

Студентами медицинского колледжа под руководством преподавателей были подготовлены раздаточный материал и презентация о вреде курения, проведены беседы со студентами ГОУ ВПО РГПУ, ГБОУ СПО СОМК и ГОУ ВПО УГМА.

Результаты повторного тестирования показали, что у студентов степень мотивации к отказу от курения возросла, а несколько человек бросили курить. Желание сохранить крепкое здоровье – важная социальная потребность человека, необходимое условие полноценной жизни, высокой творческой активности, счастья. Желаем всем избавиться от вредных привычек или вообще их не иметь.

### **Библиографический список**

1. Васильченко Е.А. Табакокурение. - М., 2000
2. Горин А.Г. Курение и молодежь. - Киев, 2002
3. Еременко Е.С. Вред курения. - Минск, 2002

**А. Опфер, Е. Б. Ольховская**

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ ОПТИМИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ**

Реформирование образовательной системы высшей школы, интенсификация учебной деятельности и переход от традиционной организации учебного процесса к инновационным технологиям, существенным образом повышает требования к состоянию здоровья студентов. По разным данным Министерств образования и здравоохранения количество практически здоровых выпускников российских школ

колеблется от 10 до 15 %. В вузах страны 50% студентов имеют отклонения в здоровье. Почти 39% студентов нуждается в лечении и коррекции ряда функций организма и вынуждены заниматься физической культурой в специальной медицинской группе. В связи с этим проблема здоровьесбережения студенческой молодежи сегодня является основополагающей в организации профессионально-образовательного процесса в вузах страны.

Однако физкультурно-спортивная деятельность не стала для большинства студентов насущной потребностью, а здоровье и физическая подготовленность не входят в число ведущих ценностей значительной части молодежи. Различные исследования показывают следующие неутешительные результаты: у большинства студентов отсутствует положительный опыт занятий физической культурой; низкий уровень теоретических и методических знаний в области физической культуры; не воспитана потребность в соблюдении норм здорового образа жизни, самосовершенствовании и самовоспитании; отсутствует чувство личной ответственности за состояние своего здоровья и низкий уровень физического развития.

Таким образом, проблема эффективности организации современного процесса физического воспитания в высших учебных заведениях нашей страны является весьма актуальной. Высокие эстетические требования, весьма подвижная духовная энергетика, динамичность и нестандартность, как мышления, так и поведенческой деятельности, а также весьма «легкое» отношение студентов к своему здоровью вступают в резкое противоречие с устоявшимися канонами «тяжелого», стагнированного традиционного процесса физического воспитания в вузе. Все это препятствует созданию динамичной и привлекательной мотивации к вузовскому предмету «Физическая культура».

На наш взгляд, для успешного решения образовательных, воспитательных и оздоровительных задач в физическом воспитании

студентов необходимо: гуманизировать отношения студентов и преподавателей; преобразовать традиционные формы учебной деятельности и актуализировать инновационные формы обучения; стимулировать самообразование студентов. В основу реформирования деятельности преподавателя должны быть положены следующие принципы:

- принцип открытости и автономии, реализация которого дает студенту возможность быть открытым к мнению других, при этом сохранять право на свое мнение, что является непереносимым условием формирования отношения личности к себе как к субъекту процесса профессионального роста;

- принцип убеждения при сохранении альтернативы, который основывается на восприятии альтернативы как благо, которое не заслоняет того общего, на чем можно выстраивать осознанные, добровольные и согласованные действия. Поиск общего смысла выступает и как принцип выстраивания отношений между студентами и педагогами, и как задача, которую они призваны решить, чтобы суметь совместно действовать, решая те или иные проблемы;

- принцип доверия и сомнения реализуется тогда, когда взаимоотношения субъектов учения строятся на основе полного доверия. Сомнению подвергаются лишь «продукты сознания»: заявления, тезисы, выводы и т.п. Благодаря сомнению обнаруживаются противоречия, выявляются проблемы. Сомнение есть условие познания, а доверие к познающему – это условие его свободного движения к поиску собственных истин. Реализация данного принципа требует учета реакции студентов на сомнение как на норму;

- принцип субъект-субъектной позиции определяет ориентиры, формирующие отношение студента к своей деятельности, к себе, к другим.

Современная организация физического воспитания студентов должна придерживаться правил, предложенных В.К. Бальсевичем:

1) форма организации процесса физического воспитания должна обеспечивать как можно большие возможности для освоения каждым ценностей физической культуры и спорта в соответствии с индивидуальными задатками и интересами, уровнем физического развития и подготовленности;

2) обязательное использование в процессе физического воспитания современных технологий спортивной и оздоровительной тренировки;

3) инновационные преобразования в физическом воспитании должны осуществляться постепенно и поэтапно (вначале создание экспериментальных групп).

Нам представляется, что настала пора рассматривать современный процесс вузовского физического воспитания не как «урокодательство» и выполнение определенных нормативов, а как востребованное и осознанное студентами явление. Физическое воспитание в вузе должно заложить, прежде всего, фундамент личностной здоровьесберегающей физической культуры не только на ближайшее время, но и на долгие годы.

**Е. А. Палабугин, А. Ф. Терешкин**

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург

## **ОЦЕНКА ФУНКЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЦЕНТРАЛЬНОЙ НЕРВНОЙ СИСТЕМЫ, ПОД ВЛИЯНИЕМ УМСТВЕННОЙ НАГРУЗКИ**

Оценка функционального центральной нервной системы, проводилась у студентов 4 курса, специальности физическая культура, при помощи теста САН. В исследовании участвовало 33 человека.