

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ПОЛІСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ
ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ**

Монографія

за загальною редакцією
заслуженого діяча науки і техніки України,
доктора педагогічних наук, професора Г. П. Грибана

Житомир – «Рута» – 2020



УДК 796.011.3

Ф 50

Рецензенти:

Ахметов Р. Ф. – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, завідувач кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання та спорту ЖДУ ім. І. Франка, заслужений працівник фізичної культури і спорту України;

Пронтенко К. В. – доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки і спорту ЖВІ імені С.П. Корольова, заслужений майстер спорту України, заслужений тренер України;

Кузнєцова О. Т. – доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичної культури та спорту ЗО «Поліський національний університет», Республіка Білорусь.

*Рекомендовано до друку
вченою радою Поліського національного університету
(протокол № 4 від 28 жовтня 2020 року).*

The monograph examines the historical and modern aspects of the physical education of school and university students, the state of health, the physical development and physical fitness of the students of Ukrainian higher educational institutions, the physical education at higher military education institutions, health-promoting technologies, etc.

For the teachers, students and research students of higher education institutions, school teachers and scientists interested in physical education.

Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія за загальною редакцією проф. Г. П. Грибана. Житомир: Рута, 2020. 384 с.

ISBN 978-617-581-453-6

У монографії розглянуто історичні і сучасні аспекти фізичного виховання учнівської і студентської молоді, стан здоров'я, фізичного розвитку і фізичної підготовленості студентів вищих освітніх закладів України, питання фізичного виховання у вищих військових освітніх закладах, здоров'язбережувальні технології тощо.

Для викладачів, аспірантів і студентів закладів вищої освіти, вчителів шкіл та науковців, які цікавляться питаннями фізичного виховання.

© ПНУ, 2020

© Автори статей, 2020

© ПП "Рута", 2020

ISBN 978-617-581-453-6

АНАЛИЗ СОВРЕМЕННЫХ ТЕНДЕНЦИЙ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

**Кузнецова Е. Т., Яковлев А. Н., Савко Э. И.,
Герасевич А. Н., Пархоц Е. Г.**

Повышение эффективности физического воспитания студентов является одной из наиболее актуальных социально значимых проблем физического и, связанного с ним, нравственного оздоровления нации средствами физической культуры и спорта [2]. Вместе с тем многочисленными исследованиями специалистов выявлено несоответствие эффективности физического воспитания в высшей школе уровню, предъявляемых к нему социальных требований, физкультурным и спортивным интересам, потребностям студентов (В.А. Капранова, В.А. Коледа, О.Л. Лойко, Г.И. Нарский, В.М. Наскалов и др.). В наибольшей степени это относится к учебному процессу в специальном учебном отделении (СУО) (Д.В. Жамойдин, О.П. Маркевич, Э.И. Савко, Т.Е. Старовойтова и др.).

Для решения указанной проблемы необходимо рационально использовать в процессе ФВ студентов СУО оздоровительную систему, отвечающую ряду требований: оздоровление средствами физической культуры и нивелирование последствий перенесенных заболеваний; учет специфики учреждения образования (УО), кадровое и методическое обеспечение, востребованность у студентов, средства их мотивации к практико-ориентированным физкультурно-оздоровительным занятиям, возможность эффективно развивать профессионально значимые физические качества [9, 15, 16, 22, 33]. Важным компонентом модернизации современной системы физического воспитания является создание технологий, включающих эколого-валеологические знания и практические подходы, позволяющие обеспечивать формирование физического здоровья при различных отрицательных воздействиях окружающей среды [20, 32].

В современной стратегии развития Республики Беларусь актуализируется значимость здоровья молодого поколения, являющегося основой физического и социального благополучия, условием и базисом полноценного

становления гражданина. В семи основных приоритетах проекта Стратегии развития государственной молодежной политики на 2020–2030 гг. – образование, труд, семья, общественное участие, досуг и творчество, безопасность, – которые соотносятся с основными сферами жизнедеятельности молодежи, выделяется и здоровье [21]. «Вопросы сохранения здоровья молодежи являются одними из ключевых в иерархии социальных ценностей современного общества. В Республике Беларусь огромное значение придается физическому воспитанию подрастающего поколения, оздоровлению нации, повышению долголетия и продления творческой жизни» [21]. В настоящее время ценность здоровья актуальна в связи с довольно сложной и противоречивой медико-демографической ситуацией, требующей проведения долгосрочной и научно-обоснованной демографической политики, основанной в первую очередь на улучшении уровня жизни населения [2, 11].

Студенты – это социальный слой населения, который можно отнести к группе повышенного риска. Адаптация к физиологическим и анатомическим изменениям, связана с биологическими процессами созревания, где высокая психоэмоциональная и умственная нагрузка усложняет механизм приспособления к новым условиям проживания и обучения. В таких условиях формирования межличностных взаимоотношений вне семьи происходит ухудшение адаптации студентов, следствием чего являются серьезные медицинские и социально-психологические проблемы, возникающие в той или иной форме у студентов [4].

В настоящее время количество студентов, включенных по состоянию здоровья в СУО, в Республике Беларусь составляет от 20,6 % до 50,6 % от общего числа занимающихся [8, 19, 29 и др.], что подтверждают данные педагогов белорусских учреждений высшего образования (УВО) (О.В. Климович, А.Н. Королевич, Т.В. Мискевич, Э.И. Савко, Т.Е. Старовойтова и др.), и эти показатели растут. Так, Т.Е. Старовойтова, Т.В. Мискевич указывают на то, что увеличивается численность студентов СУО, при этом остается неизменной тенденция преобладания заболеваний опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, заболеваний органов зрения, почек и желудочно-кишечного тракта [30]. Ученые О.З. Блавт, И.Р. Бондар, С.В. Гаркуша, Г.П. Грибан, А.Д. Дубогай, Л.И. Иванова, Н.А. Носко, С.И. Присяжнюк, Л.П. Сущенко и др. отмечают подобную тенденцию в Украине.

В последние годы вызывают интерес работы, связанные с изучением проблем здоровья и здорового образа жизни в рамках образовательного процесса в вузах Белоруссии:

- обсуждаются общие вопросы здоровья студенческой молодежи (С.Л. Володкович, Е.В. Володкович, О.Л. Лойко, Т.В. Мискевич, Г.И. Нарскин, В.М. Наскалов, О.В. Савицкая, Т.Ф. Торба и др.);

- разрабатываются методические подходы к оценке уровня здоровья студентов (С.Л. Володкович, Е.В. Володкович, А.Н. Герасевич, В.А. Коледа, Т.В. Мискевич, Т.Е. Старовойтова, Т.Ф. Торба и др.);

- исследуется влияние различных факторов на формирование здоровья и здорового образа жизни студентов (Т.В. Мискевич, В.М. Наскалов, Т.Е. Старовойтова, В.В. Храмов, А.Н. Яковлев и др.);

- ведется анализ распространения алкоголизма, наркомании, табакокурения в студенческой среде (А.Г. Виницкая, О.С. Зиматкина, Е.А. Кечина, А.В. Козловский, И.И. Коноразов, А.А. Кралько, В.В. Лелевич, Э.И. Савко и др.);

- изучаются характер и уровень валеологических знаний студентов (Т.С. Борисова, Е.В. Волох, О.Л. Лойко, Е.В. Рябова, М.М. Солтан и др.);

- анализируются особенности самосохранительного поведения студентов (Э.И. Савко, А.Н. Яковлев и др.).

В контексте нашего исследования также большой интерес представляют диссертационные работы белорусских авторов (Л.Н. Башкова, Т.С. Демчук, И.И. Капалыгина, В.В. Клинов, О.П. Маркевич, Н.В. Самусева и др.).

Таким образом, несмотря на повышенный интерес к вопросам физической культуры со стороны государства, проявляющийся в содержании соответствующих нормативно-правовых актах, установлена отрицательная динамика в состоянии здоровья студенческой молодежи. Ученые утверждают, что в последние годы прослеживается тенденция в преобладании определенных заболеваний в студенческой среде.

В Белоруссии, вследствие совпавших по времени трансформационных процессов в экологическом, экономическом и политическом развитии резко обострилась демографическая ситуация, и с 1995 года установился режим воспроизводства населения, не обеспечивающий простого замещения поколений людей [11, с. 23]. Проанализированные нами показатели уровня смертности свидетельствуют, что доля смертельных случаев от болезней сердечно-сосудистой системы в последние годы превысила 50,0 % от общего числа умерших [11, с. 21]. На втором месте находятся смертельные случаи от злокачественных новообразований, доля которых растет и уже составляет ежегодно около 15,0 % [11, с. 21]. На третьем месте находится смертность от внешних причин, среди которых доминируют самоубийства, отравление алкоголем и транспортные средства [11, с. 22].

Неутешительные данные и в Украине. Численность населения страны за 2019 год уменьшилась на 250,8 тысяч человек, тогда как годом ранее – на 233 тысячи [12]. Так, на 1 января численность наличного населения в Украине составляла 41902,4 тысяч человек. Таким образом, за декабрь население сократилось на 20,3 тысячи. Так же, как и в Белоруссии, остается существенным превышение количества умерших над количеством рожденных: на 100 умерших – 53 рожденных.

Проведенный анализ уровня общей заболеваемости населения Белоруссии за период с 2011 по 2018 годы свидетельствует о тенденции к ее снижению практически в два раза [31, с. 133]. В тоже время вызывает тревогу рост онкологических больных, число которых увеличилось за аналогичный период с 42300 случаев до 52600 [31, с. 138]. На решение демографических

проблем страны были нацелены Национальные программы демографической безопасности Республики Беларусь на 2007–2010 гг. и 2011–2015 гг., а в настоящее время реализуется уже третья Государственная программа о демографической безопасности на 2016–2020 гг. «Здоровье народа и демографическая безопасность» [2]. Целью данной программы является стабилизация численности населения и увеличение ожидаемой продолжительности жизни. Одной из главных задач – улучшение репродуктивного здоровья населения, снижение заболеваемости и смертности за счет формирования здорового образа жизни [2].

Учитывая сложившуюся ситуацию, в последние годы в Республике Беларусь также разработаны нормативно правовые акты, касающиеся сохранения и укрепления здоровья молодежи, изданы ряд документов, направленные на совершенствование системы физического воспитания студентов:

- Закон Республики Беларусь от 04.01.2014 № 125-3 «О физической культуре и спорте» (с изменениями и дополнениями);

- Государственная программа развития физической культуры и спорта в Республике Беларусь на 2016–2020 годы, утвержденная Постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 12.04.2016 № 303 (с изменениями и дополнениями);

- типовая учебная программа для высших учебных заведений «Физическая культура», утвержденная Министерством образования Республики Беларусь 26.06.2017 г. регистрационный № ТД-СГ. 025/тип;

- инструкция о работе кафедр физического воспитания и спорта высших учебных заведений, утвержденная Постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 27.12.2006 № 130;

- постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.07.2010 № 92 «Об установлении форм «Медицинская справка о состоянии здоровья», «Выписка из медицинских документов» и утверждении Инструкции о порядке их заполнения»;

- постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.06.2014 № 38 «Об утверждении Инструкции о порядке распределения обучающихся в основную, подготовительную, специальную медицинскую группы, группу лечебной физической культуры»;

- постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 30.06.2014 № 49 «Об установлении перечня медицинских противопоказаний к занятию видами спорта и признании утратившим силу постановления Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 27 мая 2011 г. № 47»;

- правила безопасности проведения занятий физической культурой и спортом, утвержденные Постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 06.10.2014 № 61;

- санитарные нормы и правила «Санитарно-эпидемиологические требования для учреждений высшего образования и учреждений допол-

нительного образования взрослых», Постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 29.10.2012 № 167 (с изменениями и дополнениями) и др.

Целью преподавания учебной дисциплины «Физическая культура» в УВО является формирование социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих использование средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [5]. Дисциплина «Физическая культура» относится к циклу «Дополнительные виды обучения», является обязательной для студентов непрофильных специальностей при реализации образовательных программ высшего образования I ступени в дневной форме получения образования. Учебные занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» планируются в течение периода обучения студентов в университете за исключением выпускного курса. Образовательный процесс осуществляется на основании учебной программы для высших учебных заведений «Физическая культура» для групп специального учебного отделения [4, 9] и направлен на:

- избирательность средств (подбор и дозирование упражнений) с учетом показаний и противопоказаний при заболеваниях студентов;
- формирование у студентов волевых компонентов, интереса, активности и объективной потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- принятие и усвоение студентами знаний по методике использования средств физической культуры и спорта в профилактике заболеваний, по контролю физического и функционального состояния организма;
- укрепление здоровья, коррекцию телосложения и осанки, повышение функциональных возможностей, устойчивости организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды [9].

Аттестация студентов, обучающихся в СУО («зачет» в каждом семестре на протяжении всех курсов, кроме выпускного), проводится по общим требованиям, с учетом их медицинских показаний. Из программных требований практического раздела исключаются те виды контрольных нормативов физической подготовленности, которые противопоказаны по состоянию здоровья.

Состояние здоровья представляет собой динамический процесс, который постоянно меняется под воздействием внешних и внутренних факторов, сочетанное влияние которых может приводить как к его ухудшению, так и улучшению. Поэтому оценка состояния здоровья студентов является обязательной частью учебной программы по физическому воспитанию. Сведения о состоянии здоровья в настоящее время можно получить из трех источников информации:

- показатели заболеваемости (первичной и общей) по обращаемости в амбулаторно-поликлинические учреждения по месту жительства и/или в студенческие поликлиники;

- результаты плановых профилактических медицинских осмотров студентов;
- данные научных исследований, проведенных научными коллективами в отдельных учебных заведениях.

Более объективными показателями состояния здоровья являются данные углубленных медицинских осмотров при проведении научных исследований [3]. По данным научных исследований, посвященных психолого-педагогическим, социальным, экологическим и философским аспектам здоровья, отчетам кафедр и факультетов УВО Республики Беларусь, здоровыми можно считать не более 15,0 % выпускников школ и 20,0 % студентов [25, с. 13; 26].

По результатам статистического анализа, проведенного в рамках исследования в Полесском государственном университете (ПолесГУ) процентное соотношение студентов СУО к общему количеству студентов I–III курсов дневной формы обучения в 2018/19 уч. г. составило 6,48 %, в 2019/20 уч. г. – 7,41 % [34]. Очевидно преобладание девушек (69,81 %) в общей численности студентов, занимающихся в СУО. Наши исследования дополняют данные 2012 года – 80,0 % девушек СУО [14].

В Могилевском государственном университете (МГУ) имени А.А. Кулешова количественный состав СМГ за последние 20 лет возрос с 16,0 % до 36,4 % [28, 29]. В период с 1996 по 2006 годы наблюдалось наибольшее число заболеваний органов зрения – 29,0 %, на втором месте по частоте случаев были заболевания сердечно-сосудистой системы и органов дыхания – 23,0 %, далее по 19,0 % – мочеполовая система и желудочно-кишечный тракт, а в прочие, составляющие 10,0 %, попали заболевания щитовидной железы, ожирение, сахарный диабет и др. С 2006 по 2016 годы «лидерство» заболеваний изменилось. Наибольший процент «показали» заболевания опорно-двигательного аппарата (30,7 %), на втором месте заболевания органов зрения (29,3 %), затем – сердечно-сосудистой системы и органов дыхания (21,6 %), мочеполовая система и желудочно-кишечный тракт (13,9 %) [28, 29].

Так, в начале учебного года из 475 студентов I курса МГУ в основную группу было зачислено 173 человека, что составило 36,4 %, в подготовительную – 146 (30,7 %), в специальную – 125 (26,3 %), в группу лечебной физической культуры – 3 (0,6 %) и 28 студентов (5,9 %) полностью освобождены от практических занятий по физической культуре. Причем, число студенток с отклонениями в состоянии здоровья на гуманитарных факультетах в среднем в 1,8 раза выше: на факультете педагогики и психологии детства – 37,3 % [29]. В 2018/19 уч. г. количество студентов СМГ на факультетах различно и находится в пределах от 20,6 % до 32,7 %.

В зависимости от преимущественного поражения той или иной физиологической системы, все заболевания студентов МГУ были объединены в шесть наиболее встречающихся групп заболеваний: опорно-двигательного аппарата – 35,9 %, сердечно-сосудистой системы – 29,5 %, органов зрения – 21,8 %, желудочно-кишечного тракта – 4,5 %, мочеполовой системы – 3,2 %

и прочие – 5,1 %. По данным ученых, большая часть заболеваний приходится на те функции организма, которые в наибольшей степени являются жизнеобеспечивающими системами организма, определяют уровень общей работоспособности [28, 29].

По данным медицинского осмотра проведен анализ состояния здоровья студентов УВО Республики Беларусь (табл. 1).

Таблица 1

Распределение студентов учреждений образования Республики Беларусь по состоянию здоровья на группы для занятий физической культурой¹ (в %)

Учреждение образования	Год	Группы						Всего
		Спорт. совершенствования	Основная	Подготовительная	СМГ	ЛФК	Освобожденные	
Полес ГУ ²	2018	–	41,38	48,69	7,39	1,27	1,27	1259 (I–III курс)
	2019	–	42,84	47,31	8,11	0,21	1,54	1431 (I–III курс)
БТЭУ	2012	–	55,00	17,00	25,00	1,00	1,00	426 (I курс)
МГУ им. А. А. Кулешова	2018	–	36,40	30,70	26,30	0,60	5,90	475 (I курс)
БГТУ	2017	8,40	73,40	–	16,90	0,90	0,40	1509 (I курс)
	2015	4,80	70,00	–	24,0	1,0	0,20	4913 (I–IV курс)
	2018	5,10	70,20	–	23,40	1,10	0,20	4938 (I–IV курс)
ГГТУ им. П. Сухого	2012	–	69,00	20,00	9,00	1,00	1,00	724 (I курс)
	2013	9,00	67,00	11,00	13,00	–	–	2186 (I–IV курс)
ВГУ им. П.М. Машерова	2016	–	47,50	25,40	20,50	–	6,60	1867 (I–IV курс)
БГУ (Минск)	2019	8,67	29,86	26,6	29,6	14,0	1,27	11490 (I–IV курс)
	2020	8,68	29,03	28,10	28,59	12,3	3,3	11505 (I–IV курс)
БарГУ	2017	6,69	81,72	–	11,59	–	–	1346
	2018	6,77	81,95	–	11,28	–	–	1330
	2019	6,43	82,14	–	11,43	–	–	1400

¹ В таблице приведены данные в соответствии с их интерпретацией в цитированной научной литературе.

² Результаты медицинского осмотра на 19.03.2020 г. предоставлены сотрудниками учебно-медицинского центра Полес ГУ.

Результаты исследования состояния здоровья студентов Белорусского государственного медицинского университета (БГМУ), поступивших на I курс (516 человек), показали, что число полностью здоровых студентов составляет 11–13,0 %, различные морфофункциональные отклонения имеют 67–75,0 % студентов, хронические заболевания – 15–20,0 %. К окончанию УО около 45,0 % выпускников имеют хронические заболевания, 50,0 % – функциональную патологию [25].

Анализ справок врачебно-консультативной комиссии 4076 студентов Барановичского государственного университета (БарГУ) в 2017–2019 гг. позволил установить количественный состав групп для занятий физической культурой: основная и подготовительная – 81,94 % (3340 чел.); группа спортивного совершенствования – 6,63 % (270 чел.); СМГ – 11,43 % (466 чел.) (табл. 1).

Количественный состав групп студентов-первокурсников в 2012/13 уч. году для занятий физической культурой УО «Белорусский торгово-экономический университет потребительской кооперации» (БТЭУ) и УО «Гомельский государственный технический университет им. П. Сухого» (ГГТУ) по данным [23] представлен в табл. 1.

Результаты медицинского осмотра студентов в 2013/14 уч. году в УО «ГГТУ им. П.О. Сухого» доводят, что численность студентов (с I по IV курс), посещающих занятия по физической культуре, составила 2186 человек. В основное отделение зачислены 1483 человека (67,0 %); в отделение спортивного совершенствования – 195 человек (9,0 %); в подготовительное – 230 (11,0 %); в специальное – 278 (13,0 %) [8]. Анализ справок врачебно-консультативной комиссии студентов УО «ГГТУ им. П.О. Сухого» свидетельствует о том, что лидирующее место среди заболеваний у студентов занимают нарушения опорно-двигательного аппарата – 34,0 %; заболевания органов зрения (аномалии рефракции) – 17,0 %; сердечно-сосудистой системы – 16,0 %; нервной системы – 9,0 %; желудочно-кишечного тракта – 6,0 %; заболевания дыхательной, мочеполовой и эндокринной систем составляют по 5,0 %; ЛОР-заболевания – 3,0 % [8].

В УО «Витебский государственный университет имени П. М. Машерова» (ВГУ) исследование проводилось в сентябре-ноябре 2016 года. Приняли участие студенты I–III курсов педагогического (n=187), юридического (n=246), биологического (n=223), исторического (n=130) факультетов, факультета математики и ИТ (n=298), факультета социальной педагогики и психологии (n=174); I–IV курсов – филологического (n=443) и художественно-графического (n=166) факультетов. Всего – 1867 студентов университета [13].

Как замечает автор [13], по сравнению с прошлыми годами произошло увеличение количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья и занимающихся физической культурой в СМГ – 383 чел. (20,5 %). Подобная динамика наблюдается и в группе освобожденных по состоянию здоровья – 121 чел. (6,6 %). В данных группах студентов (504 чел.) среди

заболеваний в «лидерах» – сколиоз различной степени – 144 студента (28,57 %), миопия различной степени – 108 (21,43 %), СВД (сосудистая дистония) – 55 (10,91 %), малая аномалия сердца (МАС) – 48 (9,52 %), пролапс митрального клапана – 32 (6,3 %), вегето-сосудистая дистония – 22 (4,37 %), нефроптоз – 18 (3,57 %) и т. д. Всего по результатам медицинского заключения у студентов диагностировано более 40 различных заболеваний. Наибольшее количество студентов университета, зачисленных в СМГ и освобожденных от занятий, обучается на биологическом (26,0 % и 7,0 % соответственно), историческом (31,0 % и 7,0 %) факультетах и на факультете социальной педагогики и психологии (23,0 % и 10,0 %).

Данные медицинского осмотра середины 90-х годов прошлого столетия свидетельствуют, что в то время в ВГУ имени П.М. Машерова 80,0 % студентов по состоянию здоровья были зачислены в основную и подготовительную медицинские группы, 16,0 % – в специальную, 4,0 % – освобожденные от практических занятий физической культурой [13].

Анализ состояния здоровья студентов-первокурсников УО «Белорусский государственный технологический университет» (БГТУ) в 2017/18 уч. г. выявил аналогичный состав студентов СМГ – 255 из 1509 студентов (16,9 %), ЛФК – 14 (0,9 %), освобожденных от занятий – 6 человек (0,4 %). Таким образом, в СУО было зачислено 275 чел. (18,2 %) [6, 7]. Но в показателях распределения студентов I–IV курсов БГТУ на группы для занятий физической культурой в 2015/16 уч. г. и 2018/19 уч. г. имеются существенные различия. Так, в 2015/16 уч. г. количественный состав СМГ университета увеличился за счет студентов старших курсов – 24,0 %, в 2018/19 уч. г. – 23,4 % [7].

Данные исследования свидетельствуют, что за время обучения у студентов высшей школы происходит дальнейшее ухудшение здоровья, обусловленное как объективными факторами, связанными с организацией (продолжительность учебного дня; структура учебной нагрузки, определенная расписанием; психоэмоциональное напряжение; нерегулярное питание; недостаточный сон; снижение двигательной активности; нехватка времени для поддержания своего физического здоровья и др.), так и субъективными факторами, зависящими от личности студента (детерминированными, в основном, нездоровым образом жизни). К моменту окончания вуза только 20 % выпускников могут считаться практически здоровыми [25]. Это обостряет необходимость разработки эффективных методик повышения уровня здоровья, культуры здорового образа жизни студентов и их интеграцию в личностно ориентированный и профессионально направленный образовательный процесс [18].

Одним из новых направлений в исследовании здоровья студентов было изучение самосохранительного поведения, начало которому положено на Западе еще в 1970-х годах. Комплексные теоретические и прикладные исследования самосохранительного поведения населения позволили разработать концепцию и структуру самосохранительного поведения, что

говорит его универсальном характере, который проявляется в соотношении со всеми сферами жизни: данное поведение является компонентом репродуктивного, потребительского, курительного, алкогольного и прочих видов поведения. Самосохранительное поведение может быть позитивным, если оно направлено на сохранение и укрепление здоровья, и негативным, если разрушает здоровье личности [25]. Немногочисленные исследования самосохранительного поведения студентов дают неутешительные результаты. Пагубная роль в ухудшении здоровья человека субъективных факторов, таких как табакокурение, чрезмерное употребление алкоголя, наркомания, учащимися высшей школы недооценивается [25].

Анализ научных источников за последние 10–15 лет показал, что здоровье студентов – это недостаточно изученный аспект их жизни. И если исследования социальных факторов здоровья детей и подростков становятся более основательными и продуктивными, то в отношении здоровья молодежи и студенчества сохраняется дефицит информации, связанный с недостаточностью принятых в системе медицинской и ведомственной статистики показателей и ограниченностью исследовательских возможностей [15]. Более того, заболеваемость молодых людей вообще и студенческой молодежи в частности имеет латентный характер и не поддается достоверному анализу, отсутствует единая система учета этого показателя. Помимо этого, сложно оценить истинное состояние здоровья абитуриентов потому, что существует проблема формального заполнения типовых медицинских справок. По мнению исследователей Н.А. Горбача, С.К. Крупской, Л.Д. Олифера, Т.М. Резера, А.О. Шепилова, исследования здоровья студентов носят фрагментарный характер, а данные официальной статистики по этой проблеме труднодоступны в силу организационных причин и не отражают реальной картины [15].

Вместе с тем в последнее время тема студенческого здоровья приобретает особую актуальность. Современная молодежь живет и развивается в эпоху социально-экономических перемен и кризисных условий XXI века. Эколого-экономическое состояние страны и ее политическая нестабильность спровоцировали рост асоциальных явлений в студенческой среде, таких как наркомания, курение, чрезмерное употребление алкоголя, заболеваемость СПИДом. Результаты исследований также показывают, что еще до поступления в УВО здоровье молодых людей ослаблено воздействием различных неблагоприятных факторов, а у 60–70,0 % имеются хронические заболевания [15, 16, 17]. Результаты этих и других исследований свидетельствуют о необходимости усиления внимания к проблеме охраны здоровья студентов, что предполагает более широкое использование оздоровительных технологий в организации образовательного процесса.

В университетах Республики Беларусь ведется работа по созданию безбарьерной среды жизнедеятельности инвалидов и физически ослабленных лиц [1]. Безбарьерная среда жизнедеятельности – это условия, обеспечивающие возможность беспрепятственного передвижения (в том числе

пешком, на колясках, личном и общественном транспорте); доступа в здания и сооружения, передвижения и деятельности внутри этих объектов; получения гражданами полного комплекса услуг и информации [1].

Таким образом, образовательная система в университете создает определенные условия, которые способствуют формированию культуры здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи – разработка программ, распространение знаний в области здоровья, привлечение молодых людей к общественным акциям по сохранению здоровья, совершенствование культуры общения с опорой на жизнеутверждающие, созидающие ценности для раскрытия творческого и духовного потенциала. Создание в вузовской среде организационно-педагогических условий формирования и становления культуры здоровья студентов способствует приобретению теоретических знаний и практических умений организации и проведения различных общественно-социальных массовых мероприятий, с проектированием их в будущую профессиональную деятельность [22, с. 3, с. 15]

Так, например, в УО «Полесский государственный университет» традиционно проводится фестиваль инклюзивного творчества «Мир один для всех», приуроченный к Международному дню инвалидов. Концертная программа фестиваля подготовлена учащимися учреждений образования города Пинска при активном содействии и поддержке сотрудников и студентов факультета организации здорового образа жизни. Подобные мероприятия способствуют овладению основам волонтерской деятельности. Студенты получают целостное представление о значении волонтерской деятельности для социокультурного, профессионального развития; осознания необходимости волонтерства для гуманизации общественных отношений и своей личностной сферы; становления культуры личности и культуры общества; усвоения методов, приемов технологий волонтерской деятельности, необходимых не только для качественной работы в социуме (в частности в популяризации здорового образа жизни), но и для самовосприятия, признание себя как профессионала, гражданина, которому не безразличны проблемы других [34].

Сегодняшние реалии демонстрируют возрастание негативного влияния окружающей среды на уровень здоровья учащейся и студенческой молодежи. Полесье – регион с наиболее угрожающей ситуацией в Украине, Республике Беларусь и Европе. В результате аварии на Чернобыльской АЭС территория белорусского и украинского Полесья подверглась глобальному загрязнению радиоактивными изотопами. Последствия катастрофы серьезнейшим образом затронули все сферы жизнедеятельности региона. Пресс-служба Национальной Экологической Рады Украины подчеркивает, что Глобальный Альянс по вопросам здоровья и загрязнения (ГАНП) поставил Украину на четвертое место среди европейских стран по количеству смертей, обусловленных загрязнением окружающей среды. «У нас в стране ежегодно умирает 57 258 человек из-за неудовлетворительного экологического состояния. По

оценкам украинских медиков и экологов эти цифры занижены. На самом деле чуть ли не в два раза смертность выше. Загазованный воздух и загрязнения водоемов являются основными признаками проведенных исследований» (<http://www.ecoleague.net/diialnist/spivpratsia/hromadski-orhanizatsii/natsionalna-ekolohichna-rada-ukrainy>).

Белорусским ученым В.В. Храмовим обоснована целесообразность использования средств физической тренировки, направленной на оздоровление жителей территорий радионуклидного загрязнения. Зафиксирована возможность физических упражнений ограничивать патогенное действие факторов чернобыльской катастрофы; установлено место фактора радиационной опасности в механизме мотивации физкультурной активности; разработаны пути решения проблемы оздоровления взрослого населения регионов с радионуклидным загрязнением местности средствами физической культуры и спорта; определены специфические принципы оздоровительной тренировки в условиях воздействия вредных факторов внешней среды [31].

В.М. Наскаловим теоретически разработана и практически обоснована система эколого-ориентированного физического воспитания в учреждении высшего образования [20, с. 15]. Создание такой системы в УВО вызвано необходимостью устранения существующего противоречия между потребностями социально-экономических отношений и профессиональных требований современного общества к молодым специалистам и уровнем физической подготовленности, психофизического состояния, развития профессионально необходимых качеств, мотиваций к регулярным занятиям физическими упражнениями с целью повышения устойчивости организма к воздействию экологических неблагоприятных условий, вызванных загрязнением атмосферного воздуха [20, с. 4].

Ученым установлено, что одним из факторов, вызывающих снижение ценностных ориентаций у учащейся молодежи к занятиям физической культурой и спортом, является все более увеличивающийся разрыв между тем, что предлагают внеучебные учреждения в сфере массово-спортивной, рекреационной активности и организационно-педагогическими методами и средствами ФВ, которые используются на занятиях в учебных заведениях.

Деятельность УВО в новой социокультурной ситуации предусматривает организацию обучения и воспитания на основе принципов здоровьесберегающей педагогики [32], на формирование новых представлений о «теле» и «телесности» человека, где дидактические стратегии обращены на телесность и соматизацию, единство наук о природе и человеке [33]. А.Н. Яковлевым разработана научная целостная личностно-ориентированная концепция и теоретические положения, базирующиеся на модульных телесно-оздоровительных технологиях, позволяющих существенно повысить самомотивацию, физическое развитие, физическую подготовленность в парадигме современного образовательного процесса по физическому воспитанию в социуме Республики Беларусь [33].

Разработанные учеными вопросы совершенствования системы физического воспитания в учреждениях образования способствовали некоторому улучшению показателей здоровья и культуры здорового образа жизни, но проблема не полностью решена с позиций эффективного внедрения здоровьесберегающих и телесноформирующих технологий и гуманизации социокультурных ориентаций.

Таким образом, изучение основных законодательных актов и нормативных документов Республики Беларусь, регулирующих систему физического воспитания студентов, дает возможность сформировать четкое представление о характере проблем, имеющих место в образовательном пространстве Республики Беларусь. Представлены данные научных исследований по состоянию здоровья студентов, наполняемости медицинских групп, проведенных научными коллективами в отдельных учреждениях образования Республики Беларусь. В ходе исследования выявлены и охарактеризованы тенденции воспитательной работы в университетах по формированию культуры здоровья и здорового образа жизни студентов.

Список використаних джерел

1. Государственная программа о социальной защите и содействии занятости населения на 2016–2020 годы. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 30.01.2016 № 73. URL : <https://www.polessu.by/sites/default/files/files/13-ovrm/55-programma.pdf>.
2. Об утверждении Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь на 2016–2020 годы». Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 14 марта 2016 г. № 200. URL : <http://mintrud.gov.by/system/extensions/spaw/uploads/files/file3664d028b73859c4>.
3. О реализации пилотного проекта по созданию университетской клиники. Постановление Совета Министров Республики Беларусь от 11.12.2018 № 886. URL : <http://government.gov.by/ru/solutions/3417>.
4. Об утверждении Инструкции о порядке организации и кадровом обеспечении физического воспитания обучающихся. Постановление Министерства образования Республики Беларусь от 14.06.2018 № 55. URL : <http://pravo.by/document/?guid=12551&p0=W21833432&p1=1&p5=0>.
5. Об организации образовательного процесса в учреждениях высшего образования в 2019/2020 учебном году. Инструктивно-методическое письмо Министерства образования Республики Беларусь 29.08.2019 № 03-01-18/7678/дс. URL : <https://www.belstu.by/Portals/0/userfiles/285/laws/2019-2020-Ob-organizacii-obrazovateljnogo-processa.pdf>.
6. Волкова Н.И. Анализ состояния здоровья студентов-первокурсников БГТУ. Общественные и гуманитарные науки : тезисы докладов 82-й научно-технической конференции (с международным участием). Минск: БГТУ, 2018. С. 137–138. URL : <https://elib.belstu.by/handle/123456789/25000>.
7. Волкова Н.И. Динамика состояния здоровья студентов БГТУ 2015–2018 гг. Общественные и гуманитарные науки : материалы докладов 83-й научно-технической конференции (с международным участием). Минск : БГТУ, 2019. С. 242–243. URL : <https://elib.belstu.by/handle/123456789/29298>
8. Володкович С.Л., Горба Т.Ф., Володкович Е.В. Динамика и особенности заболеваемости студентов технического университета // Восток–Россия–Запад.

Физическая культура, спорт и здоровый образ жизни в XXI веке. Красноярск : СибЮИ МВД России, 2018. – С. 64–68. URL : <https://elib.gstu.by/handle/220612/20622>.

9. Гаврилик М.В. Физическая культура в специальных медицинских группах: электронный учебно-методический комплекс. Пинск, 2016. URL : <https://rep.polessu.by/handle/123456789/11700>.

10. Герасевич А.Н. Таблицы показателей морфофункционального состояния организма студентов 3–4-х курсов. [А. Н. Герасевич и др. ; под общей редакцией А. Н. Герасевича].

11. Демографический ежегодник республики Беларусь. Статистический сборник. Минск, 2019. 429 с. URL : <http://www.belstat.gov.by>.

12. Державна служба статистики України. URL : <http://www.ukrstat.gov.ua/>.

13. Кабанов Ю.М., Трущенко В.В., Венкович Д.А. и др. Медицинский осмотр студентов университета: анализ и перспектива. Наука – образованию, производству, экономике : материалы XXII(69) Региональной науч.-практ. конф. Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2017. Т. 1. С. 365–367.

URL : <https://lib.vsu.by/jspui/handle/123456789/10588>.

14. Климович О.В., Королевич А.Н. Организация занятий по физической культуре в СМГ. Здоровье для всех : матер. IV межд. науч.-практ. конф. Пинск : ПолесГУ, 2012. Ч. III. С. 78–80.

15. Кузнецова О.Т. Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів : теорія, методика, практика : монографія. Рівне, 2018. 416 с.

16. Кузнецова О.Т. Методологічні основи особистісно-орієнтованого виховання студентів у процесі їх залучення до цінностей фізичної культури. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Київ, 2017. Вип. 3 К (84) 17. С. 240–243.

17. Кузнецова О.Т. Методична система застосування оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання студентів [Текст]: автореф. дис. ... д. пед. наук за спец. 13.00.02. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2018. 43 с.

18. Лойко О. Л. Формирование культуры здорового образа жизни у студентов педагогического вуза : автореф. дис. ... канд. пед. наук по спец. 13.00.01 – общая педагогика, история педагогики и образования. Минск, 2018. 34 с.

19. Маркевич О.П. Оздоровительная технология физического воспитания студенток специального учебного отделения: автореф. дис. ... канд. пед. наук по спец. 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Минск, 2012.

20. Наскалов В.М. Теоретико-методические основы физического воспитания студентов, обучающихся в экологически неблагоприятных условиях : автореф. дис. ... д. пед. наук по спец. 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровительной и адаптивной физической культуры. Минск, 2017. 48 с.

21. Проект Стратегии развития государственной молодежной политики в Республике Беларусь до 2030 года URL : <https://edu.gov.by/proekty/proekt-strategii-razvitiya-gosudarstvennoy-molodezhnoy-politiki/>.

22. Ретюнский И.В. Формирование готовности студентов к общественной физкультурно-спортивной деятельности в профессионально-образовательной среде вуза: автореф. дис. ... канд. пед. наук по спец. 13.00.08 – теория и методика профессионального образования. Барнаул, 2015. 24 с.

23. Сергейчик Н.А., Торба Т.Ф. Состояние здоровья студенческой молодежи. Белорусский торгово-экономический университет потребительской кооперации. Минск, 2012. С. 1–2.

24. Савко Э.И. Здоровый образ жизни студенческой молодежи. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта, 2018. № 3(10). С. 23-42. URL: <http://journal.asu.ru/zosh/article/view/4497>.

25. Савко Э.И. Физическая культура для самосозидания: метод. рекомендации Минск : БГУ, 2014. 351 с.

26. Савко Э.И. Культура здоровья студентов и технология формирования здорового образа жизни в процессе физического воспитания. Здоровый образ жизни. Вып. 12. Минск : БГУ, 2016. С. 5–10.

27. Савко Э.И. Оздоровительная направленность физической культуры в системе учреждений образования. Вопросы физического воспитания студентов вузов. Минск : БГУ, 2018. Вып. 13. С. 107–114.

28. Старовойтова Т.Е., Мискевич Т.В. Комплексная методика индивидуализации физических нагрузок в специальной медицинской группе. Современные проблемы формирования и укрепления здоровья. Барановичи : БарГУ, 2017. С. 162 – 167.

29. Старовойтова Т.Е., Мискевич Т.В. Состояние здоровья студентов 1 курса МГУ им. А.А. Кулешова по данным медицинского осмотра. Итоги научных исследований ученых МГУ имени А. А. Кулешова 2018 г. Могилев, 2019. С. 201–203.

30. Статистический ежегодник Республики Беларусь. Минск : Национальный статистический комитет Республики Беларусь, 2019. 472 с. URL : <http://www.belstat.gov.by>.

31. Храмов В.В. Целесообразность и оздоровительная эффективность занятий физическими упражнениями в условиях воздействия факторов чернобыльской катастрофы : автореф. дис. ... канд. пед. наук по спец. 13.00.04 – теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры. Минск, 1998. 23 с.

32. Яковлев А.Н., Журавский А.Ю., Корогвич Н.В., Милун В.С. Создание условий для обеспечения сохранности и укрепления здоровья студентов Полесского государственного университета. Здоровье для всех : материалы IV международной научно-практической конференции. Пинск : ПолесГУ, 2012. Ч. I. С. 227–232.

33. Яковлев А.Н., Матвеева Л.В., Журавский А.Ю., Лимаренко О.В. Здоровьесберегающие и телесноформирующие технологии в образовательном пространстве. Актуальные проблемы совершенствования физического воспитания в учебных заведениях. Гродно : ГГАУ, 2015. С. 421–437.

34. Яковлев А.Н., Кузнецова Е.Т. Формирования культуры здоровья и здорового образа жизни студенческой молодежи в Республике Беларусь (анализ опыта). Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія 15 : Наук.-пед. проблеми фіз. культури (фіз. культура і спорт). Київ, 2020. Вип. 3 (123) К 2020.

ЗМІСТ

Розділ 1. Стратегії інноваційного розвитку фізичного виховання та фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти в Україні, ЄС та світі

Довгань Н. Ю. Значення фітнес-технологій у розвитку рухової активності здобувачів вищої освіти.....	8
Жамардій В. О., Гордієнко О. В. Методологічний підхід до застосування фітнес-технологій в освітньому процесі з фізичного виховання студентів.....	19
Жуковський Є. І. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до організації самостійної діяльності школярів.....	27
Кузнецова Е. Т., Яковлев А. Н., Савко Э. И., Герасевич А. Н., Пархоц Е. Г. Аналіз сучасних тенденцій стану здоров'я студентів в системі освітнього простору Республіки Білорусь.....	35
Рибалко Л. М., Оніщук Л. М. Соціокультурна складова фізичної культури і спорту.....	50
Согоконь О. А. Інноваційна форма природничонаукової професійної підготовки вчителів фізичної культури.....	59

Розділ 2. Історичні, філософські, правові, культурологічні, соціально-економічні, психолого-педагогічні, аспекти фізичного виховання та здоров'язбережувальної діяльності

Бабій В. Д., Годлевський П. М., Юськів С. М. Психофізичні аспекти активізації процесу фізичного виховання.....	67
Вацеба О. М., Степанюк С. І., Ткачук В. П. Карпатський лецетарський клуб як історичний символ спортивного руху Галичини.....	75
Грибан Г. П. Шляхи формування системи фізичного виховання студентів вищих освітніх закладів України.....	83
Крук М. З., Саранча М. П., Крук А. З., Домбровська О. Л. Особливості організації спортивно-масових заходів з учнівською молоддю в Україні у 20-х – 30-х рр. ХХ ст.	101
Пантус О.О., Ткаченко П. П., Денисовець А.П., Ободзінська О.В., Курилло Т.В. Історичні витоки становлення та розвитку хортингу в Україні.....	109

Розділ 3. Методика розвитку фізичних якостей та проведення навчально-виховного процесу з фізичного виховання учнівської та студентської молоді

Андрійцев В. О., Шандригось В. І., Яременко В. В. Спортивна боротьба як засіб фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.....	118
Дзензелюк Д. О., Канділов І. Ю. Фізичний розвиток та функціональний стан студентської молоді під час навчання в закладах вищої освіти.....	132
Колумбет О. М. Рухливість як координаційна якість: структура та критерії оцінювання.....	140
Краснов В. П. Особливості навчання студентів аграрних вищих закладів освіти професійно-прикладній фізичній підготовці.....	150
Мичка І. В. Розвиток силових якостей у студентів вправами з пауерліфтингу у навчальному процесі з фізичного виховання.....	161
Опанасюк Ф. Г., Ткаченко П. П., Скорий О. С., Єловець О. І., Курилло Т. В. Використання методів кругового тренування для розвитку фізичних якостей допризовної молоді.....	177
Пантус О. О., Денисовець А. П., Скорий О. С., Ободзінська О. В., Єловець О. І. Розвиток швидко-силових якостей студентів засобами легкої атлетики.....	186
Петренко І. І., Петренко В. І. Засік Г. Б. Особливості організації занять студенток атлетичною гімнастикою.....	195
Пронтенко К. В., Пронтенко В. В., Грибан Г.П., Бондаренко В. В., Андрейчук В. Я, Михальчук Р. В. Особливості розвитку фізичних якостей у студентів-гирьовиків різної кваліфікації.....	201
Самоленко Т. В., Караулова С. І., Апайчев О. В. Оцінка рівня фізичної підготовленості студентів у закладах вищої освіти.....	208
Сологубова С. В., Шиян В. М., Шиян О. В., Лахно О. Г. Обґрунтування необхідності додаткових занять з фізичного виховання для студенток ЗВО технічного профілю з низьким рівнем фізичної підготовленості.....	218
Таран І. В. Розвиток координаційних здібностей у дітей дошкільного віку із розладами аутистичного спектру в умовах реабілітаційного центру.....	229
Ткаченко П. П. Технологія застосування вправ з гирями у навчальному процесі з фізичного виховання студентів.....	233
Ткачук В. П., Пасічник Л. В., Ломака Ж. М., Голенко Н. М., Степанюк С. І., Постернак С. В. Вплив занять роликівими ковзанами на розвиток дитячого організму.....	247

Розділ 4. Проблеми формування здорового способу життя та безпеки життєдіяльності

Єрмоменко Е. А. Бойовий хортингу у системі вищої освіти як засіб виховання фізичної культури та основ здоров'я студентів.....	255
Кравченко І. П., Котова Л. І., Фесенко Л. М. Проблеми і шляхи формування здорового способу життя у вищій школі.....	271
Присяжнюк С. І. Формування культури фізичної у студентів спеціальної медичної групи.....	278
Фурман Ю. М., Онищук В. Є., Гаврилова Н. В. Застосування нормобаричної гіперкапнічної гіпоксії в системі реабілітації молоді з бронхіальною астмою.....	286
Яворська Т. Є. Модель підготовки здобувачів вищої освіти до формування здорового способу життя.....	299

Розділ 5. Фізичне виховання та фізична підготовка у вищих військових навчальних закладах

Вербин Н. Б., Свистун В. І. Педагогічні умови розвитку професійної витривалості майбутніх магістрів військового управління.....	308
Ягупов В. В., Костів С. Ф. Аналіз наукових джерел щодо вдосконалення психофізичної витривалості професіоналів військового управління.....	322
Петрачков О. В., Поливанюк В. В. Проблема формування професійної компетентності майбутніх військових фахівців фізичної культури та спорту у науковій літературі.....	334
Погребняк Д. В., Ягупов В. В. Методика дослідження проблеми розвитку фахової компетентності начальників фізичної підготовки і спорту військових частин Збройних сил України у системі підвищення кваліфікації та професійного рівня.....	341
Терентьєва Н. О., Чернявський О. А. Фізична підготовка майбутніх фахівців ВМС ЗСУ: загальні та унормовуючі аспекти.....	350
Шостак Р. Г. Загальнонаукові засади обґрунтування управлінської компетентності майбутніх начальників фізичної підготовки та спорту військової частини.....	362
Інформація про авторів.....	375