

*На правах рукописи*

**Власов Евгений Анатольевич**

**ФОРМИРОВАНИЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ  
В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ  
В ВУЗЕ**

Специальность: 13.00.04 – теория и методика  
физического воспитания, спортивной тренировки,  
оздоровительной и адаптивной физической культуры

**АВТОРЕФЕРАТ**  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук

Улан-Удэ – 2016

Работа выполнена на кафедре теории физической культуры  
федерального государственного бюджетного образовательного  
учреждения высшего образования  
«Бурятский государственный университет»

Научный руководитель: **Воробьева Елена Владимировна**  
доктор педагогических наук, доцент,  
директор филиала ФГБОУ ВО  
«Российский государственный  
университет физической культуры,  
спорта, молодежи и туризма»  
в г. Иркутске

Официальные оппоненты: **Сидоров Леонид Константинович**  
доктор педагогических наук, профессор,  
заведующий кафедрой теоретических  
основ физического воспитания ФГБОУ ВО  
«Красноярский государственный  
педагогический университет»  
**Рютина Лариса Николаевна**  
кандидат педагогических наук, доцент,  
доцент кафедры физической культуры  
и спорта ФГБОУ ВО «Иркутский  
государственный университет путей  
сообщения»

Ведущая организация: ФГБОУ ВО «Новосибирский  
государственный педагогический  
университет»

Защита состоится «15» декабря 2016 г. в 14.00 часов на заседании  
диссертационного совета Д 212.022.02 при ФГБОУ ВО «Бурятский госу-  
дарственный университет» по адресу: 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина,  
24 а, конференц-зал.

С диссертацией можно ознакомиться в научной библиотеке феде-  
рального государственного бюджетного образовательного учреждения  
высшего образования «Бурятский государственный университет» и на сай-  
те: [www.bsu.ru](http://www.bsu.ru)

Автореферат разослан 14 ноября 2016 г.

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат педагогических наук

А. Н. Базарова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность темы исследования.** Одним из ведущих направлений в современной государственной политике является сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения. Об этом свидетельствуют ежегодные обращения Президента РФ В. В. Путина к Федеральному Собранию РФ, а также целый ряд документов, регламентирующих данное направление государственной политики в нашей стране.

Внедрение высокоэффективных промышленных технологий, нарушение экологии и целый ряд других объективных факторов привели к тому, что образ жизни современного человека сопровождается гиподинамией, нарушением рационального питания, психическим перенапряжением (В. Н. Артамонов, Р. Г. Мотылянская, 1992; Л. В. Пасечник, 2007; И. Н. Пушкарева, 2010; Г. Я. Галимов, 2012; М. Я. Виленский, А. Г. Горшков, 2013; и др.).

Складывается тревожное положение и со здоровьем студентов вузов (Г. А. Гришина, Р. Ф. Проходовская, 2006; А. А. Голубев с соавт., 2011). Кроме этого, на современном этапе развития системы физического воспитания в сфере высшего образования необходимо ставить задачи не только укрепления физического здоровья, но и повышения профессиональной работоспособности будущих специалистов. Вчерашние студенты, придя на производство, должны обладать не только профессиональными знаниями, умениями и навыками, но и способностью плодотворно и эффективно выполнять свои профессиональные обязанности на протяжении всего рабочего дня и всей рабочей недели. Соблюдение данного условия возможно лишь при высоком уровне профессионального здоровья.

Поэтому профессиональная компетентность специалиста будет определяться не только интеллектом, уровнем профессиональных знаний, умений и навыков, но и уровнем сформированности компонентов его профессионального здоровья: умственной работоспособностью (концентрация и устойчивость внимания, скорость мышления, память и т. д.), степенью функциональной подготовленности организма (общая выносливость), стабильностью работы нервной системы (стрессоустойчивость, усидчивость, скрупулезность и т. д.) и некоторыми личностными качествами (настойчивость, целеустремленность, коммуникабельность и др.).

Успешное решение этих задач во многом зависит от правильной организации процесса физического воспитания студенческой молодежи с применением наиболее целесообразных видов двигательной активности.

Одним из распространенных видов двигательной активности в Сибирском регионе, с учетом его климатогеографических особенностей, является лыжная подготовка, применение которой позволяет эффективно воздействовать на вышеуказанные параметры.

Проведенный анализ литературы и современных исследований в сфере физического воспитания свидетельствует о том, что имеется необхо-

димось в формировании профессионального здоровья студенческой молодежи, а также о том, что лыжные гонки оказывают значительное воздействие на функциональное состояние и психологические качества студентов.

Однако без воспитания у студентов стойкой привычки к регулярному выполнению физических упражнений результат, достигнутый в ходе обязательных занятий в вузе, будет утрачен вскоре после окончания учебного заведения. И только при целенаправленном воздействии преподавателя, под влиянием специальных бесед и методических заданий трудящиеся продолжают заниматься избранным видом двигательной активности после окончания вуза, поддерживая тем самым высокий уровень общей работоспособности, а значит, и профессионального здоровья, вплоть до наступления пенсионного возраста.

В связи с этим сохранение и укрепление профессионального здоровья студентов посредством специальной организации занятий по физической культуре должно стать одним из приоритетных направлений физического воспитания в вузе.

Введение понятия «профессиональное здоровье» явилось отражением потребности общества в определении возможностей организма человека применительно к условиям профессиональной деятельности. Необходимо особо подчеркнуть гуманистический характер этого нового научного подхода, так как он направлен на обеспечение безопасности жизнедеятельности, сохранение здоровья, работоспособности и профессионального долголетия человека в процессе трудовой деятельности.

Актуальность исследования обуславливается 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 эф-

фективности 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), направленную 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; Л. П. Матвеев , 1991–2005; В. К. Бальсевич, 1988–2014); деятельностный 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. А. Виру, 1984; 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:**

1. 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.

2. Результаты проведенного исследования использованы в ходе подготовки студентов по специальности «Физическая культура» в рамках изучения курса «Теория и методика физической культуры и спорта».

3. Представлены практические рекомендации по повышению эффективности процесса физического воспитания в рамках формирования профессионального здоровья.

**Основные положения, выносимые на защиту:**

1. 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.

2. 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.

3. 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.

4. В основе педагогической модели формирования профессионального здоровья должно лежать применение средств лыжной подготовки.

**Апробация результатов диссертационного исследования.** Исследование осуществлялось в процессе опытно-экспериментальной работы на базе Иркутского национального исследовательского технического университета (ИРНИТУ). Основные результаты исследования были обсуждены на пяти международных и семи всероссийских конференциях, шесть статей опубликованы в журналах, включенных ВАК РФ в список изданий, рекомендуемых для опубликования основных научных результатов диссертации. Результаты, полученные в ходе исследования, были использованы при написании двух учебно-методических работ (учебное пособие и методические указания).

**Достоверность результатов диссертационного исследования** обеспечена опорой на фундаментальные научно-методические работы; объективным подбором методологических положений; наличием широкого диапазона педагогических методов исследования, методов контроля профессионального здоровья и методов математической статистики, четко соответствующих цели и задачам исследования; достаточным объемом и репрезентативностью выборки; большим объемом проанализированного теоретического материала; длительным сроком педагогического исследования; корректной статистической обработкой данных с применением современных компьютерных программ; соответствующей апробацией в процессе физического воспитания студентов вузов.

**Организация исследования.** Исследование проводилось с 2006 по 2016 г. в четыре этапа.

*Первый этап* (2006–2008 гг.) был посвящен анализу структуры процесса физического воспитания студентов вуза: изучены имеющиеся научные работы по данной проблеме, выделена основная проблема исследования, разработана модель организации процесса физического воспитания и определены направления ее реализации.

*Второй этап* (2008–2010 гг.) связан с формированием экспериментальной и контрольной групп; разработкой примерного макроцикла учебно-тренировочного процесса и распределением основных средств по блокам; тестированием умственной работоспособности, стрессоустойчивости, а также контролем физического развития и физической подготовленности студентов первого и второго курсов.

*Третий этап* (2010–2012 гг.) обусловлен завершением педагогического эксперимента: осуществлено обследование физического статуса профессионального здоровья студентов третьего и четвертого курсов; определена динамика его изменения в контрольной и экспериментальной группах за период их обучения на кафедре физической культуры (с первого по четвертый курс), проведены итоговое психологическое тестирование и анализ изменений умственной работоспособности и стрессоустойчивости за время эксперимента. Написаны первая и вторая главы.



На *четвертом этапе* (2012–2016 гг.) был произведен конечный анализ внедрения экспериментальных факторов в систему физического воспитания студентов вуза. При помощи методов математической статистики осуществлены обработка результатов тестирования и интерпретация полученных результатов. Полученные в результате исследования материалы обобщены и оформлены в диссертационную работу.

**Структура и объем диссертационного исследования.** Диссертационное исследование состоит из введения, четырех глав, выводов, рекомендаций, списка литературы (208 источников, из них 18 – на иностранном языке), приложений. Работа иллюстрирована 5 схемами, 12 таблицами, 34 рисунками.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

В первой главе **«Теоретический анализ современного состояния проблемы формирования профессионального здоровья студентов в процессе физического воспитания в вузе»** нашел отражение тот факт, что в настоящее время многие ученые (И. И. Брехман, 1994; Г. Л. Апанасенко, 2000; П. А. Виноградов с соавт., 2013; А. Г. Комков с соавт., 2002; А. В. Гришин с соавт., 2005; Л. А. Семенов, 2007; В. Ю. Лебединский с соавт., 2008, 2012; И. В. Журавлева с соавт., 2009; Г. Я. Галимов с соавт., 2012; С. И. Изаак, 2013; и др.) отмечают снижение общего уровня здоровья нации, а в большей мере вызывает опасение и тревогу тот факт, что это явление коснулось в первую очередь детей, подростков и молодежи.

Ввиду специфики профессиональной деятельности и необходимости повышения производительности труда необходимо уделять большое внимание не только физическому, но и профессиональному здоровью. Только эта составляющая позволяет повысить работоспособность и обеспечить профессиональное долголетие специалиста. В связи с этим необходимо контролировать, а по возможности и совершенствовать профессиональное здоровье уже на стадии обучения в специальных учебных заведениях, в том числе и в процессе физического воспитания.

Проблему профессионального здоровья стали изучать сравнительно недавно. В 80-е гг. XX в. в США начали публиковаться научные работы, объединяющие две сферы знаний – гигиену труда и психологию. В 1990 г. американец Дж. Рэймонд использовал термин «психология профессионального здоровья». В своей статье этим термином он определяет раздел психологии, занимающийся проблемами здоровья работающих людей, обозначив основную цель этого раздела – создание здорового рабочего места. Другими словами, создание благоприятных условий работы для сохранения и укрепления профессионального здоровья.

Так, в отечественных публикациях, И. П. Бобровницкий и В. А. Пономаренко (1991) рассматривают профессиональное здоровье как процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического,

психического и социального благополучия, что обеспечивает высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную продолжительность жизни.

В статье С. А. Бугрова (1993) под профессиональным здоровьем понимается свойство организма сохранять заданные компенсаторные и защитные механизмы, обеспечивающие работоспособность в условиях, в которых протекает профессиональная деятельность.

По мнению А. Г. Маклакова (1996), профессиональное здоровье следует понимать как определенный уровень характеристик здоровья специалиста, отвечающий требованиям профессиональной деятельности и обеспечивающий ее высокую эффективность.

Г. Г. Вербина (2014) определяет его как уровень накопленных знаний, способностей, умений и опыта по формированию здоровья, необходимых для достижения должного количества здоровьесберегающих компетентностей, эмоционального интеллекта и уровня культуры, обязательного для профессионального долголетия.

Общим для этих определений является взгляд на профессиональное здоровье как на интегральное качество в целостной системе «здоровье – работоспособность – эффективность».

На сегодняшний день накоплен большой запас научных знаний относительно компонентов профессионального здоровья. Мы же в своей работе основывались на заключении, сделанном в учебном пособии «Психология профессионального здоровья» под редакцией профессора Г. С. Никифорова (2006) в главе 3, автором которой является профессор В. И. Шостак, где основными компонентами профессионального здоровья обозначены психический и физический статусы, воздействующие на функциональное состояние, определяющее уровень общей работоспособности специалиста.

Однако существуют некоторые пробелы в организации системы профилактики профессионального здоровья в вузах и разработке конкретных моделей, способствующих не только укреплению физического здоровья будущих специалистов, но и повышению их общей работоспособности.

В рамках повышения качества подготовки специалистов необходимо иметь не только профессиональные знания, умения и навыки, но и резерв физических (функциональных) и психологических (умственных) возможностей. Проведя анализ существующей вузовской системы физического воспитания, мы выявили, что она не обеспечивает полноценного физического развития и укрепления профессионального здоровья подрастающего поколения, отметили ее несостоятельность в плане реализации принципа индивидуализации. Если вариативный компонент свести к минимуму, то у студентов снижается заинтересованность в посещении обязательных занятий по предмету, а тем более сводится к нулю мотивация к дальнейшей самостоятельной регулярной двигательной активности после окончания вуза.

Следовательно, в настоящее время проблема формирования устойчивой мотивации к регулярным занятиям физической культурой и спортом и повышения уровня физического и психологического состояния студентов вуза является еще недостаточно разработанной. Приоритетным направлением в формировании этих качеств студентов может и должен стать отказ от унификации и стандартизации учебных программ.

Основной формой двигательной активности учащейся молодежи являются учебные занятия по предмету «Физическая культура». Исходя из этого, возникает необходимость внедрения разнообразных оздоровительных методик в процесс физического воспитания учащихся.

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» в вузе должна включать методики, воздействующие на профессиональное здоровье студентов и содержащие предпочитаемые студентами виды спорта.

Основываясь на климатогеографических условиях проживания в Сибирском регионе (продолжительный снежный период), большой популярности лыжного спорта в г. Иркутске (в соревнованиях «Лыжня России – 2006» приняло участие 15 тыс. человек), а также психолого-физиологических особенностях данного вида двигательной активности, мы приняли решение (в рамках диссертационного исследования) разработать модель организации процесса физического воспитания студентов вуза, направленную на формирование профессионального здоровья, с использованием средств именно лыжной подготовки.

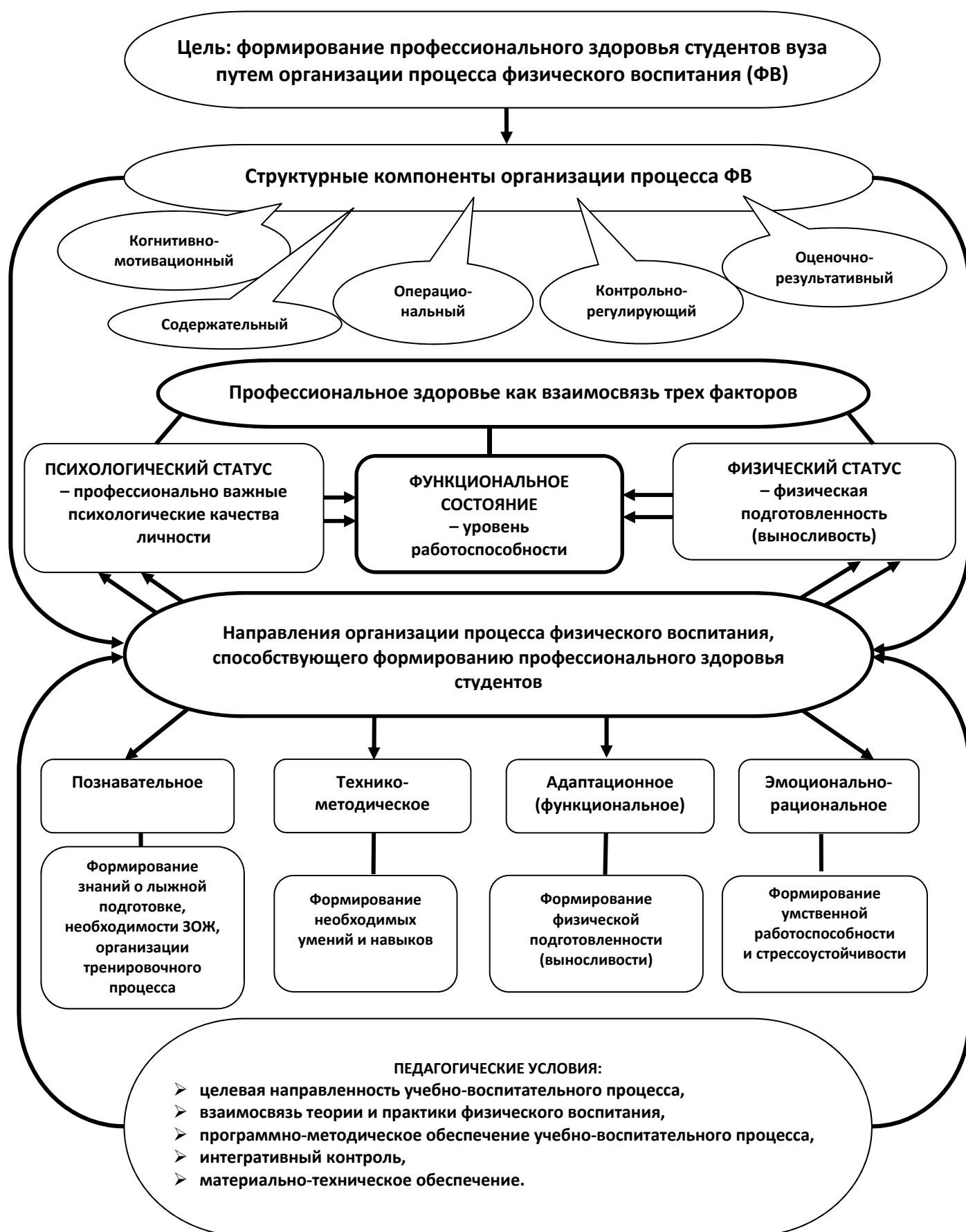
Однако в доступной научной литературе не обнаружено разработок подобных моделей организации процесса физического воспитания студентов, основанных на лыжной подготовке и направленных на совершенствование профессионального здоровья. Соответственно, нет сравнительного анализа воздействия подобных моделей на физическое развитие, физическую подготовленность, умственную работоспособность и стрессоустойчивость студентов вузов, а также анализа изменений физического здоровья в динамике всего периода обучения по дисциплине «Физическая культура».

Во второй главе диссертационного исследования «**Методы и организация исследования**» рассматриваются методы исследования, организация и проведение педагогического эксперимента.

Третья глава диссертационного исследования «**Моделирование процесса физического воспитания, направленного на формирование профессионального здоровья студентов вуза**» посвящена характеристике предлагаемой модели, в ней раскрываются особенности организации учебно-тренировочных занятий студентов в процессе освоения дисциплины «Физическая культура» в вузе. Нашло свое отражение подробное описание основных структурных компонентов и всех четырех направлений формирования профессионального здоровья разработанной модели.

Цель разработанной модели – формирование профессионального здоровья студентов вуза – достигается посредством анализа и реализации следующих взаимосвязанных и взаимообусловленных компонентов деятельности: когнитивно-мотивационного, содержательного, операционального, контрольно-регулирующего, оценочно-результативного (схема 1).

**Модель организации процесса физического воспитания, направленного на формирование профессионального здоровья студентов вуза**



Эти компоненты процесса организации физического воспитания отражают взаимодействие педагогов и занимающихся – от постановки и принятия целей до их реализации.

*Когнитивно-мотивационный компонент* предполагает, что педагог будет осуществлять меры по формированию знаний и мотивов необходимости ведения здорового образа жизни, организации самостоятельных кондиционных тренировочных занятий (основываясь на избранном виде двигательной активности) в процессе обучения в вузе, а также после его окончания. Это направление является ведущим по отношению к другим, так как осознание человеком необходимости соблюдать оптимальный двигательный режим и после обучения дает ему возможность поддерживать нужный уровень профессиональной работоспособности на протяжении всей жизни.

*Содержательный компонент* связан с предметной областью процесса физического воспитания, которая определяется образовательным стандартом высшего профессионального образования и рабочими программами по дисциплине «Физическая культура». Содержание отдельных учебных занятий и физкультурно-оздоровительных мероприятий конкретизируется профессорско-преподавательским составом с учетом поставленных задач, социального окружения, уровня подготовленности, интересов занимающихся и делится на базовый и вариативный блоки.

*Операциональный компонент* отражает процессуальную сущность формирования профессионального здоровья студентов вуза. Именно в деятельности педагогов и обучающихся, их взаимодействии, протекающем во времени, реализуется данная задача. Развивая этот компонент, важно помнить, что формирование профессионального здоровья связано с высокой познавательной и творческой активностью, участием в культурно-досуговой и спортивно-массовой деятельности, ярко выраженной установкой на успех, наличием качеств личности (решительность, настойчивость, целеустремленность и адекватность самооценки), а также высоким уровнем физической подготовленности, функциональной и умственной работоспособностью, стрессоустойчивостью. Данный компонент реализуется посредством определенных форм, методов и средств системы физического воспитания.

В связи с этим можно определить основные процессуальные составляющие данного компонента модели:

- развитие двигательных способностей, обеспечивающих всестороннее физическое развитие, общую физическую и функциональную подготовленность;
- овладение практической системой умений и навыков, использование которых в дальнейшем позволит будущим специалистам самостоятельно дозировать физические нагрузки и планировать тренировочный процесс;

- формирование ценностного отношения к здоровому образу жизни и получение необходимых знаний о роли лыжной подготовки как одного из основных средств физической культуры;

- формирование профессионального здоровья средствами лыжной подготовки, включающими выполнение специальных упражнений, направленных на развитие психоэмоциональной составляющей, и посредством участия в соревнованиях по лыжным гонкам.

*Контрольно-регулирующий компонент* предполагает одновременное осуществление контроля над ходом решения поставленных задач по формированию профессионального здоровья со стороны преподавателя, а также самоконтроль со стороны обучающихся. Контроль и самоконтроль обеспечивают функционирование обратной связи в учебной деятельности по физическому воспитанию. Преподаватель получает информацию об уровне физического развития, физической подготовленности, степени овладения двигательными умениями и навыками. Обратная связь вызывает необходимость корректирования, регулирования процесса физического воспитания, внесения изменений в методы, формы и средства обучения и воспитания, а также приближения их к оптимальным для данной ситуации.

*Оценочно-результативный компонент* предусматривает оценку педагогами и самооценку занимающимися достигнутых в процессе реализации определенной методики физического воспитания результатов, установление соответствия поставленным задачам. Строится не только на анализе результатов мониторинга физического здоровья, но и изменениях умственной работоспособности и стрессоустойчивости при воздействии отрицательных факторов в начале и конце срока обучения на кафедре физической культуры.

Направлениями процесса физического воспитания, способствующего формированию профессионального здоровья студентов, являются:

- познавательное* – формирует знания в сфере физической культуры, здорового образа жизни, организации самостоятельных тренировочных занятий, теоретических основ профессионального здоровья;

- техничко-методическое* – формирует жизненно необходимые двигательные умения и навыки, а также сводится в основном к повторению, совершенствованию и закреплению технических особенностей передвижения на лыжах, студенты получают практические навыки решения частных задач физического воспитания;

- адаптационное* – формирует функциональные возможности, воздействует на уровень физического развития и физической подготовленности студентов, что, в свою очередь, отражается на их работоспособности;

- эмоционально-рациональное* – формирует готовность сохранять высокую интеллектуальную работоспособность, сознательное отношение к профессиональному здоровью, а также способность сопротивляться неблагоприятным психологическим воздействиям, с которыми юноши могут

столкнуться в реальных условиях непосредственной профессиональной деятельности на производстве.

Анализ теоретических источников и педагогического опыта в сфере физической культуры и спорта позволил выявить условия, способствующие организации процесса физического воспитания, направленного на формирование профессионального здоровья студентов вуза.

Первое педагогическое условие – *целевая направленность учебно-воспитательного процесса*. Это объективная необходимость, которая обусловлена внутренней способностью обеспечить системность и целостность процесса формирования профессионального здоровья через обучение и воспитание.

Второе педагогическое условие – *взаимосвязь теории и практики специализированного физического воспитания*. Принцип единства теории и практики в процессе формирования профессионального здоровья предполагает достижение цели при условии, если процесс овладения теорией будет строиться в неразрывной связи с развитием практических умений и навыков, необходимых для поддержания должного уровня профессионального здоровья на протяжении всего периода профессиональной деятельности.

Третье педагогическое условие – *программно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса* по дисциплине «Физическая культура». По предмету были разработаны следующие структурные единицы.

1. Вариативная часть программы по физическому воспитанию в вузе для студентов-юношей, основанная на лыжной подготовке и направленная на формирование профессионального здоровья.

2. Лекционный курс, разработанный в соответствии с методическими требованиями в момент проведения эксперимента.

3. Темы бесед (диалогов) по блокам.

4. Раздаточный материал для учащихся.

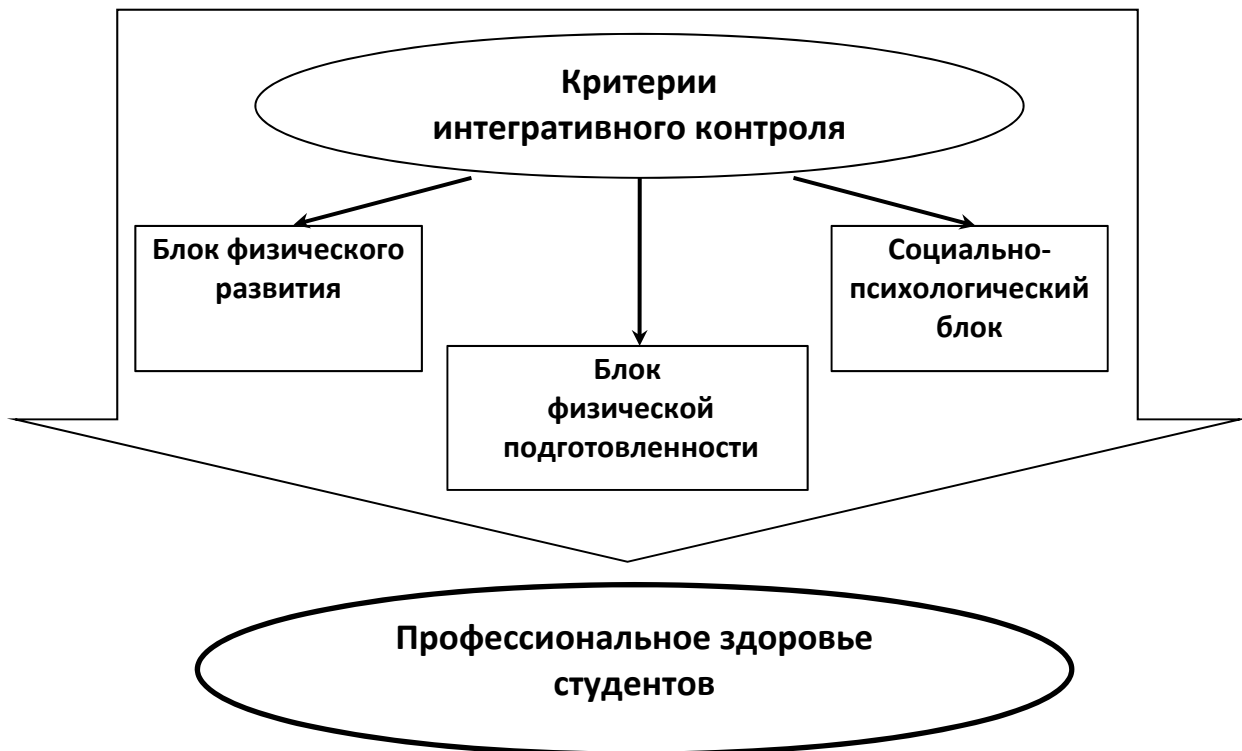
5. Программа контроля уровня физического развития и физической подготовленности.

6. Практические задания на развитие физических качеств определенной группы мышц или совершенствование определенного двигательного навыка.

7. Учебные видеозаписи различного типа физических упражнений, которые используются в качестве иллюстративного материала, источника новой информации, а также для самообразования учащихся.

Четвертое педагогическое условие – *интегративный контроль* в учебно-воспитательном процессе. Для динамичной и планомерной подготовки студентов был разработан интегративный контроль профессионального здоровья, который включает в себя систему мониторинга физического здоровья и следующие блоки критериев: физической подготовленности, уровня физического развития и социально-психологический блок (схема 2).

## Структура интегративного контроля профессионального здоровья



Пятое педагогическое условие – *материально-техническое обеспечение учебно-воспитательного процесса*. В целях его оптимизации при организации занятий и спортивных мероприятий по дисциплине «Физическая культура», способствующих повышению уровня профессионального здоровья, использовалось следующее материально-техническое оснащение: стандартный легкоатлетический стадион с травяным футбольным полем; кроссовая дорожка (включающая подъемы и спуски разной степени уклона) длиной 1 км; гимнастический городок, включающий 30 перекладин (два уровня высоты) и 15 пар брусьев; лыжная база; учебная площадка для обучения технике лыжных ходов; лыжная трасса с кругами 500 м, 2 км и 5 км; аудитория для просмотра видеоматериалов.

В таблице 1 представлено распределение бюджета времени в экспериментальной группе.

ОФП – общая физическая подготовка, СФП – специальная физическая подготовка.

Проведение самостоятельных занятий в форме домашнего задания целиком и полностью возлагается на самих студентов, тем самым повышается их сознательность в отношении своей подготовленности.

Учебные и самостоятельные занятия проводятся с учетом принципов спортивной тренировки, определяющих рациональное планирование тренировочных нагрузок.



Таблица 1

**Распределение бюджета времени по дисциплине  
«Физическая культура»**

Направления подготовки	Курс				
	1	2	3	4	
Блоки подготовки	1–2	3–4	5–6	7–8	
Общая нагрузка на год (часов)	208	232	231	252	
Аудиторные занятия (часов)	136	136	68	68	
Теоретическая подготовка (часов)	4	4	4	16	
Обязательные практические занятия (часов)	132	132	64	52	
Самостоятельные занятия	Количество занятий	72	72	122	138
	Продолжительность	45 мин	60 мин	60 мин	60 мин
	Количество часов	72	96	163	184
ОФП (часов)	80	60	60	40	
СФП (часов)	64	108	147	186	
Техническая подготовка (часов)	60	60	20	10	
Участие в соревнованиях					
Рекомендуемое количество стартов в лыжных гонках	1–2	2–3	3–4	3–4	
Рекомендуемые дистанции (км)	5	5–10	5–15	5–20	

Каждый блок учебно-тренировочного процесса (табл. 2) состоит из этапов, отражающих специфическую направленность. Так, в рамках обще-подготовительного этапа (бесснежный период) используются преимущественно объемные по продолжительности аэробные нагрузки с применением беговых средств подготовки. А именно: кроссы с имитацией, кроссы с прыжковыми упражнениями различной интенсивности и продолжительности, упражнения на выносливость с применением различного инвентаря (лыжные палки, скакалки, стретч-ленты и т. п.).

Специально-подготовительный этап (снежный период) предусматривает освоение собственно техники передвижения на беговых лыжах и формирование стойкого умения и навыка в этом виде двигательной активности, а также развитие выносливости интервальным и непрерывным методом с помощью специализированных упражнений. Основные задания выполняются сопряженным методом, который решает задачу сохранения единства физической и технической подготовки, кроме того, позволяет выступать в соревнованиях на первенство факультета и вуза.

Во время переходного этапа (бесснежный период) основной целью тренировочного процесса являлась общая физическая подготовка с упором на координационные способности и выносливость, основу которой составляли спортивные игры и, как дополнение, атлетическая гимнастика и легкая атлетика. Самостоятельные занятия были направлены на силовую, скоростно-силовую и кроссовую подготовку.

Таблица 2

**Примерный макроцикл учебно-тренировочного процесса студентов,  
занимающихся по разработанной модели**

Этап (нечетного семестра)	Общеподготовительный					Специально-подготовительный																				
Период	Бесснежный					Снежный																				
Учебный график	Каникулы		Учебные занятия					Сессия		Каникулы.																
Месяц	август		сентябрь		октябрь		ноябрь		декабрь		январь															
Микроцикл	п	п	п	п	п	п	в	к	п	п	б	б	б	б	б	б	п	б	б	б	б	в	в	п	б	б

Этап (четного семестра)	Специально-подготовительный			Переходный																							
Период	Снежный			Бесснежный																							
Учебный график	Учебные занятия							Сессия		Каникулы (практика)																	
Месяц	февраль		март		апрель		май		июнь		июль																
Микроцикл	к	б	с	в	б	с	в	п	п	п	б	б	б	б	б	б	б	к	в	в	в	п	п	б	б	б	в

**к** – контрольный (мониторинг ФЗ); **с** – соревновательный; **в** – восстановительный; **п** – подготовительный (втягивающий); **б** – базовый.

В четвертой главе «**Экспериментальное обоснование эффективности формирования профессионального здоровья**» обосновываются и анализируются результаты педагогического эксперимента.

Для проведения педагогического эксперимента были сформированы две группы из числа мужского состава студентов ИРНИТУ, отнесенных по уровню здоровья к первой функциональной группе. Юноши, занимающиеся по разработанной модели, составили экспериментальную группу ( $n = 25$ ), а студенты, занимающиеся в группах общей физической подготовки, – контрольную группу ( $n = 25$ ). Возраст испытуемых на момент начала эксперимента составлял 17 лет.

Физическая подготовленность и физическое развитие тестировалось в обеих группах два раза в год (начало и конец учебного года) на протяжении четырех лет (всего периода освоения дисциплины «Физическая культура»). В начале и после завершения эксперимента обе группы прошли тестирование для определения уровня умственной работоспособности, стрессоустойчивости, степени развития профессионально важных качеств личности будущих специалистов и их мотивации к производственной деятельности.

Эти группы в начале эксперимента были однородны как по физической и технической подготовленности, так и по соотношению в них студентов, обучающихся на гуманитарных и технических специальностях. Количество учебных часов, отводимых на занятия по физической культуре, в контрольной и экспериментальной группах соответствовало базовой

программе (ФГОС 2) для высших учебных заведений (408 часов за период обучения на кафедре физической культуры: 136 часов на первом курсе, 136 часов на втором курсе, 68 часов на третьем курсе, на четвертом курсе в осеннем семестре 34 часа обязательных занятий, а в весеннем – 16 лекционных часов и 18 часов практических занятий). По завершении каждого семестра студенты получали зачет, а после лекционного курса сдавали итоговый теоретический экзамен.

Основным фактором в исследовании явилось влияние разработанной модели организации процесса физического воспитания, основанного на применении средств лыжной подготовки, на уровень профессионального здоровья студентов. Непременным условием проведения педагогического эксперимента стало сравнение экспериментальной (ЭГ) и контрольной (КГ) групп в динамике процесса обучения с первого по четвертый курс.

Результаты проведения педагогического эксперимента представлены средними значениями по группе в каждом тесте ( $\pm$  стандартная ошибка среднего), разницей между результатами в обеих группах в процентах и достоверностью различий между ними.

Анализируя результаты, мы обнаружили особенность: уровень физической подготовленности и физического развития (физический статус профессионального здоровья) в ЭГ и КГ не различается на первом курсе, на втором образуется небольшой разрыв за счет улучшения результатов в ЭГ, на третьем курсе разрыв увеличивается в основном за счет ухудшения значений в КГ. За время обучения на четвертом курсе разница сохраняется с высокой достоверностью либо продолжает увеличиваться.

Подводя итог вышесказанному, можно заключить, что результаты физической подготовленности (табл. 3) к концу эксперимента в ЭГ становятся достоверно выше практически во всех тестах (кроме гибкости).

По результатам тестирования физического развития (табл. 4) можно отметить, что морфологические показатели, такие как рост, вес, ОГК покоя, кистевая динамометрия, изменяются пропорционально в обеих группах (достоверных различий не обнаружено), а вот функциональные показатели, такие как ЖЕЛ, ОГК вдоха, АД, ЧСС, проба Штанге, свидетельствуют о значительном улучшении резервных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем у студентов ЭГ, в большинстве показателей с высоким уровнем достоверности.

В результате тестирования психологического статуса (табл. 5) профессионального здоровья к концу эксперимента в ЭГ средние значения становятся достоверно выше в таких показателях, как концентрация внимания, инертность нервной системы, фрустрационная толерантность.

Таблица 3

## Показатели физической подготовленности участников эксперимента

Тесты	До эксперимента				После эксперимента			
	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достоверность различий	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достоверность различий
Челночный бег 10×5	17,81±0,25	17,94±0,15	0,7	$p > 0,05$	17,59±0,22	17,11±0,17	-2,8	$p < 0,01$
Бег на 100 м	14,10±0,15	14,02±0,11	-0,6	$p > 0,05$	14,34±0,17	14,02±0,10	-2,5	$p < 0,05$
Подъем туловища	28,55±0,88	28,23±0,96	-1,2	$p > 0,05$	29,18±0,83	31,45±0,96	7,5	$p < 0,05$
Подтягивания	8,68±0,91	9,32±0,94	7,0	$p > 0,05$	9,99±0,97	14,27±1,05	35,3	$p < 0,01$
Отжимания	42,12±1,88	45,41±2,41	7,7	$p > 0,05$	45,89±1,73	58,86±2,23	22,5	$p < 0,01$
Наклон	10,68±1,42	10,27±1,55	-3,9	$p > 0,05$	6,67±1,47	6,41±1,66	-4,2	$p > 0,05$
Прыжок в длину с места	232,82±3,14	233,68±2,08	0,4	$p > 0,05$	237,87±3,68	243,14±1,75	2,2	$p < 0,05$
Бег на 1000 м	3:51,4±0:04,3	03:48,9±00:03,7	-1,1	$p > 0,05$	3:59,8±0:04,3	03:40,5±00:03,5	-8,4	$p < 0,01$

Таблица 4

## Показатели физического развития участников эксперимента

Тесты	До эксперимента				После эксперимента			
	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достоверность различий	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достоверность различий
ЖЕЛ	4,12±0,12	4,15±0,09	0,7	$p > 0,05$	4,37±0,11	4,50±0,10	2,8	$p < 0,05$
АД с	126,1±2,09	128,82±2,20	2,2	$p > 0,05$	134,5±2,23	127,95±2,10	-5,0	$p < 0,01$
АД д	70,3±1,26	69,86± 1,46	-0,6	$p > 0,05$	70,6±1,54	66,86±1,44	-5,4	$p < 0,05$
ЧСС в покое	76,10±1,48	75,82±1,71	-0,4	$p > 0,05$	77,27±1,97	67,95±1,38	-12,8	$p < 0,01$
ОГК на вдохе	93,78±0,80	94,36±0,90	0,6	$p > 0,05$	98,19±0,91	100,84±0,84	2,7	$p < 0,01$
Проба Штанге	1:05,3±0:04,7	01:09,2±00:03,7	5,9	$p > 0,05$	1:16,3±0:05,0	01:26,0±00:05,0	11,9	$p < 0,05$
Экскурсия грудной клетки	7,43±0,39	7,93±0,38	6,6	$p > 0,05$	7,81±0,43	10,77±0,31	31,9	$p < 0,01$
Адаптационный потенциал	2,13±0,04	2,18±0,04	1,9	$p > 0,05$	2,34±0,06	2,13±0,04	-9,5	$p < 0,01$

Таблица 5

## Показатели умственной работоспособности и стрессоустойчивости участников эксперимента

Тесты	До эксперимента				После эксперимента			
	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достовер- ность различий	КГ	ЭГ	Разница, в %	Достовер- ность различий
Концентрация внимания	0,843±0,016	0,866±0,014	2,7	$p > 0,05$	0,834±0,017	0,869±0,014	4,1	$p < 0,05$
Инертность нервной системы	277,9±3,36	275,6±6,15	-0,8	$p > 0,05$	268,2±4,58	296,5±5,64	10,0	$p < 0,01$
Фрустрационная толерантность	20,18±0,35	19,1±0,58	-5,5	$p > 0,05$	20,79±0,40	22,68±0,48	8,7	$p < 0,05$

## Выводы

1. Анализ научно-методической литературы, а также практического опыта свидетельствует о недостаточной изученности проблемы методического обеспечения формирования профессионального здоровья студентов в высших учебных заведениях. Недостаточность вариативного компонента в содержании действующих программ приводит к снижению уровня их физической и функциональной подготовленности и к нарушению формирования у них мотивации к регулярной двигательной активности. В то же время действующие методики не в полной мере отвечают современным требованиям подготовки будущих специалистов. Всё это требует разработки новых способов организации процесса физического воспитания студентов вузов с акцентом на профессиональное здоровье.

2. Разработана модель процесса физического воспитания в вузе, направленная на совершенствование профессионального здоровья студентов, с применением средств лыжной подготовки и мониторинговых технологий, включающая структурные компоненты этого процесса (когнитивно-мотивационный, содержательный, операциональный, контрольно-регулирующий, оценочно-результативный), направления формирования (познавательное, технико-методическое, адаптационное, эмоционально-рациональное), а также педагогические условия их реализации (целевая направленность учебно-воспитательного процесса, взаимосвязь теории и практики физического воспитания, программно-методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса, интегративный контроль, материально-техническое обеспечение).

3. По результатам проведения мониторинга физического здоровья студентов ИРНИТУ определено изменение уровня их физической подготовленности и физического развития в процессе обучения на кафедре физической культуры (с первого по четвертый курс). Процесс становления морфологических показателей у студентов продолжается на первом, втором, третьем курсах и завершается на четвертом, о чем свидетельствуют такие показатели, как рост, вес тела и ОГК. Уровень развития физических качеств и функциональных показателей имеет общую тенденцию: в учебный период наблюдается их увеличение, а за время летних каникул некоторое снижение, основной прирост отмечается в первые два курса. Причем на младших курсах разница результатов между КГ и ЭГ увеличивается за счет большего прироста результатов ЭГ, а на старших курсах за счет ухудшения результатов в КГ и их сохранения в ЭГ.

4. В ходе апробации экспериментальной методики было определено, что уровень физической подготовленности в ЭГ значительно повышается за время обучения в вузе: так, разница результатов в беге на 1000 м между группами в начале обучения составляет 1,1 %, а к концу четвертого курса уже 8,4 % ( $p < 0,01$ ). Результаты функциональных показателей в ЭГ также значительно превосходят результаты в КГ к концу эксперимента: так, разница результатов в тесте «ЧСС в покое» за время эксперимента увеличива-

ется с 0,4 до 12,8 % ( $p < 0,01$ ). За время обучения студентов на кафедре физической культуры было зафиксировано, что умственная работоспособность (продуктивность мышления в тесте Э. Ландольта) в ЭГ возрастает на 7,6 % ( $p < 0,05$ ), а стрессоустойчивость (в тесте А. Элиса) – на 16,2 % ( $p < 0,01$ ), в то время как в КГ сохраняется практически на исходном уровне.

Таким образом, процесс физического воспитания, организованный с применением разработанной модели, основанный на лыжной подготовке и направленный на формирование профессионального здоровья, обеспечивает существенный прирост специальных физических качеств и функциональных показателей (физический статус профессионального здоровья). Принимая во внимание тот факт, что психологический статус профессионального здоровья в ЭГ также изменяется в положительную сторону, можно утверждать о значительном повышении уровня профессионального здоровья студентов вуза.

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

Основываясь на результатах проведенного исследования, мы разработали ряд рекомендаций по организации учебно-тренировочного процесса с применением данной модели, реализация которых позволит более эффективно формировать профессиональное здоровье студентов вуза.

1. Систематический контроль уровня физической подготовленности и физического развития в рамках стандартной системы мониторинга физического здоровья студентов дает возможность выявить недостатки либо преимущества выбранной системы физических упражнений, что позволяет рекомендовать данную систему контроля для широкого применения в учебных заведениях различного уровня и профиля.

2. Применение в образовательном процессе студентов вуза разработанной модели, основанной на принципе спортизации с применением средств и методов лыжной подготовки и включающей в себя познавательное, технико-методическое, адаптационное, эмоционально-рациональное направления подготовки, способствует успешному выполнению основных задач физического воспитания, а также успешному формированию профессионального здоровья на стадии обучения в вузе.

3. Разработанную модель рекомендуется реализовывать на протяжении четырех лет обучения в вузе. Процесс физического воспитания должен включать достаточное количество самостоятельных занятий, которые выполняются в форме домашнего задания и носят рекомендательный характер.

4. Модель организации процесса физического воспитания, направленная на формирование профессионального здоровья, должна реализовываться с применением технологии проблемного обучения, обеспечивающей переход студентов от занятий под полным контролем преподавателя к самостоятельной организации тренировочного процесса и успешному использованию освоенных средств и методов на протяжении всей жизни.

## СПИСОК ОСНОВНЫХ РАБОТ, ОПУБЛИКОВАННЫХ ПО ТЕМЕ ДИССЕРТАЦИОННОГО ИССЛЕДОВАНИЯ

### Статьи в рецензируемых журналах и изданиях

1. **Власов Е. А.** Влияние занятий физической культурой оздоровительной направленности на показатели физического развития студентов вузов / Е. А. Власов, В. Ю. Лебединский // Вестник Иркутского государственного технического университета. – 2011. – № 11(58). – С. 331–336.

2. Мониторинг физического здоровья студентов технического вуза / **Е. А. Власов**, Э. Г. Шпорин, М. М. Колокольцев, В. Ю. Лебединский // Вестник Иркутского государственного технического университета. – 2012. – № 6 (65). – С. 274–282.

3. **Власов Е. А.** Мониторинг физической подготовленности студентов основной группы здоровья (мужского отделения) НИ ИрГТУ / Е. А. Власов, В. Ю. Лебединский, Э. Г. Шпорин // Вестник КГПУ им. В. П. Астафьева. – 2012. – №3 (21). – С. 51–55.

4. **Власов Е. А.** Совершенствование системы физического воспитания студентов с использованием средств лыжной подготовки / Е. А. Власов, В. Ю. Лебединский // Вестник Иркутского государственного технического университета. – 2013. – № 3(74). – С. 163–168.

5. **Власов Е. А.** Организация учебного процесса по дисциплине «Физическая культура» с использованием современных средств контроля ЧСС у студентов / Е. А. Власов, М. М. Колокольцев, В. Ю. Лебединский // Теория и практика физической культуры. – 2014. – № 6. – С. 7–9.

6. **Власов Е. А.** Формирование психологического статуса профессионального здоровья студентов в процессе физического воспитания в вузе / Е. А. Власов, Е. В. Воробьева // Спортивный психолог. – 2015. – № 3(38). – С. 86–90.

### Статьи в сборниках научных трудов и конференций

1. **Власов Е. А.** Влияние дополнительных занятий лыжным спортом на уровень здоровья студентов вузов / Е. А. Власов, А. В. Вайнер-Кротов // Сборник материалов X Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в системе образования» (14–16 декабря 2007 г.). – Красноярск : Изд-во СФУ, 2007. – С. 156–158.

2. **Власов Е. А.** Возможность применения средств лыжной подготовки в целях укрепления здоровья студентов вузов / Е. А. Власов // Материалы международной научно-практической конференции «Современные проблемы физической культуры и спорта» (24–25 апреля 2008 г.). – СПб. : Изд-во СПбНИИФК, 2008. – Т. 2. – С. 87–89.

3. **Власов Е. А.** Должный и фактический уровень физической подготовленности студентов вузов основной группы мужского отделения / Е. А. Власов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции памяти В. С. Пирусского (20–21 ноября 2008 г.). – Томск : Изд-во ТГУ, 2008. – С. 86–89.

4. **Власов Е. А.** Исследование уровня физической подготовленности студентов ИрГТУ основной группы мужского отделения / Е. А. Власов //



Материалы круглого стола «Инновационные технологии сохранения здоровья учащихся и студентов» (2–5 декабря 2009 г.). – Иркутск : Изд-во ИГУ, 2009. – С. 58–61.

5. **Власов Е. А.** Мониторинг физической подготовленности в системе физического воспитания студентов вузов / Е. А. Власов, Л. Ф. Наталевич // Сборник материалов XIII Всероссийской научно-практической конференции «Физическая культура и спорт в системе образования» (22–24 апреля 2011 г.). – Красноярск : Изд-во СФУ, 2011. – С. 448–452.

6. **Власов Е. А.** Мониторинг физического развития и физической подготовленности студентов основной группы здоровья (мужского состава) НИ ИрГТУ / Е. А. Власов // Современные проблемы и инновационные технологии в развитии физической культуры и спорта : материалы Международной научно-практической конференции «Восток – Россия – Запад», посвященная 350-летию города Иркутска (13–14 сентября 2011 г.). – Иркутск : Аспринт, 2011. – Т. 2. – С. 16–19.

7. **Власов Е. А.** Лыжные гонки как средство физического воспитания студенческой молодежи / Е. А. Власов // Современные проблемы и инновационные технологии в развитии физической культуры и спорта, Материалы Международной научно-практической конференции «Восток – Россия – Запад», посвященная 350-летию города Иркутска (13–14 сентября 2011 год). – Иркутск : Аспринт, 2011. – Т. 3. – С. 130–132.

8. **Власов Е. А.** Педагогические, психологические и медико-биологические аспекты физической культуры и спорта / Е. А. Власов, Г. А. Тишкин // Материалы международной научно-практической конференции «Совершенствование боевой и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений силовых ведомств» (7–8 июня 2012 г.). – Иркутск : Изд-во ВСИ МВД РФ, 2012. – Т. 2. – С. 103–105.

9. **Власов Е. А.** Применение стандартной системы мониторинга физического здоровья студентов в рамках биологического сопровождения медико-адаптивной физической культуры / Е. А. Власов // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Адаптивная физическая культура и адаптивный спорт в современных условиях: результаты, проблемы, приоритеты развития» (13–14 декабря 2012 г.). – Иркутск : Мегапринт, 2012. – Т. 2. – С. 32–35.

10. Марактаева Т. А. Изучение позитивной мотивации занятий спортом у студентов ИрГТУ / Т. А. Марактаева, **Е. А. Власов** // Международная научная школа психологии и педагогики. – 2014. – № 6. – С. 85–86.

11. Шульга М. А. Исследование взаимосвязи антропометрических показателей и некоторых тестов, определяющих физическую подготовленность / М. А. Шульга, **Е. А. Власов** // Материалы IV студенческой заочной Международной научной конференции «Физическая культура и спорт – основа здоровья нации» (27–29 апреля 2015 г.). – Иркутск : Изд-во ИРНИТУ, 2015. – Т. 2. – С. 355–359.

12. Полковников А. Е. Мотивация студентов ИРНИТУ к занятиям физическими упражнениями на 2 и 4 курсах / А. Е. Полковников, **Е. А. Власов** // Физическая культура, спорт и здоровье «ВИРТУАЛЬ-26». – Томск : LANFORT, 2015. – С. 98–101.

*Научное издание*

**Власов Евгений Анатольевич**

**ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ  
В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ**

Издательство Бурятского госуниверситета  
670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а  
e-mail: riobsu@gmail.com

Подписано в печать 12.10.2016. Формат 60×90 1/16  
Усл.-печ. л. 1,5. Тираж 100 экз. Заказ 213

Отпечатано в типографии Издательства ИГУ  
664003, г. Иркутск, бульвар Гагарина, 36