

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ, ЯКІ ЗА СТАНОМ ЗДОРОВ'Я ВІДНОСЯТЬСЯ ДО СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Тетяна УСТИНОВА

Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича

Робота зі студентами, які відносяться за станом здоров'я до спеціальної медичної групи (СМГ) займає одне з важливих місць в реалізації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. На сьогодні відсоток захворюваності студентів залишається високим, тому спостерігається тенденція до його зростання. Тому цей контингент вимагає особливого до себе ставлення працівників сфери фізичного виховання й охорони здоров'я.

За даними різних літературних джерел у вищих навчальних закладах України до спеціальних медичних груп кожного року зараховується від 5 до 30% студентів першого курсу навчання. Наприклад, за станом здоров'я студенти Луцького педагогічного училища розподілилися на медичні групи таким чином: основна - 66%, підготовча - 14%, спеціальна - 20%. Звільнені від занять з фізичного виховання - 4% [3]. Фахівцями встановлено, що серед студентів і 11,5% хлопців СМГ страждають одночасно трьома хворобами. Тому лікування цих осіб часто проблематичне. Фізичні вправи при умові правильного їх застосування практично не мають протипоказів.

Методична література з фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до СМГ, застаріла. В сучасній науково-методичній літературі можна знайти невелику кількість спеціальних досліджень, що стосувалися б особливостей фізичного виховання цього контингенту осіб.

Окрім відсутності методичної літератури, у фізичному вихованні студентів, які за станом здоров'я відносяться медиками до СМГ, є багато інших проблем. Розглянемо найбільш актуальні з них.

Часто студенти СМГ байдуже, або негативно ставляться до фізичного виховання. Таке ставлення формується в них батьками і медиками ще з дитинства. Дитину, яка хворіла, батьки опікають, не дозволяють виконувати навіть легку домашню роботу, носити рюкзак з підручниками, різними способами звільняють від участі в уроках фізичної культури. В результаті, мотивація до занять фізичними вправами в студентів СМГ нижча та менш стійка, ніж у практично здорових осіб. Це підтверджується порівнянням результатів дослідження [2], що проводилося серед практично здорових та осіб з послабленим здоров'ям.

Таблиця 1

Мотивація до фізичного виховання здорових осіб і осіб з порушеннями у здоров'ї за [2]

Займаються фізичними вправами	Здорові, %	З послабленим здоров'ям, %
Систематично	38	16
Епізодично	51	48
Не займаються зовсім	10	51

Результати досліджень, представлених у літературі, свідчать, що бажання зміцнити здоров'я на заняттях з фізичного виховання стимулює займатися біля третини (32,2%) студентів СМГ. Більше ніж у половини опитаних осіб (56,2%) мотивом, який спонукає

займатися фізичними вправами, є бажання покращити будову тіла, сформувати фігуру [1]. Тобто студенти СМГ частіше стурбовані проблемами покращення зовнішніх показників, і в меншій мірі – можливістю покращити здоров'я засобами фізичного виховання.

Серйозних збитків справі оздоровлення учнів, що перенесли захворювання, наносить заборона, або так зване "звільнення" від занять з фізичного виховання. Повне припинення занять фізичними вправами може носити лише тимчасовий характер. Медиками встановлені чіткі терміни відновлення занять фізичними вправами після гострих та інфекційних захворювань. Індивідуально для кожного студента ці терміни корегуються з урахуванням клінічних даних (важкості і характеру захворювання, травми, ступеня функціональних порушень, які були викликані захворюванням або травмою). Беруться до уваги також стать, вік, компенсаторні властивості організму та інше [4]. Після вказаного терміну фізичні вправи повинні поступово застосовуватися.

Необхідно пам'ятати, що ті фізичні вправи, до яких організм погано адаптований, чому вони і являють найбільшу небезпеку при передозуванні, з'ясовуються найціннішими в умовах обережного, суворо дозованого використання. Ні одна фізична вправа, яка має прикладне значення, не може бути оголошеною протипоказаною взагалі, без вказівки періоду, протягом якого діє заборона [1].

Студентів, стан здоров'я яких не дозволяє справитися з навантаженнями СМГ, необхідно спрямовувати у поліклініку або лікарсько-фізкультурний диспансер для заняття з лікувальної фізичної культури (ЛФК). Група ЛФК комплектується з студентів, що мають значні відхилення в стані здоров'я і тих, що перенесли важкі захворювання. Студенти, що займаються в ній, вивчають весь теоретичний розділ навчальної програми, проводять практичні заняття з суддівства та організації змагань. У результаті в студентів спостерігається поліпшення стану здоров'я, підвищення загальної працездатності організму, студенти не відчувають себе відірваними від колективу [5].

Відсоток студентів з відхиленнями за станом здоров'я у вищих навчальних закладах часто штучно завищується. Нерідко лікарі до СМГ включають студентів з незначним порушенням опорно-рухового апарату чи серцево-судинної системи. До спеціальної медичної групи нерідко потрапляють особи, які цілком могли б займати в підготовчій чи навіть - основній групах. Перестрашування приносить немалу шкоду здоров'ю юнаків і дівчат, які гостро потребують іноді більшої рухової активності для повноцінного фізичного і психічного розвитку.

Відсутність єдиних критеріїв лікарів до встановлення медичної групи, призводить до того, відсоток студентів з відхиленнями в стані здоров'я в різних навчальних закладах неоднаковий.

Для досягнення максимально оздоровчого ефекту у процесі фізичного виховання студентів СМГ потрібна суворо диференційована методика занять. Недопустимими є лише кількісні (за кількістю повторень окремих вправ) відмінності у руховій активності таких студентів. Студентам СМГ потрібна якісно інша рухова активність [1].

В сучасних умовах для покращення ситуації, що склалася у фізичному вихованні студентів СМГ, можливими шляхами вбачаються такі:

- проведення спеціальних досліджень з застосуванням сучасних методів встановлення організаційно-методичних особливостей фізичного виховання студентів СМГ з різними захворюваннями;
- встановлення чітких критеріїв для зарахування до медичних груп;
- проведення лекторіїв, організація консультативних пунктів для батьків з метою формування потреби у фізичному вихованні, навчання їх методиці сумісних занять з дітьми та проведення загартовуючих заходів;

- розробка науково обґрунтованих критеріїв оцінювання з фізичного виховання. Реалізація запропонованих рекомендацій позитивно відобразиться на організації фізичного виховання студентів СМГ, що, ймовірно, сприятиме покращенню здоров'я студентської молоді.

Література

1. Бонч Э.Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: Учеб пособие для техникумов. – Москва: Высш.шк., 1986. – 255с.
2. Галева Н. Особливості корекції рухової сфери у глухих періоду ранньої дорослості на заняттях з загальної фізичної підготовки. Молода спортивна наука України: Журнал наукових статей з галузі фізичної культури та спорту. - Львів: ЛДДФК, 2000. - Випуск 4. - С.305-306.
3. Козаревич Н. Особливості фізичної працездатності та здоров'я студентів медичського училища. Четвертий міжнародний науковий конгрес "Олімпійський спорт і спорт для всіх. Проблеми здоров'я, рекреації, спортивної медицини та реабілітації. –К. – 2000. - С.598.
4. Захваткина книга учителя физической культуры /Авт. – сост. Г.И.Погадаев, предисл Ю.И.Буркина, Н.Д. Никандрова. – 2-е изд, перераб и доп – Москва: ФиС, 2000. – С.47-54.
5. Савицкий М.Н., Пономарева В.В. Физическое воспитание студентов вузов в специальном учебном отделении. Москва: Высш. Шк., 1976 – 150с.

MODERN PROBLEMS OF PHYSICAL EDUCATION OF THE STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP

Tetyana USTINOVA

National university hcernivtsi named after Yuri Fedkovych

The author analyzes modern problems of physical education of the students with the special health. On the basis of the analysis the recommendations for improvement organization of physical education at higher educational institutions are given.

ВЛИЯНИЕ ЗАНЯТИЙ АТЛЕТИЧЕСКОЙ ГИМНАСТИКОЙ НА ПОКАЗАТЕЛИ СТАТИЧЕСКОЙ ВЫНОСЛИВОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Нелі ЛАРИОНОВА, Валерій ТАРАН

Таганрогский филиал Российской таможенной академии Таганрогский радиотехнический университет

В последние годы увеличился процент студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе. В вузах Ростовской области количество