

ПЕРСПЕКТИВЫ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ С ОТКЛОНЕНИЯМИ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

Д.В. Жамойдин

Академия управления при Президенте Республики Беларусь, dziania@tut.by

Специалистам в области оздоровительной физической культуры известно, что в настоящее время в сфере здоровьесбережения особую важность приобретает вопрос организации высокого уровня физического воспитания студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Для такой категории учащихся предусмотрена организационно-методическая форма преподавания дисциплины – специальное учебное отделение (СУО).

По данным авторов (Тимошенко В.В., 2005; Моисейчик Э.А., 2006) сегодня в нашей стране от 30% до 51,7% студентов занимаются в группах СУО, что является проблемой и требует не только усовершенствования материальной базы и профессионального уровня педагогов, но и корректировки специфического учебного процесса. Этот факт должен способствовать привлечению внимания специалистов к проблеме организации профилактических мероприятий, осуществлению научных исследований для повышения оздоровительной направленности процесса физического воспитания для студентов СУО.

Существует широкий выбор разнообразных средств и методов, с помощью которых возможна организация и проведение занятий по физическому воспитанию для студентов СУО. Однако специфика и сложность построения учебного процесса заключается не только в учете всего разнообразия диагнозов заболеваний, различном уровне физического развития и физической подготовленности, но и в особенностях функционального состояния каждого индивидуума (Старовойтова Т.Е., 2004). Поэтому очень остро стоит проблема выбора системы оздоровления, ее организации, подбора средств и методов для занятий со студентами, имеющими различные заболевания. Случается, что методика может привести к взаимоисключению оздоровительного воздействия упражнений, показанных при том или ином отклонении в состоянии здоровья (Лосева И.И., 2003). В связи с этим, анализ исследований и практический опыт указывают на целесообразность использования наряду с общепринятыми средствами физической культуры и нетрадиционных систем оздоровления, которые могут способствовать повышению эффективности учебного процесса (Бальсевич В.К., 1996; Матвеев Л.П., 2005; Волков В.К., 1996).

Такое положение в теории и практике физического воспитания обуславливает необходимость поиска, разработки, научного обоснования и практического внедрения более эффективных оздоровительных систем, программ, методик и средств для совершенствования учебного процесса студентов с отклонениями в состоянии здоровья (Гневушев В.В., 1974; Нестеров В.Н., 1974; Смолевский В.М., 1991; Соколов В.А., 2006). Изучение литературы показало, что решение этих задач для студентов СУО возможно с помощью специально подобранных комплексов упражнений из оздоровительной системы хатха-йога (Андриянова В.А., 2006; Ождзинский Я., 1999; Разницын А.В., 1994; 1999; Ратов И.П., 1999; Юшкевич Т.П., 1988).

Целью данной работы является передача научно-исследовательского и практического опыта специалистам, работающим со студентами СУО, а также анализ и обсуждение методики проведения занятий физическим воспитанием для студентов СУО с рациональным сочетанием средств хатха-йоги и традиционных средств физической культуры, которая была разработана и внедрена в учебный процесс на кафедре физической культуры Академии управления при Президенте Республики Беларусь (рисунок).

Указанное на рисунке соотношение средств физической культуры в учебном году является и вариативным компонентом, и направляющим элементом в процессе почасового планирования учебного материала в годичном цикле занятий (программа, Жамойдин Д.В., 2008). Основное содержание разработанной методики составляет совокупность взаимосвязанных упражнений хатха-йоги и средств физической культуры, регламентируемых государственной учебной программой (Глазко Т.А., 2003). При этом базовым принципом методики является принцип целенаправленного, сопряженного воздействия на двигательную и дыхательную системы организма студентов СУО на протяжении всего периода их обучения.



Рис. Схематичная характеристика методики проведения занятий физическим воспитанием студентов СУО

Методика предусматривает научно обоснованное использование упражнений хатха-йоги и направлена на совершенствование сложившейся системы физического воспитания студентов СУО. Это достигается благодаря таким ее характеристикам как: преемственность учебного материала и его новизна; направленность на совершенствование ранее приобретенных и формирование новых знаний, умений и навыков; комплексность воздействия на механизмы энергообеспечения организма студентов; направленность на профессионально-прикладный аспект самосовершенствования студентов; доступность используемых средств и их оздоровительная направленность; индивидуальный подход, который выражается в разработке и использовании упражнений хатха-йоги с учетом заболеваний у студентов.