

гімнастики «цигун» і дихальної методики Стрельникової в умовах шкільних уроків фізичної культури.

Для вирішення поставленої мети використовувалися наступні методи дослідження: медико-біологічні методи, педагогічні методи, методи математичної статистики.

Сутність дослідження. Обробка результатів дослідження вироблялася на персональному ЕОМ з використання програми « Excel for Windows», Результати були оброблені засобом варіаційної статистики з обчисленням середнього арифметичного, середньоквадратичної помилки і помилки середнього арифметичного. Вірогідність відмінностей між отриманими кількісними даними оцінювалася за t-критерієм Стюдента.

При вивченні частоти дихання можна стверджувати, що в усіх групах показник мав виражену тенденцію до зниження. Причому порівняльна характеристика даних груп свідчить про те, що більш позитивні статистично достовірні результати відзначені в учнів експериментальної групи. При порівнянні результатів дослідження до і після педагогічного експерименту спостерігається певна тенденцію до підвищення швидкості вдиху і видиху учнів експериментальної групи.

Основні висновки. Дослідження показало, що включення запропонованої системи дихальної гімнастики в програму фізичного виховання учнів 4-5 класів спирає засвоєнню раціонального дихання; позитивно змінює параметри дихальної функції; в учнів, які перенесли гострі респіраторні захворювання, зменшує повторну захворюваність на 10-15%; поліпшує рівень соматичного і психічного здоров'я .

Отримані результати свідчать, що вивчення методики дихальних вправ є дієвим засобом оздоровлення, тому дихальну гімнастику слід обов'язково включати як складову навчальної програми для учнів 4-5 класів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Моисеєнко Р.О. Аналіз та тенденції захворюваності дитячого населення України / Р.О. Моисеєнко // Современная педиатрия.-2013-№3 (31).-С.13-18.
2. Острополец С.С. Сучасні досягнення валеології та спортивної медицини / С.С. Острополец // Фізичне виховання в школі.-2009.-№2.- С.24.
3. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой / М.Н. Щетинин .- 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Метафора, 2006. – С.56-72.

Софія Чухно,

студентка 3 курсу

Гуманітарно-економічного факультету

Наук. керівник: **Л. М. Кравченко,**

к.хім.н., доцент (БДПУ)

ПРОБЛЕМА ГЛОБАЛЬНОГО ПОТЕПЛІННЯ ТА ТАНЕННЯ ЛЬДОВИКІВ НА ЗЕМЛІ

Актуальність. Останнім часом вчені надають велике значення проблемі глобального потепління. Документальне фіксування температури ведеться 150 років, за останнє століття вона збільшилась в середньому на

0,5 С. Внаслідок чого відбулось зменшення сніжного покриву, відбулось танення та відступ льодовиків в Антарктиді та Гренландії. Це доводить, що глобальне потепління – екологічна проблема всього людства.

Мета дослідження. Розглянути фактори, що стали поштовхом для початку глобального потепління та танення льодовиків, з'ясувати шляхи подолання даних проблем.

Ступінь дослідження. Дану проблему протягом ХХ – початку ХХІ ст вивчали відомі науковці: Е. Мондро, Миланкович, Б. Марцейон [1-3].

Сутність дослідження. Глобальне потепління – процес ,що представляє собою поступове зростання середньої температури в поверхневому шарі атмосфери. Це відбувається в наслідок розвитку промисловості, що спричиняє викиди в атмосферу метану, двооксиду вуглецю, та в наслідок зміни вулканічної та сонячної активності. Існує безліч гіпотез що до факторів впливу на розвиток даної проблеми.

Англієць Е.Мондро в 1983 році зафіксував пряму залежність між зміною температури на планеті і активністю Сонця [2].

Югославський астроном Миланкович висунув припущення ,що потепління викликано змінами орбіти та кута обертання нашої планети [2].

Також вчені доводять, що основними природними й антропогенними джерелами парникових газів є:

- спалювання викопного палива (виділення вуглекислого газу);
- лісові пожежі (виділення вуглекислого газу);
- вічна мерзлота (виділення метану);
- Світовий океан (водойми є основними джерелами пари);
- вулканічна діяльність (викиди вуглекислого газу) [3].

За рахунок викиду парникових газів (діоксиду вуглецю і метану) в атмосферу від працюючих підприємств, заводів, підвищується середня температура та відбувається танення льодовиків.

В Гренландії міститься 20% світового запасу льоду, де спостерігається аномально високе танення.

За останні 17 років шельфовий льодовик в Антарктиді скоротився на 85 % . Це призводить до негативних наслідків:

- підвищення рівня світового океану;
- вплив на вологість повітря;
- випадання опадів та зміна температури;
- еміграція птахів та тварин.

За даними журналу «National Geographic» було створено інтерактивну карту з наслідками танення льодовиків. Редакція засвідчує, що завдяки своєму кольору та фізико-хімічним властивостям льодовики відбивають 98% сонячної енергії в космос. Коли льодовик тоне, то на його місце приходить темна пляма – океан ,що поглинає тепло і відбувається швидко нагрівання планети, що може призвести до кліматичного колапсу [1].

Щоб зупинити танення льодовиків, необхідно боротись з глобальним потеплінням. Для вирішення даної проблеми необхідно:

- скоротити викиди шкідливих газів в атмосферу;
- почати використовувати екологічні технології;
- використовувати енергозберігаючі прилади і пристрої;
- займатись переробкою та утилізацією відходів;

- збільшити кількість зелених насаджень;
- підвищувати рівень екологічної культури всіх верств населення.

Висновок. Для вирішення таких екологічних проблем на Землі як глобальне потепління та танення льодовиків потрібна участь світової громадськості та сприяння уряду кожної держави. Для вирішення проблем, що викликані природними і антропогенними причинами, потрібні «спільні зусилля» для встановлення природного балансу. Потрібно побороти екологічне невігластво та екологічний нігілізм, які є небезпекою для існування всього живого на Землі. Саме екологічна освіта та виховання допоможуть здійснити цю благородну місію.

ЛІТЕРАТУРА

1. Причини танення льодовиків .[Електронний ресурс.] –Режим доступу:<http://jak.bono.odessa.ua/articles/globalne-poteplinnja.php>
2. Наслідки глобального потепління. [Електронний ресурс.] –Режим доступу: <http://poradumo.com.ua/316863-n-241/>
3. Глобальне потепління.[Електронний ресурс.] – Режим доступу: <http://jwoman.in.ua/globalne-poteplinnya-prichini-mozhlivi-naslidki.html>.