

ПЕДАГОГИКА

УДК 378.016

Д.В. Викторов

МЕТАПРОФИЛЬНОЕ ФИЗКУЛЬТУРНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ СТУДЕНТОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обосновывается, что в ситуации постоянно увеличивающегося числа профессий и специальностей разносторонняя и специальная физическая подготовка способствует более быстрому освоению смежных профессий и свободной перемене труда. Раскрывается процедура достижения широкого диапазона знаний и функциональных возможностей, в которой решающее значение имеет метапрофильное физкультурное образование – компонент системы физкультурного образования, применительный ко всем специальностям. Отмечается передача личности специфических ценностей профессиональной физической культуры, независимо от избранной профессии, по которой обучаются студенты, что позволяет прогнозировать реализацию основной цели профессионального образования – формирование готовности к будущей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: студенты; функциональное состояние организма; здоровье; ограниченные возможности; физкультурное образование.

Важнейшим компонентом готовности к профессиональной деятельности является содержание физкультурного образования, формируемое специалистами самого учебного заведения на основе анализа будущей профессиональной деятельности. Задача Южно-Уральского государственного университета, а с 2016 г. – новых школ и институтов национального исследовательского университета – обеспечить надежность будущих специалистов в избранном виде профессионального труда. Однако в условиях укрупнения университетов, увеличения специальностей выделить наиболее значимые физические способности, двигательные умения и навыки, психические характеристики и личностные качества, обеспечивающие результативность разнообразной профессиональной деятельности, а следовательно, и построить профессиограмму будущего специалиста достаточно сложно. Причины этого: слияние в рамках одного учебного подразделения различных до этого специальностей; требования многих профессий от человека сходных качеств, которые можно тренировать по одной методике; невозможность охватывать весь диапазон рабочих профессий ограниченному контингенту преподавателей; естественный переход студентов с одной специальности на другую в течение 1-го и 2-го курсов обучения. Эти обстоятельства приводят к усилению внимания к метапрофильному физкультурному образованию, так как все составляющие сущности человека (физическая, психическая и социальная) могут быть реализованы в полной мере лишь при наличии биологического компонента здоровья, которым занимается физкультурное направление образования.

Метапрофильное физкультурное образование (МФО) – профессионально-прикладное физкультурное образование, предполагающее организацию непрерывной физической подготовки независимо от факторов и условий выбранной профессиональной деятельности, тем самым исключая выбор приоритета в использовании средств физической культуры при формировании готовности к профессиональной деятельности.

Несмотря на широкий ряд имеющихся исследований о положительном влиянии организации профессиональ-

но-прикладного физкультурного образования в образовательных учреждениях широкого спектра профессиональной деятельности (В.И. Ильинич, В.А. Кабачков, С.С. Коровин и др.), в науке слабо разработаны концепции, технологии и методики, акцентирующие внимание на профессионально-прикладном физкультурном образовании студентов с ограниченными возможностями здоровья. В рамках Федерального закона от 28 декабря 2014 г. № 442-ФЗ «Об основах социального обслуживания граждан в РФ» метапрофильное физкультурное образование меняет содержание работы со студентами с ограниченными возможностями здоровья вне зависимости от ограничений здоровья (нарушения опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем) и приобретает актуальное значение.

Задача любого здорового общества – обеспечить овладение комплексом двигательных умений и навыков, необходимых для совершенствования в профессиональной деятельности, не только для студентов основной медицинской группы, не имеющих отклонений в состоянии здоровья, но и для студентов с недостаточным физическим развитием, имеющих слабую физическую подготовленность или временные нарушения состояния здоровья, занимающихся по специальным учебным программам, предусматривающим строго дифференцированную нагрузку, которая позволяет предупредить обострение заболевания.

При всей сложности этой задачи следует понимать, что у педагогики не так много инструментов воздействия на человека в данной ситуации для обогащения индивидуального фонда профессионально полезных двигательных умений и навыков, воспитания физических и непосредственно связанных с ними способностей, от которых зависит профессиональная дееспособность [1]. Поэтому студенты с ограниченными возможностями здоровья, как никто другой, должны понимать, что среди таких инструментов воздействия особое место занимают физические упражнения, способствующие достижению готовности к успешной профессиональной деятельности.

При проведении анализа состава студенческих групп Южно-Уральского государственного универси-

тета за 2016/2017 учебный год нами была выявлена следующая картина распределения заболеваний: на первом месте – болезни опорно-двигательного аппарата (34,6%), на втором – сердечно-сосудистой системы (19,2%), на третьем – органов дыхания (15,4%), далее с миопией и нарушениями зрения (11,5%), т.е. заболевания, наиболее значимые для обеспечения жизнедеятельности. Достаточно большое количество студентов с болезнями нервной системы, продолжает интенсивно увеличиваться патология ЖКТ. Нередки заболевания ЛОР-органов, эндокринной системы (ожирение), почек, кожи, мочеполовой системы, онкология. Также были выявлены случаи недостатка физического развития и инвалидности. Около 22% студентов имеют два и более негативных отклонения.

По данным А.В. Кабачковой, около 70% студентов страдают функциональными и соматическими расстройствами, а за годы обучения в вузе число хронически больных студентов увеличивается на 20% [2].

В условиях, когда студенческая молодежь представляет не только популяционный ресурс, но высококвалифицированный потенциал трудовых резервов, мы приходим к выводу, что составной частью метапрофильного физкультурного образования студентов с ограниченными возможностями здоровья, так же как и студентов основной медицинской группы, являются занятия физической культурой или другие формы занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью, направленные на максимум адаптации генетически обусловленных возможностей организма к физической нагрузке и в незначительной степени коррекцию здоровья за счет перемещения организма на более высокий уровень функционирования. В контексте нашего исследования этот факт обозначает успешность педагогической деятельности.

Цель исследования – обосновать, что метапрофильное физкультурное образование студентов с ограниченными возможностями здоровья, отнесенных к подготовительной медицинской группе, способствует более быстрому освоению смежных профессий и свободной перемене труда, создавая для этого качественные предпосылки – обширный диапазон знаний и функциональных возможностей, двигательную культуру.

Организация исследования. Изучение особенностей трудовой деятельности будущих специалистов новых школ и институтов национального исследовательского университета ЮУрГУ приводит к пониманию, что в вузе существуют и взаимодействуют три направления подготовки специалистов: техническое, естественнонаучное и гуманитарное. Следовательно, затруднительно составить рекомендации по формированию необходимых знаний, физических и специальных качеств, умений и навыков, способствующих достижению готовности студента к успешной профессиональной деятельности, из-за слияния в рамках одного учебного подразделения различных до этого специальностей, требований многих профессий от человека сходных качеств, которые можно тренировать по одной методике, невозможности охватывать весь диапазон рабочих профессий ограниченному контингенту преподавателей, естественного перехода студентов с одной специальности на другую в течение 1-го и 2-го курсов обучения.

Наряду с программами физической подготовки студентов основной группы, прикладная подготовка студентов подготовительной группы, и тем более специальной, должна учитывать их корректирующую и оздоровительно-практическую направленность с целью исправления отклонений в состоянии здоровья и повышения уровня функционального состояния организма. Из вышеизложенного можно сделать однозначный вывод, что готовность к профессиональной деятельности целесообразно связывать с механизмом морфофункциональной специализации организма студентов вследствие конкретной физической активности. Данный механизм обеспечивает избирательное повышение функциональных возможностей, обусловленных постоянным воздействием на организм занимающихся физической нагрузки.

Подбор средств и методов прикладной физической подготовки, лежащей в основе метапрофильного физкультурного образования, практически неограничен, это позволяет применять оптимальные нагрузки, дозировать их с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, что особенно актуально для студентов с ограниченными возможностями здоровья, и достигать большего тренировочного эффекта. Тем более что одна и та же физическая нагрузка может быть неэффективной для человека с высокими функциональными возможностями, но при этом повышать функциональные возможности организма малотренированного человека или имеющего недостаточное физическое развитие, слабую физическую подготовленность [3].

В исследовании принимали участие студенты ЮУрГУ (НИУ) и обучающиеся ЮУрГИИ им. П.И. Чайковского, отнесенные к основным и подготовительным группам.

При сравнении показателей уровня физической подготовленности студентов основной группы с аналогичными показателями студентов с ограниченными возможностями здоровья отмечается, что показатели физического развития не являются достаточным основанием для определения признака в структуре физического статуса человека (табл. 1). Это обосновывается тем, что распределение студентов в медицинские группы в основном проводится по нозологическому принципу, т.е. врачи не учитывают уровень физической подготовленности.

Несмотря на разные подходы к комплектованию медицинских групп, занятия с такими студентами проводятся без учета оптимизации физической нагрузки в соответствии с функциональным состоянием, поэтому каждая кафедра физического воспитания сама разрабатывает свою программу по проведению практических занятий. Важно иметь в виду, что учащиеся с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в двигательной активности не меньше, а даже больше, чем здоровые люди, причем таким студентам требуется качественно иная двигательная активность.

Это привело нас к выводу, что результаты по уровню готовности к профессиональной деятельности примерно равны и не зависят от условий вуза. Кроме того, динамика при переходе с курса на курс носит вялотекущий характер, т.е. пропорции сохраняются у студентов всех исследуемых курсов.

Для формирования единой образовательной среды метапрофильного физкультурного образования, а

также выявления эффективности данного подхода для формирования готовности к профессиональной деятельности студентов с ограниченными возможностями здоровья использовался комплекс теоретических (логическое рассмотрение современных концепций образования, в том числе студентов с ограниченными возможностями здоровья, для определения начальных позиций исследования; сравнительный анализ для определения наилучшего содержания работы) и эмпирических (наблюдение, опрос, тестирование уровня физической подготовленности, компьютерная оценка) методов исследования. В процессе выявления уровня физической подготовленности как ведущего компонента, характеризующего адаптацию организма студентов вследствие морффункциональной специализации занимающихся конкретной физической активностью и, следовательно, готовность к профессиональной деятельности, использовались общеизвестные и широко употребляемые функциональные пробы, позволяющие оценить скорость адаптации организма к физической нагрузке или обнаружить развитие какого-либо качества.

Таблица 1
**Физическая подготовленность студентов
за период обучения в вузе**

Физические качества	Тесты	Учебные заведения				Достоверность различия
		ЮУР-ГИИ (осн)	ЮУР-ГИИ (подг)	ЮУР-ГУ (осн)	ЮУР-ГУ (подг)	
Быстрота	Бег 100 м, с	13,3	13,5	13,4	13,3	p > 0,05
	Челночный бег 3 × 10 м, с	6,5	6,7	6,5	6,6	p > 0,05
Сила	Подтягивание, раз	9	8	9	9	p > 0,05
	Прыжок с места, м	2,17	2,29	2,34	2,36	p > 0,05
Выносливость	Бег 1 000 м, с	3.47,57	3.39,53	3.31,36	3.29,61	p > 0,05
	Плавание 50 м, с	57	54	49	50	p > 0,05
Координация	Проба Яроцкого, с	11,4	12,2	13,3	13,8	p > 0,05

Анализировались моменты, связанные с определением самого профессионально-прикладного направления физического воспитания, установлением компонентного состава метапрофильного физкультурного образования, характера их взаимодействия, с раскрытием теоретических оснований организации процесса профессионально-прикладного физического воспитания студентов с ограниченными возможностями здоровья в процессе обучения.

От физического воспитания ожидают, прежде всего, изменения физических характеристик человека, уровня его физической и функциональной подготовленности, поскольку от этого зависит эффективность всех профессионально обусловленных качеств. Это обстоятельство приводит к усилению внимания к ме-

тапрофильному физкультурному образованию, так как все составляющие сущности человека (физическая, психическая и социальная) могут быть реализованы в полной мере лишь при наличии биологического компонента здоровья, которым занимается физкультурное направление образования.

Ввиду этого у студентов с ограниченными возможностями здоровья важнейшей позицией становится содействие формированию ценностных ориентаций, направленных на не ухудшение здоровья, а на лечение болезни. Следовательно, метапрофильное физкультурное образование реализуется непосредственно в процессе физического воспитания через развитие и совершенствование физических качеств, двигательных способностей, которые, в свою очередь, стимулируют процессы и функции органов и систем организма.

Подбор средств и методов прикладной физической подготовки, лежащей в основе метапрофильного физкультурного образования, практически неограничен. Это позволяет применять оптимальные нагрузки, дозировать их с учетом индивидуальных особенностей занимающихся, делая их эффективным средством коррекции отклонений в состоянии здоровья, что особенно актуально для студентов с ограниченными возможностями здоровья, т.е. достигать большего тренировочного эффекта. Тем более что одна и та же физическая нагрузка может быть неэффективной для человека с высокими функциональными возможностями, но при этом повышать функциональные возможности организма малотренированного человека или имеющего недостаточное физическое развитие, слабую физическую подготовленность [4].

На первом этапе (1–2-й семестры) формируется исходное звено метапрофильного физкультурного образования, создаются условия для проявления субъектной двигательной активности, направленной на всестороннее и гармоничное физическое развитие студентов с ограниченными возможностями здоровья при построении рациональной методики сообщения теоретических знаний.

На втором этапе (3–4-й семестры) студенты всех медицинских групп, пользуясь предоставленными образовательным учреждением возможностями, используют разнообразные физические упражнения и, управляя информацией, превращают их в знания, а знания – в действия. Тем самым обучающийся ориентируется не только на освоение знаний, но и на практические способы, образцы деятельностиного освоения, так как в основе выбора находится он сам. Таким образом, студенты улучшают свое физическое состояние и подготовленность, физически совершенствуются, приобретают навыки самоконтроля и самовоспитания. Составными элементами единой образовательной среды МФО становятся регламентированные образовательным стандартом формы занятий физическими упражнениями и самостоятельные занятия по профессионально-прикладной физической подготовке. Степень усвоения профессионально-прикладных качеств, знаний и умений определялась путем педагогического наблюдения.

В 5–6-м семестрах выполнение практической деятельности на основе собственной ценностной позиции

позволяет студентам закрепить специальные навыки метапрофильного физкультурного образования, приобрести необходимые и допустимые профессионально-прикладные умения и навыки в ситуациях, требующих непосредственного и обязательного участия, тем самым закрепляя тесную взаимосвязь физической работоспособности с функциональным состоянием человека.

При занятиях со студентами с различными нарушениями здоровья это означает формирование двигательных качеств в соответствии с функциональными возможностями систем организма. В зависимости от функционального состояния, тренированности и течения заболевания нагрузка вначале должна быть малой интенсивности, затем – средней. Такая методика проведения занятий приводит к тому, что организм занимающегося вынужден адаптироваться (приспособливаться) к созданным условиям. Наше мнение совпадает с мнением О.Н. Московченко о том, что адаптация организма является одним из условий не только дифференцирования нагрузки, но и ее оптимизации [5].

Учитывая, что физическая подготовка, лежащая в основе МФО, оказывает многогранное и системное воздействие на организм, в качестве интегрального критерия, охватывающего все стороны данного процесса, и с целью своевременной корректировки, а также для оценки функционального состояния организма использовалась проба Серкина (трехэтапная задержка дыхания) (табл. 2). Каждый этап данной пробы объединяет важные категории функционального состояния: 1 этап – физические возможности, 2 этап – физические способности, 3 этап – энергетические ресурсы. Это позволяет использовать пробу Серкина в качестве оценки эффективности МФО для готовности к избранной профессиональной деятельности.

Таблица 2
Трехэтапная задержка дыхания

Вуз, группа	Проба Серкина		
	1-й этап	2-й этап	3-й этап
	ЗД, отдых, с	ЗД, после нагрузки, %	ЗД, восстановление, %
ЮУрГУ, ОМГ (ю)	86,5	38,9	73,6
ЮУрГИИ, ОМГ (ю)	77,3	29,3	79,9
ЮУрГУ, ОМГ (д)	39,6	53,9	85,9
ЮУрГИИ, ОМГ (д)	36,7	31,0	62,0
ЮУрГУ, ПМГ (ю)	63,4	36,3	78,9
ЮУрГИИ, ПМГ (ю)	57,2	38,6	79,7
ЮУрГУ, ПМГ (д)	32,5	42,8	67,0
ЮУрГИИ, ПМГ (д)	31	46,3	74,8

Результаты исследования. Физическое развитие (антропометрические измерения по общепринятым показателям) студентов исследуемых учебных заведений свидетельствует о соответствии возрастным нормам.

В первый год обучения достоверные отличия ($p < 0,05$) зафиксированы у девушек ОМГ ЮУрГУ и ОМГ ЮУрГИИ на 2-м и 3-м этапах, что может свидетельствовать о достаточно высоких аэробных воз-

можностях. Результатом первого этапа являлось понимание того, что студенты разных групп имеют зачастую лишь разные физические возможности.

На втором году обучения отмечаются достоверные отличия ($p < 0,05$) при проведении пробы Серкина на 3-м этапе у юношей ПМГ ЮУрГУ и ЮУрГИИ от результатов в 1–2-м семестрах. Это может служить доказательством возрастания адаптивных возможностей организма.

Анализ пробы Серкина показывает, что у студентов ПМГ ЮУрГУ обоих полов в 6-м семестре результаты на всех этапах проведения пробы выше и достоверно отличаются от собственных результатов во 2-м семестре. Это убедительно свидетельствует о том, что студенты ПМГ к концу третьего курса имеют более высокие функциональные и резервные возможности организма.

В рамках созданного в ЮУрГУ Института спорта, туризма и сервиса (ИСТИС) метапрофильное физкультурное образование студентов с ограниченными возможностями здоровья реализуется с помощью основного средства и метода – физического упражнения, обладающего уникальным и специфическим свойством решать многочисленные педагогические задачи по укреплению здоровья и социализации личности, независимо от избранной профессии, по которой обучаются студенты.

Выводы. Начало учебы студентов обоих учебных заведений показывает, что личная значимость полученных теоретических знаний для быстрой адаптации своего организма в сложных профессиональных условиях и осознание необходимости деятельности в направлении работы тех систем организма, которые не задействованы в патологическом процессе, способствуют профилактике и укреплению всего организма.

К концу третьего курса в целом происходит морфофункциональная перестройка организма на клеточном уровне (активизация синтеза белка в мышечных тканях, увеличение физиологического поперечника работающих мышц, выраженная функциональная гипертрофия моторного аппарата), в том числе оптимизация биохимических процессов, активизация ресинтеза АТФ, утилизации продуктов распада.

Проведение пробы Серкина убедительно свидетельствует, что среднегрупповые результаты, вне зависимости от пола и уровня физической подготовленности, указывают на тенденцию повышения адаптационных сдвигов и адекватности физической нагрузки. В частности, в группах ПМГ это выражается в увеличении задержки дыхания на 2-м этапе, что указывает на то, что студенты стали хорошо переносить гипоксические условия и экономичную работу дыхательной и мышечной систем.

В этом заключается специфика МФО – оно не замыкается в рамках какой-либо отдельной отрасли науки, а получает распространение во всех или многих ее сферах для обозначения конкретизации общих методологических положений, содержательного аспекта обоснования факторов, самопознания себя через процесс профессионального образования.

ЛИТЕРАТУРА

1. Шарафеева А.Б., Загревский О.И. Технология формирования профессиональных компетенций в рекреационной деятельности будущих специалистов по физической культуре и спорту // Вестник Томского государственного университета. 2012. № 361. С. 153–156.
2. Кабачкова А.В., Фомченко В.В., Фролова Ю.С. Двигательная активность студенческой молодежи // Вестник Томского государственного университета. 2015. № 392. С. 175–178.
3. Спортивная физиология : учеб. пособие для ин-тov физ. культ. / под ред. Я.М. Коца. М. : Физкультура и спорт, 1986. 240 с.
4. Загревская А.И. Физкультурно-спортивное образование студентов как предмет системного исследования // Вестник Томского государственного университета. 2014. № 380. С. 176–180.
5. Московченко О.Н. Оптимизация физических и тренировочных нагрузок на основе индивидуального адаптивного состояния человека. М. : Флинта: Наука, 2012. 312 с.

Статья представлена научной редакцией «Педагогика» 14 февраля 2018 г.

METaprofile PHYSICAL EDUCATION OF STUDENTS WITH DISABILITIES

Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal, 2018, 429, 184–188.

DOI: 10.17223/15617793/429/23

Dmitriy V. Viktorov, South Ural State University (Chelyabinsk, Russian Federation). E-mail: viktorovdv@yandex.ru

Keywords: students; functional state of body; health; limited opportunities; physical education.

The aim of the study was the scientific substantiation of metaprofile physical education (MPE), a component of the system of physical education applicable to all specialties, during which specific values of professional physical culture are introduced to students regardless of the chosen profession. This allows to predict the fulfillment of the main aim of professional education – the formation of preparedness for future professional activity. The study showed that in the last decade the problem of health starts to be studied in depth, namely: systems of professional values of awareness by each person of the need to maintain and improve health and to protect health are developed; approaches to the restoration of somatic health by medical and valeological methods are proposed; means of education and development of appropriate motivation aimed at preserving and strengthening the health of the person as well as at spiritual and physical perfection, ability to introduce the acquired knowledge into professional activity are used. It is established that the principle of organic connection of physical education with labor activity is most specifically embodied in the professional applied physical training. The totality of the revealed facts leads to the need to develop metaprofile physical education of students with disabilities who study in preparatory medical groups, and to justify the fact that this educational environment promotes a more rapid acquisition of related professions and a free change of workplace by creating a high quality background: a vast range of knowledge and functional capabilities, physical culture. The study involved students of the basic and preparatory medical groups. In the course of training for the purpose of timely correction, as well as to assess the functional state of the organism, a three-stage respiration delay, or the Serkin sample, was used. The study showed that part of metaprofile physical education of students with disabilities, as well as students of the basic medical group, is physical education classes or other forms of sports and recreational activities aimed at the maximum adaptation of the genetically determined capacity of the organism to physical loads and its correction to a small extent by making the body more functional. In conclusion, it is shown that physical training, which is the basis of MPE, has a multifaceted and systemic effect on the body. The three-stage breath brings together the important categories of the functional status: stage 1 – physical potential, stage 2 – physical ability, stage 3 – energy resources. This is confirmed by the results obtained, which indicate that regardless of gender, level of physical fitness and health status there is a tendency to increase adaptation shifts and, therefore, preparedness for selected professional activities.

REFERENCES

1. Sharafeeva, A.B. & Zagrevskiy, O.I. (2012) Technology of formation of professional competencies in recreational activities of future specialists in physical culture and sport. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*. 361. pp. 153–156. (In Russian).
2. Kabachkova, A.V., Fomchenko, V.V. & Frolova, Yu.S. (2015) Students' physical activity. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*. 392. pp. 175–178. (In Russian).
3. Kotsa, Ya.M. (ed.) (1986) *Sportivnaya fiziologiya* [Sports Physiology]. Moscow: Fizkul'tura i sport.
4. Zagrevskaya, A.I. (2014) Sports education of students as a subject of system research. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*. 380. pp. 176–180. (In Russian). DOI: 10.17223/15617793/380/29
5. Moskovchenko, O.N. (2012) *Optimizatsiya fizicheskikh i trenirovochnykh nagruzok na osnove individual'nogo adaptivnogo sostoyaniya cheloveka* [Optimization of physical and training loads on the basis of an individual adaptive state of a person]. Moscow: FLINTA, Nauka.

Received: 14 February 2018