

При поддержке:



Одесский национальный морской университет
Московский государственный университет путей сообщения (МИИТ)
Украинская государственная академия железнодорожного транспорта
Научно-исследовательский проектно-конструкторский институт морского флота
Институт морехозяйства и предпринимательства
Луганский государственный медицинский университет
Харьковская медицинская академия последипломного образования
Бельцкий Государственный Университет «Алеку Руссо»
Институт водных проблем и мелиорации Национальной академии аграрных наук

Входит в международную наукометрическую базу
РИНЦ SCIENCE INDEX

Международное периодическое научное издание

International periodic scientific journal

SW **Научные труды**
Scientific papers
o r l d

Выпуск №4 (41), 2015

Issue №4 (41), 2015

Том 15
Геология
География,
История,
Туризм и рекреация
Физическое воспитание и спорт

Иваново
«Научный мир»
2015

Главный редактор: *Гончарук Сергей Миронович*, доктор технических наук, профессор, Академик

Редактор: *Маркова Александра Дмитриевна*

Председатель Редакционного совета: *Шибает Александр Григорьевич*, доктор технических наук, профессор, Академик

Научный секретарь Редакционного совета: *Куприенко Сергей Васильевич*, кандидат технических наук

Редакционный совет:

Иржи Хлаула, доктор геолого-минералогических наук, профессор, Чехия

Федоришин Дмитро Дмитрович, доктор геолого-минералогических наук, профессор, Украина

Анимица Евгений Георгиевич, доктор географических наук, профессор, Академик, Россия

Сухова Мария Геннадьевна, доктор географических наук, доцент, Россия

Кокебаева Гульжаухар Какеновна, доктор исторических наук, профессор, Казахстан

Отепова Гульфира Елубаевна, доктор исторических наук, профессор, Казахстан

Тригуб Петр Никитович, доктор исторических наук, профессор, Украина

Элезович М. Далибор, доктор исторических наук, доцент, Сербия

Величко Степан Петрович, доктор педагогических наук, профессор, Украина

Гавриленко Наталья Николаевна, доктор педагогических наук, доцент, Россия

Гилев Геннадий Андреевич, доктор педагогических наук, профессор, Россия

Дорофеев Андрей Викторович, доктор педагогических наук, доцент, Россия

Карнова Наталия Константиновна, доктор педагогических наук, профессор, Россия

Николаева Алла Дмитриевна, доктор педагогических наук, профессор, Россия *Сидорович Марина Михайловна*, доктор педагогических наук, профессор, Украина

Смирнов Евгений Иванович, доктор педагогических наук, профессор, Россия

Фатыхова Алевтина Леонтьевна, доктор педагогических наук, доцент, Академик, Россия

Федотова Галина Александровна, доктор педагогических наук, профессор, Академик, Россия

Ходакова Нина Павловна, доктор педагогических наук, доцент, Россия

Чигиринская Наталья Вячеславовна, доктор педагогических наук, профессор, Россия

Чурекова Татьяна Михайловна, доктор педагогических наук, профессор, Россия

Демидова В.Г., кандидат педагогических наук, доцент, Украина

Могилевская И.М., кандидат педагогических наук, профессор, Украина

Хребина Светлана Владимировна, доктор психологических наук, профессор, Россия

Н 347 Научные труды SWorld. – Выпуск 4(41). Том 15. – Иваново: Научный мир, 2015 – 106 с.

Журнал предназначается для научных работников, аспирантов, студентов старших курсов, преподавателей, предпринимателей. Выходит 4 раза в год.

The journal is intended for researchers, graduate students, senior students, teachers and entrepreneurs. Published quarterly.

УДК 08
ББК 94

© Коллектив авторов, 2015



тощо.

Розробка інформаційного забезпечення, супроводження, моніторингу здоров'я студентської молоді на базі інформаційних технологій, дозволять зменшити кількість тестів, але в той же час розширити інформативність з отриманих показників. Уникнення спеціальної підготовки викладацького складу водночас відмову від спеціальних умов і великих часових затрат для оцінки фізичного стану студента. Ці фактори дозволять оцінити відповідність фізичного навантаження та використовуваних засобів фізичного виховання можливостям організму студента.

Література:

1. Каленчиц, Т. И. Качество жизни студентов БГМУ / Каленчиц Т. И., Антонович Ж. В. // Медицинский журнал. – 2014. – № 2. – С. 146-152.

2. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика: монография. - М.: Советский спорт, 2005. - 126 с.

3. Соколов А.С. Управление физической подготовленностью студентов на основе системы автоматизированного динамического контроля: автореф. дис. . канд. пед. наук: спец. 13.00.04 / А.С. Соколов. – Краснодар, 2008. – 22 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. вузів фіз. вихов. і спорту: в 2 т. / За ред. Т.Ю. Круцевич. – Т. 1. – Загальні основи теорії і методики фізичного виховання. – К.: Олімпійська література, 2008. – 391 с.

5. http://www.rusnauka.com/11_NPE_2013/Sport/2_134753.doc.htm
(Електронне джерело)

Научный руководитель: к.т.н., доцент, НТУУ «КПІ» ФБМІ
Антонова-Рафі Ю.В.

Статья отправлена: 20.11.2015 г.

© Ковальов Р.І., Антонова-Рафі Ю.В.

ЦИТ: 415-124

**Шепеленко Т.В., Лучко О.Р., Буц А.М.
РОЗВИТОК ПСИХОМОТОРНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ –
МАЙБУТНІХ ЗАЛІЗНИЧНИКІВ ЗАСОБАМИ НЕТРАДИЦІЙНИХ
ВИДІВ ГІМНАСТИКИ**

*Український державний університет залізничного транспорту,
майдан Фейербаха, 7, м. Харків, 61050, Україна*

**Shepelenko T.V., Lychko O.R., Buts A.M.
THE DEVELOPMENT OF PSYCHOMOTOR QUALITIES OF
STUDENTS THE FUTURE RAILROAD UNCONVENTIONAL MEANS OF
GYMNASTIC**

*Ukrainian State University of Railway Transport
Kharkov, Feuerbach square 7, 61050, Ukraine*

Анотація: за результатами проведеного експерименту доводиться, що



заняття нетрадиційними видами гімнастики: аеробікою та черлідінгом є актуальними та ефективними для розвитку професійно важливих психомоторних якостей студентів – майбутніх фахівців залізничного транспорту.

Ключові слова: залізничний транспорт, професійні якості, психомоторика, нетрадиційні види, аеробіка, черлідінг, тестування.

Annotation: as result of the experiment proved that affair unconventional means of gymnastic: aerobics and cheerleading is actually and effectiveness of development professional important psychomotor qualities the future specialists of the rail transport.

Keywords: rail transport, professional qualities, psychomotor, unconventional means, aerobics, cheerleading, testing.

Ведення: Найбільш вагомими якостями, які переважні у виробничій діяльності майбутніх фахівців різних сфер діяльності є здібність орієнтуватись у просторі, рівновага, ритм, здібність до здійснення дій, диференціація, здібність до оцінки та вимірів часових та силових параметрів, здібність до реагування, швидкість перебудови рухової діяльності, здібність до узгодження рухів, м'язове напруження [3,4].

Наводимо характеристику цих здібностей:

1. Під здібністю до орієнтації розуміють можливість чітко визначати та своєчасно змінювати положення тіла, виконувати рухи у потрібному напрямку.

2. Здібність до диференціації параметрів рухів обумовлює високу точність та економічність просторових, часових та силових параметрів.

3. Здібність реагування дозволяє швидко та чітко виконувати цілий чи короткочасний рух на відомий чи невідомий сигнал усім тілом чи його частиною (рукою, ногою, тілом).

4. Здібність до перебудови рухових дій – швидкість модифікації впрацьованих рухів чи переключення від одних рухових дій до інших, відповідно до умов, що змінюються.

5. Здібність до погодження дій – поєднання окремих рухів та дій в цілісні рухові композиції.

6. Здатність до рівноваги – збереження рівноваги положення тіла в тих чи інших статичних положеннях тіла відповідно виконанню рухів.

7. Здатність до ритму – здатність точно виконувати заданий ритм рухової дії та адекватно змінювати його відповідно з умовами, що змінюються [3,4].

Актуальність проблеми Технічний прогрес у транспортній галузі супроводжується підвищенням ролі людини в забезпеченні високої ефективності транспортних послуг скорочення термінів перевезень вантажів і пасажирів, забезпечення безпеки перевезених матеріальних цінностей, життя людини. Підвищення інтенсивності і неритмічності актів прийняття рішень, висока відповідальність за прийняття рішень при обслуговуванні сучасних технічних засобів, керування процесом створюють значну напруженість діяльності фахівця на залізничному транспорті.

Професійна діяльність залізничного профілю вимагає від фахівців прояву, на високому рівні, психомоторних, психофізіологічних, фізичних, психічних та



інших важливих якостей.

Результати дослідження. На жаль у теперішній час спостерігається тенденція пониження зацікавленості студентів до занять фізичним вихованням у ВНЗ, тому виникає необхідність впровадження нових методик видів фізичної активності до навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання».

Нетрадиційні види гімнастики, такі як аеробіка та черлідінг, поряд із традиційним розвитком фізичних якостей, впливають на розвиток психомоторних якостей тих, хто займається.

В практиці оздоровчої фізичної культури під аеробікою розуміють систематичне виконання фізичних вправ, які основані на аеробних процесах та охоплюють роботою великі групи м'язів, на протязі однієї години заняття при оптимальній інтенсивності тренування [1]. Черлідінг – вид фізичної активності, який став популярним серед молоді нашої країни зовсім недавно (2000 роки), але вже став улюбленим як серед дівчат так і юнаків. Сполучення джазового та інших різновидів танців, які постійно поновлюються з кожним новим витком моди, черлідінг побудований на елементах спортивної, художньої гімнастики, акробатичних та полу акробатичних елементах [2].

Під впливом цих нетрадиційних видів гімнастики, їх різноманітності засобів та методів здійснюється морфофункціональна та функціональна перебудова в організмі молоді людини.

Такі види фізичної активності, як аеробіка та черлідінг володіють безграничною різноманітністю рухів, які дають можливість впливати на організм тих, хто займається. як цілісно так й вибірково, що у свою чергу забезпечує ефективність та щільність занять. В аеробіці та черлідінгу використовують вправи загально освітнього характеру, вправи художньої гімнастики, елементи хореографії, різновиди бігу, ходьби, стрибків, підскоків, акробатичні та полу акробатичні елементи, танцювальні вправи та вправи на розслаблення, стретчинг [1,2].

Для підготовки молоді до майбутньої професії, сприянню розвитку важливих якостей, навичок та вмінь майбутніх інженерів залізничного транспорту в Українському державному університеті залізничного транспорту (далі УкрДУЗТ) на заняттях з фізичного виховання був проведений експеримент. Задача експерименту – розробити тести та вправи для діагностики та оцінки рівня важливих якостей студентів – майбутніх фахівців залізничного транспорту. В експерименті приймали участь студенти I – II курсів груп загально фізичної підготовленості (КГ) та студенти груп спеціалізації аеробіка та черлідінг (ЕГ). КГ та ЕГ нараховували по 60 студентів.

На протязі експерименту на заняттях в ЕГ виконувались спеціально розроблені комплекси вправ для розвитку та подальшого удосконалення усіх якостей та здібностей необхідних для подальшої діяльності. КГ працювала за програмою навчальних планів з загально фізичної підготовки, за традиційними методами.

У процесі освоєння вправ до комплексів з аеробіки та черлідінгу вводились нові ускладнені вправи, що вимагало від студентів чіткого контролю за своїми діями у часовому, просторовому та динамічному обширі. Все це



давало можливість формувати у тих, хто знімається, точних вмінь та навичок. У той же час це підвищує у студентів зацікавленість у виконанні завдань, що важливо для емоційного фону заняття.

Заняття в КГ та ЕГ починались з вимог чіткого виконання кожного руху з максимальною точністю. Увага зверталась на те, щоб рухи виконувались з утриманням правильної постави, на натягнутість рук, ніг, та виконання рухів без затримання подиху.

На початку та у завершенні експерименту студенти проходили контрольні іспити, результати яких заносились у таблицю (таблиця 1), порівнювались та робились висновки.

Контролі іспити та тести:

1. Проба Ромберга. Поставити ступні на одній лінії (носок правої біля п'ятки лівої) стояти утримуючи положення. Ми пропонували студентам наступне виконання цього тесту: стоячи на правій нозі (або лівій), ліва (права) нога зігнута на «пессе», руки до низу, стояти з відкритими очима 15 сек. на оцінку «погано», продовжувати стояти ще 15 сек., але руки на поясі – оцінка «задовільно», продовжувати стояти ще 15 сек., але піднятися на носок та закрити очі — оцінка «добре», продовжувати стояти ще 15 сек., але підняти руки в гору та закрити очі – оцінка «відмінно». Цю пробу слід проводити до навантаження та після нього.

Для дослідження точності та швидкості рухів використовувався тест із хлопками, нахилами тулуба та присіданням.

Тест із хлопками: В.П. – о.с. Виконується 20 оплесків прямими руками над головою та по стегнам за найменший час. Результат вважається поганим якщо на виконання 20 оплесків час більше 15 сек.

Тест із присіданням: Виконати 20 присідань за найменший час. Результат більше 20 сек. вважається низьким.

Тест із нахилами тулуба: Виконання 20 нахилів тулуба вперед з торканням руками пола за найменший час. Слідкувати за якістю виконання. При виконанні нахилів спина пряма, коліна не згинати, після кожного нахилу повертатися у В.П.

Таблиця 1

Порівнювальні результати початкового та контрольного тестувань в КГ та ЕГ

Групи	Тести			
	Тест Ромберга (середні показники)	Тест із хлопками (середні показники)	Тест із нахилами тулуба (середні показники)	Тест із присіданнями (середні показники)
КГ	0,5	1,9	1,9	1,1
ЕГ	1,4	2,4	3,3	3,3

Висновок Як видно з показань наведених у таблиці 1 результати КГ та ЕГ відрізняються. Результати тесту Ромберга відрізнялися на 0,9 сек в пользу ЕГ, при виконанні тесту із хлопками результат КГ на 0,5 сек гірший ніж в ЕГ. При



тесті з нахилами результат в ЕГ кращій за результат в КГ на 1,4 сек. Тест з присіданнями кращій в ЕГ на 2,2 сек.

За результатами проведеного експерименту видно, що заняття нетрадиційними видами гімнастики: аеробікою та черліденгом позитивно впливають на розвиток необхідних якостей, які необхідні у майбутній діяльності. Аеробіка та черлідінг поширюють «зону охоплення» студентів, акцентуючи увагу на психомоторних якостях, переважно на чіткості та точності рухів, рівноваги, так як фахівцю на залізничному транспорті необхідно вміти чітко оцінювати просторові, часові та силові параметри рухів їх побудову і коректування. Тому заняття цими видами фізичної активності є актуальними та, головне, ефективними для розвитку цих якостей.

Заняття у групах спеціалізації аеробіка та черлідінг впроваджені до навчального процесу з дисципліни «Фізичне виховання» для студентів Іх - Іх курсів та є обов'язковими.

Література:

1. Боляк А.А. Моделювання технічної підготовленості спортсменів в аеробічній гімнастиці (спортивній аеробіці) / А.А. Боляк, Н.Л. Боляк // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук-теорет. збірн.] – Харків: ХДАФК, 2009 – 2 – С. 119–123

2. Зінченко І.О. Черліденг «DANCE» (доповнено) / Зразкова програма для спортивних клубів і спортивних секцій вищих навчальних закладів (етап спеціалізованої базової підготовки)// І.О.Зінченко, Л.С Луценко. – Х.: Нац. Ун-т «Юрид. акад. України ім. Ярослава Мудрого», 2013. – 75с.

3. Тропина Л.К. Формирование специальных и универсальных профессиональных качеств будущих инженеров в процессе физического воспитания в вузе / Л.К. Тропина, Р.А. Шабунин // Современные аспекты развития физической культуры и спорта: тенденции и перспективы. ГОУ УГТУ – УПИ, вып. - 3, Екатеринбург, 2003. – с. 65 – 83.

4. Тропина Л.К. Применение методов игрового моделирования для развития профессионально значимых психофизиологических и личностных качеств студентов на занятиях по физическому воспитанию // Материалы Всероссийской науч.-метод. конф. – Екатеринбург: изд-во УрГУПС, 2000.- с. 92 – 97.

5. В.П. Шевченко Оцінка фізичної підготовленості за рейтинг-системою / Метод. реком. // В.П. Шевченко, А.М. Буц, Т.В. Шепеленко – Х.: УкрДАЗТ, 2009., 22 с.

Стаття відправлена: 06. 12. 2015р.

© Шепеленко Т.В., ©Лучко О.Р. © Буц А.М.

ЦИТ: 415-135

УДК 796/799

Гилев Г.А., Максимов Н.Е., Комлев М.А.

**РАЗВИТИЕ КОГНИТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ПОД
ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ**

Московский государственный машиностроительный университет (МАМИ)

Москва, Б. Семеновская 38, 107023

ЦИТ: 415-189 Перев'язко М.В., Голікова Т.П. НОВІ МОЖЛИВОСТІ ГОТЕЛЮ З СИСТЕМОЮ «ЗЕЛЕНИЙ ДАХ»
Pereviazko M.V., Golikova T.P. NEW OPPORTUNITIES OF THE HOTEL WITH A "GREEN ROOF" SYSTEM.....62

Туристский рынок, его современное состояние и прогноз развития /
The travel market, its current status and development forecast

ЦИТ: 415-125 Михальчук Ю. І., Лажнік В. Й. ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ТУРИЗМУ У СЛОВАЧЧИНІ
Mykhalchuk Y. I., Lazhnik W. J. HISTORY OF SLOVAKIA TOURISM DEVELOPMENT.....68

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ И СПОРТ / *PHYSICAL EDUCATION AND SPORT*

Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения /
Physical culture, physical training of different population groups

ЦИТ: 415-001 Мінц М.О., Головаченко І.В., Шуст О. ТРАВМАТИЗМ НА ЗАНЯТТЯХ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
Mints N., Golovathenco I., Shust O. INJURIES ON LESSONS OF PHISICAL EDUCATION....72

ЦИТ: 415-026 Макаренко А.В., Ромега А.Ю. ОСНОВНІ ЗМІНИ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ТА ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕННОСТІ В УЧНІВ РІЗНИХ ТИПІВ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ
Makarenko A.V., Romego A.J. MAJOR CHANGES PHYSICAL INDICATORS DEVELOPMENT AND PHYSICAL PIDHOTOVLENNOSTI STUDENTS DIFFERENT TYPES OF EDUCATIONAL INSTITUTIONS.....77

ЦИТ: 415-030 Ковальов Р.І., Антонова-Рафі Ю.В. АНАЛІЗ ФІЗИЧНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ З ВИКОРИСТАННЯМ ІНФОРМАЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІ
Kovalov R. I., Antonova-Rafi Y. V. ANALYSIS OF THE PHYSICAL CONDITION OF STUDENTS WITH USE OF INFORMATION TECHNOLOGIES.....82

ЦИТ: 415-124 Шепеленко Т.В., Лучко О.Р., Буц А.М. РОЗВИТОК ПСИХОМОТОРНИХ ЯКОСТЕЙ СТУДЕНТІВ – МАЙБУТНІХ ЗАЛІЗНИЧНИКІВ ЗАСОБАМИ НЕТРАДИЦІЙНИХ ВИДІВ ГІМНАСТИКИ
Shepelenko T.V., Lychko O.R., Buts A.M. THE DEVELOPMENT OF PSYCHOMOTOR QUALITIES OF STUDENTS THE FUTURE RAILROAD UNCONVENTIONAL MEANS OF GYMNAS TIC.....85

ЦИТ: 415-135 Гилев Г.А., Максимов Н.Е., Комлев М.А. РАЗВИТИЕ КОГНИТИВНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ СТУДЕНТОВ ПОД ВЛИЯНИЕМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
Gilev G.A., Maksimov N.E., Komlev M.A. DEVELOPMENT OF COGNITIVE ABILITIES OF STUDENTS UNDER THE INFLUENCE OF PHYSICAL PREPARATION.....89

Научное издание
НАУЧНЫЕ ТРУДЫ SWORLD
Выпуск 4 (41)

Том 15
Геология
География,
История,
Туризм и рекреация
Физическое воспитание и спорт

На русском, украинском и английском языках

Свидетельство СМИ
ПИ № ФС 77 – 62059
ЭЛ № ФС 77 – 62060

*Научные достижения Авторы были также представлены на международной научной конференции
«Перспективные инновации в науке, образовании, производстве и транспорте '2015»
(15- 27 декабря 2015 г.)*

на сайте www.sworld.education

*Решением международной научной конференции работы, которые получили положительные отзывы, были
рекомендованы к изданию в журнале (после рецензирования).*

Разработка оригинал-макета – ООО «Научный мир»

Формат 60x84 1/16.
Тираж 500. Заказ №К15-4.

ООО «НАУЧНЫЙ МИР»
153012, г.Иваново, ул.Садовая 3, 317
e-mail: orgcom@sworld.education
www.sworld.education

Идентификатор субъекта издательского дела №9906509

*Издатель не несет ответственности за
достоверность информации и научные результаты,
представленные в статьях*