УДК 378.147.091.33-059.2-056.2]:796

ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ЗІ СТУДЕНТАМИ ЗВІЛЬНЕНИМИ ВІД ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Т. Мотузенко, старший викладач
Центральноукраїнський національний технічний університет

В основу державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту закладено комплексний підхід до вирішення проблеми здоров'я та фізичної активності населення. Реалізація програми предбачає створення умов для підвищення рівня охоплення населення руховою активністю, мотивації свідомого ставлення до власного здоров'я, поінформованості та обізнаності різних груп населення щодо формування здорового способу життя та профілактики негативних явищ серед дітей та молоді. Також визначено завдання про організацію створення умов для підготовки молоді до служби у Збройних Силах та інших військових формуваннях, правоохоронних органах, рятувальних та інших спеціальних службах.

Здоров'я є інтегральною якісною характеристикою особистості та суспільства, яка поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти і дає людині відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя та загального задоволення життям.

Фізичне виховання є важливим засобом у системі освіти та виховання молоді, формування у них основ здорового способу життя.

Беручи до уваги ці положення перед викладачами фізичного виховання закладів вищої освіти постає питання створення умов для забезпечення оптимальної рухової активності різних груп населення для зміцнення здоров'я з урахуванням інтересів, здібностей та індивідуальних особливостей кожного, тобто залучення до практичних занять не тільки студентів віднесених до спеціальної медичної групи, а й тимчасово та повністю звільнених від фізичних навантажень.

Аналізуючи стан фізичного здоров'я студентів, українські фахівці (Д.М. Анікєєв, 2012 [1]; М.Я. Віленський, А.Г. Горшков, 2007 [2] та ін.) стверджують, що серед більшої частини молоді не сформовано потреби піклуватися про власне здоров'я, тому зберігається тенденція до зниження його рівня, недостатньо сформована мотивація до занять фізичними вправами. Питання профілактики захворювань, відновлення, зміцнення та збереження здоров'я студенської молоді засобами фізичного виховання досліджували О.К. Александровська, Т.Я. Бєлєй, Г.В. Волков, К.Л. Гейхман, В.П. Краснов, В.М. Платонов, С.І. Присяжнюк, М.О. Третьяков, В.С. Язловецький, Я.М. Яців, та інші.

Метою роботи є організація і проведення практичних занять у секції з фізичного виховання «шахи» зі студентами тимчасово та повністю звільненими за станом здоров'я від фізичних навантажень.

Відповідно до інструкції про розподіл студентів на групи для занять з фізичного виховання, затвердженої наказом МОЗ та МОН від 20.07.2009 № 518/674, вони розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи.

Тобто заняття з фізичного виховання для студентів, які мають відхилення в стані здоров'я у закладах вищої освіти (ЗВО) в цілому по країні, включає в якості обов'язкового мінімуму теоретичні, практичні, у тому числі й консультативно-методичні заняття.

Студенти, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені від фізичних навантажень на підставі найрізноманітніших захворювань і патологій, підтверджених фахівцями в галузі медицини (медичній довідці), повинні бути обов'язково присутніми на заняттях. Тому до змісту дисципліни студентів, які звільнені від

фізичних навантажень приділяється особлива увага засобам для усунення відхилень в стані здоров'я.

Тому найважливішими завданнями викладачів фізичного виховання є не тільки методично-теоретичне залучення студента до навчального процесу (написання рефератів), а й турбота про здоров'я молоді, адже воно є запорукою життєрадісності, бадьорості, повноцінного розумового та фізичного розвитку, тобто мотивування їх до участі у практичних заняттях з фізичного виховання.

Мета викладання навчальної дисципліни "Фізичне виховання «шахи»" є – навчити студентів грати в шахи та виховувати інтерес до гри; розширити у студентів творчі можливості, підвищити рівень різнобічності логічного мислення, розвиток уважності, самостійності, дисциплінованості.

Вивчення курсу передбачає вирішення наступних завдань:

− студентів грати у шахи, дотримуючись правил гри;

− формувати вміння планувати власні дії, будувати тактику та стратегію дій;

− сприяти вихованню вміння взаємодії з партнером по грі (партнерській та конфліктній діяльності), контролювати ситуацію, спокійно реагувати на свої невдачі й позитивно ставитися до успіхів суперника;

− зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, психічних якостей та рухових здібностей студентів; підвищення рівня їхньої фізичної підготовленості, формування знань, вмінь і навичок здорового способу життя, дотримання особистої гігієни, загартування організму, запобігання травматизму.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

− початкові та прості ходи, окремі ідей декількох відкритих та напіввідкритих початків;

− прості комбінації та взаємодію між фігурами у процесі виконання ігрових комбінацій;

− тактичні прийоми та мотиви у нападі та захисті;

− володіння поняттям позиційної переваги та уміння її отримувати.

вміти:

− орієнтуватися на площині, логічно та послідовно реалізувати значну матеріальну перевагу в складних позиціях;

− боротися за нічию та досягати її у гірших, але теоретично нічийних позиціях;

− передбачити варіанти на 3 ходи вперед.

− аналізувати ситуації та позиції в ігровій обстановці, а також логічно мислити в різних непередбачених ігрових обставинах (тобто планувати свої дії, будувати тактику та стратегію своїх дій).

Основними формами та засобами навчання є:

1. Теоретичні заняття.
2. Практична гра.
3. Дидактичні ігри, вправи, вирішення задач.
4. Змагання між студентами, дорослими (викладачами та ін.), турніри.

Основні принципи побудови робочої програми, що визначили її зміст:

1. Принцип доступності, послідовності, системності викладу програмного матеріалу.
2. Принцип варіативності – формування вміння здійснювати власний вибір.
3. Принцип індивідуального та диференційованого підходу до студента − орієнтування на особистість, її вікові та індивідуальні особливості, врахування їх інтересів, потреб, можливостей та бажання.
4. Принцип творчості – процес навчання зорієнтований на набуття власного досвіду творчої діяльності.
5. Принцип відповідальності завданням сучасної вищої освіти.

Таблиця 1

№ з.п	Назва теми	Кількість годин
Основи техніки і тактики гри в “шахи”		
1	Якісна характеристика шахматних фігур, та загальна схема гри в “шахи”	**2**
2	Основні тактично-комбінаційні прийоми гри в “шахи”	**8**
3	Набуття тактично-комбінаційних прийомів в турнірних змаганнях	**4**
	Разом годин	**14**
Основні тактичні дії гравців		
1	Комбінаційні перебудови гри “приверненні”, коли своя фігура заважає власним силам.	**2**
2	Ситуаційні варіанти комбінаційних рішень при подвійному зв’язуванні “Хрест”	**4**
3	Тактичні дії гравців при ферзевих закінченнях	**6**
4	Різновиди комбінаційних перебудов при “позиційних” досягненнях. Розвиток силових якостей.	**4**
	Разом годин	**16**
Проблеми теорії та практичних дій середини гри в “шахи”		
1	Перехід з дебюту в стадію середини гри	**4**
2	Вибори кращого варіанту захисту	**2**
3	Побудова матових конструкцій за участю легких фігур	**4**
4	Вибір комбінаційних перебудов при побудові “фортеці”.	**4**
	Разом годин	**14**
Стратегія і тактика: практичний аналіз навчальних партій		
1	Оцінка реальної якості при виконанні загальних планів гри	**4**
2	Розбір варіантів комбінаційних дій при зв’язуванні фігур. Розвиток силових якостей гравців (вправи з н/м’ячами) та стрибучості.	**6**
3	Турнірні ігри відкритої першості відділення	**4**
4	Стратегічні плани і їх втілення в розрахунку на швидку перемогу суперника	**2**
	Разом годин	**16**
	Всього годин	**60**

Методи роботи:

- Словесний метод: розповідь, бесіда, пояснення техніки ходів, аналіз результатів гри.
- Наочний метод: використання ілюстрацій (малюнків, плакатів, мультимедійних технологій) із прикладами ходів, демонстрація позицій на дошці, перегляд відеофільмів з грою відомих шахістів.
- Практичний метод: навчання у техніці ходів (рішення задач на різні комбінації), дидактичні ігри, вправи, задачі; проведення змагань, турнірів між студентами, викладачами.

У разі розширення спектру університетських спортивних змагань (на рівнях країни, регіону, міста, закладів вищої освіти, факультету, інституту, студентського містечка тощо) постане можливість мотивувати більше студентів до регулярної організованої фізичної активності.

Список літератури

1. Віленський М.Я. Фізична культура і здоровий спосіб життя студента: навчальний посібник / М.Я. Віленський, А.Г. Горшков. − Видавництво : Гардарики, 2007. – 218 с.
2. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних группах : методичні рекомендації / Укладач : Бєлєй Т.Я. − м. Берислав, 2018 р. – 52с.

3. Про затвердження Державної цільової соціальної програми “Молодь України” на 2021—2025 роки та внесення змін до деяких актів Кабінету Міністрів України https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennya-derzhavnoyi-cilovoyi-socialnoyi-programi-molod-ukrayini-na-20212025

4. Яців Я.М. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних группах : методичні рекомендації / Я.М. Яців, Ю.О. Полатайко, Е.Й. Лапковський, З.В. Дума, Л.Б. Маланюк, Г.О. Пятничук, А.В. Синиця, Л.А. Хохлова. – Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012 – 47 с.

УДК 005

АНАЛІТИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ В СИСТЕМІ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

В. Деревянко, аспірант
Центральноукраїнський національний технічний університет

Сучасні наукові дослідження нерозривно пов'язані з аналітичним інструментарієм, оскільки великий обсяг даних, що збираються та оброблюються, вимагає високої точності, швидкості та ефективності. Аналітичний інструментарій дозволяє науковцям збирати, аналізувати та інтерпретувати дані, а також проводити моделювання та прогнозування результатів досліджень.

Один з основних інструментів аналітичного інструментарію в системі наукових досліджень - це статистичний аналіз. «Він дозволяє науковцям здійснювати обробку та аналіз великої кількості даних, визначати кореляції та залежності між ними, а також робити прогнози. Статистичний аналіз може використовуватися в багатьох галузях наукових досліджень, включаючи економіку, медицину, природні науки та соціальні науки» [2].

Інший важливий інструмент аналітичного інструментарію - це комп'ютерне моделювання. «Комп'ютерне моделювання дозволяє науковцям проводити експерименти та дослідження віртуально, що дозволяє ефективно економити ресурси та зменшувати ризик помилкових рішень. Комп'ютерне моделювання може використовуватися в різних галузях наукових досліджень, включаючи фізику, математику, хімію та інші» [3].

Також надзвичайно важливим інструментом аналітичного інструментарію є системи візуалізації даних, оскільки вони дозволяють відобразити великий обсяг даних в зручній та зрозумілій формі. «В результаті візуалізації даних науковці можуть легше розуміти складні залежності між даними та виявляти нові тенденції, що можуть бути незрозумілі при звичайному погляді на цифри. Наприклад, системи візуалізації даних можуть допомогти виявити складні взаємозв'язки між показниками здоров'я та соціо-економічними чинниками, що не зможуть зробити звичайні статистичні методи» [1].

Ще одним важливим інструментом аналітичного інструментарію в системі наукових досліджень є машинне навчання. «Машинне навчання є підгалуззю штучного інтелекту та дозволяє програмним алгоритмам самостійно навчатись на великих обсягах даних та робити прогнози. Це дозволяє науковцям зменшувати час на обробку та аналіз даних та отримувати більш точні результати» [4].

Важливо зазначити, що аналітичний інструментарій в системі наукових досліджень може використовуватися не тільки для збору та аналізу даних, але й для прогнозування та прийняття рішень. Наприклад, він може допомогти науковцям вирішувати проблеми, пов'язані зі здоров'ям, кліматом, енергетикою та багатьма іншими галузями.

Отже, аналітичний інструментарій в системі наукових досліджень не тільки допомагає вивчати складні проблеми, але і забезпечує науковим дослідникам можливість зробити висновки на основі об'єктивних даних. Багато важливих проблем, таких як кліматичні зміни, енергетика та медицина, потребують обширних даних для розуміння складних взаємозв'язків та прийняття рішень.

Крім того, аналітичний інструментарій дозволяє науковцям забезпечувати максимальну