

6. Kogevnikov V.S. *Differentsirovannoe planirovanie osnovnykh sredstv trenirovki futbolistov 15-16 let v podgotovitel'nom periode na osnove ucheta ikh bioenergeticheskikh tipov*, Naberezhnye Chelny, 2010, 23 p.

FEATURES OF RATIONALIZATION OF TRAINING LOADINGS TAKING INTO ACCOUNT TYPOLOGY OF FIGHTERS

Rjabchuk Andrey Vladimirovich

Cand.Biol.Sci., the senior lecturer

*The Tyumen higher military-engineering command school
(Military institute),
Tyumen, Russia*

УДК 796.01

МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Савченко Светлана Валентиновна,

кандидат педагогических наук, доцент,

*Стерлитамакский филиал Башкирского государственного университета,
г. Стерлитамак, Республика Башкортостан*

Аннотация. Статья содержит теоретическое обоснование по проблеме мониторинга состояния здоровья студентов в учебном процессе. В рамках педагогического исследования в условиях образовательного учреждения в течение ряда лет проводился комплексный контроль состояния здоровья студенток, имеющих отклонения в здоровье. Это позволило оценить эффективность предлагаемой методики, опираясь на многопараметрические методы исследования всех функций и систем организма для более полного отражения изменений, происходящих в организме в результате педагогического воздействия.

Ключевые слова: мониторинг, комплексный контроль, здоровье, студенты.

Abstract. The article contains theoretical study on the problem of monitoring the health status of students in the learning process. In the framework of pedagogic research in terms of educational institutions for several years conducted a comprehensive monitoring of the health status of students with health deviations. This allowed us to assess the effectiveness of the proposed methods based on multivariate research methods of all functions and body systems in order to better reflect changes occurring in the body as a result of pedagogical influence.

Keywords: monitoring, integrated control, health, students.

Одной из задач модернизации образования по праву считается разработка комплексного контроля состояния здоровья студентов по показателям, определяющим физическое развитие и физическую подготовленность.

Для эффективного управления процессом физического воспитания важно контролировать не только достижения в области знаний и умений, но и важнейшую составляющую часть учебного процесса – показатели здоровья. В современной системе высшего образования возрастает необходимость системного подхода к решению задач образовательного, воспитательного и оздоровительного характера средствами физического воспитания, использование которых способствует решению задач профессиональной подготовки, рациональной реализации потенциальных возможностей студентов с ослабленным здоровьем.[2]

Современная педагогическая теория и практика основным вопросом ставит комплексное использование специфических и неспецифических средств физического воспитания в образовательном процессе студентов специальных медицинских групп. Его реализация с целью осуществления эффективной педагогической деятельности основывается на воздействии физических упражнений специфического характера и средств оздоровительной физической культуры на изменение функционального, психологического и физического состояния занимающихся. Для научного обоснования эффективности комплексного применения средств физического воспитания и оздоровления студенток в условиях вуза нужны исследования комплексного характера, проводимые на основе анализа состояния всех составляющих компонентов здоровья, уровня развития функциональных возможностей, данных изменения физического, психологического состояния исследуемого контингента.

Под комплексностью следует понимать широкое использование различных методов исследования, позволяющих не только получать разностороннюю характеристику функционального состояния организма, но и вскрыть взаимосвязь и взаимозависимость различных систем и органов, как в состоянии покоя, так и при работе различной интенсивности. Комплексность следует понимать как разносторонность [1].

Методика исследования.

Для четкой организации и проведения исследования, была разработана программа комплексного обследования состояния здоровья девушек 19–22 лет с отклонениями в состоянии здоровья, состоящая из педагогического и медико-биологического блоков. Разработанная и внедренная нами программа комплексного контроля позволила определить исходный уровень и динамику изменений физической, функциональной и психологической подготовленности в ходе исследований, а также сравнить с нормативными данными.

В рамках реализации образовательной и лечебно-профилактической деятельности в сохранении репродуктивного здоровья девушек-студенток была разработана и внедрена в учебный процесс методика комплексного использования средств физической культуры и оздоровления в профилактике, реабилитации отклонений в состоянии здоровья.

Разработанная методика предусматривает:

1. Использование основных средств и методов оздоровления специфического характера, приемлемых в ВУЗе.

2. Выявление и исключение из учебной программы упражнений и видов спорта, оказывающих негативное и провоцирующее влияние на состояние здоровья.

3. Создание комплексов физических упражнений, адаптированных к специфике заболевания по дозировке, содержанию, направленности.

4. Совместное применение физических упражнений и оздоровительных, коррекционных средств в учебном процессе.

5. Комплексный контроль за функциональным состоянием и физической подготовленностью занимающихся, включающий 8 антропометрических,

11 функциональных, 2 психологических, 6 медико-биологических исследований.

Результаты и их обсуждение

Исследуя эффективность предложенной нами методики, был зафиксирован рост показателей физической подготовленности в экспериментальных группах на заключительном этапе эксперимента. Анализ функционального состояния и показателей лабораторно-клинических исследований студенток выявил положительную тенденцию к улучшению исследуемых параметров. Отмечается улучшение морфофункционального состояния по показателям чистоты сердечных сокращений, частоты дыхания, показателям работоспособности, объемным размерам грудной клетки и улучшении физической подготовленности в среднем на 16%.

Мониторинг состояния здоровья исследуемых на всем протяжении исследования позволил нам всесторонне оценить эффективность предлагаемой методики, на основе изменений всех функций и систем организма, происходящих в результате педагогического воздействия. Комплексный контроль, проводимый специалистом, позволяет найти ту конкретную методику и форму организации занятия, которая сможет оказать наиболее оздоровительный и образовательный эффект. Исследования, проводимые в данном направлении, ориентированы зачастую на определение и интерпретацию отдельных методик, средств, традиционно используемых в практике физического воспитания.

Выводы

Результаты, полученные в ходе исследований, позволили сделать следующие выводы.

1. В результате совместной образовательной и лечебно-профилактической деятельности создана система мониторинга, обеспечивающая комплексный контроль за состоянием репродуктивного здоровья студенток.

2. Опытным путем определен наиболее приемлемый набор тестов комплексного контроля для студенток с отклонениями в состоянии здоровья, включающий 8 антропометрических, 11 функциональных, 2 психологических, 6 медико-биологических исследований, который позволил выявить различия по морфофункциональным, психологическим, физическим, медико-биологическим показателям здоровья студенток специальных медицинских групп. Это легло в основу создания оздоровительных программ с учетом данных различий.

3. Комплексный контроль физической и технической подготовленности, проводимый в начале и в конце учебного года, позволил отслеживать динамику показателей здоровья и уровня знаний на всех этапах исследования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Дембо А.Г. Врачебный контроль в спорте. – М.: Медицина, 1988. – 283 с.
2. Ломова О.А. Комплексный контроль на уроках физической культуры со старшеклассницами // «Ребенок и север. Проблемы формирования и адаптации детей и молодежи в среде обитания». Тезисы докладов на XXXIX Международной науч.-практич. конф. – Мурманск, 2001. – С. 108–109.

THE LITERATURE

1. Dembo A. G. Medical control in sports. – M.: Medicine, 1988. – 283 p.
2. Lomova O. A. Complex control at the lessons of physical culture with some high school girls // "children and the North. Problems of formation and adaptation of children and youth in the environment". The abstracts XXXIX International scientific.-practical. Conf. – Murmansk, 2001. Pp. 108–109.

MONITORING THE HEALTH OF STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS

Savchenko Svetlana Valentinovna
the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,
Sterlitamak branch of the Bashkir state University,
Sterlitamak, Russia

УДК 796.093

К ВОПРОСУ О ПЕРСПЕКТИВАХ РАЗВИТИЯ МАССОВОГО СПОРТА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Панагушин Виктор Владимирович,
Сажин Никита Олегович,
Марчук Светлана Азатовна,
кандидат педагогических наук, доцент,
Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия

Аннотация: В работе проанализированы статистические данные о популярности среди населения России физической культуры и спорта. Освещен вопрос финансирования спорта. Выявлены основные проблемы массовой физической культуры и спорта, пути их решения.

Ключевые слова: спорт высших достижений, массовый спорт, физическая культура, финансирование.

Abstract. The paper analyzed the statistical data on the popularity among the Russian population of Physical Culture and Sports. The questions of financing of sports. The basic problems of mass physical culture and sports, ways to solve them.

Index terms: Sports, mass sports, physical culture, funding.

Физическая культура и спорт – это часть социальной политики государства, одна из составляющей общей культуры человека, его здорового образа жизни. Основным приоритетом политики государства являться благополучие населения, которое складывается из нескольких факторов: материального достатка, уровня образования, степени удовлетворенности и состояния здоровья. Важным фактором, определяющим состояние здоровья населения, является поддержание необходимого уровня физической активности на протяжении всей жизни каждого человека. Однако за последние несколько лет в Российской Федерации (РФ) наблюдается весьма заметная деградация физического состояния среди населения. В настоящее время физической культурой и спортом в стране занимаются всего 8-10 % населения, тогда как в экономически развитых странах мира этот показатель достигает 40-60 %. Следствием проблемы является отсутствие «физической культуры» в списке популярных занятий у граждан страны, моральное и физическое устаревание инфраструктуры и материальной