

УДК 371.7

СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ-СИРОТ В ОБЕСПЕЧЕНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Владимир Владимирович Исмиянов, кандидат педагогических наук, доцент,

Владимир Сергеевич Балан, ассистент,

Иркутский государственный университет путей сообщения (ИрГУПС),

Людмила Дмитриевна Рыбина, старший преподаватель,

Иркутский национальный исследовательский технический университет (ИрННТУ)

Аннотация

В статье рассматриваются проведенные многолетние научные исследования социально-педагогической запущенности организации физического воспитания студентов-сирот в обеспечении здорового образа жизни. Проведен анализ опыта работы по сегодняшнему состоянию здоровья, низкому уровню физической и спортивной культуры, отсутствию социально-педагогических и гигиенических условий, которые привели здоровый образ жизни студентов-сирот к значительному ухудшению.

Ключевые слова: постинтернатное сопровождение физического воспитания, здоровый образ жизни, профессиональное образование, студенты-сироты.

SOCIO-PEDAGOGICAL ANALYSIS OF PROBLEM OF ORGANIZATION OF PHYSICAL EDUCATION FOR STUDENTS-ORPHANS IN ENSURING A HEALTHY LIFESTYLE

Vladimir Vladimirovich Ismiyanov, the candidate of pedagogical sciences, senior lecturer,

Vladimir Sergeevich Balan, the assistant,

Irkutsk state transport University,

Lyudmila Dmitrievna Rybina, the senior teacher,

Irkutsk National Research Technical University

Annotation

The article views the long-term research of socio-pedagogical neglect of the organization of physical education of orphan students in ensuring a healthy lifestyle. Experience of the today's health status, low level of physical and sports culture, lack of socio-pedagogical and hygienic conditions that have led a healthy lifestyle of orphans to a significant deterioration were analyzed.

Keywords: post-boarding support of physical education, healthy lifestyle, professional education, orphan students.

ВВЕДЕНИЕ

Проблемы организации физического воспитания в обеспечении здорового образа жизни (ЗОЖ) студентов-сирот в профессиональном образовании Российской Федерации сегодня – это и вызов науке, в том числе и педагогической, поскольку много проблем теоретического плана и рекомендаций практике по сохранению и укреплению всех аспектов ЗОЖ студентов-сирот остаются в настоящее время нерешенными. Можно констатировать противоречия между высокой социально-педагогической значимостью ЗОЖ молодых людей данной категории как интеллектуального, двигательного характера, мобилизационного, технологического и валеологического потенциала в физическом воспитании и реально фиксируемой его тенденцией ухудшения [1, 2, 3].

ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

В наших многолетних педагогических исследованиях (с 2004 по 2018 гг.) приняли участие 637 студентов, оставшихся без попечения родителей, в возрасте 17-18 лет (высшие учебные заведения) и в возрасте 14-15 лет (средние специальные учебные заведения).

Научно-исследовательская работа проводилась в десяти высших учебных заведениях и шести средних специальных учебных заведениях Восточно-Сибирского региона.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Анализ особенностей двигательной активности студентов-сирот (рисунок 1) в профессиональном образовании показал, что спортивно-ориентированное физическое воспитание как обобщенный показатель по выборке в целом сводится практически к нулю (90–100%). Это означает, что для формирования физического и психологического здоровья, для роста уровня здорового образа и стиля жизни студентов-сирот и достижения социальной гармонии, практически не используется огромный креативный потенциал спорта в физическом воспитании.

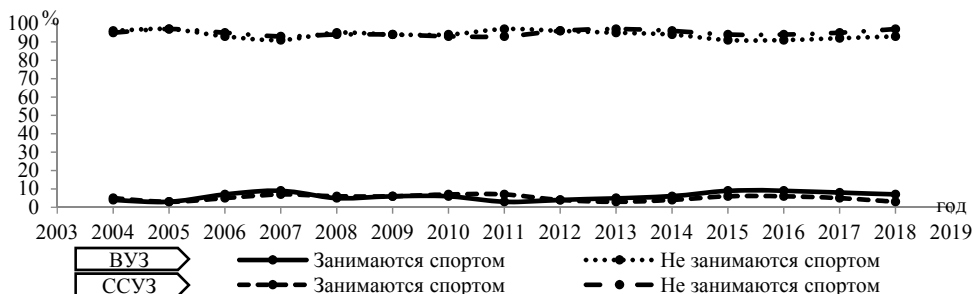


Рисунок 1 – Двигательная активность

Показатели организации рационального режима питания (рисунок 2) в качественном и количественном отношении не соответствует физиологическим потребностям растущего организма студентов-сирот, так как в основном 64–77% питаются 2 раза в день, а 8–16% постоянно ощущают голод. Неправильное питание студентов-сирот приводит к серьезным нарушениям жизнедеятельности организма, значительно снижает защитные силы и работоспособность, нарушает процессы обмена веществ, ведет к преждевременному старению и способствует возникновению многих заболеваний.

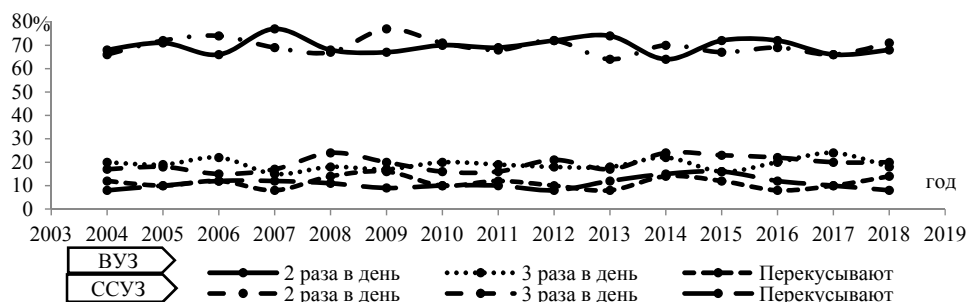


Рисунок 2 – Организация режима питания

Стоит отметить, что показатели приобретенных вредных привычек у студентов-сирот (рисунок 3) находятся ниже установленной нормы (60–80%). Это означает, что у курящих студентов-сирот снижается умственная работоспособность, ослабляется память, страдают волевые качества. Кроме того, они ощущают повышенную раздражительность.

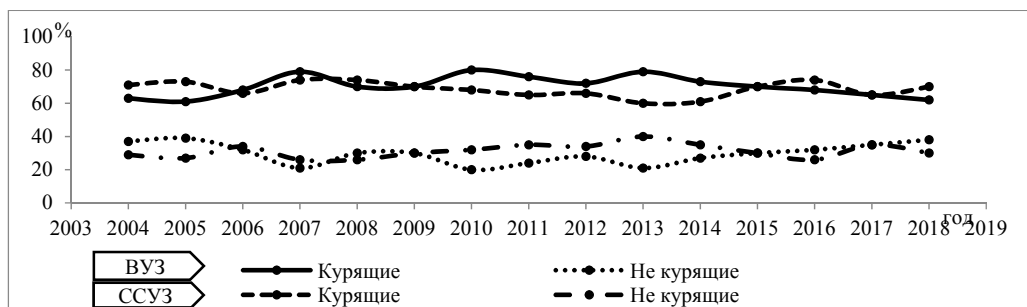


Рисунок 3 – Вредные привычки

В то же время, мы видим, что показатели личной гигиены студентов-сирот ниже, чем показатели студентов из благополучных семей (рисунок 4). Это говорит о том, что в период пребывания в государственных учреждениях они практически не имели карманных денег, то, естественно, любая сумма для них является огромной. Они не представляют стоимость одежды и обуви, необходимых для жизни. Прожиточный минимум для них понятие несуществующее, так как они привыкли к тому, что их кормят, покупают необходимые вещи. Они не представляют стоимости реальной жизни, не умеют экономить деньги, покупать необходимое. Существуют серьезные проблемы приобретения спортивной формы для студентов-сирот (90–100%), так как соответствующая статья отсутствует в Федеральном Законе «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».



Рисунок 4 – Личная гигиена

Стоит отметить, что показатели организации сна студентов-сирот (рисунок 5) находятся ниже установленной нормы (60–80%).

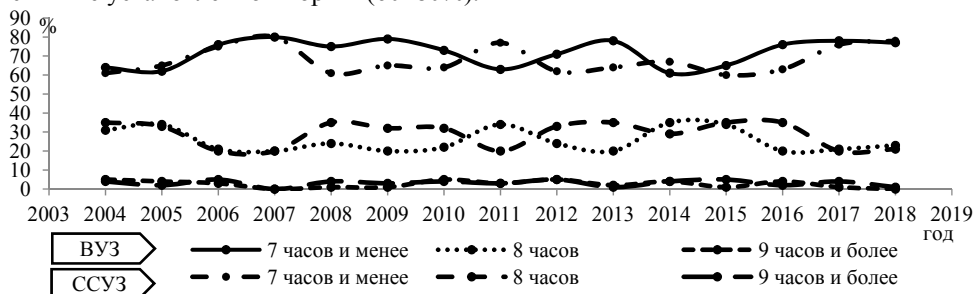


Рисунок 5 – Организация сна

Это означает, что студенты-сироты имеют хроническое недосыпание способствующее появлению неврозов, ухудшению функциональных и снижению защитных сил организма. Нарушения сна студентов-сирот проявляются в перепадах настроения,

раздражительности, иногда гнева и злости, пониженной работоспособности, снижения концентрации внимания, рассеянности, невозможности сосредоточиться на каком-то деле.

Результаты организация распределения бюджета студентов-сирот (рисунок 6) выявили, что социальное положение молодых людей данной категории находится в социально-педагогической запущенности (90–100%). Очевидно, что у студентов-сирот выражена неприспособленность к самостоятельной жизни, так как сформирована иждивенческая позиция. Они не знают, как расходовать деньги, недостаточно разбираются в людях, то есть имеют малое представление о жизни.



Рисунок 6 – Организация распределения бюджета

Полученные нами результаты организация труда и отдыха студентов-сирот (рисунок 7) указывают на неумении организовать свой быт, позаботиться о себе, собственном здоровье, свободном времени. У студентов, оставшихся без попечения родителей, налаживание самостоятельной жизни происходит с большим трудом. Они не готовы самостоятельно решать проблемы, чтобы результаты их социализации были позитивны.



Рисунок 7 – Организация режима труда и отдыха

Исходя из всего вышеизложенного, можно сделать вывод, что сегодняшнее состояние здоровья, низкий уровень физической и спортивной культуры, отсутствие социально-педагогических и гигиенических условий, уверенно привели ЗОЖ студентов-сирот к глубокому ухудшению. Жизненный опыт показывает, что на протяжении десятилетий в российской системе профессионального образования отсутствует обоснованная система социально-педагогической поддержки и постинтернатного сопровождения физического воспитания студентов-сирот как средство обучения и воспитания умений и навыков активного формирования физического и психологического здоровья и качества здорового образа жизни для успешной социализации.

ЛИТЕРАТУРА

1. Байер, Е.А. Здоровьесберегающие технологии в образовательных учреждениях государственной поддержки детства / Е.А. Байер // Физическая культура: воспитание, образование,

тренировка. – 2008. – № 4. – С. 15-18.

2. Исмиянов, В.В. Социальная адаптация студентов-сирот на основе применения модельных характеристик их физического, психологического и социального здоровья / В.В. Исмиянов // Вестник КГПУ им. В.П. Астафьева. – Красноярск. – 2015. – № 4 (34). – С. 40-43.

3. Леонтьева, М.С. Технология проектирования физкультурно-оздоровительных программ для детей-сирот / М.С. Леонтьева // Известия ТулГУ. Серия Физическая культура и спорт. – 2006. – Вып. 1. – С. 152-158.

REFERENCES

1. Bayer, E.A. (2008), "Health care technologies in educational institutions of state support of childhood", *Physical education, education, training*, No. 4, pp. 15-18.

2. Ismiyanov, V.V. (2015), "Social adaptation of orphans through the use of model characteristics of physical, mental and social health", *Herald KSPU them. V.P. Astafiev*, Vol. 34, No. 4, pp. 40-43.

3. Leontieva, M.S. (2006), "Engineering, sport and fitness programs for orphans", *News TSU. Series physical culture and sport*, Vol. 1, pp.152-158.

Контактная информация: ismiyanov@yandex.ru

Статья поступила в редакцию 19.10.2018

УДК 796.015

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ФОРМ ГИДРОДИНАМИЧЕСКОЙ ТРЕНИРОВКИ ВОЕННЫХ МОРЯКОВ

Дмитрий Андреевич Карпов, аспирант,

Санкт-Петербургский политехнический университет Петра Великого

Аннотация

Результаты проведенного исследования позволили обосновать ряд организационно-методических условий, обеспечивающих эффективность использования средств гидродинамической тренировки с целью поддержания работоспособности корабельных специалистов. К ним относятся: разработка методики гидродинамической тренировки в условиях малогабаритного бассейна; спецификация и комплексирование различных форм гидродинамической тренировки в длительном плавании; аэробная направленность упражнений в воде, обеспечивающая функцию клеточного дыхания; дозирование на доступном уровне и возможность индивидуального выбора величины гидродинамической нагрузки; интегрирование занятий гидрогенными упражнениями в структуру цикла жизнедеятельности; оптимальная продолжительность выполнения упражнений (до 40 мин); соблюдение специфических принципов гидродинамической тренировки; применение наиболее эффективных для поддержания профессиональной работоспособности упражнений в воде; реверсивное воздействие водной тренировки на различные сферы организма корабельных специалистов.

Ключевые слова: организационно-методические условия; военные моряки; гидродинамическая тренировка; длительное плавание.

ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL CONDITIONS NECESSARY FOR CARRYING OUT VARIOUS FORMS OF THE HYDRODYNAMIC TRAINING OF MILITARY SEAMEN

Dmitry Andreevich Karpov, the post-graduate student,

Peter the Great St. Petersburg Polytechnic University

Annotation

In the article, the results of the conducted research have allowed to prove a number of the organizational and methodical conditions providing efficiency of use of means of the hydrodynamic training for the purpose of maintenance of efficiency of ship experts. Among them: the development of the technique of the hydrodynamic training in the conditions of the small-sized pool; the specification and integration of various