

оздоровительная работа. Физкультурно-оздоровительные технологии могут осуществляться по самым разным направлениям: шейпинг, аэробика, фитнес, бодибилдинг, а также бег, спортивный туризм, плавание как оздоровительные виды спорта, и прочие виды деятельности, которые используются в досуговой деятельности не только для студентов, но и для жителей города, посещающих ФОК СамГУПС. Сохранение и укрепление здоровья учащихся – сложная комплексная социально-педагогическая проблема, требующая переориентации целей образования и воспитания. Быстро надвигающаяся эра не просто оздоровления, а именно здоровьесберегающих и здоровьевоссоздающих технологий имеет направление, характерной особенностью которого является улучшение качества тела через профилактику движений, то есть модификация упражнений направлена не на коррекцию мышц, а на коррекцию движений – ее суставную кинематику. Это означает, что одним из базовых элементов современных здоровьесберегающих технологий должен стать «стиль новых движений», применение которого позволяет максимально выработать содержащийся в любом конкретно взятом упражнении технический потенциал.

Из вышесказанного можно сделать вывод, что основная идея использования физкультурно-оздоровительных технологий в образовательном пространстве для студентов СамГУПС заключалась в том, что все они не были жёстко привязаны к плановым занятиям по физическому воспитанию, а подразумевали их системную организацию в учебно-воспитательном процессе и повседневной деятельности студентов. При этом обязательным условием было ежедневное обеспечение их двигательной активностью в объёме, необходимом для восполнения её дефицита. Это обуславливалось в первую очередь тем, что двух плановых занятий по физическому воспитанию в неделю недостаточно для восполнения дефицита двигательной активности учащейся молодёжи.

#### *Библиографический список*

1. Методические рекомендации: Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения /Под ред. М.М. Безруких, В.Д. Сонькина. -М., 2002.
2. Мякинченко Б.Б., Селуянов В.Н. Оздоровительная тренировка по системе ИЗОТОН. – М.: Спорт Академ Пресс, 2001.
3. Физическое воспитание детей : сборник статей / сост. Л.В. Русскова, Л.И. Баканенкова, М., 1982.

**Позднякова Л.Д., Игошкин А.Н.**

Самарский государственный университет путей сообщения, Самара, Россия

#### **МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ С УЧАЩИМИСЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

Согласно Положению о врачебном контроле за физическим воспитанием населения все учащиеся распределяются по состоянию здоровья на медицинские группы. На основании данных, о состоянии здоровья и физическом развитии, они распределяются на основную, подготовительную и специальную медицинские группы: к основной – относятся учащиеся без отклонений в состоянии здоровья, при наличии хороших показателей физического развития; к подготовительной медицинской группе (ПМГ) – учащиеся, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, недостаточное физическое развитие и физическую подготовленность; к специальной (СМГ) – учащиеся со значительными отклонениями в состоянии здоровья постоянного или временного характера, требующие существенного ограничения физических

нагрузок. С целью более дифференцированного подхода к назначению двигательных режимов студентов, относящихся к СМГ по тяжести и характеру заболевания, рекомендуется подразделять на две подгруппы, группы комплектуются на следующий учебный год в мае–июне. Группы для занятий по физической культуре комплектуются в количестве не менее 10 человек. Существует несколько вариантов комплектования учебных групп (рис.1).

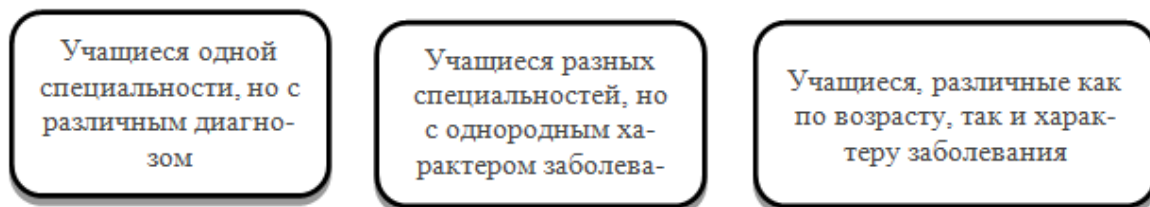


Рис.1 Варианты комплектования учебных групп

Студенты СамГУПС, относящиеся к СМГ, с которыми проводятся занятия по Физическому воспитанию, проходят дополнительное медицинское обследование в течение учебного года в Клиниках СамГМУ. Следует отметить, что организация и проведение таких занятий, намного сложнее, чем со здоровыми учащимися. В СМГ занимаются учащиеся разного возраста, пола, страдающие различными недугами и психологически не готовые к занятиям физической культурой. Некоторые преподаватели кафедры «ФиС» и медицинские работники Медпункта СамГУПС достаточно ознакомлены с основами физического воспитания и врачебного контроля, умеют вовремя определять адаптацию студента-первокурсника к физическим нагрузкам. В СамГУПС формирование СМГ происходит в начале года без задержек, что позволяет студентам приступать к занятиям по физкультуре, не отставая от общего числа студентов. Физическое воспитание организуется для всех студентов СМГ на протяжении всего учебного года и осуществляется в следующих формах (рис.2).



Рис.2 Формы организации для групп СМГ

Большое значение для учащихся с ослабленным здоровьем имеет рациональный режим дня, включающий обязательное пребывание на свежем воздухе в течение 4-5 часов. Студенты СМГ не допускаются к участию во внутри вузовских спортивных соревнованиях, однако их необходимо привлекать к судейству и в посильные для них формы работы по популяризации физического воспитания и здорового образа жизни.

Основной формой физического воспитания учащихся СМГ являются занятия, проводимые отдельно от других учащихся 3 раза в неделю продолжительностью 45-60 мин, посещение обязательно. Ответственность за это возлагается на преподавателя. Приступая к занятиям специальной группы, преподаватель проветривает помещение, в процессе занятия предусмотрены 1-2 паузы по 1-2 минуты для отдыха. Все движения выполняются спокойно, плавно, без напряжения. Переходя из одного исходного положения в другое учащиеся, выполняют не спеша, избегая резких движе-

ний. Таким образом, основными задачами физического воспитания студентов, отнесенных к СМГ, являются: воспитание морально-волевых качеств и интереса к регулярным самостоятельным занятиям физическим воспитанием; укрепление здоровья, улучшение физического развития, закаливание организма; освоение основных двигательных навыков и качеств; расширение диапазона функциональных возможностей основных физиологических систем организма, ответственных за энергообеспечение; повышение защитных сил организма и его сопротивляемости; разъяснение значения здорового образа жизни, принципов гигиены, правильного режима труда и отдыха, рационального питания, пребывания на воздухе.

*Библиографический список*

1. Касаткина В.Н., Шеплягина Л.А. Здоровье: Учебно-методическое пособие. – М., 2007.

**Показаньева А.А., Ханевская Г.В**

Российский государственный профессионально-педагогический университет, Екатеринбург, Россия

**РЕАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТНО ОРИЕНТИРОВАННОГО ПОДХОДА  
В СИСТЕМЕ ФИЗКУЛЬТУРНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Приоритетная задача современной российской образовательной политики - создание условий для высокого качества образовательного процесса на основе сохранения его фундаментальности и соответствия перспективным потребностям личности, общества и государства. В современном мире значение образования как важнейшего фактора формирования нового качества экономики и общества увеличивается вместе с ростом влияния человеческого капитала. Образование трактуется как механизм передачи знаний, непрерывно вырабатываемых наукой и культурой, народам планеты. Учитывая стремительный, взрывной характер мировых процессов, протекающих в исторически коротком интервале времени, и инерционный характер приобретения новейших знаний наукой, система образования должна принять динамичный характер с минимальным запаздыванием относительно наработок науки. Российская система образования способна конкурировать с системами образования передовых стран.

Решение важнейшей социальной задачи формирования у студентов здорового образа жизни и устойчивых здоровых привычек, а также сознательного отношения к собственному здоровью и физической подготовленности должно осуществляться за счет новых подходов в системе физкультурного образования. При этом необходима глубокая и всесторонняя модернизация образования с выделением необходимых для этого ресурсов и созданием механизмов их эффективного использования.

В Концепции модернизации образования в Российской Федерации на период до 2010 г. отмечается, что обновленное образование должно сыграть ключевую роль в сохранении нации, ее генофонда, обеспечении устойчивого, динамичного развития российского общества - общества с высоким уровнем жизни, гражданско-правовой, профессиональной и бытовой культурой. Обновление системы научно-методического обеспечения образования связано с перестройкой организации педагогической науки, преодолением ее оторванности от запросов современного общества и передовой образовательной практики, повышением ее роли в поддержке, проектировании, экспертизе образовательных инноваций, в обеспечении непрерывности процессов обновления образования. В концепции программы развития образования является обеспечение условий для удовлетворения потребностей граждан, общества и рынка труда в качественном образовании путем создания новых институциональных механизмов регулирования в