

9. Шамардин А.И., Дергач В.В., Слудский Л.В. Исследование технико-тактических действий вратарей в футболе и совершенствование методики их подготовки // Актуальные вопросы спортивной подготовки и физического воспитания: Сборник научных трудов. – Волгоград, 1994. – С. 28-30.

Курченко І.В.

студентка,

Науковий керівник: **Васильєв В.В.**

викладач,

Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНИХ МЕДИЧНИХ ГРУП (СМГ)

Аналізуючи ситуацію нашої країни за станом здоров'я, в останні роки спостерігається зростання захворюваності. Тому особливу увагу потребує студентська молодь вищих навчальних закладів, число захворюваності яких також зростає, а це у свою чергу позначається на їхній руховій активності, успішності та працездатності. Турбота про стан здоров'я молодого покоління є досить актуальною проблемою сучасного українського соціуму.

Результати досліджень багатьох авторів говорять про чіткий вплив організації навчання, методики фізичного виховання на здоров'я студентів [4, с. 38]. Багато вчених присвятили роботу дослідженню, розробці та використанню оздоровчих технологій у навчальному процесі, але й на сьогоднішній день це питання залишається недостатньо розкритим. Практично відсутні роботи, присвячені розробці програм занять зі студентами зі слабким здоров'ям у позаурочний час. Тому розробка та обґрунтування оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів, які належать до спеціальної медичної групи, є актуальним дослідженням.

Для того, щоб забезпечити найбільш ефективний процес фізичного виховання студентів, віднесених до спеціальних медичних груп (СМГ), треба чітко уявити собі завдання, які при цьому необхідно вирішити. Рішення цього завдання певною мірою залежить від правильного вибору медичної групи для кожного студента. А в практиці відбору медичної групи є серйозні труднощі.

Заняття в спеціальних медичних групах мають лікувальний ефект лише за умов правильного, регулярного, тривалого використання фізичних вправ. З цією метою розроблені методики проведення занять, показання та протипоказання щодо їх використання, врахування ефективності, гігієнічні вимоги до місць занять. Організація навчального процесу в спеціальній медичній групі передбачає правила проведення занять, класифікацію фізичних вправ, дозування фізичного навантаження, схему проведення занять у різні періоди проходження курсу фізичного виховання, правила побудови окремого заняття, схеми режимів рухів.

Навчальні заняття з фізичного виховання спрямовують процес оздоровлення й розвитку фізичних якостей, проводяться під безпосереднім керівництвом викладача, озброєного сучасними знаннями й методами

використання засобів фізичного виховання. Під час занять викладач ліквідує помилки студентів при виконання фізичних вправ.

В основі занять фізичними вправами та використання засобів загартовування учнів лежать три основні принципи. Перший принцип полягає в лікувально-профілактичній та оздоровчій спрямованості використання засобів фізичного виховання. Другий принцип фізичного виховання учнів СМГ полягає в диференційованому підході до використання засобів фізичної культури залежно від характеру й наявності функціональних і структурних порушень в організмі, викликаних процесом певної патології. Третій принцип, якого слід дотримуватись в процесі фізичного виховання учнів СМГ, полягає в професійно-прикладній спрямованості занять. Проводячи заняття по фізичному вихованню з учнями СМГ, які раніше перенесли хворобу, викладач повинен не лише забезпечити якнайшвидше відновлення ушкоджених органів і систем, а й допомогти учневі в процесі занять фізичними вправами набути необхідні рухові навички, підготувати ЦНС і інші функціональні системи організму до того, аби вони змогли забезпечити високу працездатність.

Основним критерієм зарахування учнів до СМГ є визначення діагнозу з обов'язковим урахуванням ступеню порушень функцій організму. Обов'язково враховують те, що окремі захворювання у своїй сукупності послаблюють загальний стан організму.

Направлення в спеціальну медичну групу проводить лікар при обстеженні на початку навчального року. В якості орієнтиру для направлення учнів у відповідні медичні групи лікарі використовують рекомендації, розроблені на основі даних ряду дослідників для визначення медичної групи за певних відхилень у стані здоров'я. При направленні учня в СМГ лікар ставить до відома викладача фізичної культури про недоліки в фізичному стані здоров'я студента, а також рекомендує певні види фізичних вправ, в яких дозування буде корисним чи небезпечним. Така співпраця лікаря та викладача забезпечує ефективну роботу з відновлення стану здоров'я студента.

Повне звільнення юнаків та дівчат від занять фізичними вправами може нести виключно тимчасовий характер. Навчальна група має нараховувати 8–12 осіб. Заняття спеціальних медичних груп проводять чотири рази на тиждень по 45 хвилин окремо від основних навчальних груп, за окремим розкладом і програмою.

Вивчення стану питання про застосування здоров'я формуючих технологій у процесі фізичного виховання студентів за даними літературних джерел свідчить, що в більшій частині ВНЗ слабо використовується наявний потенціал для збереження та зміцнення здоров'я студентів, формування ціннісного ставлення до здоров'я і здорового способу життя. Причиною цього є ще й відсутність спеціальних розробок для занять осіб, яким рекомендовано займатися в спеціальних медичних групах. Фізичне виховання у вищих навчальних закладах донині орієнтовано на досягнення нормативних вимог, на реалізацію декларованої державної програми, а не на задоволення потреб рухової активності кожного студента без урахування його мотивів та інтересів. Результатом цього є щорічне збільшення кількості студентів, які мають певні порушення стану здоров'я і належить до спеціальних медичних груп.

Список використаних джерел:

1. Круцевич Т.Ю. Методы исследования индивидуального здоровья подростков в процессе физического воспитания : учебное пособие. – К. : Олімпійська література, – 1999.

2. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи : навчальний посібник. – Луцьк: Надстирря, 1995.

3. Ільницький В.Г., Ясінський Є.А. Фізичне виховання у середніх медичних навчальних закладах. – Тернопіль : Укрмедкнига, 2000.

4. Мотилянська Р.Е., Ерусалимский П.А. Врачебный контроль при массовых физкультурно-оздоровительных мероприятиях. – ФиС, 1980.

5. Мурза В.П. Фізичні вправи та здоров'я. – К. : Здоров'я, 1988.

Лабан В.Ю.

студентка,

Науковий керівник: **Васильєв В.В.**

викладач,

Миколаївський національний університет імені В.О. Сухомлинського

РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Сучасна українська педагогіка розглядає фізичне виховання як невід'ємну складову частину всебічного розвитку особистості та важливого засобу спонукання молоді до здорового способу життя. Тому однією із провідних сторін розвитку особистості є фізичний розвиток, який безпосередньо пов'язаний зі здоров'ям людини. Адже саме в період студентських років у молоді закладаються основи здоров'я, довголіття всебічної рухової підготовленості й гармонійного фізичного розвитку. Ось чому видатний педагог В. О. Сухомлинський підкреслював, що від здоров'я, життєрадісності юнаків залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили.

Метою фізичного виховання у ВНЗ є формування фізичної культури студента як системної якості особистості, невід'ємного компонента загальної культури майбутнього фахівця, здатного реалізувати її в навчальній, соціально-професійній діяльності та сім'ї.

У процесі навчання фізичного виховання передбачається рішення наступних завдань:

1) виховання у студентів високих моральних, волевих і фізичних якостей, готовності до високопродуктивної праці;

2) збереження та зміцнення здоров'я студентів, сприяння правильному формуванню і всебічному розвитку організму, підтримка високої працездатності протягом всього періоду навчання;

3) всебічна фізична підготовка студентів;

4) професійно-прикладна фізична підготовка студентів з урахуванням особливостей їх майбутньої трудової діяльності;

5) придбання студентами необхідних знань з основ теорії, методики та організації фізичного виховання й спортивного тренування;

6) виховання у студентів переконаності в необхідності регулярно займатися фізичною культурою і спортом.