

## **ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОЦЕНКЕ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**Провалов В.Е., студент 1 курса факультета агротехнологий, земельных  
ресурсов и пищевых производств**

**Научный руководитель – Макаров А.А., доцент  
ФГБОУ ВО Ульяновский ГАУ**

***Ключевые слова:** физическое развитие, здоровьесберегающая деятельность, показатели.*

*В работе рассмотрены показатели физического развития обучающихся в оценке здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения.*

*Установлены показатели здоровьесберегающей деятельности: мышечная сила кистей рук, жизненная емкость легких, состояние деятельности сердечно-сосудистой системы, масса тела, жировой статус.*

Технологический подход к здоровьесберегающей деятельности образовательного учреждения предполагает отслеживание ее результатов на групповом и индивидуальном уровнях [1, 2, 3]. В качестве критериев планирования и оценки эффективности такой деятельности могут выступать показатели физического развития, поскольку, будучи устойчивыми в процессе онтогенеза, они фактически являются маркерами благополучия внутренней среды организма и по ним можно судить о состоянии внешних условий обитания индивида [4]. Это относится к характеру и объему учебной, трудовой, спортивной нагрузки [5, 6, 7, 8].

В качестве критериев здоровьесберегающей деятельности имеет смысл отслеживать следующие показатели.

1. Мышечная сила кистей рук, жизненная емкость легких и состояние деятельности сердечно-сосудистой системы. Эти данные характеризуют физическую выносливость обучающихся, их адаптационные возможности,

стрессоустойчивость. Показатели следует использовать при оценке эффективности программ по совершенствованию физического воспитания.

2. Масса тела, жировой статус. Эти показатели характеризуют адекватность питания обучающегося и являются косвенными маркерами состояния защитных сил организма, определяющих острую и хроническую заболеваемость. Могут быть использованы как ориентиры при реализации в образовательном учреждении программ, связанных с питанием обучающихся (организация питания, расширение информационного поля участников образовательного процесса в вопросах питания, формирования культуры питания).

Таким образом, программы, реализуемые в образовательном учреждении, должны включать комплекс мероприятий, влияющих на все органы, системы и организм в целом, поэтому показатели физического развития в них должны использоваться наряду с другими критериями – медицинскими, психолого-педагогическими, социальными.

#### **Библиографический список:**

1. Макарова, Е.В. Особенности методики занятий физической культурой студентов с нарушениями зрения / Е.В. Макарова, А.Л. Макаров // Материалы научно-методической конференции профессорско-преподавательского состава академии – Инновационные технологии в высшем профессиональном образовании. – Ульяновск, 14 ноября 2012 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2012. – С. 98-100.

2. Макарова, Е.В. Особенности физкультурного образования студентов специального учебного отделения Ульяновской ГСХА / Е. В. Макарова // Материалы Международной учебно-методической и научно-практической конференции – Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России. – Саратов, 17–20 сентября 2012 г. – Саратов: Общество с ограниченной ответственностью Издательство «КУБиК», 2012. – С.152-154.

3. Макарова, Е.В. Методика проведения занятий оздоровительной аквааэробикой со студентами специальных медицинских групп / Е.В. Макарова // Материалы Всероссийской научно-практической конференции –

Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России. – Уфа, 12-14 октября 2014 г. – Уфа: Башкирский государственный аграрный университет, 2015. – С. 212-216.

4. Erdyneeva K.G., Shvetsov M.Y., Igumnova E.A., Gorlachev V.P., Pavlov I.V., Kozachkova, O.V., Schepkina N.K., Makarova E.V. The structure and content of senior pupils research position formation: case of analytical chemistry. Eurasian Journal of Analytical Chemistry. 2016. Т. 11. № 1. С. 1-9.

5. Макарова, Е.В. Особенности использования проблемного метода обучения на занятиях по физической культуре / Е. В. Макарова, А.Л. Макаров // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием – Физическая культура, спорт и здоровье студенческой молодежи в современных условиях. – Орел, 12-13 марта 2014 г. – Воронеж: ООО "Издательство "Научная книга", 2014. – С. 132-135.

6. Макарова, Е.В. Педагогическая технология тренировочного процесса спортсменов-стритболистов массовых разрядов / И.Н. Тимошина, Е.В. Макарова, Т.В. Швецова // Теория и практика физической культуры, – 2016. – № 7. – С. 50-52.

7. Макарова, Е.В. Физкультурно-спортивная деятельность студентов / Е.В. Макарова, А.Л. Макаров // Материалы международной научно-практической конференции – Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях. – Чебоксары, 20 мая 2019 г. – Чебоксары: Чувашская государственная сельскохозяйственная академия, 2019. – С. 28-32.

8. Макарова, Е.В. Исследование особенностей воздействия физических упражнений в зависимости от их объема и интенсивности / Е.В. Макарова // Материалы IV международной научно-практической конференции – Аграрная наука и образование на современном этапе развития: опыт, проблемы и пути их решения. – Ульяновск, 07-08 февраля 2017 г. – Ульяновск: Ульяновский государственный аграрный университет им. П.А. Столыпина, 2017. – С. 237-240.

**INDICATORS OF PHYSICAL DEVELOPMENT OF STUDENTS IN  
ASSESSMENT OF HEALTH-SAVING ACTIVITIES OF AN  
EDUCATIONAL INSTITUTION**

**Provalov V.E.**

**Key words:** *physical development, health-preserving activity, indicators.*

*The paper considers the indicators of physical development of students in the assessment of health-preserving activities of an educational institution.*

*Indicators of health-preserving activity were established: muscle strength of the hands, vital capacity of the lungs, the state of activity of the cardiovascular system, body weight, fat status.*