

ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ВУЗА

Л. А. Бартновская², В. В. Пономарев^{1, 2, 3}, С. Н. Шишкин³

¹Сибирский государственный университет имени академика М. Ф. Решетнева,
г. Красноярск

²Красноярский государственный педагогический университет им. В. П. Астафьева

³Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, г. Железногорск
e-mail: kf.val.i.fk@mail.ru

Одной из актуальных задач государственной политики в настоящее время является создание для учащейся молодежи необходимых условий по поддержанию и укреплению общего состояния здоровья, занятий физической культурой, физического совершенствования, формирование прикладных навыков здорового образа жизни и др. Особенно важен данный посыл для студенток, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе.

One of the urgent tasks of state policy at the present time is the creation for the young people of the necessary conditions for maintaining and strengthening the general state of health, physical education, physical improvement, the formation of applied skills for a healthy lifestyle, etc. This message is especially important for students classified as health to a special medical group.

Ключевые слова: оздоровительно-прикладная технология; физическое воспитание; специальная медицинская группа; студентки педагогического вуза

Keywords: health-applied technology; physical education; a special medical group; students of a pedagogical university.

Все это нашло отражение в Федеральном законе об образовании в Российской Федерации, государственной программе «Развитие образования» (2013–2020 гг.), стратегии развития физической культуры и спорта (до 2020 г.) и др. Успешность развития России определяется не только компетентностью и профессионализмом будущих специалистов, но и состоянием их физического здоровья и активной жизненной позиции. Страна нуждается в нравственно, психически и физически здоровых выпускниках вузов. Однако, увеличение информационных и психоэмоциональных нагрузок в процессе обучения в вузе, низкий уровень физической подготовленности студентов и особенно девушек, нерационально организованный образ жизни, компьютерная зависимость и др. приводят к ухудшению состояния их здоровья и увеличению количества студентов отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, число которых достигает в настоящее время от 30 % до 50 % от общего числа студентов, обучающихся в вузах страны. В то же время в специальной медицинской группе вуза занимаются более 70 % студенток.

В связи с данной сложившейся негативной ситуацией, особое значение приобретает физическое воспитание студентов специальной медицинской

группы и особенно студентов СМГ педагогического вуза. Студенты педагогического вуза в отличие от студентов других вузов – это будущие воспитатели, учителя, педагоги, которые должны быть не только компетентными специалистами, но и проводниками общей культуры, в том числе и физической культуры для подрастающего поколения.

В настоящее время современное содержание программного обеспечения физического воспитания студентов СМГ педагогического вуза, в целом нескорректировано на формирование у будущих педагогов теоретических знаний и практических умений оздоровительно-прикладной деятельности, как в процессе обучения в вузе, так и проектирования ее по окончании учебного заведения в профессиональную педагогическую работу в образовательных учреждениях различного профиля.

Проведенный анализ научных и учебно-методических работ по теме исследования позволил выделить следующие противоречия между:

- высокой социальной значимостью здоровья как важнейшей жизненной ценности и профессиональной успешности молодых людей и низким уровнем мотивации студентов специальной медицинской группы на его укрепление и поддержание;

- объективной необходимостью подготовки в высшей школе специалистов, способных поддерживать и укреплять общее состояние здоровья на основе оздоровительно-прикладных технологий и недостаточным научно-методическим обеспечением и разработанностью данного процесса, особенно в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы вуза;

- актуализацией физического воспитания студенток специальной медицинской группы педагогического вуза на основе оздоровительно-прикладной технологии и недостаточными организационно-педагогическими условиями вуза для ее проектирования в образовательном процессе.

Выявленные противоречия актуализировали педагогический аспект проблемы и определили тему настоящего исследования «Оздоровительно-прикладная технология в физическом воспитании студенток специальной медицинской группы педагогического вуза».

В процессе работы были сформулированы следующие положения:

1. Оздоровительно-прикладная технология в физическом воспитании студенток специальной медицинской группы педагогического вуза – это комплексный педагогический процесс, направленный на образовательную и оздоровительно-профилактическую деятельность по формированию у студенток специальной медицинской группы теоретических знаний и практических умений поддержания и укрепления общего состояния здоровья, профилактики индивидуальных хронических заболеваний с использованием комплексов физических упражнений оздоровительно-прикладной направленности с последующей проекцией сформированных практических и теоретических знаний, в будущую профессионально-образовательную деятельность среди детей и молодежи.

2. Программно-методическое сопровождение оздоровительно-прикладной технологии включающее следующий теоретический и практический материал: теоретические знания об основах индивидуального здоровья на каждом воз-

растном этапе жизнедеятельности; обучение владения доступными методиками физкультурно-оздоровительной деятельности и профилактики индивидуальных хронических заболеваний; обучение методикам самодиагностики физического здоровья; приобретение и накопление личностного опыта оздоровительно-прикладной деятельности для проектирования ее в будущую профессионально-образовательную среду в процессе физического воспитания и индивидуальных самостоятельных занятий.

3. Структура и содержание педагогических этапов проектирования оздоровительно-прикладной технологии в физическом воспитании студенток специальной медицинской группы педагогического вуза:

1 этап – диагностический (сентябрь-ноябрь месяц, I курс), проводится медицинский осмотр, выявляются хронические заболевания, организуется тестирование физической подготовленности и физического развития, распределяются студентки по основным группам заболеваний (сердечнососудистая и дыхательная системы, заболевание органов зрения, заболевания внутренних органов и заболевания опорно-двигательного аппарата);

2 этап – формирующий (декабрь-май, I курс), на данном этапе разрабатывается программно-методический материал для педагогической коррекции, выявлении отклонений в состоянии здоровья и физической подготовленности студенток СМГ;

3 этап – поддерживающе-коррекционный (II–III курсы), проводятся занятия оздоровительно-прикладной направленности, проводятся тренинги по формированию у студенток теоретических знаний и практических умений выполнения различных физических упражнений оздоровительно-профилактической направленности, разработки индивидуальных оздоровительно-прикладных блоков упражнений;

4 этап – итогово-результативный (III курс, окончание учебного года), проводился всесторонний комплексный контроль и оценка результатов проектирования оздоровительно-прикладной технологии в физическом воспитании студенток СМГ педагогического вуза.

4. Методика контроля результатов физического воспитания студенток СМГ на основе оздоровительно-прикладной технологии включает следующие блоки критериев:

- мотивационный (оценка мотивации студенток СМГ на оздоровительно-прикладную деятельность);
- физическое развитие (оценка пропорциональности физического развития); физическая подготовленность (уровень развития основных физических качеств);
- медицинское обследование (диагностика влияния оздоровительно-прикладных упражнений на профилактику индивидуальных хронических заболеваний и других отклонений в состоянии здоровья);
- индивидуальный дневник самоконтроля.

По результатам реализации научных положений были сделаны следующие **выводы**: 1. Исследованы теоретические предпосылки организации оздоровительно-прикладной направленности физического воспитания студенток специ-

альной медицинской группы педагогического вуза. Акцентируется внимание на негативные и позитивные факторы, влияющие на здоровье студенток, обозначена необходимость разработки, и реализации комплекса мер по организации оздоровительно-прикладной направленности процесса физического воспитания студенток с ослабленным здоровьем.

2. Оздоровительно-прикладная технология в физическом воспитании студенток специальной медицинской группы педагогического вуза – это комплексный педагогический процесс, направленный на образовательную и оздоровительно-профилактическую деятельность по формированию у студенток специальной медицинской группы теоретических знаний и практических умений поддержания и укрепления общего состояния здоровья, профилактики индивидуальных хронических заболеваний физическими упражнениями оздоровительно-прикладной направленности с последующей проекцией сформированных практических и теоретических знаний, в будущую профессиональную и социальную деятельность.

3. Разработанная и реализованная оздоровительно-прикладная технология способствовала:

- формированию у студенток системы научных знаний об индивидуальном здоровье;
- овладению методами и средствами физкультурно-оздоровительной деятельности;
- осознанию важности сохранения здоровья;
- формированию мотивированной потребности в укреплении здоровья;
- приобретению личного опыта оздоровительно-прикладной деятельности;
- осуществлению регулярного самонаблюдения за своим физическим состоянием;
- анализу и корректировке собственного физического развития, физической и функциональной подготовленности;
- выявлению общей динамики физического состояния.

4. Анализ результатов опытно-экспериментальной работы показал эффективность совместной (педагога и студенток) оздоровительно-прикладной деятельности через положительную динамику прироста показателей физического развития, физической и функциональной подготовленности студенток экспериментальной группы педагогического вуза. Прирост показателей физического состояния студенток экспериментальной группы оказался достоверно выше ($P < 0,05$), чем в контрольной группе.

5. Реализация оздоровительно-прикладной технологии в физическом воспитании студенток специальной медицинской группы педагогического вуза обеспечила позитивные изменения всех показателей сформированности компонентов мотивированной потребности в их индивидуальном здоровьесохранении. На конец опытно-экспериментальной работы в сравнении с ее началом имеются достоверные различия в показателях: когнитивно-познавательный – 26,7 против 53,3 %; потребностно-мотивационный 33,3 против 53,3 %, действенно-практический 33,3 против 60,0 %.

Таким образом, значимые позитивные изменения подтверждают эффективность проведенной опытно-экспериментальной работы по организации и обогащению содержания физического воспитания студенток специальной медицинской группы педагогического вуза на основе оздоровительно-прикладной технологии. Положительные результаты, полученные в ходе диссертационного исследования, позволяют считать подтвержденной выдвинутую рабочую гипотезу, задачи исследования выполненными.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. *Бартновская Л. А., Пономарев В. В.* Оздоровительно-прикладная технология в физическом воспитании студентов специальной медицинской группы вуза : теоретические и практические основы : монография [Текст]. Красноярск : СибГТУ, 2015. 187 с.