

УДК 796.035

Людмила Петрук,  
Олена Кузнєцова

## Особливості організації занять із фізичного виховання в спеціальній медичній групі університету

*Національний університет водного господарства та природокористування (м. Рівне)*

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Здоров'я молоді є одним із найточніших індикаторів стану здоров'я населення в цілому, однією з найбільш значимих цінностей, що визначають добробут суспільства (О. Л. Трещова, 2002; Л. І. Лубишева, 2007).

Сучасний навчальний процес за своєю технологією, обсягом інформації, побудовою, специфікою та умовами проведення занять висуває до молоді вимоги, які не завжди відповідають їхнім індивідуальним, віковим, ментальним та фізичним можливостям. Такий дисбаланс у процесі навчання приводить до зниження компенсаторних й адаптаційних можливостей організму. Високий рівень захворюваності відзначається в студентів після III курсу, що пов'язано зі збільшенням інтелектуальної діяльності та зниженням фізичної активності (О. Т. Кузнєцова, О. С. Куц, 2006 та ін.). За останні роки відсоток здорових студентів знизився у 2,5 рази на початковому етапі навчання та більш ніж у чотири рази – у кінці навчання у вищому навчальному закладі (ВНЗ) (Т. М. Максимова, 2002; О. А. Руденко, 2003; В. Н. Чернишов, 2007 й ін.).

У більшості студентів відзначається споживацьке ставлення до власного здоров'я, культура збереження індивідуального здоров'я, мотивація до ведення здорового способу життя перебувають на низькому рівні (М. Я. Виленський, А. Г. Горшков, 2007 та ін.). Усе це призводить до погіршення здоров'я молоді, негативно впливає на успішність студентської молоді в рамках основної освітньої програми, що особливо характерно для студентів старших курсів ВНЗ. За всіма нозологічними формами рівень захворюваності в жіночого студентського контингенту значно вищий, ніж у чоловічого.

**Аналіз останніх досліджень із цієї проблеми.** Проблеми здоров'я й здорового способу життя розглянуто в розвідках Г. Л. Апанасенка, В. І. Глухова, М. Д. Зубалія, С. А. Закопайла, І. В. Муравова, О. С. Куца та ін. Питання збереження здоров'я студентської молоді знайшли своє відображення в роботах М. Д. Богосвої, Р. Т. Раєвського, С. І. Присяжнюка, В. М. Вергунової, Є. Н. Копейкиної, С. М. Канишевського, О. Т. Кузнєцовой й ін. Дослідники внесли значний вклад у розвиток теорії формування здорового способу життя, є авторами наукових статей, навчальних посібників тощо, які широко використовуються в навчальному процесі з фізичного виховання різних навчальних закладів [4; 5; 6; 7; 8]. Вони відпрацьовують різні аспекти проблеми на методологічному, змістовому, технологічному та ін. рівнях. Практична ж діяльність у цьому напрямі потребує їх поєднання, інтеграції, створення оптимальних умов для реалізації в навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів із фізичного виховання [1; 2; 3].

**Завдання дослідження** – з'ясувати особливості організації занять із фізичного виховання в спеціальній медичній групі університету, урахувавши сучасний стан здоров'я студентської молоді.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** У 2012 / 2013 н. р. із загальної кількості студентів НУВГП (4179 осіб) до спеціальних медичних груп зараховано 817 осіб, із них – 199 чоловіків та 617 жінок (табл. 1). Для порівняння у 2011 / 2012 н. р. таких студентів було 19,1 % від загальної кількості студентів (4523) у 2010 / 2011 н. р. – 18,5 %. Такі відсотки вказують на те, що число осіб, які мають відхилення в стані здоров'я, із кожним роком збільшується, хоча загальний набір студентів зменшується (табл. 2).

Доведено, що у вищі навчальні заклади України до спеціальних медичних груп щорічно зараховуються від 13 до 35 % студентів [7, 37–42; 8, 7; 9, 190]. Кількість таких осіб у НУВГП становить 19,5 % від загального числа студентів I–IV курсів.

Аналіз даних таблиці 1 свідчить, що на першому курсі до спеціальних медичних груп віднесено лише 16,7 %, на другому – 19,8 %, на третьому – 20,5%, та на четвертому – також 20,5 %.

При порівнянні кількості студентів у спеціальних медичних групах серед факультетів бачимо, що найменша кількість таких студентів навчається на механіко-енергетичному факультеті – 7,8 %, на факультеті прикладної математики та комп'ютерно-інтегрованих систем – 14,8 %, на факультеті

гідротехнічного будівництва й гідроенергетики – 15,8 %, на факультеті будівництва та архітектури – 17,2 %, на факультеті водного господарства – 18,6 %, на факультеті землеустрою та геоінформатики – 21,1 %. Третю позицію займає факультет менеджменту – 24,8 %, на другій – факультет економіки і підприємства (ФЕіП) – 27,2 %, та найбільша кількість цього контингенту студентів на факультеті екології та природокористування (ФЕП) – 30,5 %. Порівняно з минулим роком, ФЕП займав другу позицію (26,4 %), а ФЕіП – із 28,2 % першу.

Крім того, проведено моніторинг медичних карток студентів для визначення основних захворювань. Такий аналіз показав, що у 2012 / 2013 н. р. 48 % студентів спеціальних медичних груп мають відхилення в роботі серцево-судинної системи (дані збігаються з дослідженнями нозологій спеціального навчального відділення Національного аграрного університету [9, 191]), 19,2 % мають проблеми з опорно-руховим апаратом, 8,1 % – вади зору, 7,6 % – захворювання сечо-статевої системи, 7,0 % – порушення в роботі кишково-шлункового тракту, 3,7 % – відхилення в роботі дихальної системи, 2,2 % – ендокринної системи, 0,9 % – нервової системи та 3,3 % – інші захворювання.





Зі студентів, які зараховані до спеціальної медичної групи, сформовано 44 відділення: 11 – чоловічих, 33 – жіночих. Середнє наповнення груп – 18 студентів (у минулому році – 20 студентів).

Оцінювання та нарахування балів відбувається за таким самим принципом, як і для студентів основної групи: відвідування занять – 72 бали, чотири нормативи по 5 балів та теоретична підготовка – від 1 до 8 балів – у сумі 100 балів. Відвідування занять є обов'язковим для всіх студентів. Звільнені студенти також відвідують заняття та виконують вправи за своїми можливостями, а контрольні завдання виконують у вигляді реферативних робіт. Відпрацювання пропущених занять обмежені, про це наголошується студентам та робиться акцент на систематичні відвідування занять.

На кафедрі розроблена програма навчальної дисципліни «Фізичне виховання» (для студентів спеціальної медичної групи), яка оновлюється згідно з вимогами ЄКТС, теоретичний курс, тестові завдання для перевірки засвоєння теоретичних знань, теми реферативних робіт. Ураховуючи наявний практичний досвід роботи викладачів, які працюють із такими групами, розроблені варіативні контрольні випробування, які пропонуються студентам на вибір з урахуванням відхилень у стані їхнього здоров'я. Такі контрольні випробування оформлені як додаток до чинної програми. Студент має право обрати для складання програмові нормативи чи варіативні.

Систематично проводиться детальний аналіз організації та проведення занять зі студентами спеціальних медичних груп, вивчається й узагальнюється досвід практичної діяльності викладачів кафедри.

Отримані дані висвітлюються в збірниках наукових праць та в доповідях на міжнародних і всеукраїнських конференціях міст Луцька, Вінниці, Сум, Харкова та ін.

Вивчення теорії та практики формування в студентів здорового способу життя дало змогу виявити шляхи оптимізації цього процесу, який буде ефективний за умов його побудови за активної участі студентів із застосуванням різноманітних засобів фізичного виховання; упровадженням нових технологій навчання; систематичності процесу навчання, кінцевою метою якого є набуття знань, умінь і навичок використовувати фізичні вправи для організації достатньої рухової активності, збереження й зміцнення свого здоров'я.

**Висновки й перспективи подальших досліджень.** Аналіз наукової літератури з теми дослідження й проведена нами експериментальна перевірка стану здоров'я студентської молоді в межах ВНЗ дозволяє стверджувати, що здоров'я – це власна цінність людини, що дає змогу повноцінно проявляти себе за допомогою стійкого біологічного, соціального, психологічного станів у будь-якому виді діяльності (навчальному, професійному, спортивному тощо). На жаль, сьогодні не існує масової мотиваційної роботи щодо спрямування зусиль молоді на збереження власного здоров'я, що, на нашу думку, поступово призводить до погіршення його стану. На сьогодні потрібно реформувати систему фізичного виховання в такий спосіб, щоб визначити нові засоби заохочення й стимулювання фізичної активності молоді, які б допомогли зупинити погіршення стану її здоров'я, що неможливо без формування в молоді культури збереження здоров'я як світоглядної орієнтації.

Викладачі кафедр фізичного виховання вищих навчальних закладів є найбільш компетентними в питаннях формування здорового способу життя в студентів. Їхній професіоналізм, особистий приклад має спрямувальний педагогічний вплив на виховання вмій і навичок ведення здорового способу життя студентською молоддю, сприяє достатньому оволодінню знаннями, які потрібні для забезпечення належного рівня здоров'я впродовж усього життя. Розв'язання цієї проблеми забезпечується за умови систематичної перепідготовки викладачів, проведення методичних об'єднань, семінарів, наукових конференцій із цієї проблеми.

Розробити модель фізичного виховання для конкретної нозології захворювань студентів спеціальних медичних груп у вищих навчальних закладах технічного профілю є перспективою подальшої діяльності в цьому напрямі.

#### **Список використаної літератури**

1. Про організацію вивчення гуманітарних дисциплін за вільним вибором студента // Наказ МОН України за № 642 від 09.07.2009 р. [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://www.mon.gov.ua>
2. Про організацію занять з дисципліни «Фізичне виховання» у ВНЗ України / Інструктивний лист МОН № 1/9-582 від 31.08.09 р. [Електронний ресурс] – Режим доступу : <http://ministry@mon.gov.ua>
3. Апанасенко Г. Л. Здоровий спосіб життя (концепція) / Г. Л. Апанасенко // Тези доповідей Укр. наук. практ. конф. «Актуальні проблеми здорового способу життя». – К. : Укр. центр здоров'я, 1992. – 76 с.
4. Богоева М. Д. Построение процесса физического воспитания студентов специальной медицинской группы с ограниченными возможностями сердечнососудистой системы : дис.... канд. пед. наук : 13.00.04 / Мария Дмитриевна Богоева ; [место защиты – СПб.]. – СПб., 2011.

5. Вергунова В. М. Методика комплексного применения физкультурно-оздоровительных средств в укреплении здоровья студенток университета : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Виолетта Михайловна Вергунова ; [место защиты – Дальневост. гос. акад. физ. культуры]. – Хабаровск, 2009. – 171 с. : ил. РГБ ОД, 61 09-13/967
6. Копейкина Е. Н. Построение процесса физического воспитания студенток с нарушениями в состоянии дыхательной системы : дис...канд. пед. наук 13.00.04 / Евгения Николаевна Копейкина ; [место защиты – СПб.]. – СПб., 2010.
7. Кузнецова О. Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. / О. Т. Кузнецова. – К. : Вид-во Європ. ун-ту, 2010. – 310 с.
8. Петрук Л. А. Фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп : [навч.-метод. посіб.] / Л. А. Петрук, В. М. Федотов. – Рівне : НУВГП, 2012. – 112 с.
9. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : навч. посіб. / С. І. Присяжнюк. – К. : Центр учб. л-ри, 2008. – С. 20–29.

#### Анотації

Сучасний навчальний процес за своєю технологією, обсягом інформації, побудовою, специфікою та умовами проведення занять висуває до молоді вимоги, які не завжди відповідають їхнім індивідуальним, віковим, ментальним та фізичним можливостям. За останні роки відсоток здорових студентів знизився у 2,5 раза на початковому етапі навчання та більш ніж у чотири рази в кінці навчання у вищому навчальному закладі. Завдання дослідження – визначити кількісний склад студентів спеціальних медичних груп у Національному університеті водного господарства та природокористування (НУВГП) у 2012 / 2013 навчальному році; відобразити динаміку показників кількості студентів НУВГП, що віднесені за станом здоров'я до спеціальних медичних груп та звільнені від практичних занять із фізичного виховання, за останні шість років; охарактеризувати нозології захворювань студентів у 2012 / 2013 навчальному році. Кількість студентів спеціальних медичних груп в університеті у 2012 / 2013 навчальному році становить 817 осіб, що складає 19,5 % від загальної кількості студентів, які відвідують заняття з фізичного виховання. Динаміка кількості студентів НУВГП, що віднесені за станом здоров'я до спеціальних медичних груп, є позитивною, тобто з кожним роком відсоток таких студентів збільшується. Характеристика нозологій захворювань указує на те, що 48 % усіх захворювань студентів складають серцево-судинні патології. Сьогодні не існує масової мотиваційної роботи щодо спрямування зусиль молоді на збереження власного здоров'я, що, на нашу думку, поступово призводить до погіршення його стану. Сьогодні потрібно реформувати систему фізичного виховання в такий спосіб, щоб визначити нові засоби захоплення й стимулювання фізичної активності молоді, які б допомогли зупинити погіршення стану її здоров'я, що неможливо без формування в молоді культури збереження здоров'я як світоглядної орієнтації.

**Ключові слова:** вищий навчальний заклад; студенти; спеціальна медична група; організація занять; кількісний склад; нозології захворювань.

**Людмила Петрук, Елена Кузнецова. Особенности организации занятий по физическому воспитанию в специальной медицинской группе университета.** Современный учебный процесс по своей технологии, объёму информации, построению, специфике и условиям проведения занятий выдвигает к молодёжи требования, которые не всегда отвечают их индивидуальным, вековым, ментальным и физическим возможностям. За последние годы процент здоровых студентов снизился в 2,5 раза на начальном этапе обучения и более чем в четыре раза – в конце учёбы в высшем учебном заведении. Задачи исследования – определить количественный состав студентов специальных медицинских групп в Национальном университете водного хозяйства и природопользования (НУВХП) в 2012 / 2013 учебном году; отобразить динамику показателей количества студентов НУВХП, зачисленных по состоянию здоровья в специальные медицинские группы и освобождённых от практических занятий по физическому воспитанию, за последние шесть лет; охарактеризовать нозологии заболеваний студентов в 2012 / 2013 учебном году. Количество студентов специальных медицинских групп в университете в 2012 / 2013 учебном году составляет 817 человек, что равняется 19,5 % от общего количества студентов, которые посещают занятия по физическому воспитанию. Динамика количества студентов НУВГП, которые отнесены по состоянию здоровья к специальным медицинским группам, является позитивной, то есть с каждым годом процент таких личностей увеличивается. Характеристика нозологий заболеваний указывает на то, что 48 % всех заболеваний студентов составляют сердечно-сосудистые патологии. Сегодня не существует массовой мотивационной работы относительно направления усилий молодёжи на сохранение собственного здоровья, что, по нашему мнению, постепенно приводит к ухудшению его состояния. В наше время необходимо реформировать систему физического воспитания таким способом, чтобы определить новые средства поощрения и стимулирования физической активности, помочь приостановить ухудшение состояния здоровья молодых людей, что невозможно без формирования у молодёжи культуры сохранения здоровья как мировоззренческой ориентации.

**Ключевые слова:** высшее учебное заведение; студенты; специальная медицинская группа; организация занятий; количественный состав; нозологии заболеваний.

**Liudmila Petruk, Yelena Kuznetsova. Peculiarities of Physical Education Lessons Organization in Special Medical Group of the University.** According to its technology, information volume, built, peculiarities and conditions of lessons conducting modern educational process sets up a claim to the youth that don't always correspond with individual, age, mental and physical abilities. For the last years percentage of healthy students dropped in 2,5 times on

*the initial stage of studying and more than in 4 times at the end of studying at higher educational establishment. Tasks of the research: to define quantitative structure of students of special medical groups at National University of Water Management and Nature Resources Use in an academic year 2012 / 2013; to show the dynamics of indexes of students quantity of National University of Water Management and Nature Resources Use who are in special medical group and are free from practical physical culture classes for the last six years; to characterize nosology of illnesses of students during the academic year 2012 / 2013. During the academic year 2012/2013 817 students (19,5 %) belong to special medical groups and they attend physical exercises classes. Dynamics of quantity of students who are in special medical groups according to their health condition increases every year. Characteristics of illnesses nosology shows that 48 % of all illnesses are cardiovascular pathologies. Conclusion. For today there are no mass motivation work concerning saving of health among the youth, and this is a problem of health worsening. It is needed to reform physical education system in order to define new means of encouragement and stimulation of physical activity, to help stop worsening of health condition of young people that is impossible without formation of health saving culture as lifestyle orientation among the youth.*

**Key words:** *higher educational establishment, students, special medical group, classes organization, quantitative composition, illness nosology.*