

## **ОБРАЗОВАТЕЛЬНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ТЕХНОЛОГИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ВУЗА**

**В.В. Пономарев<sup>1</sup>, Л.Н. Яцковская<sup>1</sup>, Е.Н. Коноплева<sup>1</sup>, С.Н. Шишкин<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Сибирский государственный аэрокосмический университет имени академика М.Ф. Решетнева, Россия, г. Красноярск, [kf.val.i.fk@mail.ru](mailto:kf.val.i.fk@mail.ru)*

<sup>2</sup>*Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, Красноярский край, г. Железногорск, [kf.val.i.fk@mail.ru](mailto:kf.val.i.fk@mail.ru)*

*В статье рассматривается динамика различных заболеваний студентов специальной медицинской группы вуза. Выявлены наиболее характерные заболевания студенческой молодежи Сибири. На основании анализа заболеваний студентов было разработано программно – методическое содержание образовательно – оздоровительной технологии, направленной на коррекцию и поддержание общего состояния здоровья молодежи в процессе обучения по дисциплине «Физическая культура».*

**Ключевые слова:** образовательно – оздоровительная технология, физическое воспитание, студенты специальной медицинской группы.

## **HEALTH-SAVING TECHNOLOGY IN PHYSICAL EDUCATION STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP OF THE UNIVERSITY**

**V.V. Ponomarev<sup>1</sup>, L.N. Yatskovskaya<sup>1</sup>, E.N. Konopleva<sup>1</sup>, S.N. Shishkin<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>*Siberian state aerospace University named after academician M. F. Reshetnev, Russia, Krasnoyarsk, [kf.val.i.fk@mail.ru](mailto:kf.val.i.fk@mail.ru)*

<sup>2</sup>*Siberian fire rescue Academy of state fire service of EMERCOM of Russia Krasnoyarsk, Zheleznogorsk, [kf.val.i.fk@mail.ru](mailto:kf.val.i.fk@mail.ru)*

*The article discusses the dynamics of various diseases of students of special medical groups of universities. The most typical illness of the student youth of Siberia. Based on the analysis of diseases of the students was developed program and methodical maintenance of educational and health technologies aimed at correcting and maintaining the health of youth in the process of training on discipline "Physical culture".*

**Key words:** educational technology health, physical education, students of special medical group.

Здоровье человека выходит на первый план общенациональной идеи, что нашло отражения в законе РФ «Об образовании», в национальной доктрине образования в РФ, в Концепции национальной безопасности РФ и других документах. Демократизация и гуманизация общества, повышение жизненного уровня населения, развитие наук о человеке выдвигают настоятельную потребность достижения высокого уровня здоровья, обеспечивающего человеку соответствующее качество жизни, психологическое удовлетворение, социальный комфорт. В настоящее время встает вопрос перед человечеством о том, как сохранить себя как вид, приспособленный к изменяющимся социально-экономическим и природным условиям среды, и особенно это актуально для настоящего и будущего общества – молодежи.

Здоровье для всех и каждого – современная установка Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ). Следует отметить, что прогресс науки и техники не сопровождается позитивными процессами в биологическом и социальном статусе человека, особенно в молодом возрасте. Среди многих негативных проявлений обращается внимание на высокую заболеваемость, физическую ослабленность тела, социальную инфантильность молодых людей.

Гуманизация общества, отношение к человеку как к высшей ценности и части природы предполагает при разработке и реализации различных социально-педагогических программ более пристальное внимание к проблеме индивидуального здоровья, его природным (биологическим) основам, возможности воздействия на его становление на различных этапах онтогенеза.

В современных исследованиях уделяется пристальное внимание к молодому поколению, которому предопределяется роль создателей высокоиндустриальной экономики в государстве.

Разработка современных социально-педагогических и оздоровительно-профилактических программ и технологий, которые способствуют укреплению и поддержанию здоровья молодежи и ликвидации барьеров, препятствующих использованию молодыми людьми потенциальных возможностей своего организма, является насущной задачей профилактической медицины и современной оздоровительной педагогики.

Анализ практики физического воспитания студентов свидетельствует о том, что в настоящее время растет число студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием: с 2000 г. – 2,4% студентов в вузах г. Красноярск не могли по состоянию здоровья заниматься физической культурой; 2001 г. – 2,7%; 2002 г. – 3,1%; 2003 г. – 3,5%; 2004 г. – 3,7%; 2005 г. – 5% и 2006 г. – 6,7%. В совокупности получается, что около 8–10 тысяч студентов, временно освобожденных по состоянию здоровья от занятий физическим воспитанием, не могут быть полноценными участниками многих спортивно-массовых и оздоровительных вузовских мероприятий. В то же время данная «армия» временно освобожденных студентов получают зачеты по физической культуре в основном по результатам написания рефератов или по медицинским справкам.

Анализ научно-исследовательской и учебно-методической литературы показал, что для реабилитации и адаптации в социуме данной категории молодежи недостаточно активно ведутся исследования по разработке социально-педагогических программ поддержки и реабилитации студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием, то есть существует противоречие между потребностью в сохранении здоровья временно освобожденных студентов от занятий физическим воспитанием и недостаточной научно-методической разработанностью решения этой задачи.

В связи с вышеуказанным можно констатировать наличие **научной проблемы**, которая характеризуется необходимостью разработки дифференцированных оздоровительных программ.

В русле данной актуализации были сформированы следующие организационно – педагогические условия: в связи с тем, что у студентов, временно освобожденных от учебных занятий, нарушается динамика и системность процесса физического воспитания, и возникает необходимая потребность в формировании их в отдельную группу, где для них будет организован специализированный оздоровительно-образовательный процесс;

Разработанный и реализованный оздоровительно–образовательный тренинг интегрирует различные виды деятельности и обеспечивает целостность, гармоничность и поступательность физического воспитания студентов:

– *рекреативно–самостоятельная* деятельность, направленная на формирование системы знаний, приобретение умений и навыков самостоятельной работы по индивидуальной коррекции и укреплению состояния здоровья;

– *организационно–спортивная* – формирует теоретические и практические умения, знания по организации и проведению спортивно–массовых и оздоровительных мероприятий в вузе;

– *научно–исследовательская* – формирует теоретические и практические основы научно–исследовательской деятельности в системе физической культуры и здорового образа жизни.

По результатам этой деятельности у временно освобожденных студентов снижается время реабилитации, благодаря активной и осознанной работе над своим здоровьем, а также последующее «безболезненное» включение в учебный процесс физического воспитания;

Разработанная педагогическая модель оздоровительно–образовательного тренинга в физическом воспитании временно освобожденных студентов обеспечивает поэтапное формирование здорового образа жизни студентов на основе выполнения индивидуальных и оздоровительных комплексов упражнений, участия в познавательных–образовательных курсах, кружках, туристических походах и экскурсиях с последующей организацией индивидуальных и самостоятельных занятий, спортивно–массовых и оздоровительных мероприятий, валеад, конкурсов и конференций.

Предложенная модель позволяет оперативно корректировать и управлять педагогическим процессом оздоровительно–образовательного тренинга студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием по состоянию здоровья.

Конечный результат модели оздоровительно–образовательного тренинга – это готовность студентов к здоровьесберегающей деятельности в вузе и в повседневной жизни.

**Выводы исследования.** Впервые сформирована учебно–образовательная группа «временно освобожденные студенты», которую комплектуют из студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием по состоянию здоровья, из других учебных групп: основной, подготовительной и специальной медицинской. Данная группа занимается по разработанному интегративному учебному курсу «Оздоровительно–образовательный тренинг», который делает процесс физического воспитания студентов в вузе целостным и поступательным.

Разработано программное и методическое содержание оздоровительно–образовательного тренинга временно освобожденных студентов, состоящего из следующих учебно–практических разделов: валеологическо–познавательного, научно–исследовательского, рекреативно–самостоятельного и организационно–спортивного.

Разработана педагогическая модель реализации оздоровительно–образовательного тренинга временно освобожденных студентов в учебном процессе физического воспитания в вузе, включающая основные образовательно–воспитательные направления.

По окончании опытно–экспериментальной работы методами математической статистики и анкетирования были выявлены следующие результаты: 40% ( $p < 0,5$ ) студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием, получили разрешение раньше положенного срока заниматься физической культурой, социальная активность у студентов повысилась на 70% ( $p < 0,05$ ), академическая успеваемость выросла с 3,5 баллов до 4,4 баллов ( $p < 0,05$ ), частота простудных заболеваний снизилась с 7–8 раз до 2–3–х раз в году ( $p < 0,05$ ).

Положительная динамика результатов проведенной опытно–экспериментальной работы показала высокую практическую эффективность и социальную значимость оздоровительно–образовательного тренинга студентов, временно освобожденных от занятий физическим воспитанием по состоянию здоровья. Результаты работы можно широко использовать в отрасли, а также на ФПК для специалистов и преподавателей физического воспитания.

### Список литературы:

1. Яцковская, Л.Н. Оздоровительная технология в системе физического воспитания студентов / Л.Н. Яцковская, Т.А. Мартиросова// Вестник КГУ. – Красноярск, 2006. – №3. – С.225–231.
2. Яцковская, Л.Н. Физическое воспитание студентов, временно освобожденных от занятий по состоянию здоровья, посредством оздоровительно – образовательного тренинга: монография / Л.Н. Яцковская, В.В. Пономарев. – Красноярск: СибГТУ, 2008. – 136с.
3. Щедрина А.Г. Здоровый образ жизни: методологические, социальные, биологические, медицинские, психологические, педагогические, экологические аспекты. – Новосибирск. ООО "Альфа – Виста", 2007. – 144с.