Оніщук Л. М., к.пед.н., завідувач кафедри фізичної культури та спорту
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ

Важливим засобом у системі освіти вищої школи є фізичне виховання. Воно забезпечує організацію активного відпочинку молоді, розвиток фізичних та духовних сил, реабілітацію та корекцію здоров'я, розвиток позитивних моральних і вольових якостей,формування основ здорового способу життя.

Найважливіше завдання освіти – це турбота про здоров'я молодого покоління, адже воно є запорукою життєрадісності, бадьорості, повноцінного розумового та фізичного розвитку. Здоров'я є інтегральною якісною характеристикою особистості та суспільства, яка поєднує соціальний, духовний, психічний, фізичний компоненти і дає людині відчуття внутрішньої гармонії, благополуччя і загального задоволення життям.

Практика показує, що сучасний стан фізичного виховання у ЗВО дещо відстає від потреб часу. Це пов'язано з тим, що нині чимало студентів мають функціональні розлади діяльності органів і систем організму, тобто хронічні хвороби. А це потребує спеціального підходу до фізичного виховання таких груп студентів, особливої організації та методики проведення занять з фізичного виховання.

Процес фізичного виховання ослаблених хворобою студентів складний, але так необхідний, адже він сприяє подоланню гіподинамії, відновленню рухової активності, фізичній реабілітації тощо. Одним із головних завдань сучасної освіти є розкриття фізичних здібностей кожного студента засобами фізичної культури й спорту, підготовка та виховання його як особистості, готової до професійної діяльності в непростих умовах сучасного суспільства. Інтенсифікація навчального процесу, підвищення вимог до обсягу та якості знань на фоні гіпокінезії, вплив інноваційних освітніх навантажень із високим рівнем психоемоційного й інтелектуального напруження негативно впливають на функціональні можливості організму молодих людей. Особливої уваги в сучасних умовах вищої школи вимагають організація та методика використання оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів, які мають ті чи інші відхилення в стані здоров'я й за даними медичного обстеження віднесені до спеціальної медичної групи. Процес удосконалення методики фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи стимулює пошук нових, більш раціональних способів розв'язання цієї проблеми.

Чимало науковців досліджують проблеми фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи, розробляючи ефективні форми та методи фізичного виховання, обґрунтовуючи умови, які забезпечують цей процес у ЗВО. Так, педагогічні аспекти фізичного виховання студентів спеціальної медичної групи розкриті в працях таких учених як: В. Г. Бабенко,

Л. Г. Євдокимова, Ю. І. Тупиця, Г. Л. Хапсаліс, О. Д. Дубогай, А. В. Цьось, М. В. Євтушок.

Диференційований підхід у процесі фізичного виховання молоді досліджували О. Малімон, І. Іваній, І. Калініченко, а сучасні підходи щодо реалізації здорового способу життя – М. Лук'янченка, Ю. Шкребтія, Е. Боляха, А. Матвєєва та інших.

Деякі вчені (О. К. Корносенко, М. М. Пивнева, О. В. Черепов, К. О. М'ясоєденков, О. М. Копилов) пропонують спеціальні методики, фізкультурно-оздоровчі технології та програми для молодих людей, що віднесені до спеціальної медичної групи.

У працях Вільчковського Є. С., Волкова Л. В., Круцевич Т. Ю. акцентовано увагу на тому, що процес фізичного виховання школярівта студентів у спеціальних медичних групах потребує особливого педагогічного супроводу: створення відповідних педагогічних умов, застосування методики або впровадження спеціальної програми.

Розподіл молодих людей за станом здоров'я на групи здійснюється за результатами медичного огляду.

На основі результатів обов'язкового медичного огляду або відповідної довідки про стан здоров'я учнів та студентів, медичний працівник навчального закладу здійснює розподіл усіх на медичні групи.

Розрізняють такі групи за станом здоров'я:

- основна;
- спеціальна медична;
- група ЛФК;
- звільнені від фізичного виховання.

Розподіл студентів на групи здоров'я для фізичного виховання та організація занять з фізичного виховання для таких груп здійснюються відповідно до інструкції про розподіл на групи здоров'я.

Списки студентів спеціальної медичної групи із зазначенням діагнозу мають бути завізовані лікарем і передані керівництву ЗВО і викладачам з фізичного виховання.

Залежно від специфіки захворювання студенти поділяються на дві підгрупи (за В. С. Язловецьким):

- підгрупа А – особи, що мають відхилення у стані здоров'я, які включають зворотній характер, тобто реабілітацію (таких учнів більшість);
- підгрупа Б – особи, котрі мають тяжкі, незворотні зміни в діяльності органів і систем органів [4].

Основними завданнями, які ставляться перед заняттями студентів в СМГ, є:

- зміцнення здоров'я, загартовування організму і підвищення рівня працездатності;
- оволодіння руховими уміннями та навичками;
- відновлення порушень функцій організму, компенсація окремих втрачених функцій;

- прищеплення знань і навичок у використанні засобів фізичного виховання у режимі навчальних занять, праці та відпочинку;
- набуття студентами навичок в організації і проведенні ранкової гігієнічна гімнастики, інструкторських навичок в організації і проведенні ранкової гігієнічна гімнастики, інструкторських навичок при розучуванні нових фізичних вправ;
- набуття навичок професійно-прикладної фізичної підготовки;
- набуття навичок самостійних занять фізичними вправами.

На нашу думку, фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи буде ефективним за наступних педагогічних умов:

- дотримання дидактичних принципів у фізичному вихованні студентів спеціальної медичної групи;
- застосування спеціальної методики фізичного виховання до спеціальної медичної групи студентів ЗВО;
- систематична оцінка функціонального стану здоров'я студентів спеціальної медичної групи.

Таким чином, процес фізичного виховання ослаблених хворобою студентів може бути вдосконалений за умови дотримання педагогічних, психологічних чинників впливу, адже він сприяє подоланню гіподинамії, відновленню рухової активності, фізичній реабілітації тощо. Головне, щоб всі учасники освітнього процесу розуміли, що одним із головних завдань сучасної вищої школи є розкриття фізичних здібностей кожного студента засобами фізичної культури й спорту, підготовка та виховання його як особистості, готової до професійної діяльності в непростих умовах сучасного суспільства.

Література

1. Дудіна О. О. Ситуаційний аналіз стану охорони здоров'я дітей та підлітків в Україні / Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України, 2007. № 4. С. 32–38.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту]. К.: Олімпійська література, 2008. Т.2. 320 с.
3. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах: методичні рекомендації / Я. М. Яців, Ю. О. Полатайко, Е. Й. Лапковський, З. В. Дума, Л. Б. Маланюк, Г. О. Пятничук, А. В. Синиця, Л. А. Хохлова. Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012 47 с.
4. Язловецький В. С. Фізичне виховання учнів з відхиленнями в стані здоров'я. Навчальний посібник. Кіровоград: РВВ КДПУ імені В.Винниченка, 2004. 352 с.