

Федеральное агентство по физической культуре и спорту РФ
Агентство по спорту и физической культуре Пермского края
Федеральное государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования –
Чайковский государственный институт физической культуры

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ:
ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ**

**материалы всероссийской
научно-практической конференции
2 ноября 2007**

ББК 75
Ф 50

Физическая культура и спорт в образовательных учреждениях: проблемы и пути их решения: Сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (г. Чайковский, 2 ноября 2007). – Чайковский: Чайковский ГИФК, 2007. - 195 с.

Научный редактор:

Чумаков Василий Николаевич, кандидат педагогических наук, доцент, проректор по ИиНР Чайковского ГИФК.

Технические редакторы:

Окунева Татьяна Альбертовна,
Кошкина Галина Викторовна.

В большинстве регионов России наблюдается устойчивая тенденция ухудшения количественных показателей здоровья и физического развития детей и подростков, наряду с этим - и снижение мотивации к занятиям физической культурой и спортом. Одними из основных учреждений, в компетенции которых нивелирование данных негативных явлений – образовательные учреждения общей и специфичной (спортивной) направленности. В регионах России имеются специалисты, достаточно эффективно осуществляющие процесс физического воспитания и спортивной подготовки детей и подростков. помимо этого в Чайковском ГИФК накоплен уникальный опыт по направлениям: спортивно ориентированное физическое воспитание, социализация детей-сирот средствами физической культуры и спорта, средства и методы ФКиС в оздоровлении детей и подростков, организация учебно-тренировочного процесса в ДЮСШ. Систематизация и обобщение этой работы, рассмотренных в рамках конференции, позволит транслировать новые знания и опыт в деятельность образовательных учреждений России.

ISBN 978-5-94720-018-8

спортивные праздники, фестивали, состязания с участием занимающихся с ограниченными возможностями; овладение умениями проводить педагогическое наблюдение и тестирование; овладение умениями использовать в своей деятельности спортивные снаряды, тренажеры, различный специальный спортивный инвентарь.

Для осуществления контроля за деятельностью студентов был разработан «дневник по ППС», который включает в себя следующие разделы:

Дата	Место проведения	Вид деятельности	Кол-во отработанных часов	Подпись преподавателя

По сути, ППС является непрерывной практикой, поэтому для получения зачета студенты предоставляют следующие документы: 5 конспектов занятий, положение о проведенных соревнованиях, программу соревнований, индивидуальный план работы студента (3,4 курс), результаты тестирования физических качеств либо физической подготовленности занимающихся (для 4 курса), фотоотчет и отчет по ППС.

Дисциплина ППС преподается с 1 по 4 курс, тем самым мы уже с первого года обучения в ВУЗе по специальности АФК профессионально ориентируем студентов, даем им возможность как можно раньше глубоко понять свою будущую профессию.

ОСОБЕННОСТИ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ У СТУДЕНТОВ-ЮРИСТОВ В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ВЕГЕТАТИВНОГО СТАТУСА

*А.В. Обухова, И.И. Шумихина, Н.П. Шлык
Удмуртский государственный университет, Ижевск*

В настоящее время, когда показатели здоровья студентов находятся на достаточно низком уровне, особенно актуальна становится проблема здоровьесбережения в ВУЗах. Одним из ее аспектов является создание в образовательном процессе соответствующих условий, учитывающих состояние здоровья студентов.

Для оценки и прогнозирования успешности выполнения поставленных задач в учебном процессе по физическому воспитанию часто используются показатели функционального состояния организма. По мнению многих авторов, наиболее информативными являются параметры регуляции сердечно-сосудистой системы, которые отражают энергетический аспект исполнения любого акта и могут служить объективной характеристикой адаптационных возможностей организма (Р.М.Баевский, 1979; К.В.Судаков, 1993). В то же время через состояние адаптационных процессов большинство исследователей характеризуют здоровье человека, которое отражает разные степени адаптации той или иной системы организма (Р.М.Баевский, 1997; А.Г.Щедрина, 1996).

Цель работы: выявить особенности уровня физического здоровья у студентов-юристов в зависимости от вегетативного статуса.

В исследовании принимали участие 61 студент (21 юноша и 40 девушек) Ижевского юридического института.

Уровень физического здоровья мы определяли по количественной экспресс-оценке, предложенной С.Д.Поляковым и С.В.Хрушевым (2004). По данной методике вычислялись индекс Кетле, индекс Робинсона (двойное произведение), индекс Скибинского, индекс Шаповаловой, индекс Руфье и общий уровень физического здоровья.

Уровень физического здоровья мы рассматривали в зависимости от степени активности регуляторных систем организма, согласно классификации, предложенной Шлык Н.И (1992).

Нами были получены следующие результаты: выявлено, что 28,6% юношей относятся к I группе вегетативной регуляции (ВР), которая характеризуется высокой активностью симпатического отдела ВНС и центральных структур управления ритмом сердца. У них отмечаются высокие показатели АМО, SI, умеренные величины общей площади спектра (TP) и преобладание LF-волн в спектре.

В 28,6% случаев юноши были отнесены во II группу ВР, с выраженным преобладанием симпатической регуляции сердечного ритма. По мнению многих авторов (Н.И.Шлык, 2006; И.И.Шумихиной, Е.Н.Сапожникова, 2004) такое состояние регуляторных систем оценивается, как состояние вегетативной дисфункции. Низкая общая площадь спектра TP и особенно VLF- и ULF-волн. Очень малые значения SDNN, CV.

В III группу отнесены 42,8% юношей с оптимальным соотношением регуляторных систем организма. У них отмечается высокая активность парасимпатического отдела вегетативной нервной системы

и центральных структур управления ритмом сердца. Увеличенные показатели SDNN и CV, и малые значения SI, AMO. Умеренно высокие показатели TP, HF, LF.

При распределении девушек по уровню активности регуляторных систем нами выявлено, что 20% студенток отнесено к I группе ВР, 35% - ко II группе ВР, 45% - к III группе ВР.

У юношей I и II групп ВР в большинстве случаев отмечается уровень физического здоровья ниже среднего (53%). У них выявлены низкие показатели индекса Робинсона, свидетельствующего о нарушении регуляции системы кровообращения и низкие величины индекса Скибинского, характеризующие функциональные возможности системы дыхания и степени устойчивости организма к гипоксии.

У студентов III группы ВР преобладает средний уровень физического здоровья (67%), а также в 23% случаев у них выявлен уровень физического здоровья выше среднего, это еще раз подтверждает, что у данной группы ВР самые высокие адаптивные возможности организма, по сравнению с другими группами ВР.

У девушек I и II групп ВР в большинстве случаев отмечается уровень физического здоровья ниже среднего (57% и 63%). У студенток III группы ВР преобладает средний уровень физического здоровья (62%).

Таким образом, нами выявлено, что студенты имеют разную активность регуляторных систем организма, и в зависимости от напряжения системы регуляции, разные адаптивные возможности системы кровообращения. Полученные результаты свидетельствуют о необходимости дифференцированного подхода в системе физического воспитания студентов в зависимости от степени активности регуляторных механизмов.

ФОРМИРОВАНИЕ СПОРТИВНОЙ КУЛЬТУРЫ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

В.Д. Паначев

Пермский государственный технический университет, г. Пермь

Магистральной линией развития высшего образования в современной Европе служит так называемый Болонский процесс, предполагающий формирование к 2010 г. единого европейского пространства высшего образования. Добровольно присоединившись в Болон-