

## НАУЧНАЯ ЖИЗНЬ

УДК 796–057.875

*Степанова Л.А.*

*Московский государственный областной университет*

**СОХРАНЕНИЕ И УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ  
В ИННОВАТИКЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
(РЕЦЕНЗИЯ НА МОНОГРАФИЮ ГРЯЗЕВОЙ Е.Д., ЖУКОВОЙ М.В.,  
КУЗНЕЦОВА О.Ю., ПЕТРОВОЙ Г.С.  
«ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ И АКТУАЛЬНЫЕ  
ЗАДАЧИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ»)**

*L. Stepanova*

*Moscow State Regional University*

**PRESERVATION AND STRENGTHENING OF STUDENTS' HEALTH  
IN PHYSICAL TRAINING INNOVATIONS  
(THE REVIEW OF MONOGRAPH OF E. GRYAZEVA, M. ZHUKOVA,  
O. KUZNETSOV, G. PETROVA "ASSESSMENT OF QUALITY  
OF PHYSICAL DEVELOPMENT AND ACTUAL PROBLEMS  
OF PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS")**

*Аннотация.* В статье представляет собой рецензию на вышедшую в 2013 г. коллективную монографию преподавателей Тульского государственного университета «Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов», которая посвящена научному и методическому обоснованию инновационного направления в физическом воспитании студентов – формированию системы оценки качества индивидуального физического развития. Статья написана в научно-публицистическом жанре «критика и библиография».

*Ключевые слова:* гуманизация педагогического процесса, вуз, физическое воспитание студентов, антропометрический контроль физического развития студентов, индивидуальное физическое развитие и функциональная тренированность студента.

*Abstract.* The article represents the review of the collective monograph 'Assessment of Quality of Physical Development and Actual Problems of Physical Training of Students' issued in 2013 by teachers of the Tula state university. The monograph is devoted to scientific and methodical justification of the innovative approach to the physical training of students, i.e. to the formation of a quality assessment system which assesses a student's individual physical development. The article is written in a scientific-journalistic genre 'criticism and bibliography'.

*Key words:* humanization of pedagogical process, institute of higher education, physical training of students, anthropometric control of students' physical development, individual physical development and student functional level of training.

Не приходится говорить о той роли в жизни любого школьника и студента, а в целом – и всего общества, которую играет физическая культура. Задача физического развития человека еще в древних цивилизациях была определена важнейшей составляющей гармоничного развития личности, которой она остается и сегодня, присутствуя в содержании общего и высшего

© Степанова Л.А., 2013.

образования как учебная дисциплина. Однако в современном социально-историческом контексте ее значение приобретает особую остроту в связи с такими негативными тенденциями, как гипертрофированная динамика развития информационного пространства общества, влекущая за собой биологически несообразный физиологии растущего организма ритм, культ пищевых пристрастий в ущерб духовным и физическим формам жизнебытия, малоподвижный образ жизни и др. Н еслучайно сегодня одним из приоритетов физического воспитания молодежи становится сохранение и укрепление её здоровья, без которых ни о какой личностной и профессиональной самореализации специалиста речь идти не может. Учитывая то, что заметной тенденцией последних лет стало снижение уровня физической готовности студентов к освоению очень емких по содержанию и затратных по времени освоения образовательных программ (особенно в свете стандартов последнего поколения), актуальность этой проблемы особенно усиливается в свете эффективного оздоровления и профилактики болезней студентов.

В образовательных стандартах физическая культура в высшем учебном заведении рассматривается как неотъемлемая часть не только профессиональной культуры будущего специалиста, но и в целом системы воспитания студентов в гуманистическом русле. Помимо этого, как учебная дисциплина, обязательная для всех специальностей, она является одним из средств оптимизации физического и психофизиологического состояния студентов в процессе их профессиональной подготовки.

Однако не секрет, что долгие годы основной акцент в физкультурной подготовке студентов делался не на сохранении их высокой работоспособности (как этого требует современная ситуация), а на выполнении определенного комплекса заданий программного характера, без учета такой важной составляющей, как исходные и перспективные возможности физических ресурсов студентов, знание которых особенно важно в период их

адаптации в новых условиях обучения. Вот почему обращает на себя внимание вышедшая в этом году книга, подготовленная авторским коллективом Тульского государственного университета Грязевой Е.Д., Жуковой М.В., Кузнецовым О.Ю., Петровой Г.С. **«Оценка качества физического развития и актуальные задачи физического воспитания студентов»**, которая посвящена научному и методическому обоснованию необходимости такого важного направления в физическом воспитании студентов, как формирование системы оценки качества индивидуального физического развития. Нет сомнений в том, что книга, написанная в жанре монографии, будет интересна каждому специалисту в области общей педагогики и частных методик прежде всего тем, что в ней раскрываются основные пути развития фактически нового направления в физическом воспитании студенчества, основанного на антропометрическими психолого-педагогическом обследовании индивидуального физического развития и функциональной тренированности студента. При этом важно отметить, что исследование производит впечатление благодаря глубине и достоверности анализа, широкой опоре на многолетние собственные наблюдения и опыт авторов, богатству исходного материала, что не вызывает сомнений в убедительности и доказательности полученных результатов.

Рецензируемая книга состоит из 3 глав, каждая из которых, несмотря на их тесную логическую взаимосвязь, имеет свою специфику. Название первой главы *«Антропометрический контроль физического развития и функциональной тренированности студентов (способ оценки условий и качества физического воспитания)»* точно отражает его содержание. Сначала авторы представляют широкий взгляд на необходимость использования в практике вуза способа оценки условий и качества физического воспитания, подчеркивая при этом его комплексный характер, что уже дает основание говорить об инновационности подхода в этой области. Такое утверждение подкрепляется 10-летним научно-методическим поиском авторского коллектива

ученых разных специальностей и направлений – врачей, биологов, судебных экспертов, социологов, специалистов в области математического анализа, а также профессиональных тренеров и спортсменов, работающих в Тульском государственном университете. На основе привлечения внушительного эмпирического материала, накопленного с 2006 г., дана оценка состояния физического развития современной учащейся молодежи и сформулированы актуальные педагогические задачи в системе физического воспитания студентов. В главе подробно рассматривается важный в контексте новых подходов к физическому воспитанию юношества вопрос соотношения универсальных медико-биологических стандартов с индивидуальным анатомо-физиологическим развитием студента, который, как показывает практика, является отнюдь не второстепенным. В связи с этим авторы предлагают брать за основу не показатели роста и веса, которые до сих пор используются в антропометрических исследованиях человека, а гармоничность физического развития обучающегося, что объективно расширяет видение индивидуального подхода к физическому воспитанию студентов.

Важным достоинством метода антропометрического контроля является то, что с его помощью возможно выстраивать систему дифференциации физического воспитания студентов не только средствами общей, но и адаптивной физической культуры, а это, безусловно, способствует профилактике конкретных физиологических дисфункций, которые, к сожалению, встречаются у студентов не так уж и редко.

Интересным в предлагаемой авторами методике, прежде всего, в общепедагогическом аспекте, является участие самих студентов в процессе антропометрического контроля пропорциональности конституциональной стеничности и гармоничности своего телосложения, который предусматривает обучение приемам обработки и анализа полученных результатов, что позволяет в последующем каждому студенту увидеть динамику его физического совершенствования,

проявляющегося в изменении качества и уровня индивидуальной функциональной тренированности. Этот методический прием повышает заинтересованность студента в улучшении своих собственных результатов и, таким образом, выступает стимулом для более активного участия в занятиях по физической культуре.

На основе целостного анализа метода антропометрического контроля авторы выделили основные его характеристики, позволяющие определить видение прикладного значения метода в перспективе практики физического воспитания в вузе, некоторые из которых, на наш взгляд, являются дискуссионными. Так, одна из характеристик метода – доступность, учитывая необходимость участия в диагностике и мониторинге изучаемого процесса специалистов различного профиля, требует и их наличия в вузе, и их профессионально-личностной заинтересованности и готовности к включению в этот процесс, что может быть достаточно затруднительным в силу ряда причин. В целом же весь представленный в главе материал воспринимается с большим интересом и, как было отмечено выше, носит инновационный характер.

В том же ключе написана и вторая глава «Оценка физического развития современной студенческой молодежи», в которой последовательно рассматривается технология оценки результатов антропометрического контроля физического развития и функциональной тренированности студентов как необходимого этапа полноценного педагогического процесса физического воспитания в современном вузе. Приведены способы дифференциации студентов не только по медико-клиническим показателям, но и по уровню и качеству индивидуального физического развития каждого конкретного обучающегося, т.е. таким образом врачебно-медицинский контроль, как утверждают авторы, дополняется педагогическим компонентом, включающим коррекцию средствами физического воспитания субъективных недостатков индивидуального телосложения и тренированности студента. Хочет-

ся согласиться с авторами в их утверждении о том, что в настоящее время в практике врачебно-педагогического контроля процесса физического воспитания обучающихся в достаточной мере реализуется только первая его составляющая, тогда как вторая – педагогическая – из-за отсутствия методик ее организации и проведения либо не реализуется полностью, либо отсутствует вовсе.

В главе приводятся сопоставительные примеры оценки физического развития студента при выполнении им физкультурно-спортивных нормативов с помощью методики антропометрического контроля, который, судя по результатам исследования, является более информативным и объективным. Само по себе это суждение, безусловно, выглядит убедительным, однако в данном контексте один вопрос все же оказался обойденным: каким образом с помощью предлагаемой методики можно осуществить ранжирование видов физкультуры и ее нормативов – адаптивной, традиционно используемой, спортивно-соревновательной и пр., и как должны соотноситься количественные критерии выполнения физкультурно-оздоровительных нормативов с качественными? Ответ на этот вопрос помогает лучше понять особенности позитивных изменений в индивидуальном физическом развитии студента, тем более, что сами авторы указывают на то, что используемые сегодня количественные критерии выполнения молодыми людьми формализованных физкультурно-спортивных нормативов не позволяют объективно и наглядно отобразить эту динамику. Однако, без всяких сомнений, представленный в главе материал ценен тем, что авторы наглядно с достаточной долей убедительности продемонстрировали возможности применения предлагаемой методики в практике высшей школы.

В третьей главе монографии «Актуальные задачи физического воспитания студентов» авторы предпринимая попытку научно-практического осмысления полученных результатов, акцентируя внимание на выявлении существенных проблем физического воспитания студентов. Целостный анализ

физического воспитания не столько как учебной дисциплины, а как важнейшей составляющей содержания педагогического процесса в вузе позволил авторам выявить и показать процесс приращения педагогического компонента в процессе физкультурных занятий на основе ярко выраженного индивидуального подхода.

Особо хочется поддержать авторов в их выводах, сформулированных на основе анализа результатов антропометрического обследования студентов Тульского государственного университета, касающихся подготовки обучающихся к восприятию соответствующих физических нагрузок и адекватной реакции на них, привитию им навыков контроля над самочувствием при выполнении физических упражнений, наглядного разъяснения необходимости коррекции телосложения средствами физического воспитания. Особое внимание в этом ключе, как совершенно справедливо отмечают авторы, должно уделяться первокурсникам, для которых самым трудным в вузе является период адаптации в учебном процессе. Это означает, что учебные занятия со студентами младших курсов по физической культуре должны носить комплексный и комбинированный характер, т.е. помимо комплекса упражнений, рассчитанных на всех здоровых по медицинским показаниям студентов, необходимо включать индивидуальные коррекционные упражнения, направленные на достижение каждым обучающимся общей гармоничности. Таким образом, авторами охвачены все возможные группы студентов, которые могут быть сформированы в результате оценки их физического развития и функциональной тренированности. Учитывая все более усложняющиеся условия обучения в высшем учебном заведении, авторы фиксируют внимание на современных задачах физического воспитания:

- дифференциации студентов по уровню индивидуального физического развития и функциональной тренированности;
- необходимости индивидуального антропометрического обследования каждого студента;

– изучении характера эмоционально-волевой мотивации к учебным занятиям по физической культуре и процессу физического воспитания в целом;

– формировании у студентов, вчерашних школьников, навыков динамической активности.

Отмечая новизну и актуальность авторских подходов, необходимо акцентировать вопрос, требующий доработки – это конкретные представления авторов о тех самых благоприятных условиях, которые способствуют гармонизации развития личности студента средствами физического воспитания: их характеристика, включая средства обучения, методическое обеспечение, воспитывающая сре-

да, оптимальное количество преподавателей, способных профессионально использовать предлагаемые подходы на практике. Отказ от специального анализа данного вопроса может оставить ощущение недоговоренности.

Однако не указанные недостатки определяют значение рецензируемой книги. Анализ ее содержания позволяет утверждать, что теория и практика профессионального образования пополнилась ценной работой, открывающей перспективные пути профессионального становления будущих специалистов в системе высшего профессионального образования средствами физического воспитания, гуманистический потенциал которого далеко не полностью востребован в вузе.