



**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ЗАЛІЗНИЧНОГО ТРАНСПОРТУ
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР**

*Присвячується 85-річчю
Українського державного
університету залізничного
транспорту*

**ПРОБЛЕМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ВПРОВАДЖЕННЯ
ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ В УНІВЕРСИТЕТІ ЗА
ВІДПОВІДНИМИ РІВНЯМИ
ТА СТУПЕНЯМИ**

**ТЕЗИ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
КАФЕДР УНІВЕРСИТЕТУ**

(2-3 грудня 2015 року)

Харків 2015

Редакційна колегія

Шумик Д.В. (відп. редактор), Руденко Г.І.,
Калабухін Ю.Є., Колісник К.Е.,
Мкртичян Д.І., Прогонний О.М.,
Скорик О.О., Устенко О.В.,
Захарченко В.В., Костенніков О.М.

ТЕЗИ ОБ'ЄДНАНІ ПО СЕКЦІЯХ

СЕКЦІЯ НАВЧАЛЬНО-НАУКОВОГО ЦЕНТРУ ГУМАНІТАРНОЇ ОСВІТИ	3
СЕКЦІЯ ФАКУЛЬТЕТУ ЕКОНОМІКИ ТРАНСПОРТУ	41
СЕКЦІЯ ФАКУЛЬТЕТУ АВТОМАТИКИ, ТЕЛЕМЕХАНІКИ ТА ЗВ'ЯЗКУ	75
СЕКЦІЯ БУДІВЕЛЬНОГО ФАКУЛЬТЕТУ	89
СЕКЦІЯ МЕХАНІЧНОГО ФАКУЛЬТЕТУ	103
СЕКЦІЯ ФАКУЛЬТЕТУ УПРАВЛІННЯ ПРОЦЕСАМИ ПЕРЕВЕЗЕНЬ	113
СЕКЦІЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ	125
СЕКЦІЯ ІНСТИТУТУ ПЕРЕПІДГОТОВКИ ТА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ КАДРІВ	133

ВИКОРИСТАННЯ «SHEED LEDDER» (ШВИДКІСНО-КООРДИНАЦІЙНОЇ ДРОБИНИ) НА ЗАНЯТТЯХ ЗІ СТУДЕНТАМИ УкрДУЗТ

На заняттях з фізичного виховання зі студентами I – II курсів викладачі кафедри використовують безліч різноманітних вправ для розвитку швидкості та координації.

У минулому навчальному році (2014-2015) вперше почали використовувати вправи «SHEED LEDDER» (вправи на швидкісно-координаційній дробині). Вправи за допомогою цього приладу використовувались в кінці підготовчої та на початку основної частини заняття.

Вправ із координаційною дробиною існує безліч, частина з них адаптована до конкретного виду спорту, а частина є універсальною. Але практично всі вправи спрямовані на покращення координації та швидкості роботи ніг, техніки рухів і балансу.

На перших етапах навчання слід звертати більше уваги на техніку виконання, а на другому етапі – на швидкість. Викладачі, аналізуючи виконання вправ студентами, звернули увагу на типові помилки і дійшли таких висновків:

- швидкість рухів повинна бути скоординована, темп та амплітуда роботи рук і ніг – однакова;
- у більш складнокоординаційних вправах, коли руки виконують складні рухи, а ноги працюють почергово, як при бігу, активна робота руками допомагає працювати злагоджено в потрібному темпі та ритмі;
- у деяких вправах руки виконують роль балансу, який дозволяє виконувати вправу більш впевнено та активно;
- практично всі зміни напрямку рухів пов'язані зі зниженням центра тяжіння. Тому треба вимагати від студентів виконання цих вправ на зігнутих ногах;
- вправи на нестандартному обладнанні викликають зацікавленість і позитивне ставлення до занять у студентів, а також розвивають у них швидкісно-координаційні якості.

Т.В. Шепеленко

УВАГА ЯК ОДИН ІЗ ОСНОВНИХ КОМПОНЕНТІВ УСПІШНОГО ВИСТУПУ В СПОРТИВНІЙ АЕРОБІЦІ

Специфіка засобів спортивної аеробіки обумовлює методичні особливості:

1. Вільне переміщення по майданчику, яке доповнюється елементами балету, танців, міміки, пластики, акробатики.

2. Спортивна аеробіка пов'язана з мистецтвом володіння своїм тілом у природних умовах.

3. Спортивна аеробіка має особливість – музичний супровід. Поєднання відповідності динаміки рухів із характером музичного супроводу робить рухи більш емоційними. Таке поєднання виховує у спортсменів вміння розуміти музику, виконувати рухи у відповідності з її змістом і формою. Музика доповнює уявлення та характер рухів.

4. Впливає на естетичне виховання.

5. Особливість спортивної аеробіки пов'язана з руховою пам'яттю і увагою.

Для успішного виконання складних комбінацій, оригінальних рухів спортсменам необхідно мати добру пам'ять і увагу. Складність структур рухових дій аеробісток обумовлює необхідність запам'ятовування великого обсягу відносно незалежних між собою рухів. Це вимагає від спортсменок високого рівня рухової пам'яті, а також високого рівня таких якостей, як рішучість і точність виконання рухів.

Успішність навчання складним елементам і подальше удосконалення залежить від уваги спортсменів до рухів, їх деталей, чіткої уяви.

Увага спортсменів характеризується такими ознаками: широкий розподіл на об'єкти, які рухаються (партнери), широке переключення уваги з одного епізоду на інший, великий об'єм (бачити змагальний майданчик), інтенсивність, особливо в напружених ситуаціях.

У доповіді будуть детально розкриті питання про необхідність розвитку уваги спортсменів засобами спортивної аеробіки, що в подальшому сприятиме підвищенню рівня виступів на змаганнях.

С.М. Черніна

МЕТОДИКА ВИКОРИСТАННЯ НЕТРАДИЦІЙНИХ ФОРМ І ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ СМГ

Фізичне виховання вирішує такі завдання: розвиток та удосконалення фізичних якостей, прищеплення навичок самостійної роботи, привчання до здорового способу життя. Вирішуються ці завдання засобами типових методичних рекомендацій і регламентуванням часу занять.

Щоб заняття проходили більш цікаво та різноманітно, використовують нетрадиційні форми, наприклад у підготовчій частині заняття використовують вправи в русі та на місці, а основна частина розбивається на дві частини. У першій частині – традиційно – розвиваються та удосконалюються всі м'язові групи згідно з планом заняття. Під час другої частини використовуються вправи згідно з індивідуальними діагнозами. Часто використовується «нетрадиційний»