

недостаточен для полноценной их реализации. При должном исполнении всех нормативных актов, принимаемых Министерством физической культуры и спорта Свердловской области в настоящее время возможно достичь результатов, даже превосходящих запланированных в данный момент показателей.

#### *Список литературы*

1. Лубышева Л.И. Концепция формирования физической культуры человека / Л.И. Лубышева. – М.: ГЦОЛИФК, 1992. – 123 с. 13. Визитей, Н.Н. Физическая культура личности / Н.Н. Визитей. – Кишинев: Штиин- ца, 1989. – 110 с.

2. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для вузов / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2006. – 480 с.

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации "Об утверждении Стратегии развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года" от 07.08.2009 № 1101-р – <https://www.minsport.gov.ru/activities/federal-programs/2/26363/>.

4. Постановление об утверждении государственной программы свердловской области "Развитие физической культуры, спорта и молодежной политики в свердловской области до 2020 года" от 29 октября 2013 г. № 1332-пп – [http://minsport.midural.ru/index.php/activ\\_doc/332](http://minsport.midural.ru/index.php/activ_doc/332).

5. Статистический отчет 1-ФК по итогам 2017 года – [http://minsport.midural.ru/index.php/fiz\\_stat/137](http://minsport.midural.ru/index.php/fiz_stat/137).

6. Росспорт: события, цифры, мнения. – М.: Изд-во ОАО «Советский спорт», 2007. – 122 с.

**Григорьева А.В., Кутейников В.А.**

Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета,  
г. Стерлитамак

### **Роль вузов в сохранении и поддержании здоровья студентов**

Проблема укрепления здоровья студентов, основного резерва кадров российского здравоохранения, носит стратегический характер для государства и общества. Задачей любого вуза является подготовка физически здоровых специалистов, способных долго сохранять работоспособность и творческую активность. Хорошее здоровье в совокупности с социальной зрелостью

являются необходимыми условиями получения высшего профессионального образования, так как овладение науками на сегодня требует от студентов вузов больших умственных, физических и психоэмоциональных затрат. К сожалению, состояние здоровья российского студенчества нельзя признать удовлетворительным. Без сомнения, являясь частью общества, студенты в полной мере испытывают воздействие различных неблагоприятных факторов, связанных с современной ситуацией в стране. К ним относятся как экономические трудности, усугубленные повышенными запросами, характерными для этого возраста, и связанные с ними ухудшение качества питания, условий жизни, необходимость дополнительного заработка.

Необходимо признать, что студенты испытывают в современных условиях и влияние высочайшей интенсификации учебного процесса. При этом рост учебных нагрузок происходит на фоне девальвации значения физической культуры в жизни человека и свертывания профилактического направления в здравоохранении. Немаловажно, что, поступая в вуз, многие студенты вынуждены покидать прокреативную (родительскую) среду, начинают жить в общежитии, что радикально изменяет образ его жизни, требует приспособления к новым условиям жизни, что очень часто негативно сказывается на состоянии физического и психического здоровья.

Профилактических программ в сфере здоровья, реализуемых в российских вузах и описанных в литературе, сравнительно немного. Тем не менее, их анализ позволяет с достаточной полнотой судить как о содержании и направленности профилактической деятельности в студенческой среде, так и теоретических основаниях этой деятельности. В большинстве высших учебных заведений страны такие программы основываются лишь на формировании здорового образа жизни среди студенчества и реализуются путем преподавания дисциплин, предусмотренных государственным образовательным стандартом: основы медицинских знаний и профилактика болезней, валеология, здоровый образ жизни (ЗОЖ), безопасность жизнедеятельности, различные курсы по выбору. Большая работа по формированию здорового образа жизни среди

студенчества проводится в рамках специальных программ профилактики, функционирования центров психологического консультирования и центров здоровья. Эффективность гигиенического воспитания повышается при создании в высших учебных заведениях оздоровительных центров, которые могут включать в себя кабинет здорового образа жизни, комнату психологической разгрузки, спорткомплекс, телефон доверия. Гигиеническое воспитание высших учебных заведений, проводимое специалистами вузов, должно осуществляться во взаимодействии со специализированными учреждениями гигиенического воспитания, лечебно-профилактическими учреждениями (поликлиники, лечебно-физкультурные и наркологические учреждения).

Управление охраной здоровья студентов – задача всего коллектива высшего образовательного заведения, в реализации, которой принимают участие многие подразделения и структуры вуза.

Основные задачи процесса управления охраной здоровья студентов вуза [1]: 1) усиление мер первичной и вторичной профилактики наиболее распространенных заболеваний, устранение условий и факторов, которые способствуют появлению или развитию этих заболеваний; улучшение окружающей среды, условий труда и быта, проведение санитарно-оздоровительных мероприятий, укрепление здоровья отдельных групп студентов (студенты-инвалиды, студенты-сироты); развитие активного отдыха и массовой физической культуры, обеспечение рационального питания студентов; активизация работы по воспитанию и привитию культуры здоровья; 2) развитие и совершенствование диспансеризации как конкретного направления в процессе управления охраной здоровья студентов; 3) обеспечение прочной научной базы совершенствования профилактики заболеваний путем существенного повышения качества научных исследований по проблемам здоровья студентов и внедрения результатов исследований в процесс управления охраной здоровья студентов вуза. Осуществление профилактических мероприятий можно обеспечить в полной мере, только

превратив профилактику в инструмент целенаправленной деятельности всего коллектива вуза, с поддержкой региона и государства.

Крайне важны разработка и внедрение программ охраны здоровья и диспансеризации студентов, в том числе с выявленной хронической патологией, в медицинских и в специальных ведомственных амбулаторно-поликлинических учреждениях. При разработке этих программ необходимо учитывать региональные особенности структуры заболеваемости [2].

Для оценки динамики состояния здоровья студентов университета на этапах разработки и внедрения программ по охране здоровья целесообразно внедрение автоматизированных мониторинговых систем, которые должны учитывать первоначальные данные состояния здоровья и использовать единые принципы и методы сбора и обработки получаемой информации. Таким образом, выяснилось, что одну из важнейших ролей в системе сохранения и укрепления здоровья студентов играют вузы, которые в свою очередь, в связи с отсутствием в России единой программы внедрения здоровьесберегающих технологий, часто заменяют их на профилактические меры. Главный недостаток профилактических программ – использование однотипных методов профилактики – информационной деятельности, различных акций, средств физической культуры и спорта. А основная проблема в сфере реализации профилактических программ – недостаточное внимание к эмпирической и теоретической основе разработки профилактических программ и последующей оценке их эффективности.

Итак, характеризуя образ жизни и здоровье современных студентов нужно отметить, что в студенческой среде преобладает удовлетворенность собственным здоровьем. Каждый студент имеет реальную возможность выбора значимых для него форм жизнедеятельности, типов поведения. Анализ фактических материалов о жизнедеятельности студентов свидетельствует о ее неупорядоченности и хаотичной организации. Студенты мало уделяют внимания таким факторам, как медицинская активность населения, закаливание, сексуальная культура, несмотря на то, что последний фактор

должен быть очень важным и значимым для молодежи. Руководство вузов все чаще обращают внимание на проблему укрепления и сохранения здоровья студентов.

#### *Список литературы*

1. Кан-Калик В. А. К разработке теории общего и профессионального развития личности специалиста в ВУЗе.// Формирование личности специалиста в ВУЗе. Сб. науч. тр. Грозный, 1980. С. 5-13.

2. Ковалев А.И. Луков В.А. Социология молодежи: Теоретические вопросы. М.: Социум, 1999г. – 132с.

**Губская Ю.О., Андреев Т.А.**

Волгоградский государственный социально-педагогический университет,  
г. Волгоград

### **Занятия физическими упражнениями на открытом воздухе со студентами специальной медицинской группы**

Двигательная активность – действенный метод поддержки и укрепления здоровья, гармоничного формирования личности, предупреждения заболеваний. Безусловным компонентом двигательной активности есть систематическое занятие физической культурой и спортом.

Двигательная активность благотворно влияет на развитие всех функций центральной нервной системы: силу, подвижность и уравновешенность нервных процессов. Использование физических нагрузок должно соответствовать возрасту и состоянию здоровья. Поддержание необходимого уровня состояния здоровья студента всегда было важной задачей на всех этапах его обучения на кафедре физического воспитания [1].

Все обучающиеся вне зависимости от типа образовательного учреждения перед тем, как приступить к занятиям физической культурой, проходят медицинское освидетельствование и по его результатам распределяются на три группы: основную, подготовительную и специальную.