



САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ПРОФСОЮЗОВ

# **ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

Материалы XI Всероссийской  
научно-практической конференции  
*19 февраля 2015 года*

Рекомендовано к публикации  
редакционно-издательским советом СПбГУП

Санкт-Петербург  
2015

**Л. И. Лубышева,**

*главный редактор научно-теоретического журнала  
«Теория и практика физической культуры»,  
доктор педагогических наук, профессор;*

**В. К. Бальсевич,**

*советник при ректорате Российского государственного университета  
физической культуры, спорта, молодежи и туризма (Москва),  
доктор биологических наук, профессор*

## **ЗДОРОВЬЕФОРМИРУЮЩАЯ ФУНКЦИЯ ВСЕРОССИЙСКОГО ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА ГТО — НОВЫЙ ПУТЬ ФИЗИЧЕСКОГО СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ РОССИЙСКОГО СТУДЕНЧЕСТВА**

Проблема здоровья студентов является одной из актуальных и широко обсуждаемых в российском образовании. Отсутствие приоритета здоровья в системе ценностей студенчества, гиподинамия приводят к росту заболеваемости и социальной дезадаптации студенческой молодежи. Тем не менее федеральные государственные стандарты ВПО третьего поколения в ряду требований и основных квалификационных компетенций предписывают студенту необходимость владения навыками и средствами ведения здорового образа жизни, самостоятельного использования средств физической культуры и спорта в целях сохранения здоровья. Однако ситуация с формированием здоровья российского студенчества по-прежнему остается тревожной. Об этом свидетельствуют данные ежегодных врачебных обследований и прогноз об увеличении количества студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, до 50–70 %.

Для решения этих проблем в практику физического воспитания внедряются авторские инновационные проекты. Наряду с ними комплекс ГТО призван существенно повысить эффективность физического совершенствования студентов.

Как и в прежние времена, комплекс ГТО должен решать задачи всестороннего и гармоничного развития личности, а также контроля за физической подготовленностью разных половозрастных групп населения. Однако возрождение комплекса ГТО предоставляет специалистам сферы физической культуры и спорта возможность решать и другие, не менее важные задачи по формированию положительного интереса и мотивации к систематическим занятиям разных социально-демографических групп населения, обеспечивать психофизическую готовность к выполнению социальных функций.

Для каждой социально-демографической группы населения, а также организаторов, активно участвующих в реализации комплекса ГТО, предлагается *система стимулов*.

Особенно хочется обратить внимание специалистов еще на одну сторону проекта внедрения современного комплекса ГТО — на открывающиеся широкие возможности для формирования здоровья российского студенчества. Известно, что именно физическая подготовленность во многом обеспечивает здоровье человека, поэтому при реализации комплекса ГТО приоритет должен отдаваться вопросу о *формировании* здоровья, а не о его *сбережении*, так как нельзя сберечь то, чего нет. Систематическая подготовка к сдаче норм ГТО, построенная на здоровьесформирующем подходе, позволит по-новому подойти к решению проблемы улучшения здоровья молодого населения страны.

В ходе наших многочисленных исследований по апробации спортизированных форм занятий в общеобразовательных школах и вузах было доказано, что положительная тенденция развития физической активности школьников и студентов отмечалась в том случае, когда занятия организовывались на основе индивидуализированных наукоемких технологий развития физического потенциала человека.

Конверсия высоких спортивных технологий в физическое воспитание в образовательных учреждениях позволила эффективно формировать здоровье занимающихся в различных формах учебной и внеучебной деятельности на принципах оздоровительной, кондиционной и спортивной тренировки. Свободный выбор вида спорта и другой организованной активности, соотношенный с индивидуальными особенностями занимающегося, развитие его физических и координационных качеств — основополагающие методологические условия реализации физической активности человека здоровьесформирующей направленности.

При таком подходе педагогические воздействия соотносятся с организацией нейродинамических процессов индивида, направлены на наиболее развитые физиологические функции, что обуславливает привлекательность этих воздействий, позволяет задавать высокий уровень тренировочной нагрузки и получать выраженный эффект развития физического потенциала занимающихся. Результаты исследования показывают, что механизм физиологической адаптации при здоровьесформирующем подходе к организации физической активности занимающихся не только обеспечивает тренирующий эффект доминирующих двигательных качеств, но и приводит к заметному положительному сдвигу в развитии «отстающих» качеств.

*Вывод.* Концептуальная основа спортизированного физического воспитания экспериментально проверена во многих российских регионах. Результаты исследования представлены и обсуждены на многих научных форумах. Здоровьеформирующий подход может и должен стать одним из базисных методологических направлений в реализации социальных функций возрожденного Всероссийского комплекса ГТО.

Современный спорт генерирует в обществе ценности молодости, смелости, мужества, прагматизма, умения преодолевать себя, владеть своими эмоциями и концентрировать энергию, быть успешным и технологичным (В. П. Моченов, 2014). Эти ценности спорта совпадают с ценностями общества и личности, поэтому, если мы хотим успешно реализовывать программу комплекса ГТО, то должны наполнить ее социокультурным смыслом, понятным и доступным для каждого студента.

**О. А. Чурганов,**

*заместитель директора Санкт-Петербургского научно-исследовательского института физической культуры, профессор кафедры спортивной медицины Северо-Западного государственного медицинского университета им. И. И. Мечникова, доктор педагогических наук*

## **ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ СПОРТИВНЫХ ВУЗОВ**

Впервые в практике управления физическим воспитанием студентов предлагается использовать технологический подход к совершенствованию организационно-управленческой деятельности, основанный на создании механизма оценки ее эффективности по критериям вовлеченности в регулярные занятия физическими упражнениями и по оценке эффективности различных форм организации (организованных занятий в рамках образовательной программы; самостоятельных во внеурочное время), разные уровни соревнований, оздоровительно-рекреационных мероприятий. На наш взгляд, принципиальное значение имеют:

- обеспечение целостной системы физической подготовки на основе различных традиционных и нетрадиционных видов спорта;
- расширение организационных форм осуществления физкультурно-спортивной деятельности;
- совершенствование методик проведения занятий по базовым видам спорта;