

**Образование в России и актуальные вопросы  
современной науки**

***Проскурина Елена Федоровна,***

*старший преподаватель кафедры физического воспитания,*

***Муртузалиев Тимур Чамсыевич,***

*студент,*

*ФГБОУ ВО «Южно-Российский институт управления – филиал*

*Российской академии народного хозяйства и государственной службы*

*при Президенте РФ (ЮРИУ РАНХиГС)»*

**ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ  
У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ**

***Аннотация.*** В статье рассмотрена актуальность проблемы организации занятий по физической культуре для студентов специальной медицинской группы. Изучена значимость занятий как для физического состояния студентов, так и психологического, а также влияние на умственные способности. Также в статье даны рекомендации по методам выявления эффективности внедрения средств физической культуры и оценки физического состояния студентов.

***Ключевые слова:*** физическая культура; специальная медицинская группа; физическая деятельность; здоровье; спорт; системы обучения.

Одним из приоритетов государства в настоящее время является сохранность здоровья молодежи. Об этом свидетельствует наличие государственных программ, которые связаны с обеспечением сохранения и улучшения здоровья как в целом населения Российской Федерации, так и отдельных групп населения, к которым в том числе относятся и студенты. Примером может служить Концепция развития здравоохранения до 2020 года.

Проблема сохранения оптимального состояния здоровья студентов затрагивается и некоторыми учеными. Так, М.Я. Виленский и С.П. Евсеев в своих трудах замечают, что сохранение оптимального состояния здоровья студентов является одной из важнейших задач, стоящих перед вузами. И именно поэтому,

## **Образование в России и актуальные вопросы современной науки**

Согласно их мнению, необходимо создавать соответствующие системы обучения [1, с.152].

В последние годы, согласно анализу специальной литературы, наблюдается тенденция к снижению уровня функциональной подготовленности молодежи. К примеру, результаты исследований, которые были проведены в российских вузах, подтверждают увеличение роста количества студентов с некоторыми проблемами со здоровьем. Эти студенты распределяются в специальное отделение и занимаются по облегченной программе со сниженной нагрузкой и интенсивностью [2, с.111].

Ввиду того, что уровень здоровья молодежи снижается, а количество студентов, которые относятся к специальной медицинской группе (СМГ) только увеличивается, необходимо обратить более пристальное внимание к организации образовательного процесса по физической культуре.

Студенты, которые относятся к специальной медицинской группе достаточно различны по состоянию физической подготовки и способностям к занятиям спортом, ведь у каждого из них различные отклонения в здоровье. Соответственно, необходимо индивидуально подходить к каждому студенту и его здоровью и физической подготовке. Также об этом можно сделать вывод и при изучении требований новых Федеральных государственных стандартов высшего образования. Всё это говорит о том, что нужно искать новые подходы в работе со студентами, в особенности со студентами СМГ [3, с.146].

Правильная организация занятий по физической культуре и соблюдение рекомендаций относительно своего заболевания, помогают студентам поддерживать своё здоровье и сохранить работоспособность.

Если говорить об интересе студентов к занятиям физической культурой, то на занятиях физкультуры в специализированных группах он повышается тогда, когда они учатся самостоятельно оценивать свое физическое состояние и сравнивать его с показателями нормы, и в последствии разрабатывают свои, индивидуальные для каждого, действия и упражнения по коррекции показателей,

## Образование в России и актуальные вопросы современной науки

отстающих от нормы, и через некоторое время оценивают достигнутые в ходе тренировок результаты. Благодаря этому студент подходит к выбору физической нагрузки более осмысленно и понимает ее положительное влияние.

Такой подход позволяет развивать личностные качества студента и готовность к осуществлению своей профессиональной деятельности в дальнейшем.

Преподавателю необходимо оценивать состояние каждого студента, опираясь, во-первых, на медицинские показания и рекомендации врача, а, во-вторых, на уровень физической подготовки и состояния здоровья студента. В соответствии с этим можно корректировать учебно-воспитательный процесс без ущерба для здоровья студентов, строит индивидуальный план занятий для каждого студента [4, с.174].

Если говорить о значимости занятий физической культуры для студентов, относящихся к специальной медицинской группе, то стоит заметить, что данные занятия необходимы студентам для улучшения их физического состояния, повышения физической выносливости и т.д., что в свою очередь влияет как на здоровье студентов (снижение риска различных заболеваний, улучшение обмена веществ), так и на их умственные способности и психоэмоциональное состояние. Однако только правильная организация занятий по физической культуре могут обеспечить эффективность этих занятий. Индивидуальный подход к каждому студенту, оценка его физического состояния и разработка на основе этого плана занятий и упражнений помогут преподавателю в полной мере сделать занятия эффективными для каждого студента, относящегося к специальной медицинской группе.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Хвалебо Г.В., Сыроваткина И.А. Организация занятий в специальной медицинской группе с учетом физического состояния занимающихся // Ученые записки университета Лесгафта. – 2017. – №10. – С. 152
2. Рамазанова, Г.И. Лечебная физкультура в работе со студентами с ослабленным здоровьем / Г.И. Рамазанова, Р.Р. Тахаутдинов // Современная медицина: актуальные вопросы:

## **Образование в России и актуальные вопросы современной науки**

*сб. ст. по материалам II Международной научно-практической конференции. Новосибирск, 28 нояб. 2011 г. – Новосибирск: СибАК, 2011. – С. 111.*

*3. Хвалебо Г.В. Научно-методические основы проведения занятий по физической культуре со студентками специальной медицинской группы // Ученые записки университета Лесгафта. – 2017. – №4. – С. 146.*

*4. Михайлова, С.В. Методы оценки и самоконтроля физического здоровья учащейся молодежи: учеб.-метод. пособие / С.В. Михайлова, Ю.Г. Кузмичёв, Н.В. Жулин – Арзамас. фил. ННГУ, 2017. – С. 174.*