

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. СОСТОЯНИЕ ВОПРОСА	7
1.1. Актуализация физического воспитания оздоровительной направленности студенток специальной медицинской группы медицинского вуза	7
1.2. Педагогические аспекты физическом воспитании оздоровительной направленность в студенток СМГ в современном вузе	22
ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ	33
2.1. Методы исследования	33
2.2. Организация исследования	35
ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ	36
3.1. Разработка методического сопровождения физического воспитания оздоровительной направленности студенток специальной медицинской группы медицинского вуза	36
3.2. Анализ результатов программы физического воспитания оздоровительной направленности студенток специальной медицинской группы медицинского вуза	39
ВЫВОДЫ	49
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	51
ЛИТЕРАТУРА	52
ПРИЛОЖЕНИЯ	61

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Одной из актуальных задач государственной политики в настоящее время является создание для учащейся молодежи необходимых условий по поддержанию и укреплению общего состояния здоровья, занятий физической культурой, физического совершенствования, формирование прикладных навыков здорового образа жизни и др.

Все это нашло отражение в Федеральном законе об образовании в Российской Федерации, государственной программе «Развитие образования» (2013-2020 гг.), стратегии развития физической культуры и спорта (до 2020 г.) и др.

Успешность развития России определяется не только компетентностью и профессионализмом будущих специалистов, но и состоянием их физического здоровья и активной жизненной позиции. Страна нуждается в нравственно, психически и физически здоровых выпускниках вузов. Однако, увеличение информационных и психо-эмоциональных нагрузок в процессе обучения в вузе, низкий уровень физической подготовленности студентов и особенно девушек, нерационально организованный образ жизни, компьютерная зависимость и др. приводят к ухудшению состояния их здоровья. От 30 % до 50 % от общего числа студентов, обучающихся в вузах страны, по состоянию здоровья отнесены к специальной медицинской группе [4,22,30,36].

В связи с данной сложившейся негативной ситуацией, особое значение приобретает адаптивное физическое воспитание студентов специальной медицинской группы и особенно этих студентов медицинского вуза. В отличие от студентов других вузов – это будущие врачи, которые должны быть не только компетентными специалистами, но и проводниками здорового образа жизни среди людей.

В настоящее время современное содержание программного обеспечения адаптивного физического воспитания студентов специальной медицинской группы медицинского вуза, в целом не направленно на формирование теоретических знаний и практических умений оздоровительно-прикладной

деятельности, как в процессе обучения в вузе, так и проектирования ее по окончании учебного заведения в профессиональную работу.

В современной педагогической практике адаптивного физического воспитания студенческой молодежи с ослабленным здоровьем большое количество различных актуализированных подходов, технологий. Многие исследователи изучали проблемы общего состояния здоровья студентов вуза [1,5,30]; программно-методическое обеспечение физического воспитания студенток специальной медицинской группы [4,22,54]; современные оздоровительно-прикладные технологии физического воспитания студентов специальной медицинской группы [14,36,39,54].

При всей важности вышеуказанных педагогических исследований еще недостаточно и не полно рассматриваются вопросы, направленные на совершенствование процесса адаптивного физического воспитания студентов специальной медицинской группы.

Цель исследования: изучить направленность и содержание адаптивного физического воспитания студенток специальной медицинской группы вуза.

Объект исследования: процесс адаптивного физического воспитания студенток специальной медицинской группы вуза.

Предмет исследования: направленность и содержание адаптивного физического воспитания студенток специальной медицинской группы вуза.

Гипотеза исследования: предполагалось, что, изучение направленности и содержания занятий по адаптивному физическому воспитанию студенток специальной медицинской группы медицинского вуза позволит целенаправленно воздействовать на укрепление и поддержание физического здоровья, повышение уровня физической подготовленности.

В соответствии с объектом, предметом, целью, сформулированной гипотезой определены следующие **задачи исследования:**

1. Изучить динамику показателей физической подготовленности студенток специальной медицинской группы медицинского вуза.

2. Разработать методическое сопровождение программы физкультурных занятий оздоровительной направленности для студенток специальной медицинской группы.

3. Оценить эффективность программы физкультурных занятий оздоровительной направленности для студенток специальной медицинской группы вуза.

Практическая значимость исследования. Разработанные структура и содержание программы физкультурных занятий в адаптивном физическом воспитании студенток специальной медицинской группы медицинского вуза можно успешно использовать при разработке учебных пособий, направленных на адаптивное физическое воспитание учащейся молодежи имеющих различные хронические заболевания и отклонения в состоянии здоровья.

Положения, выносимые на защиту:

1. Программа физкультурных занятий оздоровительной направленности в адаптивном физическом воспитании студенток специальной медицинской группы медицинского вуза – это комплексный педагогический процесс, направленный на образовательную и оздоровительно-профилактическую деятельность по формированию у студенток специальной медицинской группы теоретических знаний и практических умений поддержания и укрепления общего состояния здоровья, профилактики индивидуальных заболеваний с использованием комплексов физических упражнений оздоровительно-прикладной направленности.

2. Методика контроля результатов адаптивного физического воспитания студенток специальной медицинской группы на основе программы физкультурных занятий оздоровительной направленности включает следующие критерии: мотивационный (оценка интересов студенток СМГ на оздоровительную деятельность); физическая подготовленность (уровень развития основных физических качеств); индивидуальный дневник самоконтроля.

Апробация и внедрение результатов исследования. Основные результаты исследования обсуждались на научно-практической конференции студентов СГАФКСТ. По результатам исследования опубликована 1 работа.

Структура диссертации: работа состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, литературы и 1 приложения. Текст диссертационной работы изложен на 63 страницах машинописного текста, содержит 2 таблицы и 5 рисунков, библиографический список представлен 70 работами.