

# ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ В ГРУППАХ СПЕЦИАЛЬНОГО МЕДИЦИНСКОГО ОТДЕЛЕНИЯ

## PHYSICAL AND IMPROVEMENT ACTIVITIES IN THE GROUPS OF THE SPECIAL MEDICAL DEPARTMENT

Е. А. РАССОХИНА

E. A. RASSOKHINA

Брестский государственный университет имени А. С. Пушкина

Брест, Беларусь

Brest State University named after A. S. Pushkin

Brest, Belarus

*e-mail: rea-le@mail.ru*

---

В основе формирования здорового образа жизни лежат средства физической культуры. При этом весьма важна роль самостоятельных занятий физическими упражнениями. Физическая активность положительно влияет на умственное и физическое развитие личности, способствует поддержанию крепкого здоровья, которое позволяет человеку полноценно выполнять трудовую и интеллектуальную деятельность. В статье рассматривается проблема эффективности процесса физического воспитания обучающихся в группах специального медицинского отделения.

*Ключевые слова:* высшее образование; студенческая молодёжь; потребность в двигательных умениях и навыках; физические упражнения.

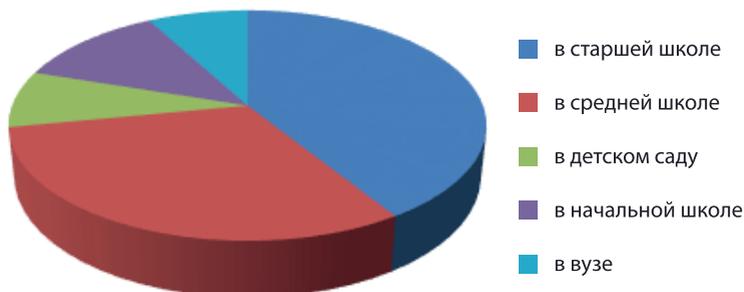
At the heart of the formation of a healthy lifestyle are the means of physical culture. The role of independent exercise is very important. Physical activity has a positive effect on the mental and physical development of the individual, contribute to the maintenance of good health, which allows a person to fully perform labor and intellectual activity. The article deals with the problem of the effectiveness of the process of physical education of students in groups of special medical department.

*Keywords:* higher education; student youth; need for motor skills and abilities; physical exercises.

---

В последнее время наблюдается ярко выраженная тенденция снижения физического здоровья населения из-за различных неблагоприятных факторов: демографических, экологических, социальных экономиче-

ских и др. эта проблема касается и студенческой молодежи, что проявляется в постоянном увеличении лиц, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) или к группам специального медицинского отделения (СМО) студентов [2, 3]. При этом средства физического воспитания рассматриваются как ведущие в системе физкультурно-оздоровительных мероприятий, являясь весьма эффективными в применении и доступными для всех без исключения занимающихся. Однако наблюдения за студентами, занимающимися в группах СМО, свидетельствуют о том, что они значительно отличаются друг от друга активностью в отношении к посещению занятий, поведению во время занятий, качеством выполнения физических упражнений и т. д. [1]. Чтобы установить причины, отрицательно влияющие на организацию занятий по физическому воспитанию со студентами, отнесенными по состоянию здоровья к СМО, было проведено анонимное анкетирование. В исследовании приняли участие 146 студенток 1–2 курсов психолого-педагогического и социально-педагогического факультета вуза.



*Рис. 1.* Период диагностирования отклонений в здоровье

В результате анкетного опроса установлено, что большинство респондентов имели отклонения в здоровье в период обучения в старшей (41 %) и средней (31 %) школе, а остальные – во время пребывания в детском саду (8 %), в начальной школе (12 %) и в вузе (8 %) (рис. 1). Когда их признали нездоровыми, лишь треть регулярно посещала СМГ, половина – иногда, а 11 % вообще не занимались физической культурой (рис. 2). При этом большинство опрошенных (58 %) убеждены в том, что занятия в СМО благоприятствуют укреплению здоровья, 16 % имеют противоположную точку зрения и достаточно большой процент студентов (26 %) затруднились дать определенный ответ.

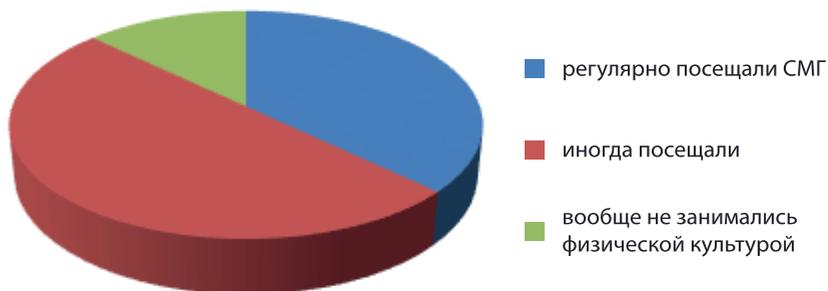


Рис. 2. Физическая активность респондентов после направления в СМГ

Около 20 % респондентов выполняют утреннюю гигиеническую гимнастику с некоторой долей регулярности, столько же – самостоятельно занимаются физической культурой, остальные посещают занятия по плаванию, аэробике, йоге и др.

К сожалению, для основной массы девушек ведущим мотивом для посещения занятий СМО является получение зачета по физическому воспитанию (38 %), для трети – укрепление здоровья и столько же опрошенных возлагают надежду на формирование красивой фигуры. Лишь 6 % занимающихся связывают занятия с интересным времяпровождением (рис. 3).

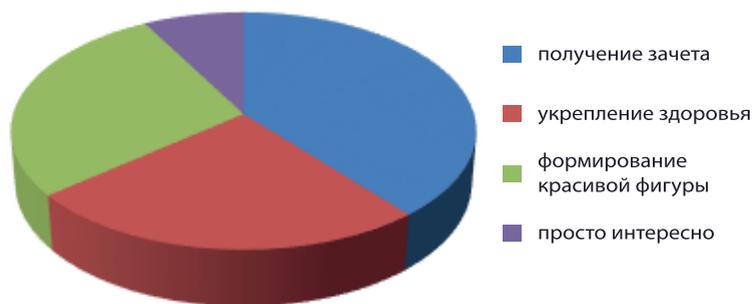


Рис. 3. Мотивация для посещения занятий по физической культуре

Физическая культура как отрасль социальной сферы выступает в роли важнейшего фактора формирования человека, поэтому особый интерес представляет мониторинг удовлетворенности студентов заня-

тиями по физической культуре (рис. 4). Необходимо отметить, что удовлетворённость студентов организацией учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» рассматривается как важный показатель социального эффекта физкультурно-спортивной среды вуза [3, 4].

Проведенный анализ показал, что значительная часть опрошенных (60 %) удовлетворена качеством занятий. В то же время третья часть не смогла высказать определенной точки зрения на этот счет, а 8 % отметили недовольство по отношению к содержанию учебного процесса, аргументируя это большими физическими нагрузками, сложностью предлагаемых упражнений, отсутствием разнообразия комплексов упражнений и т. д.

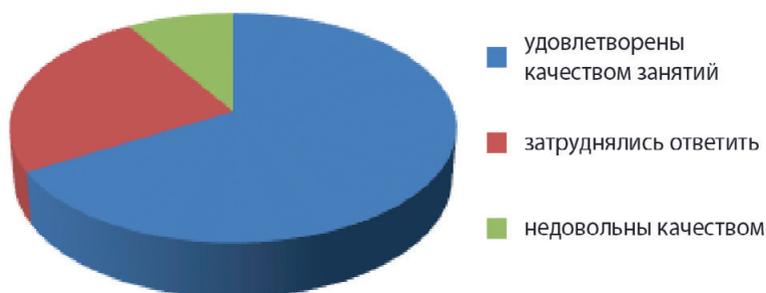


Рис. 4. Удовлетворенность содержанием занятий по физической культуре

Большинство студентов уверены в том, что занятия физической культурой не имеют отношения к их будущей профессиональной педагогической деятельности (80 %), что вызывает особую тревогу за качество подготовки выпускника вуза. Работа педагога в школе обязательно сопряжена с реализацией физкультурных знаний, умений и навыков в различных формах физкультурно-оздоровительных мероприятий и режиме учебного дня: проведение физкультурных минут, подвижных перемен, спортивного часа в группе продленного дня, а также внеклассных и внешкольных спортивно-массовых мероприятий с учащимися. Напрашивается вывод, что содержание занятий в СМО ориентировано лишь на укрепление здоровья и не преследует цели по формированию у будущих педагогов методических основ педагогической деятельности по физическому воспитанию со школьниками.

Таким образом, обучаясь в общеобразовательной школе и имея конкретный диагноз заболевания, основная масса будущих студентов нега-

тивно относилась к физкультурным занятиям в СМО. Поступив в вуз, они, в большинстве своем, имеют общее представление об оздоровительном эффекте от занятий физической культурой, однако при этом не проявляют должной активности в отношении интенсификации своего двигательного режима. Четкая установка занимающихся на получение зачета по физическому воспитанию свидетельствует о принудительном посещении студентами занятий в СМО, что негативно отражается на качественной стороне физкультурно-оздоровительной деятельности. Полученный материал указывает на необходимость совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию с лицами, отнесенными по состоянию здоровья к СМО.

С целью повышения активности студентов в лечебно-восстановительном процессе в ходе учебной работы следует обращать особое внимание на формирование у них представлений о роли и значении физического упражнения как мощного биологического стимулятора жизненных функций организма, эффективного средства коррекции болезненных нарушений, регулятора функций пораженных органов и систем, средства приспособления организма к предъявляемым нагрузкам.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. *Загревская А. И.* Совершенствование методики занятий по физической культуре у студенток специальной медицинской группы на основе их программирования : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04; Томский гос. ун-т. Томск, 2000. 160 с.
2. *Кудрицкий, В. Н.* Влияние физической культуры, образа жизни и экологической среды на здоровье студенческой молодежи / В. Н. Кудрицкий // Региональные проблемы экологии: пути решения: тезисы докладов II Междунар. эколог. симпозиума. – Полоцк, 2005. – С. 114–116.
3. *Сбитнева, О. А.* Значимость спортивных физкультурно-массовых мероприятий в формировании здорового образа жизни студентов / О. А. Сбитнева // Педагогические науки. – 2018. – № 12 (1). – С.74–76.
4. *Янович, Ю. А.* Отношение студентов к физическому воспитанию с общеподготовительной и спортивной направленностью/ Ю. А. Янович, В. Н. Кряж // Молодая спортивная наука Беларуси : материалы Междунар. науч.-практ. конф., Минск, 8–10 апр. 2014 г.: в 3 ч. / Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: Т. Д. Полякова (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУФК, 2014. – Ч. 2. – С. 257–259.