

# ОРГАНИЗАЦИЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ УСЛОВИЙ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ В ВЫСШЕМ УЧЕБНОМ ЗАВЕДЕНИИ ПОТРЕБНОСТЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ В ЗДОРОВОМ ОБРАЗЕ ЖИЗНИ

Баканова А. Ф.  
Харьковский национальный аэрокосмический университет им. Н. Е. Жуковского

**Аннотация.** Представлены результаты анализа современных условий реализации государственной политики в формировании навыков здорового образа жизни подрастающего поколения (студенческой молодежи) в соответствии с международным проектом «Европейская сеть школ содействия здоровью». В исследовании использованы данные медицинского обследования студентов Харьковского авиационного института. На основании анализа полученных результатов определена необходимость оптимальной организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в высшем учебном заведении.

**Ключевые слова:** студенческая молодежь, социальное здоровье, физическое здоровье, здоровый образ жизни, школа содействия здоровью, организация физического воспитания.

**Анотація.** Баканова О. Ф. Організація забезпечення умов для реалізації у вищому навчальному закладі потреб студентської молоді в здоровому способі життя. Представлено результати аналізу сучасних умов реалізації державної політики у формуванні навичок здорового способу життя підростаючого покоління (студентської молоді) у відповідності до міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю». У дослідженні використано дані медичного обстеження студентів Харківського авіаційного інституту. Аналіз отриманих результатів дозволив визначити необхідність оптимальної організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи у вищому навчальному закладі.

**Ключові слова:** студентська молодь, соціальне здоров'я, фізичне здоров'я, здоровий спосіб життя, школа сприяння здоров'ю, організація фізичного виховання.

© Баканова А. Ф., 2011

**Abstract. Bakanova A. Organization of conditions ensuring realization higher educational establishment students' youth necessity in fit way of life.** *The results of analysis of modern terms of realization of public policy are presented about the terms of realization of public policy in forming of healthy way of life of rising generation (to the student young people) in accordance with an international project «The European network of schools of assistance a health». In research, these inspections are utilized students of Kharkiv Aviation institute. Based on analysis of the got results going is formed near optimum organization of athletic-health and sporting work in Institute of higher.*

**Key words:** *student young people, social health, physical health, healthy way of life, school of assistance of health, organization of physical education.*

**Постановка проблеми и ее связь с важными научными темами.** Подготовка профессиональных специалистов высшими учебными заведениями страны направлена на удовлетворение социального запроса общества в трудовом потенциале. Трудовой ресурс производственных сил требует определенных условий их сохранности, обеспечивая существенную экономию производственных затрат субъектам экономической деятельности. Сохранение необходимой длительности и эффективности трудовой деятельности носителей трудового ресурса определяется состоянием их здоровья, являющегося высшей социальной ценностью. Именно это положение определяет необходимость формирования и обеспечения здорового образа жизни студенческой молодежи.

Решение этой задачи должно выполняться на всех этапах жизненного пути граждан общества. Как средство ее обеспечения выступает физическое воспитание в учебно-воспитательной сфере. Учеба в высшем учебном заведении является одним из завершающих этапов формирования будущего специалиста, на котором вопрос состояния физического развития, физической подготовленности, физического здоровья имеет свои особенности и сложности разрешения.

**Цель исследования** – осуществить теоретический анализ проблемы формирования навыков здорового образа жизни студенческой молодежи.

#### **Задачи исследования:**

1. Определить базовые положения государственной политики по формированию здорового образа жизни студенческой молодежи.

2. Изучить состояние здоровья студентов ХАИ.

**Методы исследования:** анализ литературных источников, анализ документов.

**Изложение основного материала.** Студенческая молодежь пополняется из состава выпускников средних общеобразовательных школ. В соответствии с официальной статистикой только 4,5 % выпускников школ Украины обладают высоким уровнем физического здоровья [1–3]. Сложившееся положение требует немедленного его решения на уровне всего комплекса оздоровительных, образовательных и воспитательных задач, так как формирование здорового образа жизни не может осуществляться принудительными мерами [4–6].

Кроме отмеченных сложностей с поступающим в студенческую среду контингентом, необходимо учитывать и особенности организации жизнедеятельности в этот период. Специфика студенческого труда связана с необходимостью выполнения большого объема интеллектуальной работы, что требует специфической формы организации физического воспитания, в которой необходимо учитывать исходный уровень физического состояния, физического здо-

ровья, физической подготовленности, ориентируясь на приведение его к соответствующим нормам возрастного периода и сохранение в условиях специфической нагрузки и режима жизнедеятельности студентов.

Проблемы здорового образа жизни являются характерными не только для Украины. Всемирная организация охраны здоровья определяет здоровье человека как состояние человека, обладающего полным физическим, духовным, моральным и социальным благополучием, а не только отсутствием заболеваний [7–10]. Физическое здоровье человека формируется на протяжении всей его жизни с учетом возрастных особенностей его развития [11; 12]. С шести до восемнадцати лет эта задача решается в организациях образовательного профиля [13; 14].

В 80-х гг. XX в. Всемирная организация охраны здоровья, Европейская Комиссия и Совет Европы организовали проект создания института, который своим основным заданием ставил решение задачи сохранения и укрепления здоровья учащейся молодежи путем создания благоприятных условий жизнедеятельности всех членов учащегося коллектива. В 1992 году ими основана Европейская сеть школ содействия здоровью. В 1997 году в эту сеть входили 37 стран. В этом же году прошла первая конференция Европейской сети школ содействия здоровью «Школы активного укрепления здоровья – вклад в дело образования, охраны здоровья и демократии». Конференция проходила: Салоники – Халкидики, Греция 1–5 мая 1997 года. В принятой резолюции отмечается, что участники конференции обращаются с настойчивым призывом к правительствам всех европейских государств принять концепцию «Школ активного содействия здоровью» и создать условия для воплощения в жизнь ряда принципов, которые составляют основу концепции и практики Школ, а также выступают основой для вклада в дело образования, воспитания, охраны здоровья и демократического развития будущих поколений.

В Украине реализация данного международного проекта была начата в 1999 году [15]. На основании этого в 2002 году был принят общий приказ Министерства образования и науки Украины и Министерства охраны здоровья Украины от 17.07.2002 № 412/254, в котором утверждены Основные требования к организации деятельности «Школ содействия здоровью» и критерии оценки их деятельности. Сегодня в Украине среди 35 тыс. дошкольных и общеобразовательных учебных заведений только 11,3 % организовали свою деятельность как «Школы содействия здоровью» [16]. Вопрос участия высших учебных заведений в данном процессе не обсуждался, несмотря на то, что возраст студенческой молодежи требует самого пристального внимания относительно сохранения и укрепления

навыков здорового образа жизни, поскольку именно в этот период самостоятельно закладываются основы жизненного пути.

Преследуя цель дальнейшего развития международного проекта «Европейская сеть школ содействия здоровью», Министерством образования и науки Украины совместно с Министерством охраны здоровья Украины был организован конкурс современной модели учебного учреждения «Школа содействия здоровью». Итоги этого конкурса показали результаты практической деятельности целого ряда реально функционирующих школ. В 2009 году, по итогам конкурса, лучшей областью названа Харьковская, достигшая наиболее высоких показателей в развитии Национальной сети «Школ содействия здоровью». В Харьковской области охвачено сетью 34,9 % детей, подростков и молодежи, а в самом городе – 48,0% [17].

В то же время, статистика Департамента охраны здоровья и социальной защиты городского совета показывает, что по результатам медосмотров, которые проводились в 2010 году, только 54,0 % школьников г. Харьков допущены к занятиям физической культурой в основные группы, при том, что в 2009 году этот процент составлял 62,4 %. В подготовительных группах – 37,8 % учеников; в специальных медицинских – 6,1 %; освобожденных от занятий – 1,9 %; а 48,0 % школьников требует систематического диспансерного наблюдения. По данным Департамента охраны здоровья и социальной защиты горсовета, в г. Харькове на текущий период здоровых людей наблюдается 34,4 % [18].

Приведенная статистика по лучшей области Украины свидетельствует о недостаточно эффективной постановке и решении вопроса по организации физической культуры в учебно-воспитательной сфере. По данным исследований Т. Круцевич и Г. Безвехней, количество учеников ООШ, имеющих стойкие отклонения в состоянии здоровья достигает 80,0 % [19]. Большинство специалистов, исследующих данную проблему, считают, что причина такого явления состоит прежде всего в снижении социального уровня жизни и двигательной активности детей, а также снижении позитивного отношения к урокам физической культуры [20–22].

Учитывая, что при поступлении в вуз принимается контингент абитуриентов с медицинским освидетельствованием состояния здоровья, соответствующим принятой «норме», то контингент поступивших и пополнивших студенческую среду должен иметь практически 100 % физически здоровых лиц. Однако реальное состояние вопроса выглядит иначе. Анализ данных медицинских заключений о состоянии здоровья студентов Национального аэрокосмического университета «ХАИ» I–IV курсов показал, сто студенты распределены по группам следующим образом: в группе общей физической подготовки – 68,0 %, в специальной медицинской группе – 10,0 %, в группе ЛФК – 11,0 %, освобожденных от занятий по физической культуре – 1,5 %. Это объясняется тем, что постоянное умственное и психоэмоциональное напряжение, а также нарушение режима труда, отдыха и питания, накапливаясь в течение учебного семестра, учебного года, часто приводят к срыву процесса адаптации и развития у студентов целого ряда забо-

леваний. Негативные последствия такой организации жизнедеятельности больше всего проявляются ко времени окончания обучения.

По данным обследования 2000 студентов ХАИ, за время обучения (2006–2011 гг.) зафиксировано ухудшение уровня их физического здоровья. Если принять уровень здоровья студентов I курса за 100 %, то на II курсе он снизился в среднем до 90,2 %, на III – до 80,2 %, на IV – до 72,3 %.

Частота хронических заболеваний колеблется в очень широких границах. У 40,0 % студентов чаще всего обнаруживаются хронические заболевания нервной, сердечно-сосудистой, опорно-двигательной и дыхательной систем. Было установлено, что наиболее негативно на здоровье студентов влияют психоэмоциональное напряжение, гиподинамия, нерациональный режим дня и питания, вредные привычки.

Гипертоническая болезнь обнаружена у 8,0–9,0 % студентов ХАИ. Второе место занимают гипотонические заболевания. Далее идут такие заболевания, как хронические и острые тонзиллиты (3,3–5,7 % студентов); язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки. У старшекурсников язвенная болезнь встречается чаще. Например, у первокурсников на 1000 юношей и девушек она встречается в 28 случаях, у студентов III курса – в 32. Близорукость обнаружена у 31,0 % студентов 1-го курса, а среди старшекурсников еще больше.

Официальная медицинская статистика городской поликлиники № 20, которая обслуживает студентов ХАИ, дает такую картину заболеваемости: в 2006 году было зарегистрировано случаев заболеваний: органов дыхания – 1317, мочевыделительной и половой систем – 1057, инфекционных – 270, органов пищеварения – 302, из них гастрит – 180, травмы и их последствия – 198, нервной системы – 305, органов кровообращения – 275, врожденных заболеваний – 41, заболеваний крови – 13.

По сравнению с 2006 г. к концу первого квартала 2007 г. наблюдалось увеличение терапевтических заболеваний. Если в предыдущем году на диспансерном учете было 112 студентов с хроническим гастритом, то в 2007 году их число возросло до 141 студента, больных бронхиальной астмой стало 131 (было – 114). Дальше идут студенты, состоящие на диспансерном учете: заболевания желудка (87 человека), вегетососудистая дистония (55 человек), пиелонефриты (43 человек).

Установлено, что заболеваемость студентов увеличивается на фоне заметного снижения общего уровня их физического состояния, что негативно влияет на эффективность учебного процесса и в дальнейшем ограничивает их производственную и общественно-полезную деятельность. Известным является тот факт, что у студентов I курса переход к новым социальным условиям вначале вызывает активную мобилизацию, а потом происходит истощение физических резервов организма, особенно в первый год обучения.

Учитывая, что в нашем государстве перед образованием как целостной государственной структурой, обеспечивающей социальное развитие личности, стоит, кроме других, еще и задача сохранения психического, физического и этического здоровья детей и молодежи, Министерство образования и на-

уки, молодежи и спорта принимает меры для развития и улучшения физкультурно-оздоровительной и спортивной работы со студентами.

Большая работа проводится в ХАИ для сохранения и укрепления здоровья студентов и преподавателей. Физическим воспитанием студенты I–II курса обучения занимаются 4 часа в неделю, однако, на наш взгляд, этого недостаточно. В 2006/2007 учебном году 382 студента ХАИ посещали специальную медицинскую группу, 167 человек было освобождено от практических занятий физическим воспитанием.

Воспитание навыков здорового способа жизни, сознательного отношения к своему здоровью – длительный и кропотливый процесс, который требует комплексного подхода. Первым шагом в формировании сознательного отношения к своему здоровью, к физическим упражнениям может стать, как показывает наша практика, донозологический скрининг с использованием современных неинвазивных методик, которые не занимают много времени и в то же время достаточно информативны. Внедрение такого подхода в учебно-воспитательный процесс ХАИ, связанного с организацией системы физического воспитания студентов с учетом реорганизации системы высшего образования на современном этапе, пропагандой здорового образа жизни в среде студенческой молодежи, созданием необходимых социальных условий быта на период учебы в вузе позитивно влияет на сохранение, укрепление, а порой и формирование навыков здорового образа жизни данного контингента.

Систематически в вузе проводится медицинское обследование студентов, анкетный опрос о наличии у них вредных привычек, об организации режима учебы и отдыха, для оценки отношения студентов к органи-

зации физического воспитания в учебное и внеучебное время, для освещения отрицательных сторон в устройстве их быта. Полученные результаты используются в организации работы спортивного клуба ХАИ, работы студенческого профкома, Совета студенческого самоуправления.

Проводимая работа направлена на изучение условий быта студенческой молодежи и разработку условий максимального сохранения навыков здорового образа их жизни, а также позволяет совершенствовать формы организации физического воспитания, которые максимально учитывают индивидуальные особенности физического состояния студентов, их интересы и степень загруженности учебным процессом.

**Выводы.** Анализируя научно-методическую литературу, следует отметить, что развитие украинского общества ориентировано на воспитание человека, гармонически сочетающего в себе духовное богатство, моральную чистоту и физическое совершенство посредством формирования потребности в ведении здорового образа жизни. Физическая культура и спорт способствуют решению таких общегосударственных задач, как подготовка людей к труду, повышение их уровня здоровья, повышение работоспособности, производительности труда, экономической эффективности производства.

Наблюдаемые тенденции снижения уровня здоровья студентов убеждают в необходимости разработки инновационных подходов к оптимизации системы физического воспитания в вузе.

**Дальнейшие исследования** в этом направлении будут ориентированы на создание современных методик оптимизации организации физкультурно-оздоровительной и спортивной работы в вузе.

#### Литература:

1. Апанасенко Г. Рівень здоров'я і фізіологічні резерви організму / Г. Апанасенко, Л. Довженко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 1. – С. 17–21.
2. Ротерс Т. Т. Ритмическое развитие личности школьника (анализ взаимодействия физического и эстетического воспитания) / Ротерс Т. Т. – Луганск : Знание. – 1998. – 170 с.
3. Федоров А. Двигательная активность в структуре здорового стиля жизни подростков / А. Федоров, С. Шарманова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2009. – № 2. – С. 103–107.
4. Приступа Е. Завышенные нормативы или слабы дети? / Приступа Е // «Зеркало недели. Украина» – 2011. – № 9. – Режим доступа : <http://www.zn.ua/newspaper/articles/77191#article>
5. Прокопенко І. Ф. Сучасні педагогічні технології в підготовці вчителів : [навч. Посібник] / І. Ф. Прокопенко, В. І. Євдокимов. – Харків : Колегіум, 2008. – 344 с.
6. Суржик Л. Физкультурная недостаточность: острая и хроническая / Суржик Л. // «Зеркало недели. Украина». – 2011. – № 9. – Режим доступа : <http://www.zn.ua/newspaper/articles/77200#article>.
7. Бондар Т. С. Організаційно-педагогічна технологія менеджменту учнівських фізкультурно-оздоровчих клубів : [дис. на здоб. наук. ступеню канд. наук з фіз. вих. і спорту: спеціальність 24.00.02 «Фізична культура. Фізичне виховання всіх верств населення»] / Бондар Т. С. – Харків, 2010. – 232 с.
8. Булатова М. Здоров'я і фізична підготовленість населення України / М. Булатова, О. Литвин // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 3–8.
9. Платонов В. Н. Сохранение и укрепление здоровья здоровых людей – приоритетное направление современного здравоохранения / Платонов В. Н. // Спортивна медицина. – 2006. – № 2. – С. 3–14.
10. Сутула В. О. Формування фізичної культури особистості стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, Ю. В. Васьков // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.]. – Харків : ХДАФК, 2009. – № 1. – С. 15–21.
11. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры) : [учеб. для ин-тов физ. культуры] / Матвеев Л. П. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
12. Сутула В. О. Як бути зі здоров'ям школярів? / В. О. Сутула, Т. С. Бондар, Ю. В. Васьков. – Освіта, 2009. – № 3–4. – С. 7.

13. Про освіту: Закон України № 1060-XII від 23.05.1991 р. [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Верховної Ради України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>.

14. Про загальну середню освіту: Закон України № 651-XIV від 13.05.1999 р. : [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Верховної Ради України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>.

15. Про прилучення до Міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння здоров'ю»: Спільний наказ Міністерства охорони здоров'я та Міністерства освіти України від 07.05.1999 р. № 25/31 : [Електронний ресурс] / Офіційний сайт Верховної Ради України. – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>.

16. Доповідна про підсумки проведення конкурсу-захисту сучасної моделі навчального закладу – Школи сприяння здоров'ю у 2008/2009 навчальному році : Додаток 1 до наказу МОН України від 7.12.2009 р. № 1102 : [електронний ресурс] / Офіційний сайт Верховної Ради України. – Режим доступу: <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi>.

17. Загальна інформація про мережу шкіл сприяння здоров'ю м. Харкова / Офіційний сайт Харківської міської ради. – Режим доступу: <http://city.kharkov.ua/documents/zaginfshspr2009.doc>

18. Майже половині школярів не дозволили займатися фізкультурою в основній групі : [електронний ресурс] / сайт «Харків-онлайн». – Режим доступу: <http://kharkiv-online.ru/news/3983-majzhe-polovini-shkolyariv-ne-dozvolili-zajmatisya-fizkulturoyu-v-osnovnij-grupi.html>

19. Безверхня Г. В. Мотивація до занять фізичною культурою і спортом школярів 5–11-х класів : [автореф. дис...канд. наук фіз. вих. : 24.00.02 «фізична культура, фізичне виховання різних груп населення»] / Безверхня Г. В. – Львів, 2004. – 23 с.

20. Карнаухов Г. З. Технологізація здоров'єсберегаючого образовального пространства в школах Красноярського району : [електронний ресурс] / Г. З. Карнаухов, Н. А. Герасимова, Н. Н. Кузнецова. – Режим доступу : <http://www.teoriya.ru/conf/drozd05/sbornik-razdel2.doc>. – С. 125–134

21. Кібальник О. Я. Оздоровчі технології для підвищення рухової активності підлітків / Кібальник О. Я. // Теорія та методика фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 4. – С. 63–66.

22. Рыжов И. В. Организационно-методические основы деятельности школьного спортивного клуба в сочетании с урочной системой преподавания физической культуры : [автореф. дис...канд. пед. наук: 13.00.04] / Рыжов И. В. – М : РГАФК, 2002. – 23 с.