

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ, СПОРТА И ТУРИЗМА СРЕДИ СТУДЕНТОВ

А.К. Курманбай,

научный руководитель: Счастливецва И. В.

Юргинский технологический институт (филиал) Национального исследовательского

Томского политехнического университета

652055, Кемеровская обл., г. Юрга, ул. Ленинградская, 26

В современных условиях усиливается влияние на организм человека разнообразных факторов: социальных, технологических, экономических, психологических, и других. Их отрицательное влияние приводит не только к ухудшению состояния здоровья, но и снижает физический и умственный потенциал людей.

В условиях возрастания объема и интенсивности учебно–познавательной деятельности, укрепление и сохранение здоровья учащейся молодежи невозможны без физического воспитания.

Оздоровительная физическая культура, спорт, занимают видное место в профилактике, компенсации и коррекции последствий воздействия неблагоприятных факторов на здоровье учащейся молодежи. Физические нагрузки не только позволяют значительно уменьшить влияние отмеченных отрицательных факторов в физиологических системах организма, но повышают работоспособность[1].

Как биологическая потребность в движении, они служат обязательным условием формирования всех систем и функций организма человека. Кроме того, занятия физической культурой, спортом рассматриваются как часть культурной среды коллектива, как способы включения его членов в процессы общения и формирования личностных качеств учащихся.

Проблем формирования, укрепления и сохранения здоровья учащейся молодежи средствами физической культуры и спорта в условиях интенсификации образовательного процесса на современном этапе.

Основными факторами, существенно влияющими на здоровье человека, являются: –на 50% образ жизни (условия труда и быта, стресс, урбанизация, питание, вредные привычки); –на 20 % наследственность; –на 20% окружающая среда; –на 10% состояние системы здравоохранения, уровень развития физической культуры и спорта. В данное время очень значительно снижен объем двигательной активности среди студентов.

Изучая доступную и открытую литературу в интернете по результатам статистических исследований видим, что по показателю «Регулярные занятия физической культурой» Российская Федерация значительно отстает от развитых стран, где физическими упражнениями постоянно занимаются от 40% до 50% населения[2]. В России это показатель не превышает 15%.

Эти показатели на прямую связаны со студентами высших учебных заведений. Об этом свидетельствуют результаты, которые показывают, что из года в год снижается количество абитуриентов, имеющих хорошую физическую подготовку и крепкое здоровье.

Двигательная активность с оздоровительной направленностью рассматривается в настоящее время как главный, а подчас и единственный, способ формирования и поддержания здоровья.

Особое значение при этом приобретают проводимые учебными заведениями уроки физической культуры и непосредственно мероприятия, направленные на укрепление физического и психического здоровья учащейся молодежи, обеспечение здорового образа жизни и хорошего физического состояния.

Как правило особенно низкий уровень физической подготовленности и, как следствие здоровья, отмечается у студенческой молодежи. Поэтому образовательный процесс в высшей школе предполагает не только обучение и воспитание, но и оздоровление студентов с использованием всех средств физической подготовки, к которым относятся: упражнения направленные физические нагрузки; влияние окружающей среды (солнце, воздух и вода); занятия на секциях волейбола, бокса, плавания и многие другие.

В связи с важностью физической культуры в Российской Федерации на период до 2020 года определена значительная роль спорта в развитии человеческого потенциала страны. Спортивные победы успешно проведенных XXVII Всемирная летняя Универсиада 2013 году в Казани, XXII зимние Олим-

пийские игры в 2014 году в Сочи не только способствовали созданию положительного имиджа России на международной арене, но и увеличили количество спортивных клубов и секций для занятий спортом в вузах страны. И конечно интерес к спорту среди студентов, молодежи и школьников.

Это является положительной тенденцией, потому что именно на вузы возлагается немалая доля ответственности за сохранение и приумножение здоровья наиболее образованной части населения России. Физическая культура, спорт – основные составляющие здорового образа жизни, который становится сейчас все популярнее, и можно сказать, что он буквально входит в молодежную моду.

Туристы обычно меньше подвержены депрессии, тревожности и напряженности. Они становятся более собранными, уверенными в себе, доброжелательными, терпимыми к недостаткам других. Пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный туризм для студентов – способ активного отдыха, увлекательное занятие, возможность общения.

Для педагогов он – средство глубже познать своих воспитанников и активнее повлиять на их развитие, привить им здоровый образ жизни

Цели высших учебных заведений: –содействие улучшению здоровья участников образовательного процесса путем совершенствования здоровьесберегающей и здоровьесформирующей деятельности образовательных организаций высшего образования; –формирование среди студентов и профессорско–преподавательского состава ценностей здорового образа жизни; –обобщение и распространения передового опыта образовательных организаций по формированию здорового образа жизни как фактора повышения качества подготовки специалистов.

Литература.

1. Кабачков В. А., Полиевский С. А. Профессионально-прикладная физическая подготовка учащихся в средних ПТУ: Метод. пособие. - М.: Высшая школа, 1982. – 176 с.
2. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения. – 2-е изд. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2005. – 304 с.
3. Климов Е.А., Развивающийся человек в мире профессий, Обнинск: Принтер, 1993. — 57 с.
4. Манжелей И.В. Инновации в физическом воспитании: учебное пособие. - Тюмень: Издательство Тюменского государственного университета, 2010. – 144 с

РАЗРАБОТКА ОПТИМАЛЬНЫХ УСЛОВИЙ КОМПСТИРОВАНИЯ ОТХОДОВ ДЛЯ ПОЛУЧЕНИЯ БИОУДОБРЕНИЯ

*М.Л. Лесина, магистрант 1 курса, гр. ХТм-115,
научный руководитель: Игнатова А.Ю.*

*Кузбасский государственный технический университет им. Т. Ф. Горбачева, г. Кемерово
650055, г. Кемерово, ул. Сибиряков-Гвардейцев, 14
E-mail: blaze08@yandex.ru*

Одной из многочисленных экологических проблем современной цивилизации является утилизация отходов производства и потребления, в том числе осадков сточных вод (ОСВ) городских очистных сооружений. ОСВ практически полностью хранятся на территориях очистных сооружений, что превращает их в очаг бактериологической и токсикологической опасности.

В тоже время ОСВ перспективно использовать в сельском хозяйстве. ОСВ содержит 5,1 % азота, 1,6 % фосфора, 0,4 % калия. Доступность этого азота для сельскохозяйственных культур составляет 50-85% , а фосфора – 20-100% (по сравнению с суперфосфатом). Таким образом, ОСВ по содержанию этих элементов не уступает навозу. Однако, в ОСВ содержатся патогенные организмы и токсичные элементы. Поэтому использование его в не переработанном виде недопустимо.

Перспективно готовить компосты из смеси ОСВ с влагопоглощающими органосодержащими материалами (например, опилки, лигнин, кора, солома злаковых культур), которые также являются массовыми отходами сельского хозяйства, деревообрабатывающей промышленности. [1, 2, 3]

Полученные компосты можно применять для удобрения земель, отводимых под посадки древесно-кустарниковых насаждений, питомников, парков; под долголетние культурные сенокосно-пастбищные угодья; под технические культуры, а также на паровые поля и при рекультивации земель. Компост может быть использован для рекультивации нарушенных земель в лесохозяйственных