуры и создание единого информационного образовательного пространства и среды системы высшего физкультурного образования.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, будущие учителя физической культуры, информационное общество, информатизация образования.

A.M. Sitovs'kyi. Future Physical Education Teachers' Training in Terms of Information Society.

The article states that professional training features of future physical education teachers in terms of information society is system integration of information and pedagogical technologies in the process of future physical education teachers' professional training and the creation of the common information and education space and higher physical education system environment.

Keywords: professional training, future physical education teachers, information society, education informatization.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Законом України «Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007-2015 роки» визначаються основні стратегічні цілі розвитку інформаційного суспільства в Україні: прискорення розробки та впровадження новітніх конкурентоспроможних інформаційно-комунікаційних технологій в усі сфери суспільного життя; забезпечення комп'ютерної та інформаційної грамотності населення, насамперед шляхом створення системи освіти, орієнтованої на використання новітніх ІКТ у формуванні всебічно розвиненої особистості; створення загальнодержавних інформаційних систем, насамперед у сферах охорони здоров'я, освіти, науки, культури, охорони довкілля; створення системи мотивацій щодо впровадження і використання інформаційно-комунікаційних технологій в усіх сферах життя суспільства [8-13].

У Законі зазначається, що ступінь розбудови інформаційного суспільства є недостатнім і не відповідає потенціалу та можливостям України, порівняно із світовими тенденціями. Серед основних причин відставання варто виділити такі: неефективність використання фінансових, матеріальних і кадрових ресурсів, спрямованих на інформатизацію, впровадження ІКТ у соціально-

економічну сферу; недостатній рівень комп'ютерної та інформаційної грамотності населення, повільне запровадження нових методів навчання із застосуванням сучасних ІКТ.

Теоретико-методологічні питання інформатизації освіти розглядали вітчизняні науковці: В. Г. Кремень, В. Ю. Биков, Н. В. Морзе та інші.

За визначенням В. Г. Кременя, «інформаційне суспільство», незважаючи на його матеріальне вираження, таке як інформаційна техніка, є багатоаспектним, об'єктивно зумовленим етапом у розвитку людства і супроводжується двома провідними тенденціями сучасної цивілізації: глобалізацією, з одного боку, та створенням усе більш сприятливих умов для індивідуалізації та розвитку людини, з іншого боку» [6, с. 6].

Сучасне інформаційне суспільство характеризується наступними особливостями: обсяг знань, що породжується у світовому співтоваристві, подвоюється кожні два-три роки; щодня у світі публікується 7000 наукових і технічних статей; обсяг інформації, що пересилається через штучні супутники Землі протягом двох тижнів, достатній для заповнення 19 млн. томів; у індустріально розвинутих країнах учні під час закінчення середньої школи одержують більше інформації, ніж їхні бабусі й дідусі за все життя; у наступні три десятиліття відбудеться стільки ж змін, скільки їх було за останні триста десятиріч, тощо [9].

Одним із важливіших завдань державного рівня та освіти в цілому є інформатизація суспільства та підготовка фахівців, що володіють сучасними інформаційно-комунікаційними технологіями [9]. У зв'язку з цим великого значення набуває роль вчителя, у числі головних здібностей якого має бути індивідуальний підхід та вміння доцільно використовувати у своїй професійній діяльності нові надбання інформаційного суспільства, оскільки саме завдяки їм реалізується можливість індивідуалізації навчання, що є одним із важливих кроків до модернізації освіти [6, с. 6].

Мета дослідження – здійснити аналіз літературних джерел та інформації з мережі Інтернет з метою характеристики особливостей професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформаційного суспільства.

Результати дослідження. П. С. Мартинюк вказує, що «говорячи про інформаційні технології не слід забувати, що всі вони лише забезпечують безперебійний плин інформаційного процесу» [8, с. 302]. Автор визначає поняття «інформаційний процес» як процес, що використовує сукупність засобів і методів обробки й передачі первинної інформації для одержання інформації нової якості про стан об'єкта, процесу або явища. Ціль інформаційного процесу – виробництво інформації для її наступного аналізу й прийняття на його основі рішення по виконанню якої-небудь дії. Інструменти інформаційного процесу – сукупність програмних продуктів: текстовий процесор (редактор), електронні таблиці і т.д. Все це функціонує у інформаційній системі [8, с. 302].

А. Я. Фрідланд визначає поняття «інформаційний процес», як процес за яким інформація (смысл, сутність, знання), наявна в свідомості людини-джерела, має за допомогою даних, що надсилаються людині-адресату, утворити в апараті мислення адресата відповідну інформацію, найбільш адекватну інформації джерела [11, с. 82]. Тобто, інформаційний процес складається з сукупності двох процесів: інтелектуального (смысл) та інформатичного (дані). Останній автор трактує як процес збирання, зберігання, опрацювання, передавання та подання даних [11, с. 82].

Н. В. Морзе зазначає, що «удосконалення методів вирішення функціональних завдань і способів організації інформаційних процесів приводить до зовсім нових інформаційних технологій, серед яких стосовно навчання можна виділити такі: комп'ютерні навчальні програми, що включають у себе електронні підручники, тренажери, тьютори, лабораторні практикуми, тестові системи; навчальні системи на базі мультимедіа-технологій, побудовані з використанням персональних комп'ютерів, відеотехніки, накопичувачів на оптичних дисках; інтелектуальні й навчальні експертні системи, що використовуються в різних предметних галузях; розподілені бази даних за галузями знань; засоби телекомунікації, що включають у себе електронну пошту, телеконференції, локальні й регіональні мережі зв'язку тощо; електронні бібліотеки, розподілені й централізовані видавничі системи» [10, с. 39].

Інформаційне суспільство вимагає від освіти під час підготовки конкурентоздатних фахівців не лише нових умінь і знань, але й перебудови стратегічної діяльності, спрямованої на врахування зазначених особливостей.

Деякі вчені схиляються думки про те, що інформаційне суспільство – це суспільно-економічне середовище, яке характеризується потужною інформаційно-комунікаційною інфраструктурою та прискореним розвитком високотехнологічних галузей економіки, широким доступом громадян до інформації, освіти, культурних надбань, можливостей роботи і спілкування, новими вимірами прав і свобод громадян, високими темпами економічного зростання тощо [5, с. 5].

С. В. Шаров зазначає, що «основними характеристиками інформаційного суспільства є: збільшення ролі інформації і знань у політичному, економічному, соціальному та культурному житті суспільства; зростання обсягу інформаційно-комунікаційних продуктів і послуг у валовому внутрішньому продукті; створення глобального інформаційного простору, що забезпечує ефективну інформаційну взаємодію людей, їхній доступ до світових інформаційних ресурсів, задоволення їхніх потреб у інформаційних продуктах та послугах» [12, с. 126]. Інформаційне суспільство у своєму розвитку передбачає активне використання інтелектуального потенціалу сучасного суспільства, високий рівень інформаційного обслуговування, доступність до джерел достовірної інформації тощо [12, с. 126].

Інформатизація суспільства – це глобальний соціальний процес, особливість якого полягає в тому, що домінуючим видом діяльності у сфері

суспільного виробництва є збір, накопичення, продукування, обробка, зберігання, передача й використання інформації, що здійснюється за допомогою обчислювальної техніки, а також на базі різноманітних засобів інформаційного обміну [5, с. 47].

Ю. В. Драгнев зазначає, що «інформатизація і глобалізація різноманітних процесів у інформаційному суспільстві, багатопрофільне впровадження інформаційних технологій привели до того, що у суспільстві з'явилися різні види середовищ освітньо-інформаційного простору, нові вимоги до набуття і передачі знань» [3, с. 94]. Автор зазначає, що «одним із напрямів реформування сучасної системи вищої педагогічної освіти є системна інтеграція інформаційних і педагогічних технологій в освітній процес» [3, с. 94].

В.Ю.Биков зазначає, що «сьогодні утверджується нова освітня парадигма, яка полягає у необхідності забезпечення рівного доступу до якісної освіти для всіх тих, хто повинен навчатися, хто має бажання, потребу навчатися впродовж життя і хто має для цього можливості» [1]. Автор визначає поняття «інформатизація освіти» як «інструмент модернізації освіти, що відповідає цілям і завданням формування інформаційного суспільства і, в даному контексті, передбачає створення єдиного інформаційного освітнього простору – змістово-предметної, комп'ютерно-технологічної та інформаційно-комунікаційної платформи інтеграції і демократизації освіти» [1]. Автор зазначає, що «об'єктивний вплив цих чинників на розвиток системи освіти, з одного боку, та зазначені зміни потреб тих, хто навчається, – з іншого, якраз і формують сучасні принципи, цілі, обмеження, механізми та інструменти розвитку системи освіти, сукупність яких будує портрет, концептуальну модель нової освіти, яку називають відкритою освітою» [1].

Л. Макаренко вказує, що «соціально-економічні зміни в Україні, процеси глобалізації, інтеграції та інформатизації суспільства, входження держави в Європейський освітній простір зумовили необхідність реформування освіти відповідно до положень Болонського процесу. Одним із його пріоритетних завдань є підготовка нового покоління вчителів, здатних до професійної діяльності в умовах впровадження в навчальний процес інформаційно-комунікаційних технологій» [7, с. 1].

А. Жуковська зазначає, що «на сучасному етапі інформатизації суспільства все більшого поширення в різноманітних сферах життя набувають комп'ютерні технології, вони виступають як один із інструментів пізнання. Тому однією із задач вищої освіти є підготовка фахівця, який вільно орієнтується у світовому інформаційному просторі, який має знання та навички щодо пошуку, обробки та зберігання інформації, використовуючи сучасні комп'ютерні технології» [4, с. 129].

О. О. Доброштан зазначає, що «основною складовою загального процесу інформатизації суспільства є інформатизація освіти, що повинна випереджати інформатизацію інших напрямів суспільної діяльності, й забезпечити здатність людини до самоосвіти, формування вміння самостійно орієнтуватися в накопиченому людством досвіді, забезпечити набуття вмінь використовувати

інформаційно-комунікаційні технології для виконання поставлених завдань» [2, с. 143].

Отже, інформатизація суспільства є головною умовою входження України до глобального інформаційного простору та однією з найважливіших складових державної програми розбудови інформаційного суспільства на основі впровадження сучасних новітніх інформаційних технологій.

Основною характеристикою інформаційного суспільства є створення глобального інформаційного простору, що забезпечує ефективну інформаційну взаємодію людей, їхній доступ до світових інформаційних ресурсів, задоволення їхніх потреб у інформаційних продуктах та послугах. А, домінуючим видом діяльності в умовах інформаційного суспільства та сфері суспільного виробництва є збір, накопичення, продукування, обробка, зберігання, передача й використання інформації

Тому, необхідною умовою модернізації освіти є її інформатизація, що передбачає створення єдиного інформаційного освітнього простору та системну інтеграцію інформаційних і педагогічних технологій в освітній процес.

Таким чином, у числі головних здібностей вчителя має бути вміння доцільно використовувати у своїй професійній діяльності нові надбання інформаційного суспільства, бути готовим до професійної діяльності в умовах впровадження в навчальний процес інформаційно-комунікаційних технологій, оскільки саме завдяки їм реалізується можливість індивідуалізації навчання, що є одним із важливих кроків до модернізації освіти.

Висновки. Особливостями професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформаційного суспільства на нашу думку є: приєднання системи вищої фізкультурної освіти до глобального інформаційного простору; системна інтеграція інформаційних і педагогічних технологій в процес професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури; створення єдиного інформаційного освітнього простору й середовища системи вищої фізкультурної освіти.

Перспективи подальших досліджень. Вивчення проблеми професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформаційного суспільства плануємо продовжити у аспектах інформатизації освітнього простору системи вищої фізкультурної освіти.

Література

1. Биков В. Ю. Електронна педагогіка та сучасні інструменти систем відкритої освіти [Електронний ресурс] / В. Ю. Биков, І. В. Мушка // Інформаційні технології і засоби навчання. – 2009. – Вип. 5 (13). – Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/e-journals/ITZN/em13/emg.html>. – Заголовок з екрана.
2. Доброштан О. О. Інформатизація освіти та застосування ІКТ для покращення її якості [Електронний ресурс] / О. О. Доброштан // Інформаційні технології в освіті: зб. наук. праць. – Вип. 6. – Херсон : Вид-во ХДУ, 2010. – С. 141-146. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/itvo/2010_6/index.htm. – Заголовок з екрана.
3. Драгнев Ю. В. Інформаційно-навчальне середовище як чинник професійного розвитку майбутнього вчителя фізичної культури в умовах інформаційно-освітнього простору [Електронний ресурс] / Ю. В. Драгнев // Педагогіка і психологія професійної освіти. –

- 2011, №1. – С. 94-99. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Pippo/2011_1/zmist.htm. – Заголовок з екрана.
4. Жуковська А. Л. Комп'ютерні технології навчання як запорука якісної освіти у світлі сучасних новітніх інформаційних досягнень [Електронний ресурс] / А. Л. Жуковська // Вісн. Житомир. держ. ун-ту ім. І. Франка. – 2006. – № 29. – С. 128-131.
 5. Інформаційно-аналітичні матеріали до парламентських слухань з питань розвитку інформаційного суспільства в Україні / Кабінет Міністрів України, М-во транспорту та зв'язку України. – К., 2005. – 70 с.
 6. Кремень В. Інформаційно-комунікаційні технології в освіті і формування інформаційного суспільства / В. Кремень // Інформатика та інформаційні технології в навчальних закладах. – 2006. – №6. – С. 5-9.
 7. Макаренко Л. Л. Комп'ютерна грамотність як складова професійної підготовки майбутніх вчителів початкової школи : автореф. дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Л.Л. Макаренко ; Нац. пед. ун-т ім. М.П.Драгоманова. — К., 2007. — 22 с.
 8. Мартинюк П. С. Інформаційні технології в навчальному процесі ВНЗ [Електронний ресурс] / П. С. Мартинюк // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі. – 2010. – Вип 8. – С. 302-307. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Pfto/2010_8/index.html. – Заголовок з екрана.
 9. Морзе Н. В. Моделі ефективного використання інформаційно-комунікаційних та дистанційних технологій навчання у вищому навчальному закладі / Н. В. Морзе, О. Г. Глазунова // Інформаційні технології і засоби навчання: електронне наукове фахове видання [Електронний ресурс] / гол. ред.: В. Ю. Биков; Ін-т інформ. технологій і засобів навчання АПН України, Ун-т менеджменту освіти АПН України. – 2008. – № 2(6). – Режим доступу: <http://nbuv.gov.ua/e-journals/ITZN/em6/emg.html>. – Заголовок з екрана.
 10. Морзе Н. В. Методика навчання інформатики : навч. посіб. : у 4 ч. / Н. В. Морзе; [за ред. М. І. Жалдака]. – К. : Навч. кн., 2003. – Ч. II : Методика навчання інформаційних технологій. – 288 с.
 11. Фридланд А. Я. Информатика и ее сущность: место информатики в современном мире / А. Я. Фриланд // Информатика и образование. – 2008. – № 4. – С. 76-88.
 12. Шаров С. В. Інформаційне суспільство: сучасний стан і перспективи розвитку [Електронний ресурс] / С. В. Шаров // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – № 7. – С. 125-127. – Режим доступу: <http://www.nbuv.gov.ua/articles/2006/06ssvspd.zip>. – Заголовок з екрана.
 13. Сітовський А.М. Чижик В.В. Взаємозв'язок фізичного розвитку та фізичної працездатності дівчат-підлітків з біологічним віком // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7: У 3-х т. – Львів: НВФ „Українські технології”, 2003. – Т. 2. - С. 63-67.
 14. Сітовський А.М. Річна динаміка фізичної працездатності дівчаток 7-их класів в умовах трьох уроків фізичної культури залежно від темпів їх біологічного розвитку // Сучасні оздоровчо-реабілітаційні технології: зб. наук. праць. – Луцьк, 2005. – С. 146-150.
 15. Сітовський А.М. Фізична працездатність підлітків в умовах диференційованого фізичного виховання з урахуванням темпів їх біологічного дозрівання // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац ун-ту ім. Лесі Українки / уклад. А. В. Цьось, С. П. Козіброцький. – Луцьк : Волин. нац ун-т ім. Лесі Українки, 2009. – № 1 (5). – С. 61-65.
 16. Сітовський А.М. Диференційована фізична підготовка учнів 7-их класів з урахуванням темпів їх біологічного розвитку // Молода спортивна наука України: Зб. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. Вип. 10: У 4-х т. – Львів: НВФ „Українські технології”, 2006. – Т. 1. - С. 113-118.
 17. Сітовський А.М. Особливості розвитку інтересу до занять фізичною культурою школярів 7-их класів // Спортивний вісник Придніпров'я: науково-теоретичний журнал. - Дніпропетровськ, 2005. – № 2. – С. 124-127.

18. Сітовський А.М. Функціональний стан серцево-судинної системи як критерій диференціації фізичного навантаження для школярів // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. праць. – Луцьк „Волинська обласна друкарня”, 2002. – Т. 2. - С. 34-36.

— — — — —
Сітовський А.М., Чижик В.В., Ходінов В.М.

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ ЗАЛЕЖНО ВІД ТЕМПІВ ЇХ БІОЛОГІЧНОГО ДОЗРІВАННЯ

Луцький інститут розвитку людини Університету „Україна”

Анотація. Встановлено, що між групами школярів з різними темпами біологічного дозрівання спостерігаються значні відмінності за даними довжини, маси, площі тіла та обводу грудної клітки. Особливо чітко дана відмінність виражена між крайніми типами: школярі з прискореними темпами біологічного дозрівання достовірно переважають своїх однолітків ретардантів за даними антропометричними показниками як на початку так і наприкінці навчального року.

Ключові слова: підлітки, темпи біологічного дозрівання, фізичний розвиток.

Аннотация. Ситовский А.Н. **Физическое развитие подростков в зависимости от темпов их биологического созревания.** Установлено, что между группами школьников с разными темпами биологического созревания наблюдаются значительные отличия по данным длины, массы тела и окружности грудной клетки. Особенно четко данное отличие выражено между крайними типами: школьники с ускоренными темпами биологического созревания достоверно превосходят своих ровесников ретардантов за данными антропометрическими показателями как в начале так и в конце учебного года.

Ключевые слова: подростки, темпы биологического созревания, физическое развитие.

Annotation. Sitovskyi A.N. **Physical development of adolescents depends on their rate of biological maturation.** Established that between groups of pupils with different rates of biological maturation there are significant differences according to length, weight of body and circumference of the chest. Especially clearly expressed this difference between the extreme types: pupils with an accelerated pace of biological maturation significantly outperform their peers retardants for these anthropometric indicators in the beginning and end of the school year.

Key words: adolescents, biological ripening tempos, physical development.

Постановка проблеми. На кожному віковому етапі фізичний розвиток дітей та підлітків характеризується певним комплексом пов'язаних між собою та із зовнішнім середовищем морфофункціональних властивостей організму та запасом фізичних можливостей, що обумовлюються цими властивостями. Морфофункціональні властивості визначають довжину та масу тіла, його поверхню та форму, співвідношення трьох основних розмірів (довжина, маса тіла та обвід грудної клітки). Всі три складові фізичного розвитку та багато ознак, що в нього входять, які оцінюються кількісно і якісно, відображають фазність розвитку організму і на кожному етапі онтогенезу дитини характеризують його морфофункціональну зрілість [9].

Усі ті причини, що обумовлюють епохальну акселерацію впливають на дітей як з уповільненим, середнім, так і прискореним варіантами дозрівання [8].