

Министерство спорта, туризма и молодежной политики
Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту
Администрации Томской области
Томский государственный университет
Факультет физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

*Материалы VI Всероссийской научно-практической конференции
с международным участием,
посвященной памяти В.С.Пирусского*

Томск, 15-16 ноября 2012 года

- ✓ *комплексно-программное* (в виде найденных и эмпирически обоснованных комплексов упражнений или программ движений с методическими указаниями);
- ✓ *методическое* (соединение средств, в виде программ и комплексов упражнений, с методами, формами и теоретически обоснованными этапами);
- ✓ *технологическое* (искусственно надстроенный, над методическим процессом, процесс управления по модельным характеристикам с использованием оперативных и этапных контуров).

В результате, созданные инновационные проекты по эстетической гимнастике, акробатическому рок-н-роллу, спортивным бальным танцам и спортивном ушу обладают комплексно-программным, методическим или технологическим построением и содержат конкретные программы, методические планы и контрольные нормативы, модельные характеристики и сценарные планы. На этапе реализации, выступившая, в качестве инструмента контроля, в преобразующих педагогических экспериментах, система комплексного педагогического контроля оздоровительно-развивающей гимнастики [2] показала достоверный рост измеряемых показателей.

Таким образом, использование методологии инновационного проектирования педагогических объектов позволяет разработать спортивно-оздоровительные технологии, отвечающие современным требованиям эффективности и качества.

Список литературы:

1. Пожидаев С.Н. Инновационное проектирование педагогических объектов – инструмент повышения качества высшего профессионального образования физической культуры и спорта // Образование. Наука. Инновации: Южное измерение. 2010. № 5. С. 28-35.
2. Пожидаев С.Н. Комплексный педагогический контроль оздоровительной гимнастики // Теория и практика физической культуры. 2012. № 5. С. 26-30.

РЕЗУЛЬТАТЫ МЕДИЦИНСКОГО ОСМОТРА СТУДЕНТОВ ТОМСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

Радаева С.В., Примакова О.А. (*Национальный исследовательский Томский государственный университет, г.Томск*)

В последнее десятилетие количество студентов, поступающих в вузы и имеющих отклонения в состоянии здоровья, неуклонно растет. Их показатель вырос с 23 до 31 % от общего числа поступающих на 1-й курс. Эти тенденции выражаются в увеличении числа студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе (СМГ) по физической культуре.

В литературе имеются многочисленные данные о том, что правильно организованные, систематические, строго дозированные физические

упражнения оказывают благоприятное воздействие на все без исключения функциональные системы организма (Адамович Б.Г., Листочкин В.В., 1976; Чоговадзе А.В., Прошляков В.Д., Мацук М.Г., 1986; Пономарева В.В., 2001; Шилько В.Г., 2001; Загревская А.И., 2004; Васильев В.Н., Нестеренко А.И., 2005; Выходцев А.Н., Пашков В.К., 2006 и мн.др.). Но в научно-методической литературе вопросам физического воспитания студентам с ослабленным здоровьем уделяется пока еще недостаточно внимания.

Немаловажной задачей является также сообщение знаний, формирование умений и навыков в использовании гигиенических факторов, лечебно-профилактических и тренирующих упражнений направленного воздействия для поддержания здоровья и высокой работоспособности в последующие годы после окончания вуза.

Так же значимым является дифференцированный подход к каждому студенту, определение их индивидуальных возможностей, подбор соответствующего режима двигательной активности [1,2,3,4].

Задачи исследования:

1) Провести обзор литературных источников по теме: организация занятий со студентами вуза, отнесенными к СМГ.

2) Провести анализ контингента студентов занимающихся в СМГ.

Цель исследования: Изучить организацию занятий со студентами вуза, отнесенных к СМГ.

Организация учебного процесса в специальном отделении начинается с комплектования групп. На специальное учебное отделение зачисляются студенты, отнесенные по данным медицинского обследования в специальную медицинскую группу. Учебные группы этого отделения должны комплектоваться с учетом пола, характера заболевания и функциональных возможностей организма студентов.

С этой целью студенты специального медицинского отделения подразделяются на четыре подгруппы:

- с заболеваниями сердечно-сосудистой системы (А);
- с заболеваниями органов пищеварения и внутренних органов (В);
- с нарушениями опорно-двигательного аппарата (нарушения осанки, остеохондроз, сколиоз) (С);
- с нарушениями зрения.(D).

В своей работе мы проанализировали результаты медицинского осмотра, за основу были взяты данные за последние четыре года, начиная с 2008 года по 2011 год. Результаты данного исследования показывают, что за четыре года обучения число поступивших в ТГУ составляет 8378 человек из них отнесенные по состоянию здоровья к специальной медицинской группе 1827 человек, что составляет 21,8% от общего числа студентов поступающих на первый курс.

Анализ результатов студентов ТГУ, поступающих на первый курс за последние четыре года обучения (2008г.-2011г.).

Студенты, поступившие на первый курс в 2008г = 2391 человек:

ЛФК – нет

Освобожденные – 278 человека (11,62%)

Основная группа – 1610 человек (67,33%)

СМГ – 496 человек (20,74%)

Студенты, поступившие на первый курс в 2009 г = 2286 человек:

ЛФК - нет

Освобожденные – 458 человек (20,03%)

Основная группа – 703 человека (30,75%)

Подготовительная группа – 475 человек (20,77%)

СМГ – 611 человек (26,72%)

Студенты, поступившие на первый курс 2010г = 1964 человека:

ЛФК – 98 человека (4,98%)

Освобожденные – 100 человек (5,09%)

Основная группа – 755 человек (38,44%)

Подготовительная группа – 539 человека (27,44%)

СМГ – 430 человека (21,83%)

Студенты, поступившие на первый курс в 2011г = 1737 человек:

ЛФК – 95 человек (5,46%)

Освобожденные – 20 человек (1,15%)

Основная группа – 758 человек (43,63%)

Подготовительная группа – 448 человек (25,79%)

СМГ- 290 человек (16,69%)



Рисунок 1 – Количество поступающих студентов отнесенных к СМГ

Проанализировав данные за четыре года можно отметить, что в 2009г. относительно 2008г. произошло увеличение студентов специальной медицинской группы (с 20,74% - до 26,72%). Но с 2010г. наблюдается снижение количества студентов отнесенных к СМГ, (в 2010г. с 26,72% - 21,83%, а так, же в 2011г. с 21,83% - 16,69%).

Такое снижение количества студентов отнесенным к СМГ, связано с организацией в 2010г. в ТГУ группы ЛФК, в результате чего часть студентов была отнесена в эту группу, тем самым вызвав процентное снижение студентов отнесенных к СМГ, а так же это послужило снижению в группе освобожденных студентов, в 2011г. к этой подгруппе отнесено всего 20 человек, что составляет 1,15% от общего количества поступающих (рис.1).

Выводы.

1) Анализ научной и учебно-методической литературы показывает, что оптимально организованная двигательная деятельность студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, правильно используемые средства физической культуры в значительной степени способствуют улучшению их физического состояния, коррекции нарушений двигательной сферы и оказывают благоприятное воздействие на все без исключения функциональные системы организма

2) Результаты медицинского осмотра показывают, что в 2009г. относительно 2008г. произошло увеличение студентов специальной медицинской группы (с 20,74% - до 26,72%). Но с 2010г. наблюдается снижение (в 2010г. с 26,72% - 21,83%, а так же в 2011г. с 21,83% - 16,69%), которое связано с организацией в 2010г. группы ЛФК, это послужило и снижению в группе освобожденных студентов, где всего 20 человек, что составляет 1,15% от общего количества поступающих.

Заключение.

Анализ литературы показывает, что система проведения занятий физическими упражнениями со студентами СМГ включает в себя различные принципы и методы, рекомендованные как педагогами-практиками, так и врачами. Резюмируя, можно отметить, что занятия в СМГ должны иметь преимущественно оздоровительный характер, обеспечивающий постепенно нарастающий уровень адаптации занимающихся к учебным нагрузкам.

Кроме разнообразия применяемых комплексов упражнений, программа занятий со студентами, имеющими отклонения в состоянии здоровья, предусматривает оптимальное соотношение применяемых видов физической культуры, использование которых способствует нормализации функционального состояния студентов, а так же профилактике заболеваний. Занятия в СМГ с первых лет обучения в вузе позволяют значительно скорректировать имеющиеся нарушения в состоянии здоровья студентов и предупреждают формирование неправильных двигательных стереотипов и тем самым способствуют развитию полноценной личности студентов.

Список литературы:

1. Заглевская А.И. Физическая культура студентов специальной медицинской группы педагогического вуза. – Томск: Томский государственный педагогический университет, 2004. – 132 с.

2. Радаева С.В., Шилько В.Г., Загrevская А.И. Оздоровительная физическая культура студентов специальной медицинской группы вуза. - Томск: Томский государственный университет, 2009. – 62 с.

3. Шилько В.Г. Педагогические основы формирования физической культуры студентов. – Томск: Томский государственный университет, 2001. – 157 с.

4. Радаева С.В., Примакова О.А. Организация занятий со студентами вуза, отнесенными к специальной медицинской группе. – Томск: Томский государственный университет, 2011. – 197 с.

ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И КАРДИО-РЕСПИРАТОРНОЙ СИСТЕМЫ ШКОЛЬНИКОВ ПРИ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМАХ ОРГАНИЗАЦИИ УРОКОВ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

Рубанович В.Б.; Ячменев Н.В. *(Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск)*

Важная роль в укреплении здоровья и всесторонней двигательной подготовке учащихся принадлежит физическому воспитанию в общеобразовательной школе [2, 4]. Вместе с тем, низкий уровень здоровья и двигательной подготовленности школьников свидетельствуют о недостаточной его эффективности [3]. Одной из важных проблем является совершенствование физического воспитания подрастающего поколения, способное обеспечить высокий потенциал здоровья и профессиональной деятельности [1].

Целью исследования явилось изучение морфофункциональных показателей организма школьников 10-12 лет в условиях цикловой и обычной организации уроков физической культуры.

Организация и методики исследования. Обследованы учащиеся 10-11 лет СОШ №206 и НОУ «Наша Школа» г. Новосибирска. Учащиеся контрольного класса (14 мальчиков и 12 девочек) занимались физкультурой по обычной школьной программе физического воспитания, а в экспериментальном классе - по цикловой организации уроков физической культуры (12 мальчиков и 10 девочек). Особенность цикловой организации заключалась в том, что школьная программа по физическому воспитанию в экспериментальном классе была поделена на 4 цикла в учебном году. Длительность каждого цикла составляла 1,5 месяца, в течение которого учащиеся экспериментального класса занимались на уроках физической культуры 5 раз в неделю по 1 часу. Между циклами был перерыв в 1 месяц, в течение которого учащиеся экспериментального класса не посещали уроки физической культуры.

Изучали антропометрические показатели - массу и длину тела (МТ, ДТ), силу сжатия мышц кистей рук и разгибателей мышц спины (кистевой и становой динамометрии). Рассчитывали кистевой и становой индексы. Определяли содержание резервного жира методом калиперметрии. Функцию