

рые в сумме помогут достичь заданного результата с помощью верно подобранных инструментов в соответствии со спецификой услуг или бренда.

3. При комплектовании групп для занятий аэройогой необходимо быть более внимательным к клиентам, имеющим проблемы с вестибулярным аппаратом, у которых имеются частые головокружения или проявляется вегетососудистая дистония.

4. Рекомендуется вести систематические измерения антропометрических показателей, уровня развития физических качеств, а также самочувствия для необходимой направленной коррекции занятий и подтверждения эффективности занятий аэройогой.

Список использованной литературы

1. Анализ распространенности малоподвижного образа жизни среди подростков Восточно-казахстанской области / К. Д. Курлыбекова, Т.К.Рахыпбеков, А.А.Котляр [и др.] // Наука и здравоохранение. - 2016. - № 5. - С. 142 – 149.
2. Курмашева, Л.Р. Влияние гиподинамии на жизнь современного студента / Л.Р.Курмашева, А.В.Козлова, И.А.Дружинина // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов : материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (24 - 27 ноября 2016 г., Казань). - Казань: Фолиант, 2016. - С. 471 – 473.
3. Поляничко, Н.А. Современное состояние проблемы организации культурно-досуговой деятельности работающих женщин, ведущих малоподвижный образ жизни / Н.А.Поляничко, С.В.Колтан // Наука и школа. - 2012. - № 5. - С. 121 – 122.
4. Казин, Э. М. Основы индивидуального здоровья человека: Введение в общую и прикладную валеологию : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.М.Казин, Н.Г.Блинова, Н.А.Литвинова. - М.: ВЛАДОС, 2000. -192 с.
5. Салехов, С. А. Влияние гиподинамии на развитие соматопсихических нарушений / С.А.Салехов, Н.Н.Максимюк, М.П.Салехова // Вестник Новгородского государственного университета. - 2016. - № 6. - С. 124 - 126.
6. Солодков, А. С. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная : учебник / А.С.Солодков, Е.Б.Сологуб. - М.: Спорт, 2015. - 620 с.
7. Будько, А.А. Аэройога, как процесс обучения студентов в рамках лечебной физкультуры / А.А.Будько, Т.Р.Михайлова // Физическая культура и спорт на современном этапе: проблемы, поиски, решения: материалы Всероссийской научно-практической конференции (18 декабря 2015 г., Томск). -Томск: Изд-во ТПУ, 2015. - С. 198-200.
8. Бруд, У. Научная йога. Демистификация: пер. с англ. Ю.Ю.Змеевой. -Москва: РИПОЛ классик, 2013. - 197 с.
9. Соколов А.В. Социальные коммуникации : учеб.-метод. пособие. - М., 2001. - Ч. 1. - С. 207-219.
10. Сенаторов, А. Битва за подписчика: SMM- руководство / А.Сенаторов – Москва: Альпина-Паблишер. — 2015. – 8 С.
11. Контент-стратегия. [Электронный ресурс]: Контент-стратегия: 12 шагов к ее изданию. – Режим доступа: <https://boshnikoff.com/kontent-strategiya/>
12. Целевая аудитория. [Электронный ресурс]: Изучение и работа с потребителем. – Режим доступа: <http://powerbranding.ru/potrebitel/celevaya-auditoriya/>

Толистинов Б.Г., старший преподаватель

Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова, Барнаул

ТЕХНОЛОГИЯ МОНИТОРИНГА ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Аннотация: В представленной работе поднимается проблема о современном мониторинге физической культуры студентов, которых по результатам медосмотров, определяют в специальные медицинские группы (далее СМГ). Для решения данной проблемы автор разрабатывает и внедряет в образовательный процесс инновационную технологию, которая позволяет совершать оценку физической культуры каждого студента СМГ быстро, качественно и оперативно. Основными преимуществами разработанной технологии является всесторонний

охват показателей, удобное использование в процессе обучения, а также эффективный контроль преподавателем самого процесса физического воспитания.

Ключевые слова: технология, мониторинг, студенты, специальные медицинские группы, физическая культура.

Tolistinov B.G., Senior Lecturer
Altai State Technical University I.I. Polzunova, Barnaul

TECHNOLOGY OF PHYSICAL EDUCATION MONITORING STUDENTS OF SPECIAL MEDICAL GROUPS

Annotation: The presented work raises the problem of modern monitoring of the physical culture of students, who, according to the results of medical examinations, are assigned to special medical groups (hereinafter referred to as SMG). To solve this problem, the author develops and introduces an innovative technology into the educational process, which allows to assess the physical culture of each student of the SHG quickly, efficiently and efficiently. The main advantages of the developed technology are comprehensive coverage of indicators, convenient use in the learning process, as well as effective control by the teacher of the physical education process itself.

Keywords: technology, monitoring, students, special medical groups, physical culture.

Современное образование диктует особые требования к специалистам высшей школы [1, 76; 4, 179]. Одним из таких требований является быстрый, точный, а главное инновационно-образовательный мониторинг физической культуры обучающейся молодёжи в вузах [3, 8; 2, 286]. Это особенно актуально для студентов, состояние здоровья которых, определило их в специальные медицинские группы (далее СМГ) для занятий физической культурой. Данная категория обучающихся имеет достаточно большое представление в студенческой молодёжи, так на начало 2000-х насчитывалось 30% от общего количества студентов, то в наши годы в некоторых вузах оно возрастает до 50% [5, 88].

Поиск эффективного решения в сложившейся ситуации, привёл к разработке инновационной технологии, которая может осуществлять всесторонний мониторинг показателей физической культуры студентов СМГ. Данная технология способствует улучшению образовательного процесса и повышению интереса студентов СМГ в использовании ценностей физической культуры как во время урочных занятий, так и самостоятельно.

Основой разработанной технологии стала компьютерная программа, которая позволяет преподавателю получать данные мониторинга физической культуры в 100-бально рейтинговой шкале оценки, а также редактировать даты сдачи нормативов, добавлять или удалять учебные группы, и удобно скачивать в общую базу результаты практических и теоретических тестов к себе на носитель в формате excel таблицы (рисунок 1). Примечательно то, что в разработанной технологии каждый студент СМГ мог вносить нормативы и результаты тестов прямо со своего личного смартфона, что позволяло значительно сократить время на обработку полученных данных.

Технология включала в себя:

- дневник самоконтроля, в котором каждый студент СМГ фиксировал свои достижения при самостоятельной физкультурной активности во время внеурочных занятий;
- два теоретических раздела «тест по физической культуре» определяющий уровень знаний в области физической культуры и «методика оценки уровня потребности», позволяющий определить уровень сформированной потребности в самостоятельной физкультурной активности;
- три практических раздела «физическая подготовленность» (общая и силовая выносливость, ловкость и гибкость), «функциональная подготовленность» (жизненная ёмкость лёгких, пульс в покое, артериальное давление) и методика оценки «уровня здоровья по Г.Л. Апанасенко».

В эксперименте участвовали студенты СМГ 1-курса Алтайского государственного технического университета им. И.И. Ползунова в количестве (n=150). Эксперимент длился один учебный семестр. В начале эксперимента все испытуемые зарегистрировались на специально разработанном сайте <https://monitoringfk.ru/>, куда в течении полугода отправляли свои результаты теоретических и практических тестов по физической культуре. В течении эксперимента были произведены три контрольных точки, в начале, середине и в конце учебного семестра. На практических занятиях полученные результаты направлялись в общую базу данных сразу же после сдачи нормативов и функциональных проб. Теоретические тесты студенты СМГ проходили на лекционных занятиях по физической культуре.

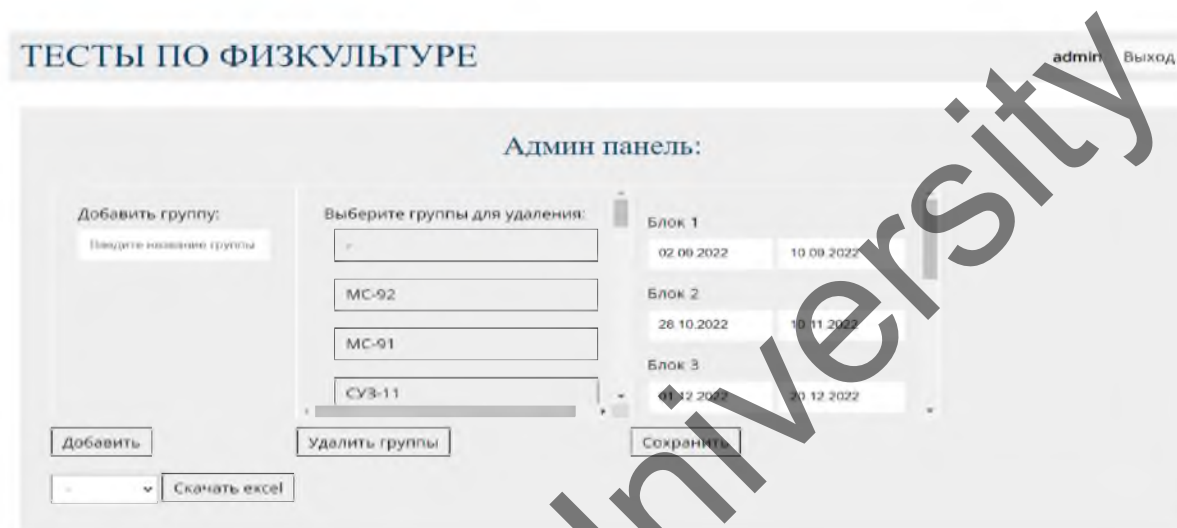


Рисунок 1. Скриншот страницы панели администратора. Составлено автором.

Применение разработанной технологии в течении эксперимента позволило получить следующие результаты (таблица 1). Уровень потребности в физической культуре у студентов СМГ улучшился, что говорит о возросшей самостоятельной физкультурной активности. Знания студентов СМГ по дисциплине физическая культура вышли на более качественный уровень, за счёт возросшего интереса к предмету и к своему здоровью в целом. В функциональных пробах испытуемые показали тоже положительный прирост, что является следствием улучшения их физической подготовленности. И, пожалуй, самый интересный и важный показатель для всех студентов СМГ – уровень здоровья по методике Апанасенко, в котором наблюдался хоть не значительный, но положительный прирост, вызванный систематическим посещением занятий и самостоятельным использованием ценностей физической культуры в процессе трудовой и бытовой деятельности.

Таблица 1

Результаты оценки динамики физической культуры студентов СМГ за весь эксперимент

Показатели	Блок1 ($R_{\text{вход}}$)	Блок2 ($R_{\text{промежуточный}}$)	Блок3 ($R_{\text{итог}}$)
Уровень потребности в ФК	43,03±15,61	49,52±14,93	56,94±13,24
Знания в области ФК	36,64±13,77	40,54±11,62	52,32±12,02
Функциональные пробы	41,26±20,31	45,42±19,64	53,38±18,28
Здоровье по Апанасенко	32,33±14,23	35,92±13,91	37,38±10,15
Физическая Подготовленность	38,38±16,74	45,42±15,26	54,42±17,31

По итогу эксперимента можно констатировать о том, что с помощью разработанной технологии, преподавателем осуществлялся мониторинг физической культуры студентов СМГ быстро, качественно и эффективно.

Разработанная технология позволила оценивать физическую культуру студентов СМГ сразу же после сдачи нормативов и тестов, а также регулировать процесс физического воспитания на протяжении всего эксперимента.

Студенты отмечали удобный интерфейс инновационной разработки, а также повышение интереса к физической культуре и своему здоровью, вызванный наглядным отображением результатов как практических, так и теоретических тестов.

Список использованной литературы

1. Жуков Р.С. Новые информационные технологии в научно-методической деятельности специалистов физической культуры и спорта: состояние и перспективы // Вестник Кемеровского государственного университета. – 2009, №4. - С. 76-80.
2. Осипенко Е.В. Использование компьютерной программы «Health correction» в процессе физического воспитания школьников и студентов // Наука 2020. – 2016, № 5 (11). - С. 285-290.
3. Пономарев В. В., Лимаренко О. В. Интегративный мониторинг здоровья как универсальная форма контроля качества физкультурного образования школьников, проживающих в Северном регионе // Теория и практика физической культуры. – 2007, № 7. - С. 8-12.
4. Токарь Е. В., Самсоненко И. В. Компьютерная программа «Оценка физического состояния студентов. Рекомендации по организации оздоровительной тренировки»: характеристика, особенности работы с программой, результаты // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. №3 (73). - С. 178-182.
5. Толистинов Б.Г., Шееенко Е.И. Интерактивные подходы в технологии формирования потребности в самостоятельной физкультурной активности у студентов специальных медицинских групп // Человек. Спорт. Медицина. – 2019. – Т. 19, № 3. - С. 88– 95.

Төлеубай Р.Б., студент

Мускунов К. С., аға оқытушы

Мукашев Ж.К., п.ғ.м. аға оқытушы

Шалдыбаев Д.З., аға оқытушы

Қарағанды Бөкетов университеті, Қарағанды қ.

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ЖӘНЕ СПОРТТЫ ДАМЫТУДЫҢ МӘСЕЛЕЛЕРІ МЕН ПЕРСПЕКТИВАЛАРЫ

Аннотация: Мақалада еліміздегі дене шынықтыру мен спортты дамытудың өзектілігі туралы баяндалады. Сонымен қатар қазіргі кездегі спортты дамытудың кейбір мәселелері мен дамыту мәселелері – дене шынықтыру мен спортты дамытудың сапасын жақсарту, кәсіби біліммен қамтамасыз етудің ғылыми-әдістемелік жүйесін жасау және оқу үрдісін заман талабына сай ұйымдастыру түрлерін қарастырып, дене шынықтыру мен спорт жүйесіндегі жанашылдықты саралау, еліміздегі спортты жетілдіру жолдарын қарастыру мәселелері сөз болады.

Кілт сөздер: Дене шынықтыру, маман, бұқаралық спорт, денсаулық, дене тәрбиесі, жетілдіру, әлеуметтік қызмет, табиғи фактор.