

тальной группе заметно отразилось на показателях здоровья, что и выявили контрольные тесты и нормативы. Под влиянием СДУ существенно улучшились основные показатели системы кровообращения. Так, систолическое артериальное давление (САД) у студенток экспериментальной группы снизилось на 14 мм рт. ст., а диастолическое артериальное давление (ДАД) - на 9 мм рт. ст. При этом величины ДАД и САД в конце эксперимента стали соответствовать возрастному уровню нормы. ЧСС у девушек экспериментальной группы в покое к концу исследования достоверно уменьшилось с 79 до 72 уд/мин.

Полученные данные позволяют сделать заключение, что под влиянием экспериментальной оздоровительной методики занятий, использующей СДУ, происходит достоверное качественное и количественное улучшение большинства исследуемых параметров физической подготовленности, физического развития и функциональных показателей здоровья студенток специальной медицинской группы с диагнозом НЦД.

Литература. 1. Солодков, А. С. Физиология спорта : учебное пособие / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – СПб. : СПбГАФК им. Лесгафта, 1999. – 231 с. 2. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск : Тесей, 2003. – 528 с.

УДК 615.825.4

РЕШЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ЗАДАЧ НА ЗАНЯТИЯХ ПО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» СО СТУДЕНТАМИ, ИМЕЮЩИМИ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ

Шеверновский В.В., Галлер В.Н.

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия
ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

В последние годы наметилась отчетливая тенденция к увеличению количества студентов с отклонениями в состоянии здоровья. В то же время общеизвестно, что уровень здоровья можно повысить грамотно организованными занятиями физической культурой (ФК). Многолетние наблюдения ряда исследователей показывают, что студенты, страдающие хроническими заболеваниями сердечно-сосудистой и дыхательной систем, опорно-двигательного аппарата при регулярных занятиях в специальной медицинской группе (СМГ) лучше переносят учебные нагрузки и трудности производственных практик (Тимошенков В.В., Тимошенкова А.Н., 2003).

Целью преподавания предмета «Физическая культура» в учреждениях образования, обеспечивающих получение высшего образования, является формирование ФК личности и ее физических кондиций как неотъемлемой части общего развития специалиста с учетом требований профессиональной и общественной деятельности. Реализация цели учебной программы студентов специального учебного отделения предусматривает решение оздоровительных, воспитательных и образовательных задач. Образовательные задачи направлены на овладение занимающимися знаниями по использованию средств ФК в профилактике и лечении различных заболеваний, формирование двигательных умений и навыков, необходимых в будущей профессиональной и общественной деятельности.

Было проведено исследование, направленное на определение отношения студентов специально-медицинских групп к обязательным занятиям по учебной дисциплине

«Физическая культура», а также определение знаний по методике выполнения физических упражнений: о показаниях и противопоказаниях к применению при тех или иных заболеваниях, о методах определения самочувствия во время занятия, приемы восстановления и др.

На вопрос: «Знаете ли Вы специальные упражнения, которые нужно выполнять при Вашем заболевании?» утвердительно ответило лишь 32% опрошенных, при этом только 2/3 из них смогли правильно назвать эти упражнения. В то же время даже знание специальных упражнений не принесет положительного результата без их систематического выполнения. На вопрос, кто выполняет специальные упражнения, утвердительно ответило 26% студентов. В то же время 69% опрошенных считают, что занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» необходимо посещать обязательно. За свободное посещение данных занятий выступили значительно меньше студентов, лишь 15%. Более того, 68% студентов, отнесенных к специально-медицинским группам, хотят заниматься и дополнительно; 53% опрошенных занимаются ФК в свободное время.

Проведя анализ полученных результатов, можно сделать следующие выводы:

1. Большая часть студентов специально-медицинских групп говорят о своем желании заниматься ФК. Вместе с тем, многие из них не знают специальных упражнений при своем заболевании, а многие знают, но не выполняют.

2. В нашем учебном заведении особое внимание уделяется образовательному компоненту программы: в практические занятия по физическому воспитанию включен теоретический раздел, представленный в форме обязательных лекций и бесед.

Для студентов всех курсов обучения обязательным является выполнение следующих требований:

*Знание пройденного теоретического раздела программы по семестрам и курсам обучения.

*Посещение занятий (с учетом пропусков по уважительным причинам).

*Прохождение тестирования с целью оценки уровня физической подготовленности и функционального состояния организма занимающихся. Результаты контрольного тестирования не влияют на факт получения зачета, являясь одним из показателей, с помощью которых корректируется индивидуальная нагрузка в учебном процессе по физическому воспитанию с целью повышения его эффективности.

• Сдача контрольных нормативов. Зачет ставится при условии соблюдения всех вышеперечисленных требований. В случае невозможности выполнения контрольных упражнений по объективным причинам студент освобождается от них с обязательной сдачей теоретического раздела программы занятий. Пропущенные студентами занятия по неуважительной причине отрабатываются в дополнительно назначенное преподавателем время (не более двух часов в день и с учетом особенностей заболевания не чаще 3-4 раз в неделю, включая основные занятия).

Студенты, освобожденные от занятий по состоянию здоровья на длительный срок, сдают зачет по теоретическому разделу программы или пишут реферат по теме, соответствующей имеющемуся заболеванию или группе заболеваний.

3. В то же время полученные результаты говорят о том, что необходимо, на наш взгляд, больше внимания на занятиях уделить индивидуально-дифференцированному подходу к студентам специально-медицинских групп: учитывать как имеющуюся патологию, так и отношение к ФК, учет интересов, предпочтений в данной области для формирования активно-положительного отношения как к обязательным занятиям, так и для формирования привычки к систематическим занятиям в свободное время.

Литература. 1. Солодков, А. С. Физиология спорта : учебное пособие / А. С. Солодков, Е. Б. Сологуб. – СПб. : СПбГАФК им. Лесгафта, 1999. – 231 с. 2. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск : Тесей, 2003. – 528 с.