

7. Regulations [Normatyvni dokumenty]: MOZ Ukrainy. URL: http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro_20100404_0.html (in Ukr.)
8. Futorny S.M. (2016) Current state and actual problems of physical rehabilitation in Ukraine. Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Vypusk 02 (69): 84-88 (in Ukr.).
9. Kharchenko S. (2017) Current state of physical rehabilitation in Ukraine. Fizychna kul'tura i sport ta fizychna reabilitatsiya v suchasnomu suspil'stvi: zbirnyk naukovykh prats' X Vseukrayins'koyi students'koyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. Vinnytsya: TOV Firma "Planer". pp. 238-241 (in Ukr.).
10. Khvysyuk MI, Khvysyuk OM, Marchenko V H. [and other]. (2012) The theory and practice of medical rehabilitation [Teoriya i praktyka medychnoyi reabilitatsiyi]. Kh.: Maydan, 360 p. (in Ukr.).
11. Khovanskaya GN, Pirogova LA. (2010) General principles of medical rehabilitation in pediatrics: a manual for students of pediatric, medical-psychological, medical-diagnostic faculties and doctors [Obshchiye osnovy meditsynskoy reabilitatsii v pediatrii: posobiye dlya studentov pediatricheskogo, mediko-psikhologicheskogo mediko-diagnosticheskogo fakul'tetov i vrachey.]. Grodno: GrGMU. 184 p. (in Russ.).
12. Shakhlina LG, (2012) Physical rehabilitation. Modern aspects. Pedagogika, psykholohiya ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu. №9. pp. 98-103. (in Russ.).
13. Annual report on the health status of the population, the sanitary and epidemiological situation and the results of the Ukrainian health care system 2016 [Shchorichna dopovid' pro stan zdorov'ya naseleennya, sanitarno-epidemichnu sytuatsiyu ta rezul'taty diyal'nosti systemy okhorony zdorov'ya Ukrainy 2016 rik]. MOZ Ukrainy, DU "UISD MOZ Ukrainy". Kyiv, 2017. 516 p. (in Ukr.).

Цитування на цю статтю:

Михальський АВ, Молев ВП, Михальська ЮА. Сучасні підходи до реабілітації хворих із захворюваннями внутрішніх органів. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Січ 29; 31: 85-90

Відомості про автора:

Михальський Анатолій Володимирович – кандидат медичних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: mavanat@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-7537-7775>

Молев Валерій Павлович – кандидат медичних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: valeriyulev@meta.ua

<https://orcid.org/0000-0002-5977-919>

Михальська Юлія Анатоліївна – кандидат психологічних наук, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка (Кам'янець-Подільський, Україна)

e-mail: iuliiany@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0002-8378-5928>

Information about the author:

Mykhalskyi Anatolii Volodymyrovych – Candidate of Science (Medicine), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

Moliev Valerii Pavlovych – Candidate of Science (Medicine), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

Mykhalska Yuliia Anatoliivna – Candidate of Science (Psychology), Associate Professor (Ph. D.), Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohiienko University (Kamianets-Podilskyi, Ukraine)

УДК 796.011.3-053.5(0.45)
doi: 10.15330/fcult.31.90-97

*Наталья Москаленко, Антоніна Полякова,
Геннадій Торбанюк*

ІНТЕГРОВАНЕ НАВЧАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Одним із сучасних підходів удосконалення системи освіти в початковій школі є інтеграція навчання, яке ґрунтується на комплексному підході і реалізується як у межах окремого навчального предмета, так і між різними навчальними дисциплінами. Тому перед фізичним вихованням висувуються нові завдання, які потребують наукового обґрунтування змісту освіти та створення особливого середовища й відповідної діяльності, в якій дитина могла б себе реалізувати.

Потребує наукового обґрунтування інтегроване навчання у фізичному вихованні, яке ґрунтується на комплексному підході, і передбачає сукупність послідовних та взаємозв'язаних дій учителя і учня, які спрямовані на формування цілісної картини світу.

Мета дослідження – визначити організаційно-методичні засади реалізації інтегрованого навчання на уроках фізичної культури у початковій школі.

До організаційно-методичних засад впровадження інтегрованого навчання на уроках фізичної культури віднесено: розробка змісту інтегрованих уроків, які спрямовані на формування і розвиток особистості дитини, є завершеними, зміст повинен бути пов'язаний з попереднім і наступними заняттями; створення умов для виховання механізмів самореалізації, самовиховання; раціональне планування системи власних дій організаційно-методичного характеру – підготовка інвентаря і обладнання, підбір методів організації, визначення фізичного навантаження, оцінку результатів діяльності, акцентуючи увагу на позитивних якостях та досягненнях учнів, на задоволенні їх потреби в самоствердженні та спілкуванні.

Анкетування вчителів свідчить, що більшість вчителів 66,8% відзначають, що інтегровані уроки фізичної культури сприяють формуванню інтересу і зацікавленості дітей до занять фізичною культурою і спортом, 41,8% вказують на можливість для формування образного мислення, яке сприяє оволодінню уявленнями, що відтворюють істотні закономірності явищ, які належать до різних сфер діяльності. 71,3% відмічають, що підвищується рівень засвоєння наукових знань. Треба відзначити, що більшість опитаних 76,3% відзначили, що застосування інтегрованих уроків фізичної культури сприяє покращення якості навчально виховного процесу.

Ключові слова: інтегрований урок фізичної культури, початкова школа, організаційно-методичні засади, рухова діяльність.

One of the modern approaches to improving the system of education in elementary school is the integration of learning, which is based on an integrated approach and implemented both within a separate subject and between different educational disciplines. Therefore, new tasks are set for physical education that require the scientific substantiation of the content of education and the creation of a special environment and related activities in which the child could realize himself.

Integrated physical education in a comprehensive approach is required for scientific substantiation, and it involves a combination of consistent and interrelated actions of the teacher and the student, aimed at forming a coherent picture of the world.

The purpose of the study is to determine the organizational and methodological principles for the implementation of integrated training in physical education lessons in elementary school.

The organizational and methodical principles of the introduction of integrated training in physical education lessons include: the development of the content of integrated lessons that focus on the formation and development of the child's personality, the content should be related to the previous and subsequent occupations; creation of conditions for the education of mechanisms of self-realization, self-education; rational planning of the system of own actions of organizational and methodical nature – preparation of inventory and equipment, selection of methods of organization, determination of physical activity, evaluation of performance, focusing on positive qualities and achievements of students, on satisfaction of their needs for self-affirmation and communication.

The questionnaire of teachers shows that the majority of teachers (66.8%) point out that integrated physical education lessons contribute to the formation of interest of children in physical education and sports, 41.8% point at the ability to form imaginative thinking that facilitates the mastery of representations that reproduce essential patterns of phenomena belonging to different spheres of activity. 71.3% note that the level of scientific knowledge is increasing. It should be noted that the majority of respondents, 76.3%, noted that the use of integrated physical education lessons contributes to the improvement of the educational process quality.

Key words: *integrated lesson of physical culture, elementary school, organizational and methodical principles, motor activity.*

Постановка проблеми й аналіз останніх досліджень і публікацій. Перебудовчі процеси в Україні обумовили нові тенденції в розвитку освіти, які почали здійснюватися на основі масштабної реформи “Нова Українська школа”. Потреба суспільства в творчих, діяльних, інтелектуально розвинених громадянах, оновлення національної свідомості, відродження духовності викликали необхідність наукового обґрунтування і впровадження нового змісту освіти [8].

Одним із сучасних підходів удосконалення системи освіти в початковій школі є інтеграція навчання, яке ґрунтується на комплексному підході і реалізується як у межах окремого навчального предмета, так і між різними навчальними дисциплінами [7].

Сьогодні теоретичні аспекти інтеграції були предметом дослідження українських вчених: методологічні проблеми інтеграції (С.І. Гончаренко, Ю.І. Мальований); психологічні аспекти (В.Ф. Семиченко, Т.С. Яценко); інтегроване навчання, як засіб мотивації (Цвинда З.І.); обґрунтування інтегрованих уроків (К.Ж. Гуз, Л.Б. Лук'янова, І.В. Кошкіна, О.М. Яцків).

Найбільш перспективним є підхід, запропонований В. Максимовою [3], яка розглядає інтеграцію як процес і результат створення нерозривно пов'язаного, єдиного, цілого. У навчальному процесі вона здійснюється шляхом злиття в один інтегрований курс елементів різних навчальних предметів, що сприяє створенню єдиного освітнього середовища на основі цілісного погляду на світ, без чого неможливо його пізнання.

Особливе місце в системі шкільного навчання займає молодший шкільний вік, тому що, він виступає основним періодом набуття соціального досвіду, зокрема, інтенсивно формуються інтереси, потреби, пізнавальні здібності дитини [9].

Ефективність навчання, в значній мірі залежить від стану здоров'я учнів. Збереження фізичного і психічного здоров'я дітей – одне з найважливіших завдань нашого суспільства і насамперед системи освіти.

Тому перед фізичним вихованням висувуються нові завдання, які потребують наукового обґрунтування змісту освіти та створення особливого середовища й відповідної діяльності, в якій дитина могла б себе реалізувати.

Концептуальні засади інтегративного підходу у фізичному вихованні школярів розкрито недостатньо. Дослідження Боднар І.Р. [[1] свідчать про ефективність інтегративних уроків фізичної культури для учнів 1–3 груп здоров'я, які сприяли інтеграції дітей зі зниженими можливостями в колективі та підвищення їх активності. О. Кругляком [2] здійснено реалізацію між предметних зв'язків у процесі фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку. Н.В. Москаленко [4, 9] досліджувала особливості побудови інтегрованого уроку фізичної культури у початковій школі, що вносять ефективні зміни у дітей, посилюють пізнавальний інтерес, сприяють всебічному розвитку особистості.

Однак, потребує наукового обґрунтування інтегроване навчання у фізичному вихованні, яке ґрунтується на комплексному підході, і передбачає сукупність послідовних та взаємозв'язаних дій учителя і учня, які спрямовані на формування цілісної картини світу.

Мета дослідження – визначити організаційно-методичні засади реалізації інтегрованого навчання на уроках фізичної культури у початковій школі.

Методи дослідження. Аналіз та узагальнення науково-методичної літератури, анкетування, педагогічний експеримент.

Організація дослідження. Дослідження проводилось протягом вересня – грудня 2018 року у 16 закладах середньої освіти. В експерименті брали участь 62 вчителів початкових класів, які викладали фізичну культуру у початковій школі.

Обговорення результатів дослідження. Інтегроване навчання – це навчання, яке цілісно забезпечує пізнавальну діяльність особистості учня, розвиває творчу активність, яка включає в себе і пізнання, і спілкування, і гру, і посильну працю. Інтегрована діяльність передбачає внутрішнє прагнення до активної участі у навчальному процесі, пошук дитиною самостійних шляхів вирішення проблем.

І. Подласий [6] виділяє наступні вимоги до проведення інтегрованого уроку: застосування сучасних досягнень науки, передової педагогічної практики для проектування уроку на основі закономірностей освітнього процесу, ретельну підготовку до кожного уроку, мотивацію й активізацію розвитку всіх сфер особистості, подання матеріалу у відповідності до всіх дидактичних принципів і правил, організації комфортних

умов для ефективної пізнавальної діяльності школярів з врахуванням їх інтересів, здібностей і потреб, зв'язок з раніше опрацьованим матеріалом, опора на дійсний рівень розвитку й життєвий досвід учнів, логічність, послідовність, завершеність, емоційність всіх етапів навчально-пізнавальної діяльності, різноманітність, ефективність застосування педагогічних методів і прийомів, раціональних прийомів, формування вміння вчитися, потреби постійно збагачувати знання.

Тому, слід визначити, що підготовка та проведення інтегрованого уроку передбачає ретельну підготовку вчителя. Інтегрований урок має свою структуру і особливості його проведення.

Розробка інтегрованих уроків починається з чіткого визначення завдань:

- збереження та покращення фізичного стану дитини;
- розвиток творчих здібностей учнів;
- активізація мислення дітей;
- розвиток пізнавальних інтересів, здійснення між предметних зв'язків;
- виконання вимог державної програми щодо засвоєння навчального матеріалу з предмету "Фізична культура".

Методика розробки інтегрованих уроків передбачає:

1. Визначення рівня розвитку дітей, класу в цілому (в тому числі їх якостей і здібностей).
2. Визначення довгострокових, термінованих завдань і способи їх вирішення.
3. Визначення часу, який повинен витратити учень на засвоєння різних видів діяльності і особливо рухової діяльності.
4. Залучення батьків.
5. Визначення способів оцінки успіхів учнів.
6. Врахування інтересів і потреб учнів.

Раціональним підходом щодо реалізації інтеграції у змісті початкової освіти є тематичний, під час якого змістовною та організаційною одиницею процесу навчання є не урок, а система навчальної дисципліни. Тобто тема, яка вивчається може бути пов'язана з іншими темами чи змістом інших предметів. В кожній темі існують внутрішньо-предметні та міжпредметні зв'язки [3].

В ході інтегрованого уроку фізичної культури необхідно намагатися розкривати інтереси самої особистості дитини, необхідно допомогти їй як індивідууму розкрити свій потенціал, внутрішні резерви здоров'я та фізичного стану, дати можливість кожній дитині самовиразитися, бути поміченою, визнаною.

Однією із форм проведення інтегрованих уроків фізичної культури є сюжетний урок.

Сюжетні уроки спрямовані:

- на формування рухових вмінь і навичок;
- розвиток рухових якостей;
- на формування інтелектуального розвитку через отримання певної системи знань;
- на формування емоційної сфери – ігрова ситуація сприяє отриманню задоволення.

Підготовка до сюжетного уроку фізичної культури починається з визначення теми і мети заняття. Сюжетна лінія може бути запланована на одне чи кілька занять. Кожне заняття вчитель орієнтує на головну мету – формування та розвиток особистості. Викладач повинен згідно з темою і метою занять визначити зміст, структуру і хід уроку; методику і організацію; чіткі і конкретні завдання; підкріпити кожне завдання необхідними, найбільш ефективними і доступними для дітей фізичними вправами [9].

Вчитель повинен спланувати систему власних дій організаційно-методичного характеру – підготовка інвентаря і обладнання, підбір методів організації, визначення

фізичного навантаження, оцінку результатів діяльності, акцентуючи увагу на позитивних якостях та досягненнях учнів, на задоволенні їх потреби в самоствердженні та спілкуванні.

Планування сюжетного уроку потребує від учителя раціонального розподілу часу на вирішення освітніх завдань (тому що в ході уроку діти отримують знання з теми сюжету про різні явища природи, сфери діяльності людини) і часу, який відводить учитель на підвищення рухової активності, навчання рухових дій.

Сюжетний урок – це “велика тематична гра, яка може тривати одне чи декілька занять”. У структурі заняття традиційно виділяють три частини.

Підготовча частина включає організуючі та установчі дії: загальну розминку, послідовну активізацію функціональних систем організму, спеціальну розминку, яка забезпечує специфічну профіліровану оптимальну роботу систем організму.

Основна частина спрямована на розвиток рухових якостей, підвищення рівня функціональних систем організму, навчання руховим діям, використовуючи сюжетно-образне викладання.

Заключна частина вирішує завдання відновлення організму після фізичних навантажень, зниження м'язової напруги.

Велика увага приділяється естетичним аспектам уроків фізичної культури та виразності рухів, музичному супроводженню занять. Важливим є мовлення педагога, його вміння створити ігрову ситуацію для того, щоб діти повірили в неї як у реальність, незвичайну атмосферу слів, асоціацій, бажань дітей.

Створення сюжетних уроків базується на специфічних принципах (Л.Д. Глазиріна, А.В. Овсянкін, 1999):

- Фасцінації (зачарованість) – спеціально організований вербальний вплив, який передбачає зменшення витрати значущої інформації для сприйняття дітьми, управління процесом занять та досягнення результативності у всіх сферах реалізації оздоровчої, виховної та освітньої програми. Кожна дитина насолоджується предметом дій, самою дією, діями оточуючих.

- Синкретичності – спрямован на встановлення у руховій сфері синкретичних зв'язків, за допомогою яких дитина осягає правдиве значення фізичних вправ. На заняттях здійснюється об'єднання знань про явища природи, про взаємодію природи з людиною.

Для таких занять характерною є повна відсутність механічної системи виконання рухів і рухових дій, присутня висока емоційність, отримання великого обсягу знань.

- Творчої спрямованості – це створення дитиною нових рухів, які засновані на використанні його рухового досвіду і наявності мотиву, який спонукає до творчої діяльності. Виконання рухів, вирішення проблемних ситуацій піднімають настрої.

Сюжетні уроки здійснюють соціальний вплив, (перш за все, це усвідомлення кожного учня як особистості), сприяють формуванню самостійності, активності, наполегливості.

Згідно з навчальною програмою “Фізична культура 1–2 кл.” (2018) та модельною програмою для 1 класів, в рамках реалізації проекту “Нова українська школа”, передбачено впровадження інтегрованих уроків фізичної культури у відповідності до визначених тем тижнів протягом навчального року. Для цього нами розроблений зошит для учнів 1 класу “Пригоди Фізкультуркіна” [5], використання якого дає можливість вчителю розробити зміст інтегрованого уроку.

Застосування зошитів передбачає створення умов для формування творчих здібностей, активної участі в опануванні навчального матеріалу з предмету “Фізична культура”.

Основним змістом інтегрованих уроків є поєднання окремих видів діяльності в ігровій формі (наприклад, театральній), різноманітних завдань – це виконання малюнків, складання та розв'язання кросвордів, відповіді на запитання, творчі завдання, фізичні вправи. Треба намагатися, щоб дитина ставала діяльним, зацікавленим учасником процесу оволодіння званнями.

Основну увагу слід приділяти руховій діяльності в ході уроку – це фізичні вправи, рухливі та народні ігри, естафети, які достатньо добре засвоєні дітьми на уроках фізичної культури.

Метою запропонованих уроків визначено формування стійкої потреби у здоровому способі життя.

Червоною лінією через усі заняття проходить психологічна підтримка дитини – маленького спортсмена, разом з яким займається фізкультурою та спортом Фізкультуркін.

В ході проведення інтегрованого уроку необхідно звернути увагу на створення умов для підтримки індивідуальності дитини, виховання в неї механізмів самореалізації, самовиховання, які потрібні для становлення особистості в процесі рухової діяльності.

Враховуючи вікові і психологічні особливості розвитку дітей у молодшому шкільному віці, матеріал представлений у вигляді творчих завдань, що відкриває перед дитиною шлях до виходу за рамки жорстких правил і пошуку самостійних шляхів отримання знань. Характер творчого мислення особливо яскраво виявляється у ситуації, коли дитина отримує завдання, що не має заздалегідь відомого, чітко запрограмованого єдиного способу виконання.

Треба зазначити, що інтегрований урок не може бути ізольованим, його зміст повинен бути пов'язаний із попереднім та минулими уроками не тільки з фізичної культури, а й бути складовою всього навчально-виховного процесу.

Ефективність впровадження інтегрованих уроків фізичної культури у навчальний процес закладів середньої освіти здійснювались на основі анкетування 62 вчителів фізичної культури у початковій школі.

Більшість вчителів 66,8% відзначають, що інтегровані уроки фізичної культури сприяють формуванню інтересу і зацікавленості дітей до занять фізичною культурою і спортом; 41,8% вказують на можливість для формування образного мислення, яке сприяє оволодінню уявленнями, що відтворюють істотні закономірності явищ, які належать до різних сфер діяльності; 71,3% відмічають, що підвищується рівень засвоєння наукових знань.

Опитування показало, що 78,7% вчителів вказують на можливість впливу в ході інтегрованого уроку на розвиток пізнавальних здібностей, 36,1% – на активізацію мислення, 26,9% – на розвиток творчих здібностей.

Аналіз відповідей, щодо труднощів у підготовці інтегрованого уроку, 78,3% зазначили відсутність належного матеріального – технічного забезпечення; 61,7% – недостатній рівень наукового-методичного забезпечення, 31,7% – складність у розробці змісту уроку.

Слід зауважити, що більшість опитаних 76,3% відзначили, що застосування інтегрованих уроків фізичної культури сприяє покращенню якості навчально виховного процесу.

Висновки. Одним із сучасних підходів удосконалення системи освіти в початковій школі є інтеграція навчання, яка ґрунтується на комплексному підході і реалізується як у межах окремого навчального предмета, так і між різними навчальними дисциплі-

лінами і передбачає сукупність послідовних та взаємозв'язаних дій учителя і учня, які спрямовані на формування цілісної картини світу.

До організаційно-методичних засад впровадження інтегрованого навчання на уроках фізичної культури віднесено: розробка змісту інтегрованих уроків, які спрямовані на формування і розвиток особистості дитини, є завершеними, зміст повинен бути пов'язаний з попереднім і наступними заняттями; створення умов для виховання механізмів самореалізації, самовиховання; раціональне планування системи власних дій організаційно-методичного характеру – підготовка інвентаря і обладнання, підбір методів організації, визначення фізичного навантаження, оцінку результатів діяльності, акцентуючи увагу на позитивних якостях та досягненнях учнів, на задоволенні їх потреби в самоствердженні та спілкуванні.

Анкетування вчителів свідчить, що більшість вчителів 66,8% відзначають, що інтегровані уроки фізичної культури сприяють формуванню інтересу і зацікавленості дітей до занять фізичною культурою і спортом, 41,8% вказують на можливість для формування образного мислення, яке сприяє оволодінню уявленнями, що відтворюють істотні закономірності явищ, які належать до різних сфер діяльності; 71,3% відмічають, що підвищується рівень засвоєння наукових знань. Треба відзначити, що більшість опитаних 76,3% відзначили, що застосування інтегрованих уроків фізичної культури сприяє покращення якості навчально виховного процесу.

1. Боднар І. Інтегративне фізичне виховання школярів спеціальної медичної групи. Молода спортивна наука України. 2015; 19(2): 21-29.
2. Кругляк О. Реалізація між предметних зв'язків вчителями фізичної культури та початкових класів у процесі фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку. Молода спортивна наука України. 2004;1:35-39
3. Максимова ВН, Межпредметные святы в учебно-воспитательном процессе современной школы. Москва: Просвещение; 1987: 42-47; 52-61.
4. Москаленко Н, Алф'оров О. Організаційно-методичні аспекти сучасного уроку фізичної культури. Спортивний вісник Придніпров'я. 2016; 1: 196-200.
5. Москаленко НВ, Лаврова ЛВ, Савченко ВА, Гут ЛМ. Пригоди Фізкультуркіна. Дніпро : Україна; 2018. 48 с.
6. Подласый ИП. Педагогика начальной школы. Москва: Владос; 2001: 232-234.
7. Бабік НМ, редактор. Нова українська школа. Київ: Літера ЛТД; 2018. 160 с.
8. Товкало М, редактор. Нова українська школа. Львів; 2016. 64 с.
9. Москаленко НВ. Фізичне виховання молодших школярів. Дніпропетровськ : Іновація; 2010. 344 с.
10. Яцків ОМ. Інтегроване навчання як засіб підвищення ефективності сучасного уроку. URL: <https://vseosvita.ua/library/tezi-integrovane-navcanna-ak-zasib-pidvisenna-efektivnosti-sucasnogo-uroku-21131.html>.

References

1. Bodnar I. Intehratyvne fizychne vykhovannya shkolyariv spetsial'noyi medychnoyi hrupy. Moloda sportyvna nauka Ukrayiny. 2015; 19(2): 21-29.
2. Kruhlyak O. Realizatsiya mizh predmetnykh zv'yazkiv vchytelyamy fizychnoyi kul'tury ta pochatkovykh klasiv u protsesi fizychnoho vykhovannya uchniv molodshoho shkil'noho viku. Moloda sportyvna nauka Ukrayiny. 2004; 1: 35-39
3. Maksymova VN, Mezhpredmetnye svyaty v uchebno-vospytatel'nom protsesse sovremennoy shkoly. Moskva: Prosveshchenye; 1987: 42-47; 52-61.
4. Moskalenko N, Alf'orov O. Orhanizatsiyno-metodychni aspekty suchasnoho uroku fizychnoyi kul'tury. Sportyvnyy visnyk Prydniprov'ya. 2016; 1: 196-200.
5. Moskalenko NV, Lavrova LV, Savchenko VA, Hut LM. Pryhody Fizkul'turkina. Dnipro : Ukrayina; 2018. 48 s.
6. Podlasyy YP. Pedahohyka nachal'noy shkoly. Moskva: Vlados; 2001: 232-234.
7. Babik NM, redaktor. Nova ukrayins'ka shkola. Kyiv: Litera LTD; 2018. 160 s.
8. Tovkalo M, redaktor. Nova ukrayins'ka shkola. L'viv; 2016. 64 s.
9. Moskalenko NV. Fizychne vykhovannya molodshykh shkolyariv. Dnipropetrovs'k : Inovatsiya; 2010. 344 s.

10. Yatskiv OM. Intehrovane navchannya yak zasib pidvyshchennya efektyvnosti suchasnoho uroku. URL: <https://vseosvita.ua/library/tezi-integrovane-navcanna-ak-zasib-pidvisenna-efektivnosti-sucasnoho-uroku-21131.html>.

Цитування на цю статтю:

Москаленко Н, Полякова А, Торбанюк Г. Інтегроване навчання у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2019 Січ 29; 31: 90-97

Відомості про автора:	Information about the author:
Москаленко Наталія – доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту (Дніпро, Україна) e-mail: moskalenkonatali2016@gmail.com https://orcid.org/0000-0001-9162-5206	Moskalenko Nataliia – Doctor of Science of Physical Education and Sport, Professor, Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports (Dnipro, Ukraina)
Полякова Антоніна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту (Дніпро, Україна)	Poliakova Antonina – Candidate of Science (Physical Education and Sport), Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports (Dnipro, Ukraina)
Торбанюк Геннадій – аспірант, Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту (Дніпро, Україна) e-mail: torbanyk.gena@gmail.com https://orcid.org/0000-0003-3429-7490	Torbaniuk Hennadii – post-graduate student, Prydniprovska State Academy of Physical Culture and Sports (Dnipro, Ukraina)

УДК 613.8(076)

doi: 10.15330/fcult.31.97-103

Наталія Наливайко, Юлія Павлова

ФІЗІОЛОГІЧНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Мета роботи – проаналізувати фізіометричні показники стану соматичного здоров'я студентів. У дослідженні взяли участь студенти (n=99, 86,9% – особи жіночої статі) віком 18–22 роки, які в Львівському національному університеті імені Івана Франка. Обстеження здійснювали шляхом оцінювання рівня загальної фізичної працездатності за індексом Гарвардського степ-тесту, аеробних можливостей організму – за величиною максимального споживання кисню, стану кардіо-респіраторної системи та резервних можливостей серцево-судинної системи організму – за величиною індексу Руфф'є, рівня функціонування системи кровообігу – за величиною її адаптаційного потенціалу. Значній частині студентів (46,1% хлопців та 58,2% дівчат) притаманна серцева недостатність за оцінкою значень індексу Руфф'є. За результатами оцінювання адаптаційного потенціалу системи кровообігу, задовільну адаптацію спостерігали у 27,9% дівчат та 7,7% хлопців. В більше ніж половини студентів (53,9% хлопців та 54,7% дівчат), за результатами Гарвардського степ-тесту, виявлено, високий рівень загальної фізичної працездатності. Для студентів характерні вищі за норму та в межах норми для нетренованих осіб показник максимального споживання кисню.

Ключові слова: здоров'я, фізичне здоров'я, кардіо-респіраторна система, Гарвардський степ-тест, студенти.

The purpose of the work is to analyze the physiological indices of the state of the students' physical health.

Methods and organization of research. The study involved students (n=99, 86.9% – females) aged 18–22 years, who studied at Ivan Franko National University of Lviv. The physiological testing was carried out by assessing the level of general physical fitness according to the Harvard step-test index, the aerobic capacity of the body – by the maximum oxygen consumption, the state of the cardiorespiratory system and the reserve capacity of the cardiovascular system of the body – by the value of the Ruffie index, the level of functioning of the blood circulatory system – by the size of its adaptive capacity.