

Министерство спорта Российской Федерации
Департамент по молодежной политике, физической культуре, спорту Томской
области
ФГАОУ ВО “Национальный исследовательский Томский государственный
университет”
Факультет физической культуры

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДРАВООХРАНЕНИЕ И ОБРАЗОВАНИЕ

**Материалы XV Международной научно-практической
конференции, посвященной памяти В.С. Пирусского**
г. Томск, 18 ноября 2021 г.

Под редакцией профессора Е.Ю. Дьяковой

Scientific & Technical Translation



ИЗДАТЕЛЬСТВО

Томск – 2021

КОМПЛЕКСНЫЙ КОНТРОЛЬ КАК СРЕДСТВО ЛИЧНОСТНО- ЦЕНТРИРОВАННОГО ПОДХОДА В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Фатихова Р.М., Сосуновский В.С., Радаева С.В.

Национальный исследовательский Томский государственный университет, г. Томск

Введение

По данным Министерства здравоохранения РФ, 34% студентов, поступивших в 2018 г. в вузы, отнесены к специальной медицинской группе (СМГ) [1]. По статистике медицинских осмотров студентов, поступивших на I курс НИ ТГУ в 2018 г., число отнесенных к СМГ составляло 23% от общего числа студентов, тогда как в 2020 г. данный процент вырос до 31%.

В 2019 г. стартовали Национальные проекты России (демография, здравоохранение, образование и др.). Национальный проект России “Демография” включает в себя такие проекты как “Здоровье нации” и “Спорт – норма жизни!”. Паспорт национального проекта “Демография (Укрепление общественного здоровья)” предполагает формирование системы мотивации граждан к здоровому образу жизни (ЗОЖ), который может осуществляться за счет разработки индивидуальных планов по ЗОЖ, мониторингу состояния здоровья различных слоев населения и организации коммуникационных проектов в области общественного здоровья [3].

Следует отметить, что ведущей причиной временной нетрудоспособности населения, как в мире, так и в Российской Федерации являются неинфекционные заболевания, к которым относятся заболевания сердечно-сосудистой системы, сахарный диабет и хронические болезни органов дыхания.

По данным отчетов Национального медицинского исследовательского центра терапии и профилактической медицины Минздрава России в 2018 г. заболевания системы кровообращения составили 46,8%, болезни дыхательной системы 3,3% от общего числа смертности в Российской Федерации [2].

В 2020 г. Минздравом России была утверждена Стратегия формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 г., которая предполагает своевременную профилактику различных неинфекционных заболеваний, в том числе и за счет средств физической культуры человека [7].

В связи с данной статистикой, на сегодняшний день, необходимо обратить внимание на разработку программ в СМГ, направленных на сохранение и укрепление здоровья, профилактику заболеваний при помощи средств физической культуры.

Цель исследования заключалась в теоретико-методологическом обосновании применения комплексного контроля при осуществлении личностно-центрированного подхода в процессе физического воспитания студентов специальной медицинской группы.

Результаты исследования и их обсуждение

Актуальным у подрастающего поколения остается вопрос интериоризации ценностей физической культуры, решение которого позволяет обратить внимание субъекта на самого себя и обеспечить процесс саморазвития личности. В качестве перспективного подхода, направленного на развитие личности в процессе субъект-субъектного взаимодействия, ориентирующегося на индивидуальные особенности субъекта является личностно-центрированный подход [4].

Личностно-центрированный подход подразумевает не только развитие личностных качеств, но и всех других ее составляющих, которые обеспечивают нормальное функционирование организма личности, тем самым данный подход рассматривает процесс обучения как целостную систему [5].

Следует отметить, что для достижения запланированного результата необходимо рассматривать ведущий к нему процесс в целостном аспекте его объектов, параметров, методов, средств и приемов. В связи с этим, для осуществления коррекционно-профилактического процесса средствами физической культуры в СМГ следует применять комплексный контроль функционального состояния различных систем организма студента и его физического развития.

Под комплексным контролем понимается совокупность организационных мероприятий, направленных на оценку функционального состояния различных систем организма человека, их реакций на физическую нагрузку и учет адаптивных перестроек, а также физического состояния и двигательной подготовленности. Комплексный контроль в СМГ проводится с целью выявления индивидуальных особенностей и состояния здоровья студентов, данные комплексного контроля позволяют управлять процессом физического воспитания и коррекционно-профилактических мероприятий, а также имеют практическую значимость в создании

Таблица 1. Процентные показатели функциональных проб студентов СМГ

Функциональная проба	Норма	Удовлетворительно	Неудовлетворительно
Ортостатическая проба	20%	35%	45%
Функциональная проба с приседаниями	23%	40%	37%
Функциональная проба с подскоками	26%	43%	31%

индивидуальных комплексов физических упражнений и персонального “маршрута” по достижению оптимального уровня здоровья [6].

Комплексный контроль параметров студентов СМГ включает в себя: врачебный контроль (контроль по заболеванию, распределение студентов в подгруппы СМГ в зависимости от выявленного заболевания); педагогический контроль (выполнение контрольных тестов для оценки уровня двигательной подготовленности, составление индивидуальных комплексов физических упражнений и контроль их исполнения); медико-биологический контроль (контроль морфо-функциональных показателей организма человека); психологический контроль (выявление индивидуально-типологических особенностей и контроль мотивационной сферы студента); биомеханический контроль (контроль выполнения рациональной техники упражнения); самоконтроль (ведение дневника самоконтроля).

В таблице 1 представлены процентные результаты, проведенных функциональных проб у студентов СМГ.

Активная ортостатическая проба (АОП) проводится для выявления состояния сердечно-сосудистой системы (ССС), ее адаптивных возможностей, а также позволяет оценить скрытые нарушения вегетативной регуляции сердечного ритма.

Результаты проведенной АОП показали, что у 20% студентов СМГ функционирование ССС находится в пределах нормы, у 35% студентов СМГ удовлетворительное состояние функционирования ССС, и у большинства студентов СМГ (45%) неудовлетворительное состояние.

Функциональная проба с 20 приседаниями за 30 с позволяет оценить функционирование и степень адаптации ССС после физической нагрузки. Данные АОП подтверждаются результатами

проведенной функциональной пробы с приседаниями, из которых можно наблюдать, что 23% студентов СМГ имеют значения в нормативных пределах, тогда как у 40% студентов СМГ выявлено удовлетворительное и у 37% студентов неудовлетворительное функционирование ССС.

Функциональная проба с подскоками, также как и функциональная проба с приседаниями, направлена на определение уровня устойчивости организма (тренированности) под влиянием физической активности, а также оценивают функциональное состояние ССС.

По результатам проведенной функциональной пробы с подскоками было выявлено, что большинство студентов СМГ (43%) имеют удовлетворительный результат, 31% – неудовлетворительный и 26% показателей студентов утверждают о нормальном функционировании ССС в ответ на раздражительный фактор – физическая нагрузка.

При данных значениях функциональных проб результаты частоты сердечных сокращений (ЧСС) у большинства испытуемых (59%) по нормативной таблице распределения ЧСС по возрастным и гендерным критериям Л.М. Макарова и А. Davignon находятся в пределах нормы (60–80 уд. мин.), тогда как у 41% студентов выявлены отклонения ЧСС в сторону тахикардии.

В процессе исследования был выполнен корреляционный анализ между показателями физического развития, двигательной подготовленности и результатов функциональных проб студентов СМГ.

Анализируя результаты корреляционного анализа, можно наблюдать взаимосвязь параметров пробы Штанге на вдохе с показателями пробы Генчи на выдохе ($R=0,92$), окружности и экскурсии грудной клетки ($R=0,84$; $R=0,75$), с показателями восстановительного процесса после выполнения функциональных проб с приседаниями и подскоками ($R=-0,81$; $R=-0,73$). Также выявлена взаимосвязь показателей индекса Пинье с результатами двигательного теста “Подъем туловища из положения лежа на спине” ($R=-0,72$).

Заключение

В процессе корреляционного анализа была выявлена взаимосвязь показателей функциональных проб, физического развития и двигательной подготовленности студентов СМГ. Данные результаты свидетельствуют о необходимости проведения комплексного

контроля в процессе физического воспитания и коррекционно-профилактических мероприятий.

Результаты проведенных функциональных проб у студентов СМГ подтверждают динамику ухудшения состояния здоровья и функционирования различных систем организма. Следует отметить, что результаты комплексного контроля в процессе физического развития будут эффективны при реализации личностно-центрированного обучения. Взаимосвязь данных компонентов позволяет разработать индивидуальный план коррекционно-профилактических мероприятий с учетом индивидуальных адаптивных возможностей функциональных систем организма человека, его двигательной подготовленности и физического развития.

Литература

1. Мониторинг состояния здоровья студентов ВУЗов РФ [Электронный ресурс] // Министерство здравоохранения РФ, 2020. – URL: <https://minzdrav.gov.ru/> (дата обращения: 20.12.2020).
2. Отчет “Состояние здоровья граждан РФ” [Электронный ресурс] // Национальный медицинский исследовательский центр терапии и профилактической медицины Минздрава России. 2019. . – URL: <https://gnicpm.ru> (дата обращения: 01.06.2021).
3. Паспорт Национального проекта “Демография (Укрепление общественного здоровья)” [Электронный ресурс] // Национальные проекты РФ. 2021. – URL: <https://xn--80aarpemecchfmo7a3c9ehj.xn--p1ai> (дата обращения: 08.07.2021).
4. Сосуновский В.С., Загrevская А.И. Гуманистическая роль спорта как педагогическая поддержка и фактор формирования нравственной культуры личности студентов-спортсменов // Физическая культура, спорт, туризм: научно-методическое сопровождение : сб. материалов Всероссийской науч.-практ. конф. с междунар. участием. Пермь, 19–21 мая 2016 года. – Пермь, 2016. – С. 82–84.
5. Сосуновский В.С., Загrevская А.И. Культурный потенциал спорта и его влияние на ценностные ориентации учащейся и студенческой молодежи // Международный научно-исследовательский журнал. – 2013. – № 4-3 (11). – С. 38–39.
6. Сосуновский В.С. Психофизиологические особенности лыжников среднего школьного возраста // Физическая культура, спорт, туризм: научно-методическое сопровождение : материалы Всероссийской науч.-практ. конференции. Пермь, 15–16 мая 2014 года. – Пермь, 2014. – С. 131–133.
7. Стратегия формирования здорового образа жизни населения, профилактики и контроля неинфекционных заболеваний на период до 2025 г. [Электронный ресурс] // Министерство здравоохранения РФ, 2020. – URL: <https://minzdrav.gov.ru/> (дата обращения: 20.12.2020).