

В результате анализа материала можно сделать выводы, что уровень повседневной двигательной активности студентов имеет значительные индивидуальные различия. Индивидуальная потребность в движении обладает относительной устойчивостью и формируется как двигательный стереотип. Диапазон, в котором колеблется уровень двигательной активности у студентов определяется состоянием здоровья, условиями жизни и той потребностью в движениях, которая была сформирована в предшествующие годы.

### Список использованной литературы

1. **Анохин, П. К.** Очерки по физиологии функциональных систем / П. К. Анохин. – М. : Медицина, 1975. – 447 с.
2. **Артамонов, В. Н.** Исследование влияния некоторых средств физической культуры на гемодинамику студентов, имеющих повышенное артериальное давление / В. Н. Артамонов, И. П. Данченко // Проблемы умственного труда / под ред. В. Э. Нагорного. – М. : Моск. ун-т, 1971. – Вып. 6. – 1983. – С. 86–91.
3. **Баевский, Р. М.** Временная организация функций и адаптационно-приспособительная деятельность организма / Р. М. Баевский // Теоретические и прикладные аспекты анализа временной организации биосистем / АН СССР, Ин-т эволюц. морфологии и экологии животных им. А. М. Северцова. – М. : Наука, 1976. – С. 88–111.
4. **Баевский, Р. М.** Особенности регулирования сердечного ритма при умственной работе / Р. М. Баевский, В. И. Кудрявцева // Физиология человека. – 1975. – № 2. – С. 17–21.
5. **Кончиц, Н. С.** Двигательная активность учащихся и ее нормирование / Н. С. Кончиц, Т. Н. Васильева, М. С. Гончарова ; М-во образования и науки РФ, Новосиб. гос. пед. ун-т. – Новосибирск : Реклам.-издат. фирма «Новосибирск», 2017. – 140 с.

УДК 796,01:61

**Т. Ф. Торба** (tanay15@yandex.ru),  
преподаватель

**О. А. Науменко** (tanay15@yandex.ru),  
преподаватель

**Д. А. Плешкунов** (puntus.1992@mail.ru),  
преподаватель

Гомельский государственный технический  
университет имени П. О. Сухого  
г. Гомель, Республика Беларусь

### ДИНАМИКА И ОСОБЕННОСТИ ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ СТУДЕНТОВ УО «ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ТЕХНИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ П. О. СУХОГО»

Здоровье – одно из обязательных условий полноценного выполнения человеком своих социальных, профессиональных, функций. Проблема здоровья студентов оказалась особенно актуальной в характерных для текущего периода сложных социальных и экономических условиях. Забота о здоровье студентов есть важнейшая задача в деле подготовки специалистов.

Health is one of the mandatory conditions for a person to fully perform his social, professional, functions. The problem of students' health has proved particularly relevant in the difficult social and economic conditions characteristic of the current period. Care for the health of students is the most important task in the field of training specialists.

*Ключевые слова:* здоровье; физическая культура; специальное учебное отделение.

*Key words:* health; physical culture; special education Department.

Здоровье молодежи относится к приоритетным направлениям государственной политики в сфере образования. Вследствие этого задачей государства, общества, высшего учебного заведения является сохранение и укрепление здоровья студентов. Студент – это особая производственно-профессиональная группа. Для них характерны специфические условия труда и жизни: повышенный уровень риска заболеваний в связи со значительной психоэмоциональной, умст-

венной нагрузкой и необходимостью адаптации к созданным вновь условиям обучения и проживания.

Из года в год повышается процент больных студентов первого курса и составляет от 20 до 60%. Более того, у каждого больного студента имеются как минимум две патологии. Фактически до 80% первокурсников нуждаются в лечении. Проведенные многолетние исследования выявили устойчивую отрицательную динамику в состоянии здоровья студентов технического университета. Изучение структуры заболеваемости необходимо для выявления основных нозологических форм заболеваний, наиболее часто встречающихся у студентов, тенденций в их развитии для определения показаний и противопоказаний к занятиям физическими упражнениями.

Основным критерием благополучия общества является состояние здоровья населения. Во всех цивилизованных странах здоровье нации признается важнейшей социальной ценностью, характеризующей уровень социального развития страны. Проблема укрепления здоровья населения является одной из приоритетных в деятельности государственной власти [1–3].

Неблагоприятная экологическая и экономическая обстановка, нерациональная организация питания, учебы, отдыха, наличие вредных привычек (курение, употребление алкоголя и наркотиков), ограниченные возможности для занятий физической культурой и спортом, низкая двигательная активность – все это приводит к ухудшению состояния здоровья учащихся и студентов в республике. С каждым годом растет число обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительному и специальному учебным отделениям [1; 2; 4].

В современных условиях увеличивается социальная значимость высшего образования, обеспечивающего профессиональный уровень подготовки молодежи по индивидуальным возможностям и запросам. Хорошее здоровье необходимо студентам как ресурс душевных и физических сил для будущей работы по сохранению и укреплению здоровья [1; 2; 5].

Проводя статистическую обработку данных медпункта и справок ВКК (врачебно-консультационной комиссии) был проведен анализ заболеваемости студентов первого курса УО «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого» за последние четыре учебных года (таблица).

**Данные медпункта и справок ВКК по заболеваемости студентов первого курса  
УО «Гомельский государственный технический университет имени П. О. Сухого»**

Учебный год	Всего студентов	Имеют заболевания	Процентное отношение	Два и более заболевания	Процентное отношение
2015–2016	466	158	34	72	15
2016–2017	498	212	43	116	23
2017–2018	476	260	55	161	34
2018–2019	476	329	73	187	39

В целом отмечается увеличение количества студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья. Если в 2015–2016 учебном году из 466 человек отклонения в состоянии здоровья имели 158 человек, что составляло 34%, то в 2018–2019 учебном году из 476 человек – уже 329 человек, или 73% соответственно. А количество студентов, имеющих два и более заболеваний, увеличилось с 15% в 2015–2016 учебном году до 39%, т. е. более чем в два раза.

Как видно из таблицы, количество студентов, имеющих заболевания, увеличилось более чем в два раза.

Хотелось бы обратить внимание и на тот факт, что в текущем учебном году на первый курс зачислено шесть студентов-инвалидов (инвалидов с детства).

Полученные данные свидетельствуют о том, что с каждым годом увеличивается численность студентов, имеющих различные нарушения в состоянии здоровья, и заболевания, с которыми нам как педагогам приходится сталкиваться, все более сложные, что требует индивидуального подхода к каждому студенту. Учебный процесс направлен не только на оздоровление студенческой молодежи, но и на коррекцию здоровья в целом.

Так же следует отметить, что увеличилась численность студентов, по состоянию здоровья отнесенных к подготовительной группе. Если в 2017–2018 учебном году численность студен-

тов, отнесенных к этой группе, составляла 26% от общего количества студентов с первого по четвертый курс, то в 2018–2019 учебном году она составила 34% (рисунки 1 и 2).

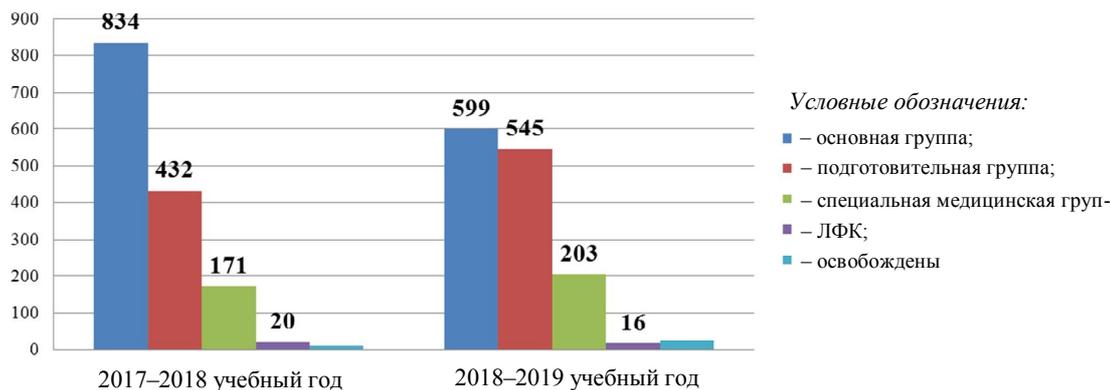


Рисунок 1 – Распределения студентов по группам

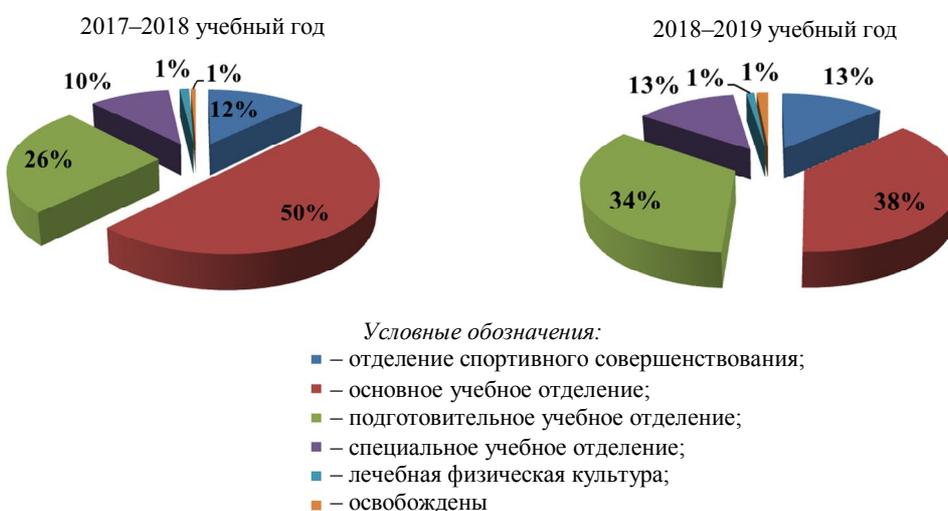


Рисунок 2 – Распределение студентов по отделениям

Анализируя состав по нозологическим формам, отметим, что на первом месте находятся заболевания опорно-двигательного аппарата, на втором – сердечно-сосудистой системы, на третьем – органов зрения (аномалии рефракции).

Особенностью всех нозологических форм заболеваний является то, что все виды отклонений в состоянии здоровья, которые наблюдаются у студентов-первокурсников, имеют тенденцию к увеличению. Так, с 2009 г. эта цифра увеличилась по следующим заболеваниям:

- опорно-двигательного аппарата – на 30%;
- сердечно-сосудистой системы (малые аномалии развития сердца, пролапс митрального клапана, пороки сердца, артериальная гипертензия) – на 15%;
- аномалии рефракции (миопия, спазм аккомодации, астигматизм) – на 10%;
- нервной системы (нейроциркулярная дистония, судорожные синдромы) – на 9%;
- эндокринной системы (аутоимунный тиреоидит, зоб, ожирение) – на 8%;
- ЛОР-органов (тонзиллиты, фарингиты, отиты) – на 5%.

Из вышеизложенного следует, что за годы учебы численность студентов с отклонениями в состоянии здоровья динамично растет. Изучение структуры заболеваемости необходимо для выявления основных нозологических форм заболеваний, наиболее часто встречающихся у студентов, тенденций в их развитии с целью определения показаний и противопоказаний к занятиям физическими упражнениями. Увеличение количества студентов, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата и частое прогрессирование данного заболевания, свидетельствуют о том, что проблема требует более пристального внимания.

Сохранение здоровья актуально в студенческом возрасте, так как здоровье студентов определяется особенностями этого периода в их жизни. Студенческая среда относится к ситуации-

ям повышенных требований, психических нагрузок и перегрузок. Именно в этот период формируется будущий профессионал, состояние психического здоровья которого непосредственно влияет на успешность деятельности и стиль жизни в целом и таким образом приобретает высоко общественное значение [3; 4].

Хорошее здоровье необходимо студентам как ресурс душевных и физических сил для реализации себя в будущей профессии.

В целях совершенствования работы по укреплению здоровья студентов и улучшению их физического развития необходимо исходить из признания того, что только совокупные действия таких условий воспитания, как здоровье сберегающего образовательного пространства, влияние личности воспитателя и его деятельности, эффективная организация социального развития, личностное и социально-ролевое общение, активная творческая деятельность воспитуемых может дать положительный воспитательный эффект и способствовать сохранению физического, нравственного и духовного здоровья [3–5].

### Список использованной литературы

1. **Типовая** учебная программа для высших учебных заведений по физической культуре / М-во образования Респ. Беларусь ; сост. В. А. Коледа [и др.]. – Минск : РИВШ, 2008. – 59 с.
2. **Фурманов, А. Г.** Оздоровительная физическая культура : учеб. / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск : Тесей, 2003. – 528 с.
3. **Коледа, В. А.** Особенности физического воспитания школьников и студентов Гомельского региона / В. А. Коледа, В. А. Медведев. – Гомель : ГГУ, 1999. – 214 с.
4. **Каляда, В. А.** Фізічнае выхаванне студэнтаў. Інтэграваны характар і этапнасць / В. А. Каляда // Народ. асвета. – 1999. – № 10. – С. 137–144.
5. **Колос, В. М.** Оздоровительная физическая культура учащихся и студентов : учеб. пособие / В. М. Колос. – Минск : БГУИР, 2001. – 154 с.

УДК 796,01:61

**В. А. Тырлова** (puntus.1992@mail.ru),  
преподаватель

**Т. Ф. Торба** (tanay15@yandex.ru),  
преподаватель

**В. В. Бображ** (puntus.1992@mail.ru),  
преподаватель

*Гомельский государственный технический  
университет имени П. О. Сухого  
г. Гомель, Республика Беларусь*

### ИЗМЕНЕНИЕ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ С ПОМОЩЬЮ СПЕЦИАЛЬНЫХ КОМПЛЕКСОВ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

В работе говорится о том, что современная молодежь очень мало времени уделяет своему здоровью, не ходит пешком, не делает зарядку, не занимается спортом. Многие молодые люди не понимают, что здоровый образ жизни – это залог их здоровья. По результатам медосмотров, проводимых среди студентов университетов, наблюдается общая тенденция ухудшения состояния здоровья. Проблема здоровья молодежи является одной из актуальных проблем современной жизни. В работе отображен педагогический эксперимент со студентами первого курса специального медицинского отделения (СМО) и дополнительные контрольные нормативы для групп специального учебного отделения с оценочной шкалой для определения физической подготовленности.

The work says that modern youth devotes very little time to their health, do not walk, do not exercise, do not play sports. Many young people do not understand that a healthy lifestyle is the key to their health. According to the results of medical examinations conducted among university students, there is a general tendency to worsen health status. The problem of youth health is one of the urgent problems of modern life. The work shows a pedagogical experiment with first-year students of a special medical department and additional control standards with an assessment scale for determining physical fitness.

*Ключевые слова:* физическая подготовленность; уровень физического развития; двигательная активность; студенты; педагогический эксперимент.

*Key words:* physical fitness; level of physical development; physical activity; students; pedagogical experiment.