

Аникеева Наталья Геннадьевна
канд. пед. наук, доцент
ФГБОУ ВО «Государственный аграрный университет
Северного Зауралья»
г. Тюмень, Тюменская область

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ В ВУЗАХ. ПРОБЛЕМЫ И ПУТИ ИХ РЕШЕНИЯ

Аннотация: статья посвящена проблеме возрастающего количества абитуриентов, страдающих хроническими заболеваниями. Автором рассмотрена организация и методика проведения учебных занятий по физической культуре в специальных медицинских группах.

Ключевые слова: физическая культура, специальная медицинская группа, здоровье, студенты, образование, медицинский персонал, ослабленное здоровье.

Современная социальная ситуация предъявляет повышенные требования к физической подготовленности и состоянию здоровья студентов. В связи с этим учебный процесс физического образования направлен на укрепление здоровья и развитие физических качеств, а также на повышение уровня физической работоспособности.

Особого внимания преподавателя требуют студенты со слабым здоровьем, для которых традиционный процесс физической культуры неприемлем. Физическое воспитание студентов с отклонениями в состоянии здоровья стало предметом наблюдения преподавателей и врачей в связи с возросшим количеством данного контингента студентов практически во всех вузах страны. Наиболее распространенными заболеваниями являются нарушения сердечно-сосудистой системы, органов зрения, нарушение осанки [4, с. 141].

Занятия в специальной медицинской группе показаны лицам со значительными отклонениями (постоянного или временного характера) в состоянии здоровья и физическом развитии. Поэтому занятия с ними необходимо строить и

проводить по специальным программам с учетом имеющихся у них отклонений, и конечно под пристальным вниманием со стороны врачей. Для таких студентов мы проводим занятия с ограничением физических нагрузок, проводятся специальные подходы в организации процесса физического воспитания. Отслеживается состояние студентов и влияние различных упражнений и нагрузок на организм каждого индивидуально [1, с. 262].

Главной целью занятий в специальной медицинской группе является в первую очередь оздоровление (повышение сопротивляемости организма к вредным воздействиям внешней среды, предупреждение заболеваний) и поддержание физической активности у студентов, имеющих проблемы со здоровьем.

Наиважнейшими задачами занятий в специальной медицинской группе является устранение функциональных отклонений, недостатков физического развития или их стойкая компенсация [3]. Ознакомление и приобретение навыков профессионально-прикладной физической подготовленности, повышение и поддержание общего тонуса студентов, занимающихся в специальной медицинской группе, постоянное и последовательное проведение тренировок систем жизнеобеспечения организма с помощью нетрадиционных физических упражнений и подходов. Занятия в специальной медицинской группе не ставят задачу достижения высоких спортивных показателей и результатов, а носят исключительно оздоровительную направленность.

Мы считаем, что организация и методика проведения учебных занятий по физической культуре со студентами, имеющими ослабленное здоровье, или начальные формы его нарушений, и отнесенным по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, заслуживают большого внимания. Следует уделять особое внимание дозировке физических нагрузок, которые регулируются и определяются врачами и преподавателем при проведении занятий по физической культуре в специальных медицинских группах. В зависимости от изменений в состоянии здоровья, самочувствия и функционального состояния врач и

2 <https://phsreda.com>

преподаватель могут в процессе занятий увеличить или уменьшить объем, а также интенсивность физической нагрузки или вообще прервать ее на определенный срок. Таким образом, мы соблюдаем принцип дозированности физической нагрузки для лиц с ослабленным здоровьем [2, с. 96].

Также должен соблюдаться принцип постепенности, к той или иной дозированной нагрузке у студента должна быть адаптирована каждая система органов, особое внимание надо уделить особенностям, связанным с хроническими заболеваниями.

Адаптационные возможности должны быть сформированы в процессе нескольких занятий, после чего дозировку физической нагрузки можно увеличивать, либо удерживать на прежнем уровне, ориентируясь на состояние и самочувствие студента. Обязательно нужно следить и вести четкий контроль над уровнем артериального давления, частоты сердечных сокращений и числа дыхательных движений.

Необходимо отметить, что занятия должны проводиться систематически, так как регулярные занятия приводят к более быстрому формированию адаптационных возможностей и процесса врабатывания организма. Нужно объяснять и убеждать студентов, что если они будут заниматься регулярно, то эффект от занятий будет гораздо выше, что надо делать упражнения через «не могу» и «не хочу».

Давно известно, что течение одного и того же заболевания происходит у разных людей по-разному, несмотря на общую клиническую картину. Соответственно актуальным остается принцип учета индивидуальных особенностей каждого занимающегося в специальной медицинской группе. Тренировочную нагрузку следует строго индивидуализировать [5]. Все врачебные рекомендации следует выполнять безоговорочно, в том числе и режим дня, режим питания, режим сна, режим двигательной активности и прием всех медицинских препаратов, прописанных им врачом.

Как показывают опросы, студенты первого курса, занимающиеся в специальной медицинской группе, будучи школьниками, вообще не занимались физической культурой. Чаще всего такие дети имеют полное освобождение от занятий по физической культуре [6, с. 165].

Преподаватели вузов сталкиваются в первую очередь с крайне низким уровнем физической подготовленности студентов специальных медицинских групп, низким развитием физических качеств и двигательных навыков. Студенты не могут выполнить элементарных упражнений или чуть более сложных координационных движений. Сложившаяся ситуация может быть объяснена тем, что физическая культура еще пока не стала приоритетной составляющей в образовательном содержании студентов. Задача преподавателя, работающего со студентами, относящимися по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, убедить и направить на восстановление своего здоровья.

Хотелось бы отдельно поднять вопрос о необходимости нахождения медицинского персонала на всех спортивных объектах вуза, так как без медицинского контроля не может в полной мере осуществляться процесс физического воспитания не только в специальных медицинских группах, но и в основных группах, где занимаются студенты без физических отклонений. И только под пристальным вниманием и консультациями врачей преподаватель может проводить занятия со студентами специальной медицинской группы, чтобы эти занятия приносили удовлетворение и имели положительную динамику для студентов.

Список литературы

1. Кувалдин В.А. Вредные привычки как один из ведущих факторов, негативно влияющих на качество жизни студентов аграрного вуза // Проблемы формирования ценностных ориентиров в воспитании сельской молодежи: сборник материалов Международной научно-практической конференции. – 2014. – С. 262–266.

2. Волжакова В.В. Формирование здорового образа и стиля жизни студентов аграрного университета // Агропродовольственная политика России. – 2017. – №7 (67). – С. 96–101.
3. Маркин Э.В. Организационно-педагогические условия реализации адаптированного содержания программы по физической культуре для студентов с низким уровнем физической подготовки / Э.В. Маркин, А.С. Парфенов. – Орел, 2013.
4. Оплетин А.А. Формирование профессиональной культуры, физкультурно-спортивных компетенций у студентов вуза // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. – 2014. – Т. 31. – С. 141–147.
5. Масунова О.В. Повышение эффективности преподавания физической культуры в вузе // Интеллектуальный и научный потенциал XXI века: сборник статей Международной научно-практической конференции. – 2016.
6. Семизоров Е.А. Физкультурное и спортивное движение студенчества в Государственном аграрном университете Северного Зауралья // Новые информационные технологии в науке: сборник статей международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 165–167.