

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ

УДК 796.011.1

ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ В ЭКОЛОГИЧЕСКИ НЕБЛАГОПРИЯТНОЙ СРЕДЕ

канд. пед. наук, доц. В.М. НАСКАЛОВ
(Полоцкий государственный университет)

Изменения, происходящие в природе и в современном обществе вследствие значительного загрязнения окружающей среды, гиподинамии, снижения деятельного интереса к занятиям физической культурой и спортом, а также увеличения стрессовых ситуаций в результате террористических актов и различных катаклизмов, являются основными причинами ухудшения здоровья детей, молодежи и других возрастных групп населения. Вследствие этого в современном обществе создалась объективная необходимость осознания органической взаимосвязи между состоянием здоровья населения и качеством окружающей среды. Загрязненная окружающая среда при интенсивном и длительном воздействии вызывает перенапряжение, нарушение адаптационных механизмов организма, способствует развитию предболезненных и различных патологических состояний человека. Ухудшение экологической обстановки во многих регионах Республики Беларусь, вызванное Чернобыльской аварией в комплексе с загрязнением окружающей среды химическими предприятиями и автотранспортом, оказывает отрицательное влияние на уровень физической подготовленности подрастающего поколения. Занятия физическими упражнениями в таких неблагоприятных экологических условиях не дают ожидаемого оздоровительного эффекта, а в некоторых случаях отрицательно сказываются на состоянии здоровья занимающихся.

Введение. Вследствие ухудшения экологической обстановки во многих регионах Беларуси в вузы поступают студенты с большими различиями в физическом развитии и состоянии здоровья в зависимости от индекса загрязнения атмосферного воздуха в регионе, где они проживали. Ежегодное увеличение заболеваемости студентов на 7 % в год и патологических отклонений от норм ВОЗ заставляет искать иные подходы к организации и управлению процессом физического воспитания в вузах. Решению данной проблемы может способствовать внедрение инновационных технологий в физическое воспитание [1].

Однако вопросам разработки современной методологии комплексных оздоровительных технологий, предназначенных для физического воспитания студентов в неблагоприятных экологических условиях, посвящено незначительное количество работ.

Реализация принципов гуманизации в педагогическом процессе вуза требует изменения подходов к организации физического воспитания (ФВ). Высшей ценностью в системе ФВ студентов является не выполнение нормативов и разрядов, хотя оно не исключается полностью, а развитие личностных качеств до уровня профессионально необходимых мотиваций к регулярным занятиям физической культурой (ФК). В процессе ФВ следует вырабатывать у студентов деятельное отношение к окружающей действительности и способность преодолевать болезненные проявления, корректировать свое физическое и психофизическое состояние в зависимости от окружающей среды.

Современная учебная деятельность из-за большого объема выдаваемой информации, интенсивности процесса обучения вызывает значительные нервно-психические напряжения, которые усугубляются гиподинамией, влиянием компьютерной техники, интоксикациями веществ, используемых при лабораторных занятиях и действующих на организм студентов во время производственных практик на вредных предприятиях. К тому же на их организм оказывает воздействие неблагоприятная экологическая обстановка современных городов и повседневной жизни. Все это создает противоречие между функциональным состоянием их организма и требованиями, которые предъявляет окружающая экологическая и социальная среда.

Одним из методологических подходов, позволяющих переосмыслить современное состояние ФВ, является инновационная деятельность. Учеными разрабатываются инновационные подходы к созданию новых образовательных, спортивных, оздоровительных, физкультурных, реабилитационных, рекреационных технологий; технологий олимпийского образования; «спартианских» технологий и др., но они практически не применяются на занятиях ФВ в вузе из-за того, что носят узкий целенаправленный характер [2]. Кроме того, можно выделить: экологическое и валеологическое образование; олимпийское образование; профессионально-прикладную физическую подготовку (ППФП); мониторинг состояния здоровья; физическое развитие (ФР) и физическое и психическое состояние (ФПС) различных слоев населения в зависимости от состояния окружающей среды; обеспечение деятельности оздоровительно-реабилитационных центров (ОРЦ); искусственно созданные экологические условия.

Указанные технологии призваны обеспечить воплощение новых теоретических знаний в практическую деятельность, и от этого существенно зависит успех инновационного процесса в ФВ студентов.

Однако, как показал анализ педагогической практики, новые инновационные технологии слабо разрабатываются и внедряются в практическую деятельность преподавателей ФВ вузов. Одной из причин является недостаточная разработка теоретико-методологических основ образовательных технологий в педагогической деятельности. Повышение уровня ФВ невозможно без освоения преподавательским составом различных типов и видов образовательных технологий [3]. К ведущим образовательным технологиям относится комплексный подход к ФВ учащейся молодежи, сущность которого заключается в том, что вначале следует определить (разработать) концептуальные основы образовательных технологий, а затем, на этой основе, – ее этапы, характеристики и содержание. В описанных в литературе инновационных технологиях такой подход не предусматривается, что сдерживает его практическое воплощение.

Достижения научно-технического прогресса позволяют применять в системе образования инновационные технологии, способствующие снижению отрицательных факторов внешней среды и повышению эффективности от занятий ФВ. К ним относятся организация новых форм проведения занятий по ФК с использованием физиотерапевтических средств, тренажерных устройств, механических массажных приборов, метеобароустановок, воздухоочистителей и т.д. Однако эти достижения нашли применение только в дорогих спортивных клубах с ограниченным числом занимающихся. Поэтому некоторыми авторами делаются попытки пересмотра как содержания программ по ФК в системе высшего образования, так и методик проведения занятий с учетом достижений науки и техники. Особенно это актуально для регионов со значительным загрязнением окружающей среды. Одним из ведущих разделов этих преобразований должно стать внедрение в учебный процесс вуза комплексной методики оздоровления и повышения работоспособности студентов на основе научно обоснованных современных физкультурно-оздоровительных технологий, технологий применения тренажерных устройств [4, 5].

Отсутствие комплексной структуры средств ФВ, применяемых в учебном процессе вузов, вызывает трудности, связанные с определением их состава для решения поставленных задач, и не позволяет рассматривать их во взаимосвязи между собой. Оптимизация состава используемых в ФВ студентов средств ФКС и их взаимосвязей является одной из актуальных задач комплексного подхода к данной проблеме.

Основная часть. При обучении в вузе необходимо учитывать и тот факт, что функциональные возможности и устойчивость к неблагоприятным факторам внешней среды зависят не только от экологической обстановки, но и от того, насколько будущая профессиональная деятельность соответствует психофизиологическим возможностям организма. Профессиональная деятельность, не соответствующая возможностям индивида, приводит к его быстрой моральной и физической деградации, а систематическое недовосстановление после умственных и физических нагрузок – к патологическим изменениям в организме. Кроме того, следует отметить тот факт, что студенты выбирают специальность при поступлении в вуз, в большинстве случаев, по профориентации родителей, друзей, знакомых, престижности специальности, но не учитывают при этом свою профессиональную пригодность. Поэтому более трети поступивших в вуз студентов не имеют необходимой функциональной базы для реализации процесса ППФП. В результате возникает противоречие между уровнем физических возможностей и требованиями выбранной специальности. Отсюда, большое число отчислений из вузов студентов после первого и второго курсов из-за неуспеваемости вызваны тем, что они не могут справиться не только с интенсивной умственной, но и психофизической нагрузкой.

Основной проблемой современного этапа развития ФК является устранение противоречия между уровнем социальных требований и эффективностью ФВ. Наряду с укреплением материальной базы, дальнейшим повышением подготовленности педагогических кадров решение проблемы ФВ необходимо искать в создании и укреплении его внутрисистемных связей и отношений в системе ФВ и ФО [6]. При этом необходимо учитывать, что обладающие высокими показателями ФР и здоровья студенты в качестве организационной формы ФВ предпочитают интенсивную тренировочную деятельность. Студенты специальной медицинской группы в большей мере склонны к индивидуальным занятиям, предусматривающим дифференцированное, с учетом заболеваемости, использование целевых физических нагрузок.

В настоящее время во многих странах земного шара активно ведется поиск наиболее эффективных средств и методов ФК для оздоровления населения, проживающего в условиях неблагоприятных факторов окружающей среды. Экологические проблемы современной жизнедеятельности вызывают рост заболеваемости среди населения, в том числе среди студентов, и требуют продолжения поиска научного обоснования организации ФВ в условиях загрязненной окружающей среды. В настоящее время эта проблема носит дискуссионный характер. Одни авторы считают важным фактором снижения влияния вредных воздействий – ограничение двигательной активности, другие – увеличение объема количества занятий в неделю [7, 8]. Одним из путей сохранения здоровья студентов в данных условиях многие авторы считают формирование среди молодежи здорового образа жизни (ЗОЖ) [9]. Другие авторы предполагают, что единственный путь к достижению этой цели – привитие интереса к двигательной активности через осознание ее необходимости [10, 11].

Ф. Booth [12] в своих работах доказал, что физическая бездеятельность и отрицательные факторы окружающей среды являются одной из причин возникновения хронических заболеваний у современного человека. Геном человека эволюционно запрограммирован на физическую деятельность, и эта установка мало изменилась за предшествующие современности 10 тысяч лет. Многие метаболические свойства организма современного человека можно рассматривать как адаптацию к активному образу жизни. Необходимо углубить знания по каждому хроническому заболеванию, вскрыть клеточную, молекулярную и генетическую основы болезней, вызванных физической пассивностью. Автором на конкретных примерах показаны клеточно-молекулярные механизмы развития 35-ти самых распространенных хронических болезней сердечно-сосудистой, легочной, нервной, иммунной, мышечной систем человека, возникновение и развитие которых связано с отсутствием достаточной физической активности.

А.Г. Щедрина [13] утверждает, что важнейшим фактором, мобилизующим организм и поддерживающим в нем готовность к адаптивным перестройкам, служат двигательные нагрузки. Их ограничение в условиях загрязненной среды обитания противоречит биологическим традициям организма, вызывает его деградацию и ухудшение здоровья.

Экспериментальной моделью этих состояний служит гипокинезия, вызванная нахождением животных в условиях ограниченного пространства, где затруднены двигательные действия. Гипокинезия служит причиной изменений организма по типу реакции стресса, получившего наименование «иммобилизационный стресс». При этом возникают болезненные проявления в виде гипокинезийного синдрома или даже гипокинезийной болезни. Это проявляется в изменении микроструктуры внутренних органов, скелетных мышц. Условия гипокинезии значительно ускоряют рост злокачественных новообразований, причем одной из причин служат изменения иммунных сил организма при преждевременной атрофии вилочковой железы (тимуса).

Можно отметить, что заметное снижение регулярно занимающихся ФК в стране за последнее десятилетие с 30 до 8 – 12 % сопровождается и повышением уровня заболеваемости всех слоев населения. По данным прессы, в высоко развитых странах число занимающихся составляет от 40 – 50 до 70 % от числа жителей. Снижение уровня физкультурной активности населения в странах СНГ до 10 % создает трудности к формированию ценностных ориентаций нации к ЗОЖ.

Некоторые исследования показали, что повышенная двигательная активность в загазованной окружающей среде вызывает состояние кислородной недостаточности. Она возникает всякий раз, когда напряжение кислорода в клетках и тканях организма становится ниже критического значения, но при котором еще возможно поддержание максимальной скорости ферментативных окислительных реакций в дыхательной цепи митохондрий. Причины, непосредственно обуславливающие возникновение и развитие состояния гипоксии в условиях неблагоприятной окружающей среды, могут быть как внешними, из-за изменения газового состава воздуха, так и внутренними, из-за действия химических ядов, попадающих в организм. Независимо от причин, ее порождающих, гипоксия оказывает выраженное влияние на протекание метаболических и физиологических процессов в организме, определяющих состояние здоровья и работоспособность человека [14].

На II Международной конференции «Спорт и окружающая среда», прошедшей в Кувейте 1 – 2 ноября 1997 года, были обсуждены вопросы традиционных (загрязнение пищи, недостаточная очистка питьевых вод, естественные катастрофы) и современных неблагоприятных воздействий для здоровья населения и окружающей среды. К ним относят загрязнение атмосферного воздуха городов, накопление твердых и опасных отходов, климатические изменения, химическую и радиационную опасность и др. Была принята резолюция, в которой говорится, что существует естественное партнерство между спортом и окружающей средой; здоровье и безопасность спортсменов и общественности зависит от состояния окружающей среды. Однако, как заключает Е.В. Кузьмичева, проблемы реабилитации, коррекции двигательной активности населения и тренировочных режимов спортсменов в связи с загрязнением окружающей среды недостаточно освещены [15].

Проведение данной конференции, как и многих других научных форумов, свидетельствует о том, что проблема занятий ФКС в современной экологической обстановке является направлением научных изысканий ученых многих стран и совместные усилия будут способствовать созданию единой концепции.

Л.А. Калинин [16, с. 52] считает, что в «экологически неблагоприятных регионах особенно актуальной становится задача создания максимальных условий и соответствующей материально-технической базы для осуществления как организованной, так и самостоятельной оздоровительной деятельности различных демографических групп населения методами ФКС и туризма». По его мнению, в наибольшей степени решению этой задачи способствует «экспорт». Понятие «экспорт» включает три направления:

- 1) занятия спортом в естественной природной среде;
- 2) физические упражнения (ФУ) в условиях измененной естественной и преформированной окружающей среды;
- 3) «экспорт» как самостоятельный вид спорта.

«Экоспорт» предполагает реализацию двигательной активности спортсмена в условиях перемещения в трех средах – по воде, по земле и в воздухе – с использованием технических средств, не загрязняющих (или минимально загрязняющих для данного класса технических свойств) окружающую среду. В разработке данной проблемы идет ориентация прежде всего на те методологические подходы и реализующие их средства, которые способствовали бы обоснованию возможности использования искусственной окружающей среды для создания предпосылок по практическому увеличению оздоровительного эффекта средств ФК.

Ухудшение экологической обстановки во многих регионах Республики Беларусь из-за Чернобыльской аварии, в комплексе с загрязнениями окружающей среды промышленными предприятиями и автотранспортом, оказывает влияние на уровень ФПС подрастающего поколения. Многочисленные исследования уровня физического здоровья (ФЗ) школьников подтверждают эти предположения. Так, у школьников из г. Витебска, в котором более высокий индекс загрязнения атмосферного воздуха (ИЗАВ) по сравнению с другими городами, общая заболеваемость в 2,8 раза выше, чем у их сверстников из благополучных районов. Наиболее распространенными заболеваниями среди учащихся школ являются: хронический тонзиллит, ринит, сердечно-сосудистые заболевания, миопия, плоскостопие, ожирение, гастрит. Школьники из более «экологически чистых» населенных пунктов по уровню общей физической подготовки (ОФП) в среднем выше на 15 – 20 % по сравнению со своими сверстниками из неблагоприятных районов [7, 17].

Очевидно, что интенсивные занятия ФУ в условиях значительного комплексного загрязнения окружающей среды, наблюдаемого в большинстве регионов республики, не могут иметь оздоровительного эффекта, так как при этом увеличивается количество вредных веществ, не свойственных организму и проникающих в основном через дыхательную систему. Так, известно, что занятия ФУ на спортивных сооружениях, расположенных вблизи широкополосной автомагистрали, в незначительной степени воспроизводят уровень ФЗ занимающихся при обычной регламентированной нагрузке [16]. Сравнительный анализ уровня ФС 14 – 15-летних спортсменов показал, что неблагоприятная экологическая обстановка окружающей среды непосредственно влияет на уровень ФПС. Спортсмены, проживающие в условиях нормальной экологической обстановки, превосходят своих сверстников по многим показателям ФП [18].

При выполнении одинаковых объемов тренировочных нагрузок спортсмены, тренировавшиеся в благоприятных условиях окружающей среды, имели к концу подготовительного периода более высокий уровень результатов в беге на 30 метров с хода на 0,2 с, а в десятирном прыжке с места – на 80 см ($P < 0,05$). Данные функционального состояния нервно-мышечного аппарата юных спортсменов подтверждают эффективность тренировки в благоприятных условиях. По данным ФС организма, спортсмены, занимающиеся в благоприятных условиях, лучше переносят тренировочные нагрузки, которые сопровождаются значительно более выраженным коммулятивным эффектом и более быстрым восстановлением организма [8].

Однако механизм снижения влияния этих отрицательных факторов на ФЗ, уровень тренированности в экологически неблагоприятных условиях остается до конца не изученным и убедительных доказательств по этому поводу в доступной нам литературе не встречено. Это дает основание утверждать, что проблема ФВ учащейся молодежи в условиях комплексного загрязнения окружающей среды еще слабо изучена и требует дальнейшего научного обоснования методов и средств, применяемых в этих условиях.

Динамика распространения проекта «СиАрт» и новая комплексная система физкультурно-спортивной работы с целью духовного и физического оздоровления населения России подтверждает необходимость новых подходов к организации занятий ФВ. ФКС являются составной частью культуры, областью социальной деятельности, представляющая собой совокупность духовных и материальных ценностей, создаваемых и используемых обществом в целях ФР человека, укрепления его здоровья и совершенствования двигательной активности. Таким образом, она определяет новые формы общественной жизни, обеспечивая становление общности людей, адекватных своей истории и культуре, реализует функцию развития способностей человека, оказывает существенное влияние на качества человека и способствует росту общественной производительности труда. Возрастание роли ФК в экономическом секторе обусловлено ее организационными особенностями как сферы занятости и образовательной отрасли, имеющей свою инфраструктуру [19].

Социологические исследования, проведенные в последние годы, показали, что большая часть молодежи относится к своему здоровью и ФКС если безразлично, то пассивно. В основном зрительная активность в отношении спорта преобладает над двигательной активностью, что вызвано объективными и субъективными факторами.

К объективным причинам относятся экономические проблемы развития ФКС и связанный с этим переход к платным услугам во многих спортивных организациях, в том числе и в вузах. Кроме этого, будничность проводимых спортивных мероприятий, недостаточность их рекламы, нарушение системы физкультурного движения, слабая оснащенность спортивных сооружений в зонах отдыха и по месту жительства привели к снижению интереса к ФКС. В то же время наблюдается потеря некоторых традиций ЗОЖ.

Неблагоприятная экологическая окружающая среда снижает оздоровительный эффект от занятий ФУ. Кроме того, из-за недостатка научной информации по данной проблеме у жителей загрязненных территорий существует противоречивое отношение к оздоровительным возможностям ФУ [20].

К субъективным причинам, вызвавшим данную ситуацию, можно отнести: пассивность; неумение организовать активный досуг, быт и рационально использовать свое свободное время; отсутствие убежденной мотивации в необходимости заниматься ФУ и их эффективности; низкий уровень общей и физкультурной грамотности. Новые экономические отношения заставляют работать более интенсивно и продолжительно, что не оставляет фактически времени на занятия ФУ.

Традиции отечественной системы ФВ долгие годы складывались под влиянием практических потребностей общества и требований к полноценной физической подготовке (ФП) человека к труду и обороне. Физическая культура в образовательной системе была средством формирования двигательных умений и навыков. Так, еще А.А. Зикмунд в 1926 году писал: «Цель советской системы ФУ – подготовить и поддержать на уровне полного здоровья борца, защищающего завоевания революции». Поэтому во всех учебных заведениях на занятиях по ФВ много времени уделялось командно-строевым упражнениям. Такой подход привел к трансформации потребностно-мотивационной сферы молодежи. Используемые методы противоречили основной цели образования – формированию всесторонне развитой личности [21].

При этом ее роль в интеллектуальном, валеологическом, эстетическом, нравственном и патриотическом воспитании только декларировалась. Государство периодически направляло свой интерес в область подготовки резервов спорта высших достижений, в область развития массовой ФК, в область ОФК, и, как правило, все эти интересы оставались проектами на бумаге, что, несомненно, привело к деформации системы ФВ. В результате этого не только снизился культуuroобразующий потенциал ФК, но и во много раз возросли негативные тенденции в среде детей, подростков, молодежи, в обществе в целом, отчасти обусловленные низкой ФК [22].

На современном этапе в вузах в предшествующей и в настоящее время действующей учебной программе, до сих пор сохраняется тенденция к освоению нормативных и контрольных показателей в ущерб целостному развитию личности студента. Учебный процесс по ФВ превращается в процесс подготовки к выполнению зачетных требований. Контрольные упражнения во многих случаях составляют громоздкую батарею тестов, что создает трудность для их анализа и снижает их информативность. А студенты при такой организации учебного процесса в вузе являются объектом обучения, выполняющим распоряжения педагога и запоминающим адресованные им сведения. Активность в обучении допускается лишь при усвоении учебного материала. Тем самым ФВ как учебный предмет вуза не выполняет своей важной функции – формирование деятельного отношения занимающихся к своему физическому совершенствованию, улучшению физических кондиций, двигательных умений и навыков применительно к разным жизненным ситуациям. Поэтому о необходимости перестройки системы ФВ на всех уровнях, в том числе и в вузах, указывают многие авторы. Большинство из них сходится во мнении о том, что проблема заключается в противоречии между уровнем социальных требований и результатами ФВ. Необходим поиск путей укрепления внутренних связей и отношений в системе ФО. Комплексный подход к ФВ предусматривает не только решение основных задач ОФП и СФП, закаливание, но и предполагает развитие оптимальной адаптации к изменяющимся условиям окружающей среды, формирование мотиваций к регулярной двигательной активности как основного компонента ЗОЖ [23].

Таким образом, необходим такой подход к ФВ студентов, который предполагал бы деятельное отношение к окружающей действительности, так как воспитание такого отношения к физкультурной деятельности дает возможность самостоятельно преодолевать болезненное состояние и корректировать свое психофизическое развитие.

Еще Гегель [24] считал, что способ познания органического единства в природе, обществе и мышлении есть одновременно и способ формирования самого познающего субъекта. Человек деятельный, формирующийся в результате такого образования, попадая в неблагоприятные для его здоровья ситуации, либо замечая появление признаков возрастной инволюции, привлекая средства ФК, изменяет себя.

Б.В. Евстафьев [25] отмечал, что ФК имеет деятельный характер, «ибо вне деятельности она перестает быть культурой, и именно деятельность является формой ее существования». Физкультурная деятельность есть осознанная, направляемая волей человека активность, имеющая целью преобразование природы, общества и самого себя, своей физической, психической и, в целом, социальной сущности. Физическая культура – есть специфический результат этой деятельности, средства и способы всестороннего развития человека, а также практического выполнения им своих социальных обязанностей в обществе.

Несмотря на теоретическую доказанность необходимости изменения подхода к организации ФВ, реализация принципов гуманизации в педагогическом процессе по ФВ, развитие личностных качеств студентов, мотиваций к регулярным занятиям ФК и ЗОЖ остаются на второстепенном плане. Эти недостатки в ФВ учащейся молодежи вызвали необходимость модернизации ФВ и ФО на современном этапе развития общества.

Модернизация образования – это форма преодоления разрыва между содержанием образования и содержанием науки, с одной стороны, между состоянием обслуживающих подсистем образования (теоретико-методологической, педагогической, экономической, организационной, технологической) и требованиями жизни к их надежности, рентабельности и продуктивности – с другой. Модернизация любой из подсистем затрагивает все в порядке их взаимного согласования. Но если какая-либо из них подгоняет под свои потребности и интересы все другие, может возникнуть кризисная ситуация [26].

Реформа образования необходима для внедрения современных информационных технологий, в соответствии с характером которых перестраивается и содержание образования. Сказанное относится к любой предметной ветви образования в том плане, что решающее слово в определении состава его содержания должно принадлежать науке. Требования фундаментальных и большинства прикладных наук, обеспечивающих практику определенной сферы предметной деятельности, – это социальный заказ образования. Задача образования – подбор адекватных технологий освоения рекомендованного, а не отбор пригодного для современных технологий содержания.

Однако обоснованию и анализу процесса модернизации образования в современной высшей школе уделяется недостаточное внимание [27]. Этому может способствовать комплексный подход как научный метод, используемый в период коренных изменений в различных сферах деятельности. Исследований, посвященных проблеме комплексного подхода к ФВ учащейся молодежи как метода преобразования, в доступной нам литературе не встречено.

С ростом цивилизации социальное и личностное значение ФК будет увеличиваться как естественного средства профилактики негативного влияния индустриального и постиндустриального общества на физическое и духовное состояние человека. Культурные изменения, происходящие в мире, оказывают значительное влияние на эволюцию ФВ. Физическое воспитание, будучи процессом обучения, должно одновременно готовить молодое поколение к самостоятельной, на всю жизнь, культуре движения. Физическое воспитание должно иметь ценности, изменяющиеся на каждом этапе (уровне) образования.

Несмотря на то, что увеличилось количество часов, отводимых на ФК в школах, до трех раз в неделю, из-за отсутствия необходимого материально-технического обеспечения и мест занятий в спортивных залах ожидаемого значительного положительного результата не наблюдается. Кроме этого, недостаточная подготовленность учителей ФК в вопросах организации спортивно-массовой работы и методики проведения занятий в экологически неблагоприятных условиях не способствует улучшению состояния здоровья и уровня ФПС школьников. Следовательно, важным является создание оздоровительных систем, включающих в себя системы знаний и практических методик, позволяющих обеспечивать формирование здоровья в любых условиях и при разных отрицательных воздействиях.

Выводы. Традиционный подход к физическому воспитанию как процессу развития и совершенствования физических качеств не дает ожидаемого оздоровительного и особенно образовательного эффекта. Предлагаемые многими авторами физкультурно-оздоровительные и реабилитационные программы не учитывают состояние окружающей среды, поэтому не способствуют повышению эффективности занятий физическими упражнениями.

Физическое воспитание студентов в неблагоприятной экологической среде требует иного подхода к его содержанию и организации. Одним из способов решения данной проблемы, способным коренным образом изменить создавшуюся негативную ситуацию, является практическая реализация многоуровневой системы в результате комплексного подхода к физическому воспитанию студентов, который предусматривает использование во взаимосвязи рейтинго-модульной системы организации занятий; внедрение инновационных технологий; повышение физкультурно-образовательного потенциала занятий в результате увеличения доли эколого-валеологического содержания программного материала; усиление профессионально-физической подготовленности молодых специалистов; повышение ценностных ориентаций к ведению здорового образа жизни средствами физической культуры.

ЛИТЕРАТУРА

1. Карпушко Н.А., Приходько Г.В., Лубышева Л.И. Возвращаясь к наследию: физкультурное образование, физкультурная деятельность, школьная физическая культура в аспекте методологического анализа // Теория и практика физической культуры. – 1993. – № 9 – 10. – С. 2 – 7.
2. Бальсевич В.К. Основные положения «Концепции интенсивного инновационного преобразования национальной системы физкультурно-спортивного воспитания детей, подростков и молодежи России» // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 2.
3. Кошман М.Г. Проблемы технологизации физического воспитания школьников // Фізична культура, здоров'я. – 2004. – № 2. – С. 83.

4. Белоусов В.В. Физкультурно-оздоровительные центры в системе укрепления здоровья и формирования здорового образа жизни людей: Автореф. дис. ... д-ра мед. наук: 14.00.51 / С.-Петерб. мед. акад. – СПб., 1992. – 56 с.
5. Волков В.К. Современные и традиционные оздоровительные системы // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 12. – С. 45 – 47.
6. Философско-социологические исследования физической культуры и спорта: Сб. ст.; ред. О.А. Мильштейн. – М., 1988. – С. 51 – 56.
7. Барков В.А. Научно-методическое обеспечение физического воспитания детей и подростков в условиях радиационного загрязнения среды: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Всесоюзн. науч.-исслед. ин-т физ. культ. – М., 1997. – 39 с.
8. Медведев В.А. Теоретико-методические основы оздоровления школьников средствами физической культуры и спорта в условиях радиационного загрязнения среды: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Бел. гос. акад. физ. культ. – Мн., 2000. – 40 с.
9. Виленский М.Я., Горшков А.Г. Основы здорового образа жизни: Учеб. пособие. – М.: МНЗПУ, 1995. – 90 с.
10. Абаскалова Н.П. Теория и практика формирования здорового образа жизни учащихся и студентов в системе «Школа – вуз»: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Барнаул. гос. акад. физ. культ. – Барнаул, 2000. – 48 с.
11. Куликов В.М. Проблемы повышения физкультурной активности студентов и пути их решения // Проблемы физической культуры и спорта в современных условиях: Материалы Междунар. науч.-практ. конф., посв. 5-летию НИИ физич. культуры и спорта Респ. Беларусь / НИИ физич. культуры и спорта Респ. Беларусь. – Мн., 2001 – С. 33 – 37.
12. Booth F. «Война с физической бездеятельностью, использование современных средств против старого врага» // *Applied physiology*. – 2002. – V. 93. – P. 3 – 30.
13. Щедрина А.Г. Онтогенез и теория здоровья. Методологические аспекты. – Новосибирск: Наука, 1989. – С. 65, 108 – 109.
14. Жиронкин В.Г. О повышении устойчивости животных к токсическому действию избытка кислорода путем гипоксической тренировки // Кислородная недостаточность. – Киев: Изд-во АН УССР, 1963. – 353 с.
15. Кузьмичева Е.В. Спорт и окружающая среда. Итоги II междунар. конф. // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 2. – С. 59 – 61.
16. Калинин Л.А. Экспорт // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 10. – С. 51 – 55.
17. Кучма В.Р., Гильденскиольд С.Р. Окружающая среда и здоровье жителей города с развитой химической промышленностью. – М.: Моск. мед. акад. им. И.М. Сеченова, 1995. – 123 с.
18. Нарский А., Коняхин М., Нарский Г. Особенности физического развития легкоатлетов, тренирующихся в экологически неблагоприятных условиях // Олимпийский спорт и спорт для всех: Материалы V Междунар. науч. конгр. / Бел. гос. акад. физ. культ. – Мн., 2001. – С. 365.
19. Столяров В.И. Место физической культуры и спорта в системе выявления культуры. – М., 1988. – С. 6 – 7, 13 – 15.
20. Касенок Д.Э. Формирование нравственных ценностных ориентаций здорового образа жизни у старшеклассников средствами физического воспитания: Автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Витебск. гос. ун-т. – Витебск, 1998. – С. 17.
21. Лубышева Л.И. Концепция физкультурного воспитания, методология развития и технология реализации // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11 – 17.
22. Виленский М.Я., Соловьев Г.М. Основные сущности характеристики педагогической технологии формирования физической культуры личности // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2001. – № 3. – С. 2 – 7.
23. Виленский М.Я. Студент как субъект физической культуры // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 10. – С. 34 – 36.
24. Гегель. Соч., Т. 8. М. – Л., 1935. – С. 228.
25. Евстафьев Б.В. О некоторых методологических подходах к определению основных понятий в теории физической культуры. – СПб., 1990. – 35 с.
26. Наталов Г.Г. С чего начинать модернизацию? // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 12. – С. 2 – 12.
27. Рубинов А.Н. О концепции дальнейшего развития науки // Атэстацыя. – 2004. – № 1. – С. 9 – 12.