

**ПРОБЛЕМА ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ СТУДЕНТОВ
С ОГРАНИЧЕННЫМ ЗДОРОВЬЕМ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ**

Раджабова А.С., студентка 3 курса 3 группы

кафедры «Биотехнологий и ветеринарной медицины»,

Башмак Александр Фёдорович, ФГБОУ ВО Самарская ГСХА

г. Самара, Россия

Аннотация. В статье мы хотим рассказать о проблеме занятий физической культурой в учебных заведениях студентов с ограниченными физическими способностями и способы решения этой проблемы.

Ключевые слова: лечебная физическая культура, студенты, ограниченные возможности здоровья, специальная медицинская группа.

Annotation. In the article, we want to talk about the problem of physical education in educational institutions of students with limited physical abilities and ways to solve this problem.

Key words: medical physical training, students, limited health opportunities, special medical group.

В последнее время в вузах по всему миру возникает проблема: как заниматься студенту физической культурой, если ему не позволяет состояние его здоровья? Чтобы разобраться с этой проблемой, а главное найти способы её решения, мы выясним главные причины и найдём оптимальные решения её устранения.

В последние годы одной из самых острых проблем становится проблема укрепления и сохранения здоровья молодёжи Российской Федерации. Особенно важным в создании базовой основы здоровья и становления здоровой личности является период обучения: получения общего среднего и в дальнейшем – профессионального образования. Но поступая в высшие учебные заведения, студенты с ограниченными физическими способностями встречаются с проблемой занятий физической культурой.

К сожалению, на настоящий момент эксперты отмечают значительный спад уровня здоровья населения РФ. Причинами такого спада являются ишемическая болезнь сердца, нервно-психические расстройства, онкологические заболевания, а также гипертоническая болезнь. Все перечисленные заболевания теперь все чаще затрагивают молодое население страны, в том числе и студентов. Результаты исследований показывают, что в среднем по стране число студентов с ограниченными возможностями здоровья, которым следует заниматься физкультурой в специализированных медицинских группах, колеблется в пределах 30–60%, а число освобождённых от занятий физической культурой по состоянию здоровья – 15–18%, причём во время обучения количество выявленных ухудшений здоровья увеличивается [3, с. 13–15]. Основными причинами снижения уровня здоровья и физических возможностей спе-

специалисты отмечают высокую академическую нагрузку в сочетании с гипокинезией, нарушения режима учебной деятельности и отдыха, стрессовые факторы.



Рис. 1. Логотип программы «Доступная среда»

Очевидное снижение уровня здоровья студенческой молодёжи заставляет вузы пересматривать приоритеты, в результате чего на первый план сейчас выходит задача сохранения и укрепления здоровья студентов. На пути решения этой задачи наиболее подходящим инструментом, несомненно, является физическая культура, как учебный предмет входящая в перечень обязательных гуманитарных дисциплин.

Не так давно основу физического воспитания обуславливал подход, который определял выполнение усредненных, единых для всех, нормативов и требований, что нарушает идею индивидуального развития человека. В более прогрессивных ВУЗах произошла смена парадигмы образования, нацеленной на личностно-ориентированный, деятельный подход, усвоение норм и ценностей культуры, что создает адекватные условия для позитивных сдвигов в социальной и физической сферах индивидуума. Достижение определенного уровня физического развития человека средствами физической культуры требует оптимальной организации специализированного педагогического процесса. Для студенческой молодежи с ограниченными возможностями здоровья такой подход является единственно верным потому, что многообразие нозологий, сопутствующих нарушений, отсутствие мотивации и потребности в двигательной активности требуют персонального подхода к личности, выбора для нее индивидуального пути физического развития.

Студент с ограниченными возможностями здоровья — человек, который имеет физические и психические недостатки, которые мешают усвоению содержания учебных программ без предоставления специальных условий для получения образования. Содержание специальных условий представляет собой: специальные учебные программы и методы обучения, индивидуальные технические средства обучения и среды жизнедеятельности, а также педагогические, медицинские, социальные, физкультурно-спортивные, физкультурно-оздоровительные и другие виды услуг, без которых невозможно обучение данной категории студентов.

Вот несколько причин возникновения проблемы:

1. В некоторых вузах нет специального инвентаря для занятий физической культурой по возможностям здоровья

2. Студенты, поступающие в высшее учебное заведение с физиологическими отклонениями здоровья, обязаны проходить курс физической культурой

3. Не все вузы ради одного студента готовы составлять специальную программу занятий

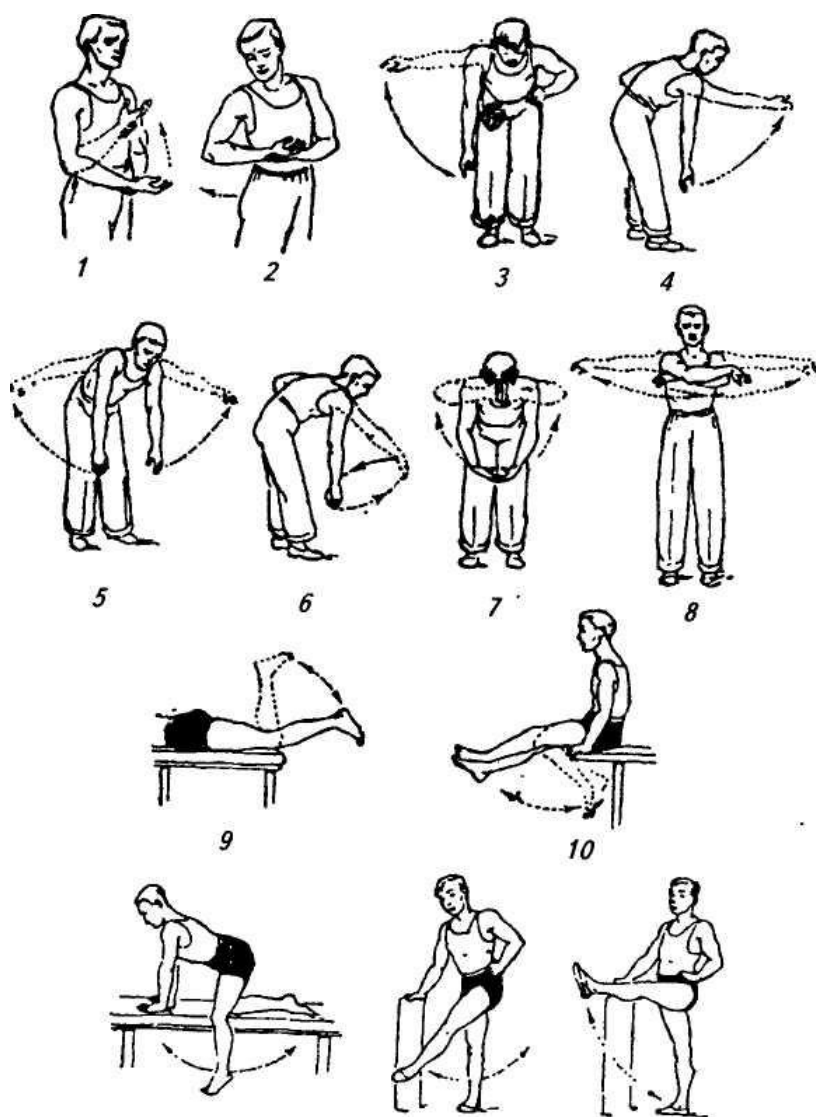


Рис. 2. Занятия для специальных групп по физической культуре (ЛФК при нарушениях опорно-двигательного аппарата)

Что же делают вузы, для решений этих проблем? В высших учебных заведениях в последние годы, по принятому закону, начали создавать отдельные группы. В них входят студенты, имеющие различные отклонения по здоровью. Для того чтобы попасть в такую группу студент должен проходить ежегодный осмотр у врача и предоставлять справку. По заключению, для таких студентов создают оптимальные занятия, действующие на выздоровления студента или позволяющие поддерживать физическую форму без повреждения здоровья. За

место сдачи нормативов, таким студентам дают выбор удобного варианта закрытия дисциплины.

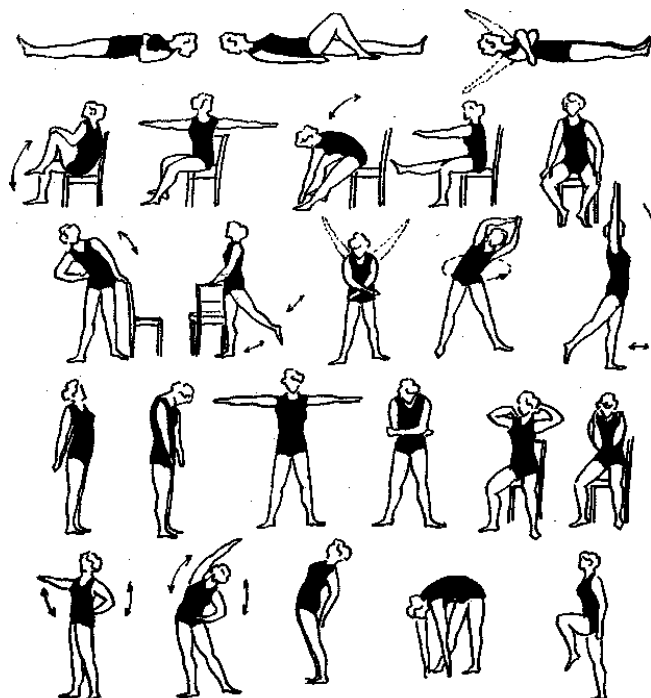


Рис.3. Занятия для специальных групп по физической культуре (ЛФК)

Создания медицинских групп входит в программу «Доступная среда». Эта программа даёт студентам возможность сдать предмет и при этом не чувствовать себя ущемлённым в своих правах. Кроме этого, в некоторых вузах для студентов с ограниченными возможностями создают Универсиады – Паралимпиады, в которых заинтересованные могут принять участие.

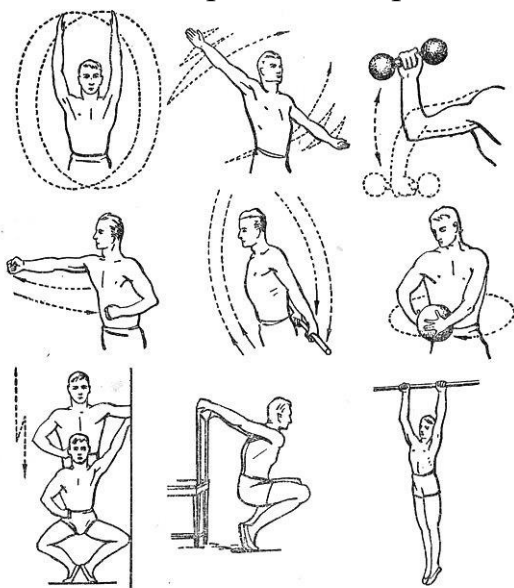


Рис.4. Занятия для специальных групп по физической культуре (ЛФК при заболеваниях сердечнососудистой системы)

Теперь небольшая статистика по группе студентов СГСХА на 2017 год факультета БиВМ 3 курса направления «Ветеринария»: из потока студентов из 45 человек $\approx 16\%$ входят состав медицинской группы. Для них созданы отдельные программы, которые позволяют освоить и успешно сдать экзамен по Элективному курсу физической культуры в соответствии своим способностям. В эту программу входят: дартс, шейпинг, гимнастика, занятие в тренажерном зале, бадминтон, пинг понг и устная сдача дисциплины по билетам.

В заключение хочется сказать: из вышеперечисленного становится понятно, что решение проблемы занятий физической культурой есть, главное найти то, что подходит определённому студенту и попытаться воплотить это в учебной программе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Башмак, А.Ф. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов: методические указания для выполнения практических занятий / В.А. Мезенцева, А.Ф. Башмак. — Самара: РИЦ СГСХА, 2013. — 45 с.

2. Мезенцева, В.А. Психофизиологические основы учебного труда и интеллектуальной деятельности студентов. Средства физической культуры в регулировании работоспособности: методические указания для самостоятельной работы студентов высших учебных заведений по общефизической подготовке / С.Е. Бородачева, О.П. Бочкарева, В.А. Мезенцева — Самара: РИЦ СГСХА, 2011. — 54 с.

3. Гогинава С.Е. Сочетание средства аэробной и анаэробной направленности на занятиях по физической культуре в вузе: Дис. ... канд. пед. наук / БГНИУ. – Белгород, 2014. – 145 с.

4. Адырхаев С. Г. К проблеме физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья // Молодой ученый. — 2014. — №1. — С. 459-465.

THE LITERATURE

1. Bashmak, A.F. Professional-applied physical training of students: methodical instructions for performing practical exercises / V.A. Mezentseva, A.F. Shoe. - Samara: RIC SGSXA, 2013. - 45 p.

2. Mezentseva, V.A. Psychophysiological foundations of educational work and intellectual activity of students. Means of physical culture in the regulation of working capacity: methodical instructions for independent work of students of higher educational institutions on general physical training / S.E. Borodacheva, O.P. Bochkareva, V.A. Mezentseva - Samara: RIC SGSXA, 2011. - 54 p.

3. Goginava S.E. Combination of a means of aerobic and anaerobic orientation in classes in physical culture in high school: Dis. ... cand. ped. sciences / BSRIU. - Belgorod, 2014. - 145 p.

4. Adyrkhaev SG On the problem of physical education of students with disabilities // Young Scientist. - 2014. - №1. - P. 459-465.