

Марчук С. А., Пепеляев Ю. В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
Уральский государственный университет путей сообщения,
Екатеринбург, Россия

ЗДОРОВЬЕ КАК УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА

Аннотация. В статье приведены статистические данные состояния здоровья студентов, обучающихся в вузе. Предложены мероприятия по оценке и прогнозированию функциональной и физической готовности будущего специалиста.

Ключевые слова: профессиональное здоровье, физическая культура, студенты.

Marchuk S. A., Pepeliaev Yu. V.

Russian State vocational pedagogical university,
Ural State university of railway engineering
Ekaterinburg, Russia

HEALTH AS EFFICIENT PROFESSIONAL FUTURE SPECIALIST

Abstract. This paper presents statistics of health of students enrolled at the university. The measures for the assessment and prediction of functional and physical fitness of the future specialist.

Keywords: occupational health, physical education, students.

По мнению Р. Т. Раевского при рассмотрении будущей профессиональной деятельности человека необходимо обязательно учитывать его состояние здоровья [4]. Б. Г. Акчурин, подчеркивая связь здоровья и будущей профессиональной деятельности, отмечает, что физическое здоровье отражает такую степень физического развития студента, его двигательных навыков и умений, которая позволяет наиболее полно реализовывать свои творческие возможности. Физическое здоровье является не просто желательным качеством будущего специалиста, а необходимым элементом его личностной структуры, необходимым условием построения и развития общественных отношений [1].

Здоровье выпускников вузов выступает как один из индикаторов качества подготовки и уровня творческой активности, как наукоемкий экономический продукт, повышающий конкурентоспособность индивидуума [3].

Классическое и достаточно емкое определение здоровья как физического, психического и социального благополучия нуждается в коррекции, когда речь заходит о здоровье профессиональном [2]. На первый план в трактовке здоровья в этом случае выходят показатели (элементы) психофизического сопряжения, обеспечивающие взаимодействие биологической составляющей и социально-технической среды. При этом одни авторы обращают внимание на то, что здоровье является «наиболее важным» из аспектов профессионализма, другие, что оно отражается в «психофизической готовности специалиста» и состоит из следующих компонентов: достаточной профессиональной работоспособности; наличия необходимых резервов физических и функциональных возможностей организма для своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям производственной и внешней среды, объему и интенсивности труда; способности к полному восстановлению в заданном лимите времени; присутствия мотивации в достижении цели [3].

Проведенный обзор и анализ научной литературы показал, что в последние годы отмечается резкое ухудшение физического и психического здоровья студенческой молодежи, что обусловлено низким уровнем санитарно-гигиенической

культуры, ухудшением экологической и экономической обстановки, неправильным образом жизни, недостаточной двигательной активностью и другими факторами.

Статистические данные за последние 10 лет показывают, что из года в год происходит снижение уровня здоровья и физической подготовленности студентов, поступающих на первый курс, также констатируется факт прогрессирования заболеваний с переходом на старшие курсы, растет количество студентов, освобожденных от практических занятий физической культурой.

Анализ медицинского обследования показал, что за последние три года наблюдается отрицательная динамика в состоянии здоровья студентов, обучающихся в УрГУПС: 2009 – 2010 гг. – 25%, 2010 – 2011 гг. – 28%, 2011 – 2012 гг. – 31%, которые вынуждены заниматься физической культурой в специальных медицинских группах. С переходом с курса на курс растет количество студентов, имеющих хронические заболевания, к примеру, на 1 курсе – 26%, а к 4 курсу – 33%. В таблице приведена статистика, которая показывает распределение студентов по медицинским группам, обучающихся в УрГУПС.

Таблица

Распределение студентов I – 4 курса УрГУПС по медицинским группам 2011-2012 г.г.

Год	Общее количество обследованных студентов	Подготовительная группа	Специальная группа	Освобожденные
1 курс	666/100	27/2,8	19,5/19,5	34/3,5
2 курс	706/100	47/6,6	124/17,5	35/4,9
3 курс	852/100	54/6,3	153/17,9	68/8
4 курс	778/100	60/7,7	113/14,5	83/10,6

Примечание: в числителе - количество студентов, отнесенных к медицинской группе, в знаменателе – процентное отношение к количеству освидетельствованных студентов.

Исследования заболеваемости среди студентов свидетельствуют, что в последние годы на первом месте стоят заболевания сердечнососудистой системы, на втором – опорно-двигательного аппарата (остеохондроз, сколиоз и т.п.), на третьем – органов дыхания, т.е. заболевания, наиболее значимые для обеспечения жизнедеятельности человека.

Анализ частоты заболеваемости, с временной утратой трудоспособности студентов, отнесенных по состоянию здоровья и физическому развитию к специальной, основной и подготовительной медицинским группам в первый год обучения в вузе, значительно выше, чем на 2 – 4 курсах. Отмечено, что у всех студентов 1–4 курсов специальной медицинской группы частота заболеваемости с временной утратой трудоспособности выше на 16–24%, чем у студентов основной группы, что особо проявляется в зимний период, что связано с недостаточными адаптационными возможностями организма к изменяющимся условиям жизни и учебы в университете.

Исследование некоторых психофизиологических параметров показало, что в период обучения в вузе самыми критическими периодами являются зачетно-экзаменационная сессия. В это время у студентов отмечается повышение уровня тревожности, снижение адаптационных возможностей, физической работоспособности, особенно у студентов 1 курса.

Начальный период обучения в вузе предъявляет повышенные требования к адаптационно-приспособительным возможностям организма. Поэтому качество решения задач, поставленных перед высшей школой, во многом зависит от умения

правильно организовать работу со студентами, особенно с первокурсниками с ослабленным здоровьем.

На наш взгляд, говоря о низком уровне физического и функционального состояния здоровья студентов необходимо провести ряд первоочередных мероприятий. Предлагаем ввести систему автоматизированного мониторинга оценки и прогнозирования состояния здоровья студентов, а также их физического развития. Разработать и внедрить «паспорт профессиональной психофизической готовности будущих специалистов».

Мониторинг с использованием автоматизированного комплекса позволит объективно оценить данные состояния здоровья, вносить своевременные корректировки средств и методов в процессе учебных занятий, проводить индивидуальные консультации.

Разработка паспорта профессиональной психофизической готовности будущего специалиста должна основываться на модельных характеристиках, отражающих физическую готовность студентов – безопасный уровень здоровья и уровень развития физических качеств не ниже среднего, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности.

Повышение уровня профессионального здоровья будущих специалистов – важное направление работы кафедр физического воспитания. Но без убеждения студентов в необходимости систематически заниматься физической культурой и создания как материальной, так и информационной базы проблема не будет решена.

В работе со студентами, особое внимание необходимо уделять связи здоровья со способностью организма адаптироваться в изменяющихся условиях среды, тем самым позволяя придерживаться принципа единства систематических занятий физическими упражнениями и успешной будущей профессиональной деятельности.

Литература

1. Акчурина, Б. Г. Проблемы организации деятельности высшей школы по формированию физического здоровья студентов: дис. ... канд. пед. наук / Б. Г. Акчурина. – Уфа, 1996, – 132 с.

2. Коваленко, В. А. Физическая культура в обеспечении здоровья и профессиональной психофизической готовности студентов / В. А. Коваленко // Физическая культура и спорт в Российской Федерации (студенческий спорт). – Москва: Полиграф-сервис, 2002, – С. 43–66.

3. Ляхович, А. В. Система гигиенического обучения и формирования здоровья студентов / А. В. Ляхович // Профилактика заболеваний и укрепления здоровья. 2000. №1. С. 30–34.

4. Раевский, Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский. – Москва: Высшая школа, 1985. – 123 с.

Матухно Е. В., Матухно Е. Н.

Комсомольский-на-Амуре государственный технический университет,
Комсомольск-на-Амуре, Россия

ИННОВАЦИИ В СОДЕРЖАНИИ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ВУЗЕ

Аннотация. Статья содержит новую концепцию физического воспитания для студентов, освобожденных от практических занятий по физической культуре.

Ключевые слова: технология, физическая культура, задачи, разделы, содержание.