

- **Тема:** Формирование профессионального здоровья студентов в процессе физического воспитания в вузе
- **Актуальность** исследования обусловливается рядом **противоречий** между:
 - – необходимостью формирования профессионального здоровья студенческой молодежи, с одной стороны, и недостаточной эффективностью процесса физического воспитания студентов вузов, с другой;
 - – потребностью общества в специалистах, имеющих не только высокий уровень когнитивных и профессиональных возможностей, но и высокий уровень развития их профессионального здоровья, и отсутствием в практике деятельности вузов научно обоснованных и разработанных методик формирования профессионального здоровья обучающихся;
 - – значительным потенциалом лыжного спорта в повышении функциональных возможностей организма, детерминирующего формирование профессионального здоровья будущих специалистов, и отсутствием научно обоснованной методики, основанной на применении средств лыжной подготовки в процессе физического воспитания студентов вузов.

- **Объект диссертационного исследования:** процесс физического воспитания студентов вуза.
- **Предмет диссертационного исследования:** формирование профессионального здоровья студентов в процессе физического воспитания в вузе.
- **Цель диссертационного исследования** заключается в теоретическом обосновании, разработке и экспериментальном подтверждении эффективности модели формирования профессионального здоровья студентов вузов на основе применения средств лыжной подготовки.

- **Гипотеза диссертационного исследования.** Очевидно, что эффективность профессиональной деятельности специалиста в большинстве сфер во многом определяется уровнем развития его профессионального здоровья, а значит, уровнем общей работоспособности, способностью адаптироваться к физическим, интеллектуальным и психоэмоциональным нагрузкам.
- Предполагалось, что организация процесса физического воспитания, направленного на формирование профессионального здоровья, в условиях вуза будет эффективнее, если:
 - – будут определены основные теоретико-методические аспекты проблемы формирования профессионального здоровья в вузе;
 - – будет разработана и реализована модель организации процесса физического воспитания в вузе на основе применения средств лыжной подготовки, включающая определенные структурные компоненты и учитывающая взаимосвязь четырех основных направлений, при соблюдении конкретных педагогических условий.

Задачи диссертационного исследования:

1. Провести анализ и обобщение научно-методической литературы о состоянии здоровья студентов вузов, необходимости и способах формирования их профессионального здоровья, а также о существующих подходах к его оценке.
2. Разработать модель процесса физического воспитания в вузе с использованием принципа спортизации (лыжный спорт), направленного на формирование профессионального здоровья студентов вуза, содержащую определенные структурные компоненты, специализированные направления и необходимые педагогические условия для организации учебного процесса по предмету.
3. Изучить динамику и особенности изменений физического развития и физической подготовленности (физического статуса профессионального здоровья) студентов вуза в процессе изучения дисциплины «Физическая культура».
4. Экспериментально обосновать эффективность разработанной модели организации процесса физического воспитания, направленной на формирование профессионального здоровья студентов вуза.

Для решения поставленных задач использовались следующие **методы**: анализ и обобщение данных научно-методической литературы, тестирование, анкетирование, педагогическое наблюдение, педагогический эксперимент, методы математической статистики

- **Теоретико-методологическую базу диссертационного исследования составили основные положения теории образования в области физической культуры и спортивной тренировки (А. А. Виру, 1984; Б. А. Ашмарин, 1990; Ю. В. Верхошанский, 1998; Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2000; В. Н. Селуянов., 2001; Ю. Ф. Курамшин , 2003; Н. Г. Озолин, 2004; Ю. Д. Железняк, 2004; В. К. Бальсевич, 1988– 2014); деятельностьный подход к познанию структуры учебного процесса в вузе (А. Н. Леонтьев, 1977; В. М. Смирнов, 2002); методология педагогического исследования (Б. А. Ашмарин, 1978; Ю. К. Бабанский, 1982; В. В. Краевский, 2001; П. К. Петров, 2003); методика организации и проведения мониторинга физического здоровья населения (Д. Н. Гаврилов , 2006; Л. И. Лубышева, 2003–2011; П. А. Виноградов, 2013; С. И. Изаак, 2008–2016); разработки в области воспитания здорового образа жизни студентов (И. И. Брехман, 1994; Н. М. Амосов, 2002; Е. Н. Назарова, 2007; Р. М. Баевский , 1997–2014), психологии профессионального здоровья (К. Р. Червинская, 2002; Г. С. Никифоров , 2006–2015; Г. Г. Вербина, 2014– 2016); основы тренировочного процесса лыжников-гонщиков (М. А. Аграновский, 1980; В. Н. Манжосов, 1986; И. М. Бутин, 2000; А. Г. Баталов, 1991–2004; Т. И. Раменская, 2004); основы физиологии спортивной тренировки (А. С. Мозжухин, 1979; А. Я. М. Коц, 1986; А. С. Соколов, 1988; Н. А. Фомин, 1991; Дж. Х. Уилмор, 1997; М. М. Безруких, 2002; В. Н. Смирнов, 2002).**

Научная новизна диссертационного исследования

состоит в следующем:

- рассмотрены пути формирования профессионального здоровья при применении средств и методов спортивной тренировки лыжников-гонщиков в образовательном процессе вуза по предмету «Физическая культура»;
- разработана модель организации процесса физического воспитания с использованием средств спортивной тренировки в лыжном спорте;
- впервые установлена и экспериментально подтверждена возможность положительного влияния специально организованного процесса физического воспитания на уровень профессионального здоровья студентов вуза;
- определена динамика изменения уровня физического развития и физической подготовленности студентов вуза за весь период освоения ими дисциплины «Физическая культура» с привлечением системы мониторинга физического здоровья населения в РФ.

- **Теоретическая значимость диссертационного исследования** состоит:
- – в конкретизации общетеоретических представлений о путях, способах и особенностях организации учебного процесса по дисциплине «Физическая культура», направленного на формирование профессионального здоровья, с учетом опыта, используемого при подготовке спортсменов массовых разрядов в лыжном спорте, а также системы мониторинга физического здоровья;
- – в уточнении терминологии и критериев оценки профессионального здоровья;
- – в дополнении теоретических основ методики физического воспитания разработанными направлениями воздействия и структурными компонентами при соблюдении определенных педагогических условий;
- – в подробном описании средств и форм организации процесса физического воспитания юношей в вузе, основанного на широком применении лыжной подготовки.

- **Практическая значимость результатов диссертационного исследования:**
- Разработана модель организации процесса физического воспитания на кафедре физической культуры с использованием средств спортивной тренировки лыжников-гонщиков и мониторинговых технологий, способствующая совершенствованию физического и психологического состояния, а значит, и укреплению профессионального здоровья занимающихся, что позволяет успешно применять ее в рамках физического воспитания студентов образовательных учреждений.
- Результаты проведенного исследования использованы в ходе подготовки студентов по специальности «Физическая культура» в рамках изучения курса «Теория и методика физической культуры и спорта».
- Представлены практические рекомендации по повышению эффективности процесса физического воспитания в рамках формирования профессионального здоровья.

- **Основные положения, выносимые на защиту:**
- Реализуемая в современных высших учебных заведениях традиционная система физического воспитания не ориентирована на формирование профессионального здоровья студентов, достижение необходимого уровня работоспособности, повышение их адаптации к физическим, интеллектуальным и психоэмоциональным нагрузкам.
- Организация процесса физического воспитания, направленного на формирование профессионального здоровья, должна осуществляться в соответствии с разработанной моделью, с учетом взаимосвязи структурных компонентов, направлений педагогического процесса, основанных на усвоении социального опыта и педагогических условий, созданных на базе конкретного вуза Сибирского региона.
- Разработанная педагогическая модель обуславливает необходимость последовательной реализации когнитивно-мотивационного, содержательного, операционального, контрольно-регулирующего и оценочно-результативного структурных компонентов организации процесса физического воспитания по определенным четырем направлениям (познавательному, технико-методическому, адаптационному и эмоционально-рациональному) и более эффективно по сравнению с существующими подходами обеспечивает улучшение физического развития, физической подготовленности, умственной работоспособности и стрессоустойчивости, а значит, и повышение уровня профессионального здоровья.
- В основе педагогической модели формирования профессионального здоровья должно лежать применение средств лыжной подготовки.