

502.7(082)  
P32



Регіональні проблеми  
природокористування  
та охорона рослинного  
і тваринного світу

# ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНО-ЕКОЛОГІЧНИХ ФАКТОРІВ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОГО (СОМАТИЧНОГО) РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ НА ПРОТЯЗІ НАВЧАННЯ В УНІВЕРСИТЕТІ

Бабиц Л.П., Антонік І.П.

Криворізький державний педагогічний університет

## РЕЗЮМЕ

*Робота присвячена оцінці рівня фізичного розвитку студентів природничого факультету на протязі трьох років їх навчання. Аналіз отриманих результатів відображає адаптацію студентів до учбово-виховного процесу у вищій школі, розпорядку роботи, формам і методам навчання.*

*Для запобігання перевтомі у студентів, порушенню їхнього здоров'я важливе значення має забезпечення умов організації навчального процесу (чіткий режим дня, повноцінний сон, що відповідає витратам енергії харчування та інше). Усе це в комплексі складає сукупність валеологічних норм організації розумової праці.*

## THE SUMMARY

*The work is devoted to an estimation of a level of physical development of the students of faculty of natural sciences during three years of training. The analysis of the received results shows adaptation of the students to studies - educational to process in a higher school, schedule of work, forms and methods of training.*

*For prevention of overfatigue at students, their infringements health the important value has maintenance of conditions of the organization of educational process (a precise mode of day, high-grade dream that corresponds(meets) to expenses of energy of a feed(meal) and another). All this in a complex makes set valeological norms of the organization of brainwork.*

На сучасному етапі розвитку України високий рівень знань, професійна підготовка молоді стає найважливішим фактором соціально-економічного розвитку. Тому одним із провідних завдань вищої школи є підготовка висококваліфікованих спеціалістів. Для забезпечення високої якості підготовки спеціалістів у вищій школі, до навантаження студентів вводяться додаткові, сучасні дисципліни, висунуті часом. Передбачається, що під впливом учбового навчального процесу у студентів підвищується напруженість психофізіологічного статусу (А.І.Кіколов, 1985).

В зв'язку з вище наведеним, метою дослідження було визначення рівня фізичного розвитку студентів природничого факультету у динаміці навчання в Криворізькому педагогічному університеті (КДПУ).

Для реалізації поставленої мети було проведено обстеження 63 студентів природничого факультету КДПУ, що складають дві академічні групи:

- біологи зі спеціалізацією сільське господарство (БСГ-99)
- хіміки - інформатики (ХІ-99)

Серед обстежених 48 дівчат та 15 юнаків, середній вік яких складає  $18,3 + 2,72$  та  $18,1 + 0,27$  років відповідно.

Обстеження студентів проводились на протязі трьох років у три етапи:

- I рік - на початку першого навчального року (вересень - жовтень 1999 року).

- II рік - на початку другого навчального року (вересень - жовтень 2000 року).

-III рік – на початку другого навчального року (вересень – жовтень 2001року).

При дослідженні використовувались наступні інформативні методики фізіологічні (пульсометрія, артеріальна сфігмометрія, кистева динамометрія, пневмометрія ) та математичні.

Оцінка рівня фізичного розвитку здійснювалась з урахуванням критеріїв, розроблених Г.Л. Апанасенко ( 1985 ) на основі показників, що характеризують функціональний стан студентів. Результати досліджень наведені у таблиці.

**ОЦІНКА РІВНЯ ФІЗИЧНОГО (СОМАТИЧНОГО) РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ НА ПРОТЯЗІ НАВЧАННЯ В УНІВЕРСИТЕТІ**

Рівень фізичного розвитку	Стать											
	юнаки						дівчата					
	Рік обстеження											
	І рік обс.ч.	%	II рік обс.ч.	%	III рік обс.ч.	%	I рік обс.ч.	%	II рік обс.ч.	%	III рік обс.ч.	%
Високий	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Вище середнього	-	-	-	-	2	15,4	-	-	-	-	1	2,1
Середній	1	6,6	4	26,7	1	7,7	6	12,5	13	27,08	14	29,2
Нижче середнього	1	6,6	5	33,3	2	15,4	19	39,6	17	35,42	19	39,6
Низький	13	86,7	6	40	8	61,5	23	47,9	18	37,5	14	29,2
Кількість обстежених	15		15		13		48		48		48	

Аналіз отриманих результатів за категоріями, які характеризують рівень соматичного здоров'я ( «високий», «вище середнього», «середній», «нижче середнього», «низький» ) дозволяє зробити такі висновки:

1. Високого рівня фізичного розвитку не має жоден студент, що навчається на протязі трьох років в ВУЗі.

2. Вище середнього рівня фізичного розвитку на третьому році навчання досягають 15,4% юнаків та 2,1% дівчат, від загальної кількості обстежених студентів.

3. Кількість студентів, що мають середній рівень розвитку значно зростає від 12,3% на першому до 29,2% на третьому році навчання.

4. Рівень фізичного розвитку, що відповідає категорії «нижче середнього» також збільшувався у юнаків на другому році навчання з 6,6% до 33,3%, а на третьому – зменшується до 15,4%. Кількість дівчат, що мають такий рівень фізичного розвитку протягом трьох років навчання не змінюється і складає 39,6%.

5. Кількість студентів (як хлопців, так і дівчатат), що мають низький рівень фізичного розвитку протягом трьох років навчання в ВУЗі зменшується. Отримані данні свідчать, що найбільша кількість студентів має низький рівень фізичного розвитку на першому році навчання (86,7% - хлопців і 47,9% - дівчат). Протягом другого року навчання кількість таких студентів зменшується вдвічі серед хлопців і на 10-20% серед дівчат.

Покращення рівня фізичного розвитку студентів пов'язане з адаптацією до навчально-виховного процесу у вищій школі, розпорядку роботи, формам і методам навчання. За рахунок цього відбувається зниження кількості студентів, що мають низький рівень фізичного розвитку і це проявляється в збільшенні кількості студентів, що мають рівень фізичного розвитку " нижче середнього ".

Існує цілий ряд причин, які обумовлюють низький рівень адаптації студентів-першокурсників до навчання у вищій школі:

- об'єктивні причини, які не залежать від студента: нераціональний розклад аудиторних занять, завантаженість студентів поза аудиторною обов'язковою роботою, нераціонально складений розклад, великий обсяг самостійної роботи та інше;

- причини, пов'язані з слабкими навичками самостійної роботи, з незнанням методики та техніки раціональної праці, невміння переробляти великий об'єм наукової інформації;

- причини пов'язані з особистими якостями студентів: відсутність вольових якостей, слабкість характеру, невміння долати труднощі тощо.

Ми можемо сказати, що провідним екзогенним фактором, який впливає на стан здоров'я та адаптацію організму у студентів є учбове навантаження та пов'язані з ним відхилення в гігієнічно-раціональній організації режиму дня і тижня.

Кожна людина мусить знати про можливості свого організму, вміти підтримувати його здоровим і працездатним, створювати психологічний комфорт, використовувати природні засоби та історичний досвід людства для оздоровлення.

Головним завданням вищої школи є така організація режиму праці й відпочинку студентів, створення таких умов для роботи, які б забезпечили високу працездатність протягом усього часу навчальних занять, дозволили б відтягнути час настання втоми, запобігти перевтомі та зберегти власне здоров'я на належному рівні.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Антропова М.В. Дифференцированное обучение учащихся, их работоспособность и организация режима учебной деятельности. // Физиология человека. - 1992. - Т.18 - №1. - С.160-167.
2. Апанасенко Г.Л. О безопасности уровня здоровья человека. // Асклепсейон. - 1996. - №1-4. - С.14-16.
3. Апанасенко Г.Л. О возможности количественной оценки уровня здоровья человека // Гигиена и санитария. - 1985. - №6. С.55-58.
4. Балюбаш Я.Я. Організація навчального процесу у вищих закладах освіти України.-К.:ВВП "Компас", 1997.
5. Бобрицька В.І. Валеологія як стратегія виживання людини в сучасному суспільстві // Валеологія : навч. посібник для студентів вищих закладів освіти: в 2 ч./ В.І. Бобрицька, М.В.Гринькова та ін.; за ред. В.І. Бобрицької - Полтава:Скайтек, 2000 - ч. 2. - С.7-9.

## ПРОБЛЕМИ ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ НА ПОЧАТКУ ТРЕТЬОГО ТИСЯЧОЛІТТЯ

*Бугай Т. В., Євтушенко Є.Х.*

*Криворізький державний педагогічний університет*

Початок ХХІ століття характеризується посиленням низки факторів, що негативно впливають на існування цивілізації. Серед них особливого значення набувають: занепад людської моралі, зростання бідності, підвищення агресивності, поширення СНІДу, деградація природи, техногенні та природні катастрофи. Відомі результати впливу на