

Анализируя показатели, видим, что есть положительная динамика в развитии мышечного корсета. Мышцы спины обеспечивают устойчивую вертикальную позу; мышцы брюшного пресса, способствуют удержанию осанки; крепкий мышечный корсет обеспечивает защиту от травм.

Таким образом, можно сделать вывод, что разработанные комплексы упражнений, физкультурных занятий, комплексы коррекционной гимнастики, являются качественным средством предупреждения и устранения нарушения осанки, что является профилактикой развития дальнейших заболеваний.

Список литературы:

1. Береснева З.И. Здоровый малыш: Программа оздоровления детей в ДОУ. М., 2005.
2. Буцинская П.П., Васюкова В.И., Лескова Г.П – Общеразвивающие упражнения в детском саду. М.,1990.
3. Важенина В.В., Абрамова О.А., Беломоина И.Н., Кривошекова Т.Д. – Мониторинг физического здоровья и развития дошкольников. Т., 2009.
4. Вареник Е.Н. – Физкультурно – оздоровительные занятия с детьми 5 – 7 лет. М., 2008.
5. Галанов А.С. – Игры, которые лечат для детей от 3 года до 7 лет. М.,2007.

УДК 796.011

ИССЛЕДОВАНИЕ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА И ИХ ОТНОШЕНИЯ К ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ» В ТВОРЧЕСКОМ ВУЗЕ

Сомкин Алексей Альбертович

Санкт-Петербургский государственный институт кино и телевидения,
г. Санкт-Петербург, Россия

Аннотация: В статье представлены результаты ретроспективного исследования за десять лет состояния здоровья студентов, поступающих на первый курс творческого вуза. Особое внимание в работе уделено результатам анкетирования студентов-первокурсников на предмет их отношения к занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт» и её значения для будущей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: творческий вуз, студенты первого курса, дисциплина «Физическая культура и спорт», состояние здоровья, углублённое медицинское обследование, мотивация.

RESEARCH OF THE HEALTH STATUS OF FIRST-YEAR STUDENTS AND THEIR ATTITUDE TO THE DISCIPLINE "PHYSICAL CULTURE AND SPORT" IN THE CREATIVE UNIVERSITY

Somkin Alexey A.

St. Petersburg State University of Film and Television,
St. Petersburg, Russia

Annotation: The article presents the results of a retrospective study over ten years of the state of health of students entering the first year of a creative university. Special attention is paid to the results of the survey of first-year students on the subject of their attitude to classes in the discipline "Physical Culture and Sports" and its significance for future professional activity.

Key words: creative university, first-year students, discipline "Physical culture and sports", health status, in-depth medical examination, motivation.

Актуальность исследования. Выпускник вуза в современных условиях должен обладать в первую очередь всем необходимым ему спектром, как универсальных, так и специальных компетенций для успешного начала своей профессиональной деятельности по избранной им специальности. Достаточно большое количество профессий требует от выпускника вуза проявления не максимально возможных физических усилий, а достаточно точно рассчитанных и чётко скоординированных двигательных действий, что накладывает также на необходимость обладания повышенной психологической устойчивостью в стрессовых ситуациях. Поэтому выпускник должен иметь не только высокий уровень общей работоспособности, но также и гармоничное развитие основных физических качеств. Вместе с тем, достаточно многочисленные исследования, проведённые в различных регионах Российской Федерации, показывают, что состояние здоровья студентов, поступающих на первый курс в непрофильные вузы, в последние годы имеет тенденцию к неуклонному снижению [2, 3, 5, 10].

Однако выявлена и другая устойчивая тенденция. Исследования, которые были проведены со студентами непрофильных вузов различных направлений, показывают, что состояние здоровья поступающих на первый курс практически напрямую связано с уровнем их физической подготовленности, а также и тем насколько сильна у них мотивация к активным занятиям физической культурой или различными видами спорта в период обучения [4, 6]. Поэтому на стадии моделирования учебного процесса по физической культуре в вузе необходимо предусмотреть широкий выбор средств, отвечающих потребностям студентов.

Цель работы: провести ретроспективное исследование состояния здоровья студентов, поступавших на первый курс творческого вуза, и их мотивацию к занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Методы и организация исследования. Основные методы исследования:

- анализ литературных источников по вопросам состояния здоровья, уровня физического развития, физической подготовленности и мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов непрофильных вузов;
- мониторинг состояния здоровья студентов первого курса различных специальностей и направлений подготовки в творческом вузе;
- анкетирование отношения студентов первого курса творческого вуза к занятиям по дисциплине «Физическая культура и спорт».

Исследование проводилось на протяжении десяти лет (с 2011 по 2021 год) на основе анализа результатов медицинских обследований студентов очной формы обучения, которые поступали на первый курс в творческий вуз.

Результаты исследования. Медицинский контроль студентов, которые поступают на первый курс в вузы, является основополагающим для общей организации и начала проведения учебных или секционных занятий с данным контингентом [1]. По результатам медицинского обследования каждый студент должен получить заключение врачебной комиссии о состоянии его здоровья и определении в конкретную медицинскую группу. Только после прохождения

данной процедуры студент может быть, во-первых, допущен к практическим занятиям по физической культуре и, во-вторых, ему правильно будет даваться физическая нагрузка, соответствующая уровню его здоровья, которая должна положительно влиять на физическое развитие и функциональные возможности.

На кафедре физического воспитания вуза творческого профиля – Санкт-Петербургский государственный институт кино и телевидения (СПбГИКиТ) – проводится постоянный мониторинг состояния здоровья студентов, поступающих на первый курс очной формы обучения, начиная с 2011 года. По результатам данных исследований – по показателям углублённых медицинских обследований (УМО) был проведён их анализ и последующая систематизация [8]. Как итог, суммарное количество студентов, поступавших на первый курс нашего института (причём, независимо от избранной ими специальности или направления подготовки – бакалавриат) и уже имевших различные отклонения в состоянии их здоровья, в эти годы было всегда достаточно большим. Так, например, если говорить о процентном соотношении, определённом по результатам ретроспективного анализа УМО. В подготовительную группу (ПГ), специальную медицинскую группу «А» (СМГ «А») и полностью освобождённых от практических занятий по физической культуре (отнесены к СМГ «Б») в общей сложности определено:

- минимальное количество студентов – 36,3 % в 2015 году;
- максимальное количество студентов – 58,1 % в 2019 году.

В то же время, процентный состав студентов, поступавших на первый курс и отнесённых по результатам УМО к основной группе (ОГ) варьировался в следующих пределах, соответственно:

- минимальное количество студентов – 41,9 % в 2019 году;
- максимальное количество студентов – 63,7 % в 2015 году.

Параллельно с такими показателями, отмеченными за четыре года (с 2016 по 2019 годы), была определена ещё одна тревожная тенденция. В эти годы при УМО было выявлено, что достаточно высок процент студентов-первокурсников по состоянию здоровья отнесённых к СМГ «А». Он стабильно составлял десять и более процентов, достигнув наивысшего показателя в 2019 году, – 10,6 %.

Следующий довольно негативный показатель, который был отмечен по результатам ретроспективных исследований (с 2011 по 2019 год), – это стабильно высокий процент студентов-первокурсников, отнесённых к ПГ. Он постоянно составлял 30 % и выше. Исключением был лишь 2017 год – 29,9 %. Однако своих пиков этот показатель стал достигать уже в следующие годы:

- количество студентов, отнесённых к ПГ в 2018 году – 44,5 %;
- количество студентов, отнесённых к ПГ в 2019 году – 46 %;

Таким образом, за весь период наблюдений в эти два года количество студентов, отнесённых к ПГ, превысило количество тех, кто по результатам УМО был определён в ОГ: в 2018 году – на 0,5 %; в 2019 году – на 4,1 %.

Однако в следующие два года результаты УМО констатировали уже достаточно резкое ухудшение состояния здоровья студентов, поступавших на первый курс института по сравнению со всеми предыдущими показателями. В

2020 году количество студентов-первокурсников, отнесенных к ОГ, составило всего лишь 9 % от общего числа обследованных. В следующем 2021 году данный показатель был незначительно улучшен – 11 %. Ниже приведём общие результаты УМО студентов, которые поступили на первый курс очной формы обучения в СПбГИКиТ по всем специальностям (специалитет) и направлениям подготовки (бакалавриат) в эти два года.

2020 год:

- общее число обследованных студентов – 311 человек (100 %);
- студенты, отнесённые по результатам УМО к ОГ – 28 человек (9 %);
- студенты, отнесённые к ПГ – 238 человек (76,5 %);
- студенты, отнесённые к СМГ «А» – 30 человек (9,7 %);
- студенты, отнесённые к СМГ «Б» – 15 человек (4,8 %).

2021 год:

- общее число обследованных студентов – 389 человек (100 %);
- студенты, отнесённые по результатам УМО к ОГ – 42 человека (11 %);
- студенты, отнесённые к ПГ – 317 человек (81,5 %);
- студенты, отнесённые к СМГ «А» – 17 человек (4,5 %);
- студенты, отнесённые к СМГ «Б» – 13 человек (3 %).

Таким образом, даже по сравнению с предыдущими 2018 и 2019 годами, в последние два года проводившегося мониторинга отмечено достаточно резкое снижение количества студентов, поступающих в институт, у которых по результатам УМО не было выявлено отклонений в состоянии здоровья – это, соответственно всего лишь 9 и 11 процентов. С другой стороны, подавляющее большинство студентов-первокурсников было отнесено к ПГ – 76,5 % и 81,5 %. Положительным моментом в данной статистике может быть лишь тот факт, что большинство студентов, отнесённых к ПГ, имели незначительные отклонения от нормы в состоянии своего здоровья. Эти отклонения могли быть связаны либо с физиологическими причинами (продолжающийся рост и формирование организма в данный возрастной период), либо с недостаточным уровнем их физического развития. Это может быть напрямую связано с пандемией COVID-19 и дистанционным характером обучения в средней школе с пониженным в таких условиях уровнем общей двигательной активности. Как правило, такие студенты-первокурсники являются, в основном, здоровыми молодыми людьми. Однако они могут иметь какие-либо незначительные морфофункциональные отклонения или обладать недостаточным для своего возраста уровнем общей физической подготовленности и развития определённых физических качеств.

Результаты УМО студентов, поступивших на первый курс в СПбГИКиТ с 2017 по 2021 год, представлены на рисунке 1.

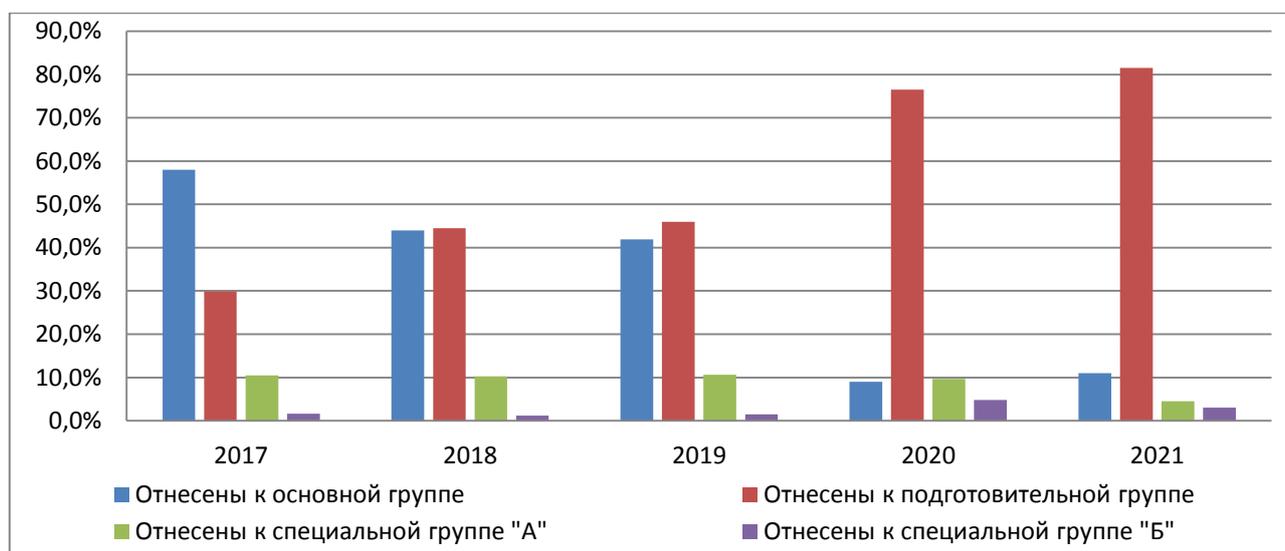


Рис. 1. Результаты УМО студентов первого курса СПбГИКиТ в 2017–2021 годах, %

Вместе с тем, как выявили наши исследования, такое состояние здоровья абсолютного большинства студентов, поступающих на первый курс института, усугубляется отсутствием у них необходимой мотивации. Причём не только к систематическим занятиям различными формами физической культуры или доступными для них видами спорта, но и, что ещё более тревожно, к ведению, в частности, в период обучения в институте здорового образа жизни. Среди студентов-первокурсников 2021 года проводилось анкетирование «Мотивация к занятиям физической культурой и её роль в освоении будущей профессии».

На вопрос анкеты «Насколько важной дисциплиной для Вас является «Физическая культура и спорт»?» менее половины опрошенных студентов (45 %) ответили, что «важной», и всего 12,5 % – «очень важной». С другой стороны: по 20 % респондентов ответили, что «не очень важной» или же «затрудняюсь ответить». Для 2,5 % студентов-первокурсников дисциплина «Физическая культура и спорт» оказалась «абсолютно не важной». На вопрос анкеты «Считаете ли Вы, что хороший уровень физической подготовленности положительно влияет на освоение будущей профессии?» лишь немного больше половины студентов (57,5 % респондентов) ответили положительно («Да»). В то же время 27,5 % опрошенных студентов ответили отрицательно («Нет»), а затруднились ответить на данный вопрос 15 % респондентов. Здесь следует отметить, что у представителей творческих специальностей, как определяется в ряде исследований, был «выявлен значительный уровень нигилизма в области физкультурно-спортивной деятельности» [7]. У таких студентов, начиная уже с первого курса, мотивация направлена в сферу их профессиональных интересов.

Такой «физкультурный нигилизм» может накладываться на достаточно серьёзное падение состояния здоровья студентов, поступающих на обучение различным творческим профессиям. Так, например, в Санкт-Петербургской государственной консерватории была выявлена следующая тенденция. С 2010 по 2020 годы количество студентов, отнесённых к СМГ, увеличилось на 26,1 % и достигло целых 38 % от общего количества обучающихся [9].

Выводы. 1. Результаты проведённых исследований по определению состояния здоровья студентов-первокурсников, поступающих в творческий вуз, – Санкт-Петербургский государственный институт кино и телевидения – показывают следующие сложившиеся за последние годы закономерности:

– достаточно резкое снижение, начиная ещё с 2018 года, количества студентов, отнесённых по состоянию здоровья к основной группе, особенно усугубившееся в 2020 и 2021 годах, когда таких первокурсников стало только лишь около 10 % от всех поступивших в вуз;

– стремительный рост числа студентов-первокурсников, отнесённых по результатам УМО к подготовительной группе в эти же годы, – максимально до 81,5 % в 2021 году, что, том числе, может быть напрямую связано с вынужденным ограничением их двигательной активности, вызванной COVID-19 и дистанционным характером обучения в средней школе.

2. Неудовлетворительное состояние здоровья абсолютного большинства студентов-первокурсников, ежегодно поступающих в вуз, усугубляется, кроме того, либо отсутствием у многих из них осознанной мотивации, либо же нейтральным отношением (до 42,5 %) к систематическим занятиям различными формами физической культуры или доступными для них видами спорта. Это связано с тем фактом, что студенты, поступая в творческий вуз и начиная уже с первого курса, хотят целенаправленно развиваться в сфере профессиональных интересов, зачастую пренебрегая ведением здорового образа жизни. Поэтому такое пренебрежение, наложенное на стрессовую ситуацию первых месяцев обучения в вузе, может вызвать у студентов естественное снижение уровня их работоспособности и сопротивляемости организма по отношению к различным неблагоприятным факторам окружающей среды.

3. Организация практических учебных или секционных занятий по «Физической культуре и спорту» в непрофильном (творческом) вузе должна быть ориентирована на следующие основные составляющие:

– оздоровительная направленность занятий с преимущественным развитием основных физических качеств и базовых двигательных навыков;

– использование физических нагрузок на занятиях, по возможности, доступных для большинства студентов с учётом их гендерного статуса (юноши или девушки) и имеющегося уровня общей физической подготовленности;

– максимально возможное использование на занятиях различных видов спорта, направлений фитнеса и профессионально-прикладной физической культуры, которые будут способствовать повышению у студентов мотивации к осознанному посещению таких занятий, с учётом морфофункциональных и психологических особенностей контингента обучающихся в творческом вузе.

Список литературы

1. Аладиева, Н. В. Правовое и фактическое положение медицинского контроля как средства обеспечения безопасности физкультурно-спортивной деятельности студентов / Н. В. Аладиева // Культура физическая и здоровье. – 2021. – № 4 (80). – С. 6–9.
2. Анализ показателей уровня физического развития и физической подготовленности студентов Дальневосточного государственного медицинского университета / П. В.

- Бородин, Т. В. Моор, Н. А. Цуман, А. Г. Тютюков, А. А. Небураковский, А. В. Захаров // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 44–50.
3. Богданов, О. А. Анализ состояния здоровья студентов первого курса РГПУ им. А. И. Герцена / О. А. Богданов, Ю. Б. Кузьмина // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Герценовские чтения»: в 2 т. – Секции 1, 2. – СПб.: Издательство РГПУ им. А. И. Герцена, 2021. – С. 160–164.
 4. Исследование взаимосвязи физической подготовленности, здоровья студенток с мотивацией к физкультурной деятельности / В. П. Каргаполов, А. В. Хотимченко, А. П. Колесникова, А. П. Симонов, С. К. Золотарев // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2020. – № 12 (190). – С. 83–88.
 6. Кизько, Е. А. Состояние здоровья и физической подготовленности современной студенческой молодёжи / Е. А. Кизько, О. А. Соколова, А. П. Кизько // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 9 (199). – С. 121–128.
 7. Кубиева, С. С. Физическая подготовленность и физическое развитие студентов вузов различного профиля / С. С. Кубиева, Т. А. Ботагариев, Е. Т. Жетимеков // Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта. – 2018. – № 2 (9). – С. 26–49.
 8. Отношение студентов творческих специальностей и направлений подготовки к физической культуре и спорту / А. С. Болдов, К. Б. Илькевич, А. В. Гусев, М. Р. Шакиров, Д. А. Иванов // Учёные записки университета имени П. Ф. Лесгафта. – 2021. – № 10 (200). – С. 445–449.
 9. Сомкин, А. А. Совершенствование образовательного процесса по физическому воспитанию студентов в высшем учебном заведении творческого профиля: монография / А. А. Сомкин, Т. В. Састамойнен, В. С. Степанов. – СПб.: Издательство СПбГИКиТ, 2021. – 217с.
 10. Трунин, В. В. Особенности влияния прикладной физической подготовки на эффективность обучения профессии музыканта / В. В. Трунин, А. С. Иванов // Физическая культура и спорт в образовательном пространстве: инновации и перспективы развития: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции «Герценовские чтения»: в 2 т. – Секции 1, 2. – СПб.: Издательство РГПУ им. А.И. Герцена, 2021. – С. 378–382.
 11. Физическое саморазвитие студентов непрофильного вуза как необходимость современной молодёжи / Т. А. Сагиев, Х. Х. Альжанов, М. А. Мальцева, Т. А. Седелникова // Известия ТулГУ. Физическая культура. Спорт. – 2018. – № 3. – С. 72–76.

УДК 796

ОЦЕНКА УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ УРОКАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Стародубцева Ирина Викторовна,
Вальтер Даниил Вячеславович**

Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия

Аннотация: В статье представлено содержание опросника, разработанного для оценки удовлетворённости учащихся 10-11 классов содержанием, условиями и организацией учебного процесса по физической культуре в школе. Результаты исследования позволяют дополнить систему оценки качества учебного процесса по предмету «Физическая культура» в общеобразовательной школе и могут быть использованы для реализации управленческих решений.