

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ И ИХ РЕШЕНИЕ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ, ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Е.Н. Мартыненко

Луганский государственный педагогический университет, г. Луганск,
e-mail: lenamartynenko65@mail.ru

В данной статье изложен материал относительно актуальных проблем физического воспитания молодёжи и спорта в условиях жизни современного общества, а также предложены некоторые средства их практического решения.

Ключевые слова: *физическое воспитание, актуальные проблемы, спорт, студенты, на данный момент времени.*

Физическое воспитание – это система событий, служащих цели укрепления самочувствия, овладения необходимыми для жизни двигательными способностями и умениями, достижению высочайшей работоспособности.

Физическое образование не справляется с существующими проблемами, которые ведут в худшую сторону физическое состояние студентов и низкой эффективностью образовательного процесса в сфере сбережения здоровья.

В настоящее время на человека влияют большое количество неблагоприятных факторов окружающей среды. В их количество входят экологические, общественные, психические составляющие. Все это в той или же другой степени воздействует на развитие и здоровье человека. Данные статистики говорят о повышении заболеваемости такими заболеваниями как рак, инфаркт, инсульт, тем более у юного населения планеты. Врачи всерьёз говорят о том, что почти все болезни «помолодели». Так, в случае если ещё 20 лет назад инфаркт поражал в среднем людей 60 лет, в данный момент от этой болезни, все чаще страдают люди в 30 лет. Предпосылкой подобного считается неверный тип жизни, невысокая физическая активность, вредные привычки. Вследствие этого, более необходимой становится задача физического воспитания студенческой молодёжи, обеспечивающая их занятости во всевозможных отраслях спорта.

К актуальным проблемам физического воспитания стоит отнести такие, как:

- **планомерное снижение уровня физического здоровья молодых людей в прямой зависимости от курса обучения;**
- **снижение эффективности образовательных технологий в системе физического воспитания студенческой молодёжи;**
- **вопрос относительно подготовки квалифицированных кадров в области физического воспитания.**

Рассмотрим первую проблему. С каждым годом мы, как педагоги, сталкиваемся с приростом больных учащихся. Чаще всего это касается развития хронических заболеваний у молодёжи, что связано с переходом различных функциональных отклонений в хронические формы заболеваний. Более того на старших курсах регистрируется большой процент возобновившихся морфофункциональных отклонений и понижение уровня адаптационных возможностей функциональных систем. Увеличение количества болезней учащихся старших курсов происходит на фоне значительного снижения их физического развития и функциональной подготовленности. Интенсивным проявлением данных неблагоприятных процессов считается резкое увеличение частоты сердечных сокращений и артериального давления в покое у данных молодых людей. Эта обстановка считается неутешительной проблемой требующей незамедлительного решения, потому что врачи не в состоянии одни преодолеть образовавшуюся неблагоприятную динамику здоровья молодых людей. Исследовательскими работами подтверждается, что большой процент студентов, покидают стены учебного заведения с более низким уровнем физического здоровья, чем они имели по приходу в ВУЗ.

Вторая проблема освещает вопросы актуальности использования тех или иных образовательных технологий и их эффективность. Стоит признать, что современные студенты и педагоги нацелены на удачную сдачу нормативов какими угодно способами. Что не несет для студента никакой пользы в сфере осознания личного здоровья. По мнению ряда авторов, кафедры физического воспитания институтов в большей степени заботятся о студентах, имеющих спортивные разряды и звания, тем, кто собственными достижениями придает престижность учебному заведению, а сугубо формально и поверхностно занимаются реализацией основных принципов всестороннего физического воспитания для остальных студентов. Авторы подчёркивают, что на сегодняшний день применяемые в высшей школе формы, методы и средства обучения не позволяют в полной мере обеспечить реализацию личностно-ориентированного подхода к формированию здорового образа жизни студентов и не отвечают требованиям к подготовке современных специалистов.

На данном этапе в институтах недостаточно поставлена физкультурно-оздоровительная работа со студентами, организация самостоятельной работы учащихся по формированию и развитию у них ценностных ориентаций на ведение здорового образа жизни. Учебно-методическая литература по данной проблеме имеется в ограниченном количестве. В данной ситуации крайне необходимы качественные преобразования и изменения в структуре и методике организации и проведения учебных занятий по физической культуре у студентов.

Содержание третьей проблемы затрагивает вопрос о престижности профессии педагога и тренера, а еще о последующем его трудоустройстве. Как всем известно, государство не в состоянии выплачивать достойную заработную плату ни одним, ни вторым.

Тем более остро предоставленная проблема стоит в отношении специалистов по физической реабилитации: будучи отлично подготовленными как теоретически, так и практически, они в большинстве случаев испытывают проблемы с трудоустройством в учреждениях медицинского профиля, что связано с отсутствием полновесных, сбалансированных договоренностей между Министерством здравоохранения и науки и Министерством по делам семьи, молодежи и спорта. Вместе с тем, реальная необходимость в специалистах предоставленного профиля высока. Не менее важной считается еще проблема подготовки полноценных высококвалифицированных сотрудников в области спортивной медицины. Нам хорошо известно, что почти все работающие в области физической культуры и спорта медики не имеют специального образования, связанного со спортивной медициной. Невзирая на высокий профессионализм и преданность своему делу данных специалистов, проблема подготовки спортивных врачей является также актуальной.

Какие же меры стоит предпринять для решения проблем физического воспитания молодежи?

Для улучшения повышения функциональной подготовленности организма студентов к физическим нагрузкам, больше всего подходят программы персонально дозированных физических упражнений. Предоставленная конфигурация проведения учебных занятий по физической культуре разрешает привлекать к практическим занятиям студентов с разным уровнем физической и технической подготовленности, а также студентов, зачисленных по итогам медицинского осмотра в особые медицинские группы. Еще одним действенным методом увеличения производительности учебного процесса по физическому воспитанию – внедрение в образовательный процесс передовых, эффективных, действенных и берегающих здоровье программ, целенаправленного составления и установления у студентов компетенций по сохранению собственного здоровья.

Анализ литературы, посвященной проблемам физического воспитания, позволяет сделать вывод о том, что разные авторы по-всякому знают и описывают суть методов использования программ по физической культуре.

К подходу о сбережении здоровья относят: проведение небольшого числа профилактических мероприятий (лекций, разговоров и т.д.) в ВУЗах, оказание психической поддержки студентам в моменты сессий, создание действенной системы документооборота в образовательном учреждении и много другое. По моему мнению, подход к сохранению здоровья – это совокупность способов, мероприятий и форм, наиболее эффективно способствующих формированию и последующему развитию у студентов компетенций в сфере физического воспитания. В педагогическом процессе для формирования данных компетенций необходимо применение следующих условий:

а) наличие действенных методик проведения тренировок по физической культуре со студентами с целью улучшения начального уровня их физического здоровья, за счет планомерного увеличения уровня их ежедневной двигательной активности и объективного контроля над их функциональным состоянием;

б) повышение уровня мотивации студентов к физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, путем предоставления права выбора необходимых им для улучшения своего физического здоровья упражнений и контроля над их качественным выполнением.

Таким образом мы понимаем, что соблюдение данных критериев, как для выполнения упражнений физической культурой, например, и в повседневной жизни, позволяет занимающимся значимо увеличить степень собственного физического самочувствия и активной подготовленности. Вывод можно сказать о том, что на данный момент времени имеются действенные способы решения проблем ухудшения уровня здоровья молодежи и снижения эффективности образовательного процесса по физическому воспитанию студентов в высшем учебном заведении. Исследовательским путем доказана высокая эффективность применения индивидуализированных программ физического воспитания студентов и использования подхода по сбережению здоровья в рамках формирования у студентов компетенций сохранения и улучшения собственного здоровья.

Литература

1. Мелешкова Н.А. Формирование здорового образа жизни студентов вуза в процессе физического воспитания: Дис...канд. пед. наук. Кемерово. 2005. 215 с.
2. Зубкова А.Ю. Оздоровительная физическая культура для студентов разной степени физической подготовленности и лиц среднего возраста на основе сочетания восточных и западных гимнастических систем: Автореф. дис. канд. пед. наук. – М., 2006. – 25с.

ИННОВАЦИОННЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУППАХ (НА ПРИМЕРЕ МЕХАНИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА ПГУ)

А.П. Михаль

Полоцкий государственный университет, Республика Беларусь

e-mail: a.mikhal@psu.by

Применение в образовательном процессе данных направлений физического воспитания будут способствовать повышению интереса студентов специальной медицинской группы к занятиям физической культуры.

Ключевые слова: *физическая культура, специальная медицинская группа, инновация, образование.*

С каждым годом из-за возрастающей умственной нагрузки, нерационального питания и большого объема работы с компьютером, увеличивается количество студентов, которые испытывают трудности адаптации к учебным нагрузкам. Важным условием формирования и совершенствования механизмов адаптации является физическая активность.