

тісно переплітається з літературознавством, що ці дві дисципліни об'єднані в комплексну науку про слово – філологію.

Мовознавство пов'язане також із природничими науками, зокрема фізіологією, анатомією, медициною, фізикою, математикою, семіотикою, географією.

Отже, мовознавство характеризується тісними зв'язками як із суспільними, так і природничими науками. Дані з цих наук допомагають у дослідженні мовних явищ. Водночас відомості з мовознавства широко використовують як суспільні, так і природничі науки.

Безмежні можливості має використання міжпредметних та внутріпредметних (міжрівневих) зв'язків на заняттях з української мови у вигляді дидактичного матеріалу. Вправи, побудовані на прикладах текстів різного змісту і стилю, викликають великий інтерес у студентів, активізують їхню увагу, пробуджують емоції, вносять елементи новизни й цікавості.

Вихід за межі власне мовних фактів, залучення до вивчення мови матеріалу інших предметів, що становить сутність інтегрованого навчання, сприяє поглибленню знань учнів, розширює їхній світогляд, розвиває ерудицію і мовленнєву культуру.

Міжпредметні зв'язки виконують виховну, розвивальну й, посуті, справи детермінуючу роль завдяки інтеграції знань, підвищенню в тих, хто навчається, продуктивності психофізіологічних процесів і, отже, більш природному становленню професіоналізму взагалі й професіональної відповідальності зокрема.

Література

1. Гончаренко С.І., Козловська І.М. Теоретичні основи дидактичної інтеграції у професійній середній школі/ С.І. Гончаренко, І.М.Козловська// Педагогіка і психологія. – 1997. - № 2.- С.9-12.

2. Кулагин П.Г. Межпредметные связи в процессе обучения./П.Г.Кулагин – М.: Просвещение, 1981.- 96 с.

3. Козловська І.М., Собко Я.М. Принципи дидактики в контексті інтегрованого навчання /І.М.Козловська, Я.М.Собко// Педагогіка і психологія. – 1998. - № 4.- С.48-51.

4. Лошкарёва Н.А. Межпредметные связи как средство совершенствования учебно-воспитательного процесса / Н.А.Лошкарёва. —М.: МГПИ, 1981.- 54 с.

5. Ушинский К.Д. Собрание сочинений в 11-и томах, т. 8 – М.-Л.: АПН РСФСР, 1948-1952. – С.346-365.

УДК796.332.063

МОРОЗ Ф. В.

Мукачівський державний університет

ТРАВМАТИЗМ ТА ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ІЗ ФУТБОЛУ

З кожним роком футбол стає одним із найпопулярніших видів спорту, і привертає увагу все більшої частини молоді. Але не треба забувати, що це

контактний вид спорту, який досить часто призводить до травм та різного виду ушкоджень, чим і виявлена актуальність вивчення та розробки шляхів запобігання можливих причин ушкодження у футболі.

Відносна дешевизна футболу, як виду спорту, робить заняття доступними для багатьох верств населення, в тому числі і для малозабезпечених сімей. Все що вам знадобиться для повноцінних занять дитини футболом, це футбольна форма (шорти, футболка, гетри, взуття).

Як і будь-який інший вид фізичної активності, футбол розвиває певні фізичні навички і якості. Всебічна фізична підготовка дітей шкільного віку передбачає досягнення оптимального розвитку (фізичних) якостей: швидкості, спритності, гнучкості, витривалості сили. Рівень їх розвитку значною мірою обумовлює результативність формування навичок рухових дій та успішне їх виконання у різноманітних життєвих ситуаціях. Якісна сторона рухових дій має місце в елементарній формі у дітей у безумовних рефлексах. [1, с.126].

Для футболу це, більшою мірою, витривалість, координація, реакція. Крім «фізики», футбол значно збільшує соціальну пристосованість дитини, його комунікабельність, адже футбол, як гра командна, постійно створює момент спілкування між дітьми, як у процесі гри, так і в процесі тренування. Засвоюючи техніку, футболісти спочатку вчаться виконувати окремі прийоми і їх поєднання. Велике значення має особисте прагнення займаючогося, його наполегливість в роботі. Від того на скільки вмilo володіє футболіст всім різноманіттям технічних засобів і як їх приймає, залежить ефективність його дій[2, с. 43].

Для багатьох футбол є високооплачуваною професією, яка в подальшому стимулює молодь до занять. Футбол вимагає від гравців високого ступеня фізичної підготовленості, сили, витривалості.

При протидії руху, що перевищує межі розтяжності, часто виникають пошкодження зв'язок. Разом з ними травмуються меніски колінних суглобів і сумочно-связачний апарат гомілковостопного суглоба; спостерігаються розриви м'язів задньої поверхні стегна і привідних м'язів; струс головного мозку, забої тіла при зіткненні і невдалому падінні[3, с. 98].

Кожен гравець за стан свого здоров'я несе особисту відповідальність.

Тугорухливість м'язів, що спостерігається у футболістів, по всій видимості, пов'язана зі схемою тренувальних занять. У дослідженні виявлено, що тривалість розминки є адекватною, на відміну від її змісту. Оскільки близько 90% ушкоджень у футболі стосується нижніх кінцівок, розминка перед і після тренувального заняття повинна включати вправи на розтягування м'язів ніг (що приводять, підколінних м'язів, м'язів сухожилів, чотириглавих, клубово-поперекових і триголовий м'язів гомілки)[4, с.114].

Оптимальна екіпірування грає важливу роль в профілактиці пошкоджень. Так, щитки для гомілки запобігають ушкодження великогомілкової кістки. Важливе значення має вибір адекватних бутс. При високому ступені тертя між взуттям та ігровий поверхнею на колінні і гомілковостопні суглоби можуть діяти значні за величиною сили, при дуже низькому терті - збільшується ймовірність того, що футболіст може посковзнутися, і це може привести до пошкодження. Імовірність ушкоджень також багато в чому пов'язана з

характеристиками ігрової поверхні. Так, зокрема на «жорстких» полях ймовірність пошкоджень гравців вища. Перед тим як проводити гру, діти мають оволодіти найпростішими прийомами: передавати мяч один одному в парах (відстань 3-4 м) правою і лівою ногою, обводити мяч навколо предметів (кеглів, кубиків) змієюю, вести мяч 5-8 м і забивати його у ворота правою і лівою ногою, зупинити мяч, який котиться по землі, внутрішньою стороною ступні. Діти під час гри повинні бути уважними і доброзичливими один до одного [1, с. 219].

Отже гра у футбол пов'язана з тривалим фізичним навантаженням на весь організм спортсмена, серцево-судинну та нервову систему, опорно-руховий апарат. Найбільше ж навантаження припадає на нижні кінцівки, із наростанням втому часто спостерігається порушення координації руху.

Виходячи з дослідження впливають наступні ситуації, що ведуть до пошкодження у футболістів: Біг, різка зупинка, щоб відкритися або отримати м'яч; удар по м'ячу; різка зупинка, щоб виконати удар; зупинка одним кроком, щоб змінити напрямок; удар стопи об штучне покриття; стрибок через лежачого гравця; блокування; приземлення після удару головою та ін.

Щоб бути здоровим і витривалим - потрібні власні зусилля постійні і значні. Величина зусиль визначається стимулами. Стимули - значимістю мети. Кожному необхідне здорове і щасливе життя, оволодіння собою, сила волі, здатність фізично напружуватися, безсумнівно, сприяють успіхам у навчанні, роботі, сім'ї.

Жага до життя і досягнення поставлених цілей - ось головне, про що повинен пам'ятати кожен. Здоровий спосіб життя, фізична культура, загартовування - наші надійні помічники.

Література

1. Вільчковський Е.С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Університетська книга, Суми: 2008. - 428 с.
2. Вихров К. Л. Футбол в школі / К. Л. Вихров. – Київ: Радянська школа, 1990.-192 с.
3. Велітченко В.К. Фізкультура без травм / В.К. Велітченко.-Пособие. М.: ФиС, 1997. — 220 с.
4. В.В. Кузьменко, С.М. Журавльов. Травматологічна та ортопедична допомога / В.В. Кузьменко, С.М. Журавльов.

УДК 378:371.13

МОЧАН Т. М.

Мукачівський державний університет

ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНЕ СТАНОВЛЕННЯ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ В УМОВАХ ВНЗ

Стратегія нової педагогічної освіти ґрунтується на пріоритетах професійного розвитку-саморозвитку учителя, формування майбутнього педагога як суб'єкта власної професійної діяльності та розвитку.



МУКАЧІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

89600, м. Мукачево, вул. Ужгородська, 26

тел./факс +380-3131-21109

Веб-сайт університету: www.msu.edu.ua

E-mail: info@msu.edu.ua, pr@mail.msu.edu.ua

Веб-сайт Інституційного репозитарію Наукової бібліотеки МДУ: <http://dspace.msu.edu.ua:8080>

Веб-сайт Наукової бібліотеки МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>