

НОВЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ В РАБОТЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» (ЭЛЕКТИВНАЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ

Новичихина Е.В.¹, Ульянова Н.А.¹

¹*ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», Барнаул, e-mail: nowichihina lena@mail.ru*

В статье представлены анализ актуального Федерального государственного образовательного стандарта по дисциплинам (модулям) «Физическая культура и спорт» (элективная) и его трактовка в различных вузах России. Выявлена проблема разночтения понятия элективных дисциплин по физической культуре и спорту. Многие педагоги и исследователи отмечают затруднения в работе со студентами, отнесенными в специальную медицинскую группу, и со студентами с ограниченными возможностями здоровья и/или с инвалидностью на практических занятиях по физической культуре и спорту. Рекомендуется комплектовать данный контингент студентов в группы по нозологиям, однако на практике это не всегда возможно в связи с отсутствием достаточного материально-технического обеспечения и кадрового потенциала кафедр физического воспитания многих вузов. На основании результатов пятилетнего исследования здоровья студентов Алтайского государственного университета были сделаны выводы о том, что формирование групп по нозологиям нецелесообразно. В статье представлено обоснование для необходимости внесения изменений в учебную программу по дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» (элективная) для студентов специального медицинского отделения. В учебную программу включены теоретические и методико-практические занятия, особое внимание уделено их содержанию с использованием электронного учебно-методического комплекса. Такие формы занятий были апробированы на кафедре физического воспитания Алтайского государственного университета для студентов специального и адаптивного отделений. Выявлена положительная тенденция отношения данного контингента студентов к дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» (элективная).

Ключевые слова: студенты, физическая культура и спорт, учебная программа, ФГОС, специальная медицинская группа, инвалидность, здоровье

THE NEW DIRECTIONS IN WORK ON DISCIPLINE «PHYSICAL CULTURE AND SPORT» (ELECTIVE) FOR STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUP

Novichikhina E.V.¹, Ulyanova N.A.¹

¹*Altai state university, Barnaul, e-mail: nowichihina lena@mail.ru*

The article presents an analysis of the current Federal State Educational Standard for the disciplines (modules) «Physical Culture and Sport» (elective) and its interpretation in various universities in Russia. The problem of different interpretations of the concept of elective disciplines in physical culture and sport is revealed. Many teachers and researchers point out difficulties in working with students who are referred to a special medical group and with students with disabilities in practical exercises in physical culture and sports. It is recommended to recruit this contingent of students in the group of nosology, however, in practice it is not always possible, due to the lack of sufficient material and personnel potential of the departments of physical education in many universities. Based on the results of a five-year study of the health of students at Altai State University, it was concluded that the formation of groups on nosologies is not advisable. The article presents the rationale for the need to make changes in the curriculum for the discipline (module) «Physical culture and sport» (elective) for students of a special medical group. The curriculum includes theoretical and methodical-practical classes, special attention is paid to their content using the electronic educational and methodical complex. Such forms of training were tested at the Department of Physical Education of the Altai State University for students of a special and adaptive department. The positive tendency of the attitude of this contingent of students to the discipline (module) «Physical culture and sport» (elective) is revealed.

Keywords: students, physical culture and sport, curriculum, FGOS, special medical group, disability, health

В Федеральном государственном образовательном стандарте высшего образования, утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ по всем направлениям подготовки бакалавриата и специалитета, в пункте 6.5. утверждено следующее: дисциплины

(модули) по физической культуре и спорту реализуются в рамках:

- базовой части блока 1 «Дисциплины (модули)» программы бакалавриата в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы) в очной форме обучения;

- элективных дисциплин (модулей) в объеме не менее 328 академических часов.

Указанные академические часы являются обязательными для освоения и в зачетные единицы не переводятся.

Дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в порядке, установленном организацией. Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом состояния их здоровья [1].

Многие педагоги отмечают затруднения в работе со студентами, отнесенными по состоянию здоровья в специальную медицинскую группу, и со студентами с ограниченными возможностями здоровья и/или с инвалидностью по дисциплине «Физическая культура и спорт» (элективная).

Цель исследования – проанализировать актуальный Федеральный государственный образовательный стандарт по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту, теоретически обосновать необходимость внесения изменений в рабочую программу по дисциплине «Физическая культура и спорт» (элективная) для студентов специального медицинского отделения.

К сожалению, на сегодняшний день пункт ФГОС 6.5. в различных вузах России трактуется по-разному. Так, ФГБОУ ВО «Российский экономический университет им. В.Г. Плеханова» и некоторые другие вузы РФ относят элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту к базовой части учебного плана, которая составляет самостоятельный раздел. ФГБОУ ВО «Кемеровский государственный университет» и некоторые другие вузы РФ элективные дисциплины (модули) по физической культуре относят к базовой части профессионального цикла ООП. В ФГАОУ ВО «СВФУ имени М.К. Аммосова», как и в большинстве других вузов РФ, в том числе в ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет», элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту реализуются в рамках вариативной части блока 1 «Дисциплины по выбору» в порядке, установленном организацией.

Понятие «дисциплины по выбору» в разных учреждениях опять же трактуется по-разному. В основном, что, на наш взгляд, совершенно правильно, вузы под данным форматом подразумевают выбор студентами того направления в физической культуре и спорте, которое им наиболее интересно. Перечень таких направлений вуз формирует самостоятельно, с учетом материально-технической базы и кадрового потенциала. Но

некоторые вузы для сокращения нагрузки, передаваемой на кафедру физического воспитания, трактуют данное положение «на усмотрение образовательного учреждения» как дисциплину по выбору, что доводит до абсурда содержание дисциплины (модулей) по физическому воспитанию. Так, некоторые образовательные учреждения не только переводят часть академических часов на самостоятельную работу (которая принципиально никогда не предусматривалась по данной дисциплине и противоречит правовой базе), но и принимают решение, что если студент занимается самостоятельно в каком-либо коммерческом фитнес-центре и других подобных заведениях, то он может быть освобожден от посещения занятий и выполнения программного материала по практическому модулю дисциплины «Физическая культура и спорт». На наш взгляд, для устранения недоразумений, возникших в настоящее время при трактовке пункта 6.5. ФГОС ВО в отдельных вузах РФ, необходимо внести уточнения по реализации дисциплины в данном пункте.

Таким образом, при реализации образовательных программ бакалавриата и специалитета очной формы обучения всех направлений дисциплина (модули) «Физическая культура и спорт» в соответствии с ФГОС делится на дисциплину «Физическая культура и спорт» (базовая) в объеме не менее 72 академических часов (2 зачетные единицы), реализуемую в виде теоретических (лекционных) и практических (семинарских) занятий, и дисциплину «Физическая культура и спорт» (элективная) в объеме не менее 328 академических часов, которая является также обязательной для каждой образовательной программы, предполагая выбор по видам спорта для студентов основной и подготовительной медицинских групп здоровья. Студенты, отнесенные по результатам медицинского осмотра к специальной медицинской группе (далее СМГ), занимаются отдельно в специальном медицинском отделении.

В зависимости от материально-технических условий и обеспеченности преподавательскими кадрами возможны различные варианты комплектования специальных медицинских групп. Ученые и исследователи, занимающиеся вопросами организации практических занятий в СМГ, рекомендуют комплектовать студентов в группы по нозологиям, однако на практике это не всегда возможно в связи с отсутствием достаточного материально-технического обеспечения и кадрового потенциала кафедр физического воспитания многих вузов. Такое комплектование студентов затрудняется еще и тем, что их количество постоянно растет [2–4].

Современные реалии образовательной сферы свидетельствуют о том, что высшие учебные заведения находятся в поиске новых подходов к физическому воспитанию студентов, которые еще только складываются и обретают новые аксиологические смыслы [4, 5].

Результаты исследования и их обсуждение

На первом этапе нашего исследования в течение пяти лет (с 2012 г. по 2016 г.) был проведен анализ результатов медицинских осмотров студентов, поступивших в Алтайский государственный университет (далее АлтГУ). По результатам данного исследования было выявлено, что среди студентов, отнесенных к специальной медицинской группе, 45,66% обучающихся имеют в анамнезе два и более заболеваний, а за последние два учебных года это значение приблизилось к 60% [6, 7]. В связи с этим формирование групп для организации практических занятий физической культурой по нозологиям нам не видится целесообразным из-за большого количества разновидностей заболеваний, малочисленности студентов по некоторым нозологиям и отсутствия необходимого материально-технического и кадрового обеспечения. Наиболее часто в вузах РФ организация практических занятий по физической культуре и спорту в СМГ происходит согласно общему расписанию. Как правило, всех студентов, отнесенных по состоянию здоровья в СМГ, принято делить на две подгруппы: «А» и «Б».

К специальной медицинской группе «А» относят студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, допущенных к выполнению учебной и производственной работы. Допускаемая физическая нагрузка – занятия по специальным учебным программам. К специальной медицинской группе «Б» относят студентов, полностью освобожденных от практических занятий на определенный период (после острых заболеваний; обострений хронических заболеваний, после травм и операций, с ограниченными возможностями здоровья и/или с инвалидностью).

В последние годы Правительством РФ уделяется большое внимание инклюзивному образованию и его доступности во всех образовательных учреждениях. Об успешности реализации различных программ и проектов свидетельствует увеличение в вузах количества студентов с инвалидностью и с ограниченными возможностями здоровья (далее ОВЗ). Так, на сегодняшний день в АлтГУ обучаются 68 студентов с инвалидностью, из них 58 студентов обучаются на дневной форме обучения. Стоит отметить, что в 2018–2019 учебном году в университет поступили 17 студентов с инвалидностью. Во всех вузах студенты с инвалидностью осваивают дисциплину «Физическая культура и спорт» (элективная) по-разному. В АлтГУ студенты с инвалидностью согласно распределению по результатам медицинского осмотра успешно занимаются в подготовительной и специальной медицинских группах. Но большинство студентов распределяются в подгруппу «Б», т.е. освобождены от практических занятий. Хотелось бы отметить, что большинство студентов, имеющих инвалидность, изъявляют огромное желание заниматься дисциплиной

«Физическая культура и спорт».

В ФГОС ВО по дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту указано, что: «6.5. ...Для инвалидов и лиц с ОВЗ организация устанавливает особый порядок освоения дисциплин (модулей) по физической культуре и спорту с учетом их состояния здоровья», «2.10. Организация должна предоставить инвалидам и лицам с ОВЗ (по их заявлению) возможность обучения по программе бакалавриата...» [1]. Для удовлетворения желаний и потребностей данного контингента студентов (в практических занятиях физической культурой и спортом) в нашем университете было создано отделение адаптивной физической культуры, куда зачисляются студенты с инвалидностью и ОВЗ, по результатам медицинского осмотра отнесенные к СМГ «Б», на основании личного заявления о желании заниматься в данном отделении доступной двигательной деятельностью.

К сожалению, на сегодняшний день отсутствует типовая программа по элективным дисциплинам (модулям) по физической культуре и спорту для студентов СМГ, которая предусматривала бы дифференциацию характера упражнений и нагрузок, предлагаемых для студентов с различными заболеваниями, с ограниченными возможностями здоровья и/или с инвалидностью. В различных учебных заведениях эта проблема решается по-разному – «на усмотрение образовательной организации». В настоящее время разработка таких авторских учебных программ предусматривается на кафедрах физического воспитания высших учебных заведений.

Анализируя выявленные проблемы для того, чтобы компетенции обучающегося (способность использовать методы и средства физической культуры для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности), отнесенного по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля), были освоены в полном объеме, как показывает практика, одних практических занятий недостаточно.

В процессе изучения дисциплины (модуля) «Физическая культура и спорт» (базовая) на 1-м курсе обучения студенты очной формы обучения по всем направлениям образовательных программ бакалавриата и специалитета независимо от состояния здоровья изучают основные понятия и положения в области физической культуры и спорта. Семинарские занятия, проводимые в рамках данной дисциплины, дополняют общие знания по перечисленным далее темам.

В процессе изучения элективной дисциплины (модулей) «Физическая культура и спорт» студенты овладевают необходимыми компетенциями на практике.

По нашему мнению, для студентов, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, данных знаний недостаточно, потому необходимо включить в учебную

программу по элективной дисциплине (модулю) «Физическая культура и спорт» дополнительные теоретические и методико-практические занятия с последующим текущим контролем. Данный контингент студентов нуждается в более подробном изучении этой части дисциплины.

Рассмотрим более подробно содержание предложенных видов учебных занятий по элективным дисциплинам (модулям) «Физическая культура и спорт», внедряемых и апробируемых нами в Алтайском государственном университете с 2015–2018 учебных годов по настоящее время.

Для индивидуализации практических занятий, для профилактики, укрепления и сохранения здоровья данного контингента студентов мы включили в учебную программу для всех студентов, отнесенных по результатам медицинского осмотра в СМГ, теоретические и методико-практические занятия во всех семестрах в период освоения дисциплины.

На наш взгляд, лекции должны включать в себя изучение анатомии и физиологии человека, основ здорового образа жизни, основ теории и методики физической культуры, нозологию. Ниже приведены рекомендуемые нами темы лекционного материала и методико-практических занятий и их содержание. Весь дополнительный материал был реализован через электронный учебно-методический комплекс элективных дисциплин для более детального и удобного изучения данным контингентом студентов.

Лекция № 1 на тему «Противопоказания и рекомендации к занятиям физической культурой при основных заболеваниях» проводится на одном из первых занятий в первом семестре. В содержание лекции необходимо включить изучение общих, временных, абсолютных и относительных противопоказаний к практическим занятиям физической культурой и спортом (в том числе признаки утомления и переутомления при физической нагрузке), а также изучение рекомендаций и противопоказаний с учетом заболеваний каждого студента индивидуально и конфиденциально. Список основных болезней был сформирован на основании пятилетнего исследования заболеваний студентов АлтГУ с 2012 г. по 2016 г. [7]. А на протяжении всех последующих практических занятий физической культурой студенты продолжают закреплять знания, полученные на указанной лекции, на практических занятиях, что позволяет им овладевать умением контролировать выполнение физических упражнений с учетом противопоказаний и рекомендаций в соответствии с собственным заболеванием для обеспечения полноценной социальной, учебной и будущей профессиональной деятельности.

Лекция № 2 на тему «Костно-мышечная система и соединительные ткани» включает в себя углубленное изучение строения и функций костей, суставов, мышц и соединительной ткани человека. Раскрываются основные заболевания и особенности занятий физическими

упражнениями при них.

В лекции № 3 на тему «Анатомия и физиология систем органов человека» мы включили материал, направленный на изучение строения, функций и болезней тех систем органов человека, в которой было диагностировано заболевание каждого студента индивидуально.

В лекцию № 4 на тему «Структура и содержание занятия физической культурой» входит изучение структуры занятия по физической культуре в специальной медицинской группе: цели, задачи и особенности содержания каждой части занятия в отдельности с учетом рекомендаций и противопоказаний к занятиям физической культурой.

Лекция № 5 содержит в себе материал по освоению «Правил составления комплекса общеразвивающих упражнений в подготовительной части занятия физической культурой» с учетом заболевания (заболеваний) каждого студента индивидуально.

В лекции № 6 студенты изучают и осваивают «Правила составления комплекса физических упражнений для профилактики заболевания (заболеваний), сохранения и укрепления здоровья» с учетом рекомендаций и противопоказаний.

Методико-практические занятия призваны помогать в освоении теоретического материала по элективным дисциплинам (модулям) «Физическая культура и спорт», а также в изучении многогранных различных показателей физического и функционального состояния организма человека. Задания методико-практических занятий выполняются каждым студентом на его собственном примере средством ведения дневника самоконтроля, задания по которым студенты получают через электронный учебно-методический комплекс дисциплины.

Методико-практические занятия включают в себя: изучение правил техники безопасности и охраны здоровья общего порядка (и на практических занятиях физической культурой, в частности); изучение определения точного диагноза по Международной классификации болезней 10-го пересмотра; изучение противопоказаний и рекомендаций к занятиям физической культурой с учетом заболевания каждого студента индивидуально; изучение техники и методики выполнения тестов по физической и функциональной подготовленности, методические рекомендации к ним; исследование физического развития и функционального состояния организма; исследование реакции организма человека на физическую нагрузку, построение пульсовой кривой в течение практических занятий по физической культуре и ее анализ; исследование изменений субъективных показателей (таких как сон, аппетит, болевые ощущения, настроение, физическая и умственная работоспособность) в течение обучения в вузе; составление комплекса общеразвивающих упражнений для подготовительной части занятия физической культурой; составление

комплекса физических упражнений для профилактики, сохранения и улучшения здоровья в соответствии со своим диагнозом.

Выводы

Введение вышеперечисленных изменений в учебную программу по элективной дисциплине (модулям) «Физическая культура и спорт» для студентов, отнесенных к СМГ, и для студентов, зачисленных в отделение адаптивной физической культуры, способствует обеспечению адаптации ослабленного организма студента к воздействию физических нагрузок и, соответственно, расширяет диапазон его функциональных возможностей систем организма, повышает физическую подготовленность и работоспособность в целом, а также ориентирует на наиболее важные для него жизненные ценности.

Знания по улучшению собственного здоровья у студентов данной категории благодаря перераспределению часов по элективным дисциплинам, что значительно расширяет знания, умения и навыки в элективных дисциплинах (модулях) «Физическая культура и спорт». Отмечается тенденция изменения мотивации и сознательного отношения к занятиям физической культурой и спортом студентов, повышается физическая подготовленность, стабилизируются функциональные параметры организма, что в свою очередь замедляет прогрессирование основного заболевания.

Благодаря включению в учебную программу дисциплины теоретического материала и методико-практических занятий студенты имеют возможность научиться самостоятельно составлять индивидуальные комплексы физических упражнений, оказывающих оздоровительное воздействие на состояние их организма, получают навыки самоконтроля не только при выполнении физических нагрузок различного характера на практических занятиях, но и в различных жизненных ситуациях, в том числе и в условиях будущей профессиональной деятельности. Студенты, зачисленные в специальное медицинское отделение и отделение адаптивной физической культуры, во время обучения в общеобразовательных учреждениях учатся с помощью физических упражнений стабилизировать имеющиеся у них отклонения в состоянии здоровья, самостоятельно контролировать и улучшать показатели физической подготовленности и уровень общей работоспособности.

Список литературы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования. [Электронный ресурс]. URL: <http://fgosvo.ru> (дата обращения: 15.12.2018).
2. Гордеева Е.И., Сухина К.В. Состояние здоровья и образа жизни студентов

Иркутского государственного университета // Десятые Байкальские социально-гуманитарные чтения. В 2т. Т.1: Материалы / ФГБОУ ВО "ИГУ"; [науч.ред. Ю.А.Зуляр]. Иркутск: Изд-во ИГУ 2017. С. 417-422.

3. Гращенкова А.Н. Специальная медицинская группа в высших учебных заведениях // Молодой ученый. 2015. № 10. С. 1346-1348. [Электронный ресурс]. URL: <https://moluch.ru/archive/90/18355/> (дата обращения: 21.12.2018).

4. Карсека Л.С. Пашинцев В.Г. Инновационные подходы к физическому воспитанию студентов специальных медицинских групп в вузе // Вопросы педагогики. 2017. № 2. С. 21-27.

5. Романова Е.В. Гармоничное воспитание личности в аксиологической теории ранних евразийцев // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. 2016. № 1. С. 4-8.

6. Новичихина Е.В., Ульянова Н.А., Кокшаров А.А., Анушкевич Н.В., Калагина С.Н., Лобыгина Н.М. Динамика состояния здоровья первокурсников Высших учебных заведений Алтайского края за последние 3 года // Современные наукоёмкие технологии. 2017. № 7. С. 136-140.

7. Ульянова Н.А., Новичихина Е.В. Динамика состояния здоровья студентов Алтайского государственного университета за последние 5 лет // Актуальные проблемы физической культуры и спорта: материалы VI международной научно-практической конференции (Чебоксары, 17 ноября 2016 г.). Чебоксары: Чуваш. гос. пед. ун-т, 2016. С. 208-210.