

3. Physics-Based Simulations to Predict the Differential Effects of Motor Control and Musculoskeletal Deficits on Gait Dysfunction in Cerebral Palsy: A Retrospective Case Study / A. Falisse, L. Pitto, H. Kainz [et al] // *Frontiers Human Neuroscience*. – 2020. – № 14. – P.17.
4. Kristi S.W. Management of Joint Contractures in the Spastic Upper Extremity / S.W. Kristi, D. Aaron // *Hand Clin.* – 2018. – № 34 (4). – P. 517–528.
5. Poteshkin A. Differentiated methodology of coordinating abilities upbringing in children with infantile cerebral paralysis // A. Poteshkin, I. Talamova. – doi.org/10.1051/bioconf/20202600012 // *Actual Issues of Physical Education and Innovation in Sports (PES 2020) : First International Scientific-Practical Conference*. – 2020. – № 26.. – URL: https://www.bioconferences.org/articles/bioconf/full_html/2020/10/bioconf_pes2020_00012/bioconf_pes2020_00012.html (date of accessed 02/04/2021).

REFERENCES

1. Poperekov, V.S. (2020), “Using the means of playing boccha as a psychological and pedagogical aspect of the process of adaptive physical rehabilitation of children 9-12 years old with cerebral palsy”, *Youth in the New Millennium: Challenges and Solutions: materials of the III All-Russian Scientific and Practical Conference*, Omsk, pp. 129–132.
2. Poteshkin, A.V. and Talamova, I. (2019), “On the issue of indicators of the development of coordination abilities in children with cerebral palsy”, *Ways to optimize physical education, sports training, health and adaptive physical culture: materials of the IX All-Russian Scientific and Practical Conference*, Tambov, pp. 208–210.
3. Falisse A., Pitto L., Kainz H., Hoang H., Wesseling M., Rossom S.V., Papageorgiou E., Bar-On L., Hallemans A., Desloovere K., Molenaers G., Campenhout A.V., De Groote F. and Jonkers I. (2020), “Physics-Based Simulations to Predict the Differential Effects of Motor Control and Musculoskeletal Deficits on Gait Dysfunction in Cerebral Palsy: A Retrospective Case Study”, *Frontiers Human Neuroscience*, No. 14, pp. 17.
4. Kristi, S.W. and Aaron, D. (2018), “Management of Joint Contractures in the Spastic Upper Extremity”, *Hand Clin.*, Vol. 34 (4), pp. 517–528.
5. Poteshkin, A. and Talamova, I. (2020), “Differentiated methodology of coordinating abilities upbringing in children with infantile cerebral paralysis”, *Actual Issues of Physical Education and Innovation in Sports” (PES 2020), First International Scientific-Practical Conference*, Vol. 26, available at: https://www.bioconferences.org/articles/bioconf/full_html/2020/10/bioconf_pes2020_00012/bioconf_pes2020_00012.html (date of accessed 02/04/2021).

Контактная информация: artempoteshkin91@mail.ru

Статья поступила в редакцию 23.04.2021

УДК 796.011.3

СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

Лариса Анатольевна Прокопенко, кандидат педагогических наук, доцент, Технический институт (филиал) Северо-Восточного федерального университета, Якутск

Аннотация

В данной статье проводится анализ литературных источников по деятельности вузов в сохранении здоровья студентов. Выявлены негативные факторы здоровья как общесистемные, так и поведенческие. Рассмотрены воспитательные воздействия вузов по формированию культуры здоровья, образовательная составляющая по формированию компетенций на поддержание должного уровня физической подготовленности. Отмечается высокий потенциал вузов в сохранении трудового и популяционного ресурсов страны, который необходимо развивать и реализовывать и в дальнейшем с учетом изменяющихся социально-экономических условий.

Ключевые слова: студенты вузов, сохранение здоровья, компетенции, культура здоровья, физическая подготовленность.

MAINTAINING THE HEALTH OF STUDENTS IN HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

Larisa Anatolyevna Prokopenko, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer, Technical Institute (branch) of North-Eastern Federal University, Yakutsk

Abstract

This article analyzes the literature sources on the activities of universities in maintaining the health of students. Negative health factors, both system-wide and behavioral, were identified. The article considers the educational impact of universities on the formation of a health culture, the educational component on the formation of competencies to maintain the proper level of physical fitness. There is a high potential of universities in preserving the labor and population resources of the country, which must be developed and implemented in the future, taking into account the changing socio-economic conditions.

Keywords: university students, health preservation, competence, health culture, physical fitness.

Сохранение здоровья студентов остается приоритетной задачей. Здоровье и здоровый образ жизни – важные компоненты в самореализации молодых людей, возможности их активного долголетия, создания семьи и деторождения, в поддержании учебного и профессионального труда, общественно-политической и творческой активности.

В современных социально-экономических условиях мы наблюдаем не снижение, а увеличение уровня общей заболеваемости и хронической патологии у студентов, что обусловлено особенностями образа жизни, условиями учебы и быта, несмотря на постоянно предпринимаемые государственные и общественные меры, усилия и пропаганду по сохранению их здоровья. Комплекс общесистемных факторов не всегда позволяет им быстро адаптироваться к новым условиям жизни, обучения, высоким умственным нагрузкам в послешкольный период [12, 19]. За время обучения в вузе здоровье студентов имеет тенденцию к ухудшению [11, 19, 22]. Вместе с тем, результаты многочисленных исследований свидетельствуют о том, что студенческая молодежь мало уделяет времени и часто не готова прикладывать усилия по сохранению собственного здоровья. Анкетные опросы показывают важность здоровья, здорового образа жизни в ответах студентов, а на практике мало кто уделяет этому должное внимание [8, 15]. Ценность здоровья реализуется в поведении незначительной части студентов. Таким образом, отношение к здоровью все больше носит декларируемый характер. Как следствие, среди студенческой молодежи практически не отмечается положительной динамики в установках и поведении в сфере здоровья. Такие негативные тенденции представляют большую социальную проблему для сохранения трудового и популяционного ресурсов страны. Всё более актуальной становится проблема здоровьесберегающего поведения. В деле воспитания молодежи на первый план выдвигается формирование культуры здоровья. Хлебас О.А. указывает, что «овладение общими правилами культуры здоровья как социальной компетентности индивидом является залогом здорового общества и национального будущего» [26]. Поведенческие факторы – факторы образа жизни диктуют необходимость самосохранительного поведения. По мнению И.В. Журавлевой самосохранительное поведение выступает как детерминанта здоровья [7].

Сохранение и укрепление здоровья обучающихся студентов, формирование у них потребности в физическом совершенствовании и здоровом образе жизни входит в круг обязанностей администраций образовательных учреждений и каждого педагогического работника. Очевидно, что сохранение здоровья студентов как научная и практическая проблема требует не только создания соответствующих социально-гигиенических условий, но и формирования компетенций на поддержание должного уровня здоровья.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования основное внимание в подготовке студентов к профессиональной

деятельности уделяется формированию компетенций. Среди универсальных компетенций можно отметить «самоорганизацию и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)». Результатом освоения учебной программы в этом направлении должно явиться формирование компетенции – способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности. Преподаватели физического воспитания ежегодно в рамках текущей аттестации проводят балльное тестирование и проверку физической подготовленности студентов в соответствии с установленными нормативами для студентов вузов. По данным исследователей в последнее время уровень физической подготовленности студентов оценивается как «ниже среднего», а в отдельных упражнениях находится за чертой балльной системы оценок [2, 5, 17, 23]. Это не позволяет большинству студентов справиться с нормативами нового физкультурно-спортивного комплекса ГТО, основной целью которого является укрепление здоровья нации. К сожалению, поднять интерес студентов к сдаче нормативов ВФСК ГТО не удастся. «Как ни печально, но популярность ВФСК ГТО среди студентов крайне низка. Это свидетельствует о необходимости строить реализацию данного комплекса на новых идейно-содержательных и организационных подходах» делают заключение в своей работе исследователи Шахов А.А. с соавторами [27].

Изучая мотивы студентов вузов России к занятиям физической культурой и спортом, можно выделить, прежде всего, такие, как оздоровительный и эстетический, а именно, поддержание хорошего здоровья и желание иметь красивое подтянутое тело. А приоритеты молодых людей все больше отдаются в пользу занятий фитнесом [20]. Это нацеливает делать упор на оздоровительную направленность занятий физической культурой, с учетом интересов студентов.

Студенческая молодежь воспринимает занятия по физической культуре как обязательные, а не необходимые, не старается вникать в научный фундамент дисциплины, что сопровождается пропусками и отсутствием саморазвития. В связи с этим важное место в работе педагогов отдается формированию мотивации молодых людей к физической активности, предлагаются разные подходы и технологии современного уровня, имеющие эффективные результаты [10, 16, 21].

Внедрение современных здоровьесберегающих технологий с учетом интересов обучающихся на сегодняшний день приобретает глобальные масштабы. Предлагаются концепции физического воспитания по реализации новых технологий для подготовки будущих специалистов физической культуры [25]. Преподаватели физического воспитания нефизкультурных вузов осваивают и на практических занятиях используют огромное количество оздоровительных технологий, основанных на развивающейся учебно-методической базе нетрадиционных видов физических упражнений, популярности фитнеса.

Не ослабевает организация учебного процесса на формирование у обучающихся потребности в хорошем здоровье, на знание содержательных характеристик здорового образа жизни, на внимательное отношение не только к своему здоровью, но и здоровью окружающих. Под неусыпным вниманием находится актуализация ценности здоровья, формирование ценностного отношения к здоровью [1, 9, 14, 18]. Выявлению особенностей самосохранительного поведения студентов посвящен ряд работ [3, 6, 13, 24]. При этом научные работы по проблеме самосохранительного поведения носят преимущественно констатирующий характер и в меньшей степени рассматривают формирование направленности личности на самосохранительное поведение [4].

Состояние здоровья студентов отражает их общекультурный уровень, является возможностью удовлетворения интересов в учебе, быте, отдыхе. Хорошее здоровье дает больше таких возможностей и более оптимистические представления о своей будущности. Отсутствие или слабые навыки по ведению здорового образа жизни приводят к дальнейшему ухудшению здоровья.

Таким образом, тщательное и постоянное изучение проблем сохранения здоровья студентов является важной предпосылкой для выработки необходимых мер по их решению с учетом изменяющихся социально-экономических условий.

Потенциал вузов высок, что подтверждается многочисленными исследованиями, научными подходами, разработкой и практическим применением новых технологий и программ по укреплению и сохранению здоровья студенческой молодежи.

Надо полагать, что образовательная составляющая и воспитательные воздействия вузов с целью сохранения здоровья и формирования компетенций по поддержанию должного уровня здоровья студенческой молодежи, должны быть в постоянном развитии и в дальнейшем реализовывать свои возможности в сохранении трудового и популяционного ресурсов страны.

ЛИТЕРАТУРА

1. Анисимова С.Ф. Отношение студентов к здоровью как ценности (по материалам социологического исследования) / С.Ф. Анисимова // Управленческое консультирование. – 2014. – № 3. – С. 157–166.
2. Уровень физической подготовленности студентов в рамках урочных занятий по физической культуре / И.Н. Антонова, С.И. Бочкарева, Т.П. Высоцкая, А.В. Носова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 12 (190). – С. 7–10.
3. Березутский Ю.В. Самосохранительное поведение студентов: ценностный ресурс здоровья или декларация / Ю.В. Березутский, С.С. Халикова // Власть и управление на Востоке России. – 2010. – № 4 (53). – С. 152–159.
4. Вялов И.С. Особенности формирования и управления самосохранительным поведением студентов : автореф. ... дис. канд. соц. наук / Вялов Игорь Сергеевич. – Москва, 2011. – 27 с.
5. Зайцева Н.В. Динамика основных показателей физической подготовленности студентов Северо-Восточного государственного университета в зависимости от стандарта обучения / Н.В. Зайцева // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 12 (190). – С. 69–74.
6. Захарова Е.А. Особенности самосохранительного поведения студентов Южно-Якутского Региона / Е.А. Захарова, Л.А. Прокопенко // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 12 (190). – С. 337–340.
7. Здоровье студентов: социологический анализ / отв. ред. И.В. Журавлёва: Монография. – Москва : ИНФРА-М, 2014. – 272 с.
8. Калашникова М.Б. Особенности отношения к здоровью студентов вуза / М.Б. Калашникова // Высшее образование сегодня. – 2015. – № 5. – С. 61–66.
9. Касаткина Н.Э. Ценности здоровья студентов вуза в условиях современного образовательного учреждения / Н.Э. Касаткина, Т.Н. Семенова // Вестник КемГУКИ. – 2011. – № 17. – С. 140–147.
10. Курасбедиани З.В. Формирование мотивации студентов к саморазвитию в процессе физического воспитания / З.В. Курасбедиани, С.В. Токарева, О.В. Котова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11(189). – С. 294–301.
11. Марчук С.А. Некоторые аспекты здоровьесбережения студенческой молодежи / С.А. Марчук // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 4. – С. 13–15.
12. Меерманова И.Б. Состояние здоровья студентов, обучающихся в высших учебных заведениях / И.Б. Меерманова, Ш.С. Койгельдинова, С.А. Ибраев // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2017. – № 2-2. – URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11244> (дата обращения: 21.03.2021).
13. Миронова Ю.Г. Особенности самосохранительного поведения современной студенческой молодежи / Ю.Г. Миронова // Теория и практика общественного развития. – 2016. – № 6. – URL: http://teoriaractica.ru/rus/files/arhiv_zhurnala_/2016/6/sociology/mironova.pdf (дата обращения: 21.03.2021).
14. Мысина Т.Ю. Формирование ценностного отношения к здоровью у студентов вуза / Т.Ю. Мысина // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия: Психология. – 2011. – № 2 (10). – С. 46–51.
15. Осадчук О.Л. Формирование адекватного отношения к своему здоровью студентов медицинского вуза на занятиях по психологии / О.Л. Осадчук, Л.В. Лонская // Успехи современного естествознания. – 2015. – № 1-8. – URL: <http://natural-sciences.ru/ru/article/view?id=35390> (дата об-

ращения: 24.03.2021).

16. Мотивация студентов к занятиям физической культурой современными электронными приложениями и устройствами / Н.Ю. Патаркацишвили, Д.А. Завьялов, Р.С. Исаев, А.В. Бикбулатов, С.А. Михайлова // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 2 (192).* – С. 248–253.

17. Прокопенко Л.А. Особенности контрольных тестов и оценка физической подготовленности студентов вуза в условиях Севера / Л.А. Прокопенко, К.А. Полкова // *Современные проблемы науки и образования.* – 2017. – № 2. – URL: <http://www.science-education.ru/article/view?id=26365> (дата обращения: 24.03.2021).

18. Пчелкина Е.П. Поведенческая составляющая ценности здоровья у студентов вузов / Е.П. Пчелкина // *Омский научный вестник.* – 2008. – № 4. – С. 66–69.

19. Самсоненко И.В. Анализ состояния здоровья студентов вуза / И.В. Самсоненко // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2015. – № 11 (129). – С. 229–232.

20. Сафарова Н.А. Анализ личной мотивации студентов к занятиям физической культурой (на примере российских вузов) / Н.А. Сафарова, Л.А. Прокопенко // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2019. – № 11 (177). – С. 387–392.

21. Слушкина Е.А. Поиск путей повышения качества физкультурного образования в высшем учебном заведении / Е.А. Слушкина, М.А. Дерябина, Е.С. Воробьева // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2021. – № 2 (192).* – С. 296–299.

22. Соснин В.П. Особенности состояния здоровья современного студента и способы его коррекции средствами физической культуры / В.П. Соснин // *Современные проблемы науки и образования.* – 2015. – № 2-1. – URL: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=18886> (дата обращения: 24.03.2021).

23. Старкова Е.В. Оценка физической подготовленности студентов к выполнению нормативов ВФСК ГТО / Е.В. Старкова // *Теория и практика физической культуры.* – 2016. – № 12. – С. 84.

24. Страхова И.Б. Самосохранительное поведение студенческой молодежи / И.Б. Страхова // *Интерэкспо ГЕО-Сибирь.* – 2017. – Т.6., № 2. – С. 100–105.

25. Сысоев А.В. Формирование здоровьесберегающих технологий физического воспитания студентов / А.В. Сысоев, Б.В. Кузнецов, Д.В. Соболев // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.* – 2020. – № 12 (190). – С. 241–246.

26. Хлебас О.А. Культура здоровья как социальная компетентность / О.А. Хлебас // *Научный вестник Крыма.* – 2018. – № 6 (17). – С. 14.

27. Современное состояние физической культуры студенческой молодежи / А.А. Шахов, А.А. Наумов, О.А. Стюшин, А.Н. Шемяков // *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2020. – № 11 (189).* – С. 568–573.

REFERENCES

1. Anisimova S. F. (2014), “The attitude of students to health as a value (based on the materials of a sociological study)”, *Managerial consulting*, No. 3, pp. 157–166.

2. Antonova I. N., Bochkareva S. I., Vysotskaya T. P. and Nosova A.V. (2020), “The level of physical fitness of students in the framework of regular classes in physical culture”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (190), pp. 7–10.

3. Berezutsky Yu. V. and Khalikova S. S. (2010), “Self-preserving behavior of students: a valuable health resource or declaration”, *Power and management in the East of Russia*, No. 4 (53), pp. 23.

4. Vyalov I. S. (2011), *Features of the formation and management of self-preserving behavior of students*, dissertation, Moscow.

5. Zaitseva N. V. (2020), “Dynamics of the main indicators of physical fitness of students of the North-Eastern State University depending on the standard of training”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (190), pp. 69–74.

6. Zakharova E. A. and Prokopenko L. A. (2020), “Features of self-safety behavior of students of the South Yakut Region”, *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (190), pp. 337–340.

7. Zhuravleva I. V. (2014), *Health of students: a sociological analysis*, monograph, INFRA-M, Moscow.

8. Kalashnikova M. B. (2015), “Features of the attitude to the health of university students”, *Higher education today*, No. 5, pp. 61–66.

9. Kasatkina N. E. and Semenkova T. N. (2011), “The values of health of university students in the conditions of a modern educational institution”, *Vestnik KemGUKI*, No. 17, pp. 140–147.

10. Kurasbediani Z. V., Tokareva S. V. and Kotova O. V. (2020), "Formation of students motivation for self-development in the process of physical education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 294–301.
11. Marchuk S. A. (2004), "Some aspects of health-saving of student youth", *Theory and practice of physical culture*, No. 4, pp. 13–15.
12. Meermanova I. B., Koigeldinova Sh. S. and Ibraev S. A. (2017), "The state of health of students studying in higher educational institutions", *International Journal of Applied and Fundamental Research*, No. 2-2, available at: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11244> (accessed 21 March 2021).
13. Mironova Yu. G. (2016), "Features of self-preservation behavior of modern students", *Theory and practice of social development*, No. 6, available at: http://teoriaractica.ru/rus/files/arhiv_zhurnala/2016/6/sociology/mironova.pdf
14. Mysina T. Yu. (2011), "Formation of a valuable attitude to health among university students", *Bulletin of the Samara Humanitarian Academy. Series: Psychology*, No. 2 (10), pp. 46–51.
15. Osadchuk O. L. and Lonskaya L. V. (2015), "Formation of an adequate attitude to their health of medical university students in the classroom of psychology", *Advances in current natural sciences*, No. 1-8, available at: <http://natural-sciences.ru/ru/article/view?id=35390> (accessed 24 March 2021).
16. Patarkatsishvili N. Yu., Zavyalov D. A., Isaev R. S. et al (2021), "Motivation of students to engage in physical culture with modern electronic applications and devices", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (192), pp. 248–253.
17. Prokopenko L. A. and Polkova K. A. (2017), "Features of control tests and assessment of physical fitness of university students in the conditions of the North", *Modern problems of science and education*, No. 2, available at: <http://www.science-education.ru/article/view?id=26365> (accessed 24 March 2021).
18. Pchelkina E. P. (2008), "Behavioral component of the value of health in university students", *Omsk Scientific Bulletin*, No. 4, pp. 66–69.
19. Samsonenko I. V. (2015), "Analysis of the health status of university students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (129) pp. 229–232.
20. Safarova N. A. and Prokopenko L. A. (2019), "Analysis of personal motivation of students to physical culture classes (on the example of Russian universities)", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (177), pp. 387–392.
21. Slushkina E. A., Deryabina M. A. and Vorobyova E. S. (2021), "Search for ways to improve the quality of physical education in higher education", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 2 (192), pp. 296–299.
22. Sosnin V. P. (2015), "Features of the state of health of a modern student and ways of its correction by means of physical culture", *Modern problems of science and education*, No. 2-1., available at: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=18886> (accessed 24 March 2021).
23. Starkova E. V. (2016), "Rating students' physical fitness for All-Russian physical culture and sports GTO complex tests", *Theory and practice of physical culture*, No. 12, pp. 84.
24. Strakhova I. B. (2017), "Self-preservation behavior of student youth", *Interexpo GEO-Siberia*, Vol. 6, No. 2, pp. 100–105.
25. Sysoev A.V., Kuznetsov B. V. and Sobolev D. V. (2020), "Formation of health-saving technologies of physical education of students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 12 (190), pp. 241–246.
26. Khlebas O. A. (2018), "Culture of health as a social competence", *Scientific Bulletin of the Crimea*, No. 6 (17), pp. 14.
27. Shakhov A. A., Naumov A. A., Styushin O. A. and Shevyakov A. N. (2020), "Modern state of physical culture of students", *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, No. 11 (189), pp. 568–573.

Контактная информация: larisana4@mail.ru

Статья поступила в редакцию 31.03.2021