



**СТАН ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК
СТУДЕНТІВ I-II КУРСІВ ВІДДІЛЕННЯ З ПІДГОТОВКИ МОЛОДШИХ
СПЕЦІАЛІСТІВ ВП НУБІП УКРАЇНИ
„НІЖИНСЬКИЙ АГРОТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ” ТА ШЛЯХИ ЇХ
ПОКРАЩЕННЯ**

Д.О. ХОМЕНКО,
викладач фізичного виховання ВП НУБіП України
«Ніжинський агротехнічний інститут», м. Ніжин, Україна

В статті висвітлені результати медичного огляду студентів I-II курсів відділення з підготовки молодших спеціалістів Ніжинського агротехнічного інституту. За даними обстеження проведений аналіз стану здоров'я та фізичного розвитку студентів. Запропоновані шляхи покращення даних показників.

Ключові слова: стан здоров'я, фізичний розвиток, студенти.



Постановка проблеми

У Національній доктрині розвитку освіти України у ХХІ столітті зазначено: „пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідного ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих – як до найвищих суспільних та індивідуальних цінностей” [5].

У нинішніх умовах спостерігається стійке погіршення стану здоров'я та фізичного розвитку студентської молоді. Прослідковується загальне збільшення кількості серцево-судинних захворювань, погіршення функціональних резервів організму, системне порушення постави, наявність різних вад опорно-рухового апарату, зниження рівня фізичної підготовленості тощо [2].

Тому розробка освітньо-виховних, здоров'язбережувальних та здоров'яформувальних технологій у фізичному вихованні студентів нині стала важливою складовою майже всіх сучасних педагогічних інноваційних технологій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Стан здоров'я студентів та шляхи його покращення постійно знаходяться в центрі уваги великої групи вчених та практиків, які працюють у системі вищої освіти – Г.Л. Апанасенко, О.Д. Дубогай, С.М. Канішевський, С.І. Присяжнюк, Р.Т. Раєвський, Л.П. Сущенко, та ін. [1, 3, 4, 6]

Особливу увагу привертає здоров'я та фізичний стан студентів аграрних вищих навчальних закладів. Ці представники молоді складають значну частину студентського контингенту країни. Після завершення своєї освіти вони покликані виконувати провідні функції у сільському господарстві, для чого необхідно мати високий рівень фізичної надійності та готовності. Разом з тим наукові дані показують, що цей рівень у більшості випускників аграрних ВНЗ не відповідає сучасним вимогам.

За даними досліджень до 60 % випускників технічних вищих навчальних закладів України сьогодні не готові працювати з тією інтенсивністю та продуктивністю, які необхідні у ринкових відносинах у зв'язку з низьким рівнем стану здоров'я і фізичної підготовленості [4, 6].

Дослідження О.Д. Дубогай, Л.П. Сущенко, Г.Л. Апанасенка, О.В. Вакуленко, Н.Н. Завидівської, В.Ю. Волкова, Д.Н. Давиденка, Ю.В. Новицького, М.М. Філіппова, В.П. Горащук, О.Г. Гладошук, Р.Т. Раєвського, С.М. Канішевського, С.І. Белих, А.Г. Рибковського, та ін. обґрунтовують важливу роль здорового способу життя (ЗСЖ) у вирішенні проблеми забезпечення здоров'я і фізичної готовності до активної життєдіяльності учнів і студентів, залученню їх до здорового способу життя.

Мета та завдання дослідження

Метою даної статті є вивчення стану здоров'я та рівня фізичного розвитку студентів першого та другого курсів відділення з підготовки молодших спеціалістів ВП НУБіП України „Ніжинський агротехнічний інститут”.



Для досягнення мети були поставлені такі завдання:

1. Оцінити стан здоров'я студентів 1-2 курсів відділення з підготовки молодших спеціалістів.
2. Дослідити рівень фізичного розвитку студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. В кінці вересня 2011 року на кафедрі фізичного виховання Ніжинського агротехнічного інституту викладачами, фельдшером та лікарями міської поліклініки був проведений медичний огляд студентів. Було обстежено 253 студенти I-II курсу відділення з підготовки молодших спеціалістів. Із них юнаків було 184 (73 %) і дівчат 69 (27 %) у віці 15-17 років.

На підставі лікарського огляду, медичних карток та довідок 0/86У було здійснено аналіз стану здоров'я студентів та розподілено їх на медичні групи – основну, підготовчу та спеціальну.

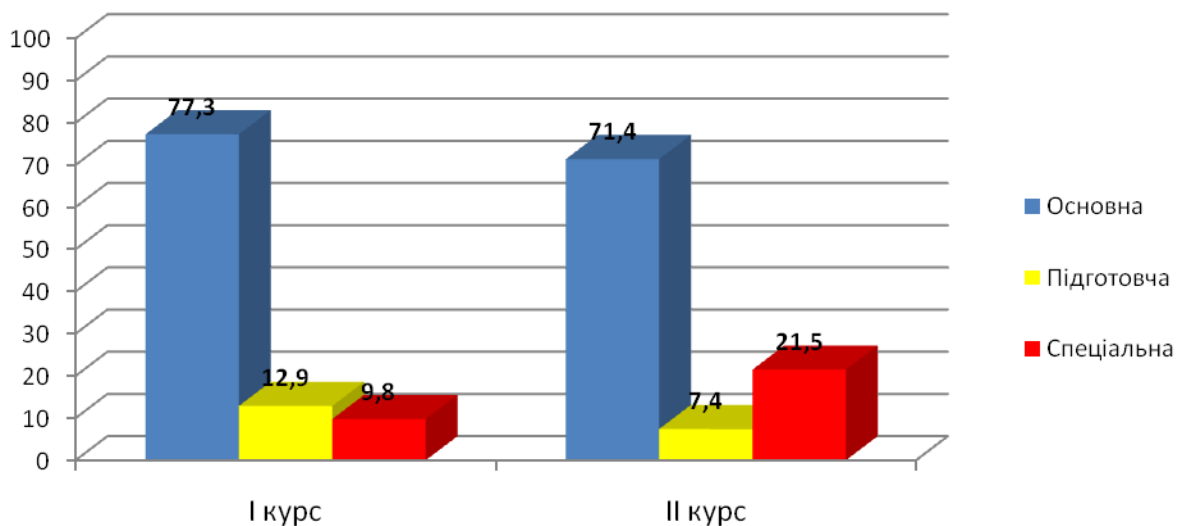


Рис. 1. Розподіл студентів на медичні групи

В результаті на I курсі до основної медичної групи було віднесено 77,3 % студентів, до підготовчої – 12,9 %, а до спеціальної – 9,4 %. На II курсі дані розподілились наступним чином: основна група – 71,4 %, підготовча – 7,4 %, спеціальна – 21,5 % (рис. 1).

Як бачимо, на період вступу до ВНЗ 77,3 % студентів мали нормальний стан здоров'я. В інших 22,7 % було зареєстровано різні хронічні захворювання. За рік навчання в інституті кількість студентів, які мають певні захворювання зросла майже на 6 %, а звільнених від основних занять фізичним вихованням зростає на 11,7 %. При цьому найчастіше виявлялись такі хвороби, як вегето-судинна дистонія по кардіологічному та гіпертонічному типу, пролапс мітрального клапану та захворювання опорно-рухового апарату. Відтак,



повільно продовжується тенденція погіршення стану здоров'я, фізичної підготовленості, функціональних резервів організму сучасної студентської молоді.

Наступним етапом нашого дослідження було визначення фізичного розвитку обстежуваних студентів. Фізичний розвиток є одним з компонентів фізичного здоров'я, який є фізіологічною основою фізичного і психологічного благополуччя молоді.

Під терміном „фізичний розвиток” розуміють стан морфологічних і функціональних властивостей і якостей, які лежать в основі визначення вікових особливостей, фізичної сили і витривалості організму. Оцінка фізичного розвитку підлітків визначається шляхом порівняння антропометричних ознак обстежуваних із середніми показниками віково-статевої групи. З морфологічних ознак фізичного розвитку ми визначали довжину та масу тіла, а також масо-ростовий індекс Кетле. З функціональних показників – частота серцевих скорочень (ЧСС), артеріальний тиск (АТ) та життєва ємність легень (ЖЕЛ).

Середній зріст досліджуваних юнаків, середній вік яких становив 15-16 років, складає 177 см і коливається від 160 до 192 см. У дівчат даної вікової категорії зріст знаходиться у межах 151-190 см, а середнє значення становить – 167 см. Середня маса тіла юнаків I-II курсів відділення з підготовки молодших спеціалістів становить 66 кг, а дівчат – 57 кг.

Про функціональний стан серцево-судинної системи свідчать показники ЧСС в стані спокою та АТ. Середня ЧСС в юнаків I та II курсів майже однакова і становить 80 уд./хв. У дівчат першого курсу цей показник дорівнює 77 уд./хв., а за рік навчання в інституті підвищується до 83 уд./хв.

Середнє значення ЧСС у стані спокою досліджуваних студентів відповідає вродженій частоті серцевих скорочень без нервової і гормональної стимуляції. Діапазон частоти пульсу мав досить значні коливання і склав від 49 до 122 уд./хв. У 13,3 % юнаків II курсу ЧСС була більше 100 уд./хв., що підвищує ризик розвитку серцево-судинних хвороб. Середнє значення АТ знаходилось у межах статево-вікової фізіологічної норми.

Таким чином, значення основних показників серцево-судинної системи у більшості досліджуваних відповідали фізіологічній нормі для підлітків даного віку.

Одним з важливих показників, що характеризує стан дихальної системи, є життєва ємність легень. Величина ЖЕЛ залежить від статі, віку, розміру тіла і стану тренуваності. Нормативні величини ЖЕЛ для старших підлітків представлені багатьма авторами. Ми для порівняння використовували дані А.Г. Хрипкової (1990). Аналіз ЖЕЛ у студентів відділення з підготовки молодших спеціалістів Ніжинського агротехнічного інституту виявив, що в юнаків I та II курсів, а також дівчат I курсу даний показник дещо перевищує вікову норму. Вийняток є лише студентки II курсу, в яких ЖЕЛ нижча за норму.



Наступним етапом нашого дослідження було визначення фізичного розвитку за допомогою масо-ростового індексу Кетле.

Індекс Кетле (ІК) визначається як відношення ваги тіла в грамах, до зросту в сантиметрах. В юнаків на першому та другому курсі ІК становив відповідно 364,7 та 378,5, а у дівчат – 345,5 та 333,2. Якщо порівняти ці дані з табличними нормативами, то можна зробити висновок, що студенти I курсу мають середній рівень фізичного розвитку, а II курсу – вище середнього. У досліджуваних студенток виявлено нижчий за середній рівень фізичного розвитку.

Висновки та перспективи подальших досліджень

Загалом отримані дані дозволяють зробити висновок про негативні тенденції у фізичному розвитку і зниження функціональних можливостей у студентів II курсу, що може негативно позначитися на успішності навчальної діяльності учнів і стані їх здоров'я. Відзначаємо негативну тенденцію до зростання кількості дітей, які мають різні відхилення у стані здоров'я. Найбільш поширеними хворобами є вегето-судинна дистонія по кардіологічному та гіпертонічному типу, пролапс мітрального клапану та захворювання опорно-рухового апарату.

Щодо рівня фізичного розвитку, то юнаки першого курсу мають середній рівень, а другого – вищий за середній. У дівчат обох курсів ситуація значно гірша. Вони мають нижчий за середній рівень фізичного розвитку.

Проте незважаючи на складну ситуацію з станом здоров'я та фізичного розвитку студентів відділення з підготовки молодших спеціалістів Ніжинського агротехнічного інституту, ми пропонуємо наступні шляхи їх покращення:

- встановлення основною метою фізичного виховання у вузі покращення здоров'я студентів, а не здача контрольних нормативів;
- підвищення культури здоров'я студентів, шляхом введення дисципліни „Валеологія та здоровий спосіб життя” на першому та другому курсах навчання;
- використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів.

Література

1. Апанасенко Г. Рівень здоров'я і фізіологічні резерви організму / Г. Апанасенко, Л. Долженко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2007. – № 1. – с. 17-21.
2. Грибан Г. Оцінка стану здоров'я студентів в навчальному процесі з фізичного виховання / Г. Грибан // Молода спортивна наука України. – Т. 4.– 2001.– С. 25-29.
3. Дубогай О.Д. Тенденції розвитку оцінювання фізкультурно-оздоровчих досягнень студентів / О.Д. Дубогай, М. Євтушок // Фізичне



виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. – Луцьк: ВНУ, 2008. – Т. 1. – С. 99-104.

4. Канишевский С.М. Здоровый образ жизни студенческой молодежи и его формирование в условиях ВУЗа / С.М. Канишевский, Р.Т. Раевский // Проблемы освіти: науково-методичний збірник. – К., 2006. – Вип. 48.– С. 6245.

5. Національна доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті, – К. : Шкільний світ, 2001. – 16 с.

6. Раевский Р.Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский. – О.: Наука и техника, 2008. – 553 с.

Состояние здоровья та физическое развитие студентов I-II курсов отделения с подготовки младших специалистов ОП НУБиП Украины «Нежинский агротехнический институт» и пути их улучшения

Хоменко Д.А.

В статье освещены результаты медицинского осмотра студентов I-II курсов отделения по подготовке младших специалистов Нежинского агротехнического института. По данным обследования проведен анализ состояния здоровья и физического развития студентов. Предложены пути улучшения данных показателей.

Ключевые слова: состояние здоровья, физическое развитие, студенты.

State of health and physical development of students of the 1st -2nd course of the department of preparation of young specialists of VP NUBiP “Nizhyn agricultural institute”

Khomenko D.O.

The article highlights the results of medical examination of students and II courses Office training junior specialists Nijinsky Agrotechnical Institute. According to the survey analysis of health and physical development of students. Suggested ways to improve these indicators.

Keywords: health, physical development, students.