

ИССЛЕДОВАНИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ СТУДЕНТОВ МГЭИ ИМ. А. Д. САХАРОВА БГУ КАК ОСНОВА ДЛЯ ЭФФЕКТИВНОСТИ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

О. Н. Онищук, М. М. Круталевич

*УО «Международный государственный экологический институт имени
А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета,
Минск, Республика Беларусь
olesyao1980@mail.ru*

В последнее время у лиц, поступивших в учреждения высшего образования, по данным медицинских осмотров зафиксировано значительное количество заболеваний, частоту встречаемости которых необходимо знать преподавателю физической культуры для подбора соответствующих средств и методов, используемых им на занятиях.

Recently at the persons which have come to institutions of higher education according to medical examinations significant amount of diseases which frequency of occurrence the teacher of physical culture needs to know for selection of the appropriate means and methods used by it on occupations is recorded.

Ключевые слова: студенты; заболеваемость; болезнь; физическая культура

Keywords: students; incidence; disease; physical culture

Развитие информационного общества привело к тому, что, с одной стороны, XXI век отличается доступностью различных технических средств (мобильные телефоны, компьютеры и т.п.), средств передвижения (автомобили, поездки на поездах, самолетах и др.), но, с другой стороны, привело к резкому снижению двигательной активности современных людей и наличию различных экологических проблем. Это способствовало снижению функциональных возможностей человека и росту различных заболеваний [1, 4]. Следовательно, ребенок, развиваясь в условиях вынужденной гиподинамии и экологически неблагоприятной среде, к студенческому возрасту имеет ряд отклонений в состоянии здоровья, которые необходимо учитывать при проведении занятий по физической культуре. Исходя из этого, поставлена цель исследования – изучить заболевания студентов 1 курса основного, подготовительного и специального учебных отделений учреждения образования «Международный государственный экологический институт имени А. Д. Сахарова» Белорусского государственного университета (МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ).

Для реализации поставленной цели проанализированы результаты медицинского осмотра студентов и сделано их распределение согласно Международной классификации болезней [2]. На начало 2017/2018 уч. г. на I курсе МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ насчитывалось 288 студентов. Из них только 46 человек (16 %), на основании представленных медицинских справок, не имели отклонений в состоянии здоровья.

В соответствии с рекомендациями врачей из всех студентов 122 человека (42 %) отнесены к основному учебному отделению; 99 человек (34 %) – к подготовительному; 59 человек (21 %) – к специальному; к группе лечебной физической культуры – 3 человека (1 %); освобождены от занятий по физической культуре – 5 человек (2 %).

Анализ результатов медицинского обследования показал, что у студентов основного и подготовительного учебных отделений частота встречаемости различных заболеваний распределена следующим образом (рисунок):

- болезни глаза и его придаточного аппарата (миопия и др.) – 47 % (93 человека);
- болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (сколиоз 1 ст. или сколиотическая осанка, плоскостопие, нарушение осанки) – 42 % (84 человека);
- болезни системы кровообращения (малые аномалии сердца и др.) – 29 % (57 человек);
- болезни органов дыхания (хронический тонзиллит) – 12 % (6 человек);
- болезни нервной системы (синдром вегетососудистая дистония и др.) – 9 % (18 человек);
- другие заболевания.

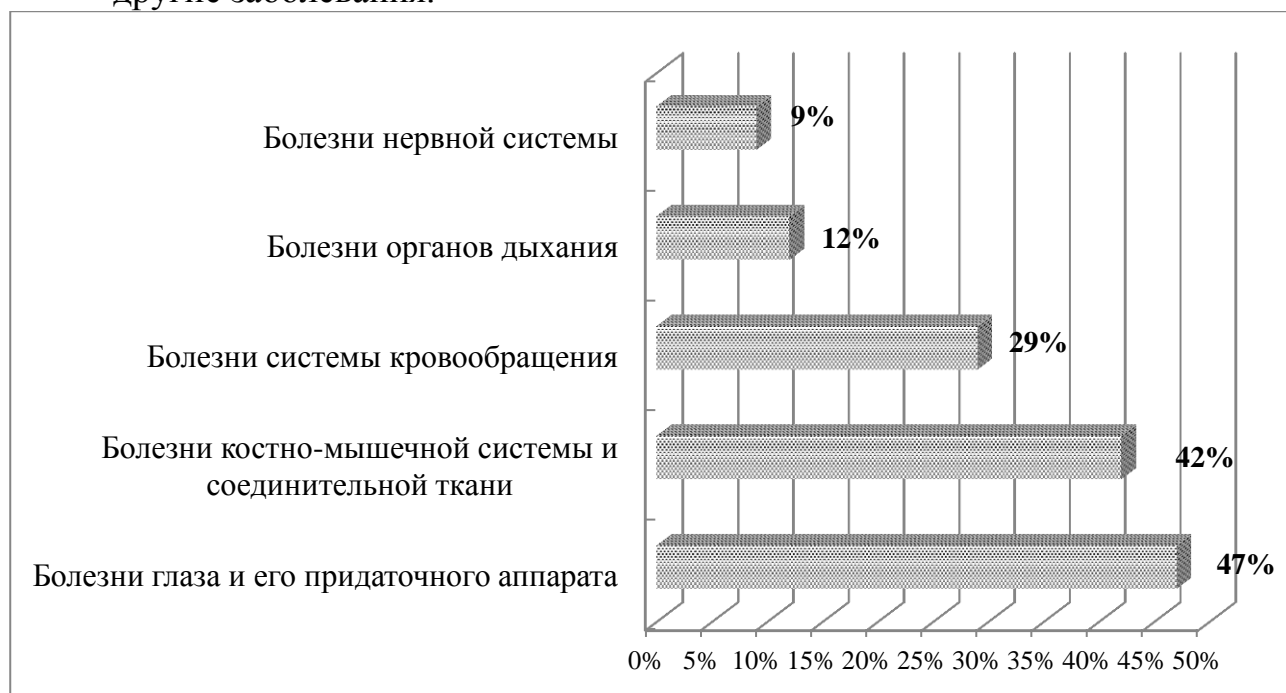


Рис. Частота встречаемости различных заболеваний студентов

Следует также отметить, что у студентов преимущественно подготовительного и специального учебных отделений отмечается по несколько различных заболеваний.

Из проведенных нами ранее исследований выявлены различные заболевания, имеющиеся у студентов специального учебного отделения (59 человек). Среди наиболее распространенных отмечены:

болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (преимущественно сколиоз) – 80 % (46 человек);

- болезни глаза и его придаточного аппарата (миопия и др.) – 61 % (36 человек);
- болезни системы кровообращения (малые аномалии сердца и др.) – 47 % (28 человек);
- болезни нервной системы (синдром вегетососудистая дистония и др.) – 29 % (17 человек).

Встречаются реже:

- болезни эндокринной системы, расстройства питания и нарушение обмена веществ (дисфункция зоба и др.) – 24 % (14 человек);
- болезни органов мочеполовой системы (нефропатия и др.) – 17 % (10 человек);
- болезни органов дыхания (хронический ринит) – 10 % (6 человек) и другие заболевания [3].

Таким образом, у большей части студентов I курса МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, как основного и подготовительного, так и специального учебных отделений наиболее часто встречаются болезни глаза и его придаточного аппарата, болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани, болезни системы кровообращения.

Для эффективного проведения занятий по физической культуре со студентами основного, подготовительного и специального учебных отделений следует подбирать упражнения, способствующие улучшению зрения (упражнения с предметами, мячом с акцентом на зрительное сопровождение) и нормализации правильной осанки (общеразвивающие упражнения, силовые упражнения для мышц спины, брюшного пресса и т. п.). Кроме того для улучшения состояния здоровья студентов необходима индивидуализация нагрузки, то есть при подборе физических упражнений и определении интенсивности их выполнения следует учитывать заболеваемость занимающихся.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. *Зайцева И. П.* Физическая культура для бакалавров. Критерии оценок : учеб. пособие. Ярославль : ЯрГУ, 2013. 196 с.
2. Международная классификация болезней. Режим доступа: http://khab03.ru/sites/default/files/field/attachments/mkb-10_1999.pdf. Дата доступа: 12.03.2018..
3. *Онищук О. Н., Круталевич М. М., Попова Г. В.* Заболевания студентов 1 курса МГЭИ им. А. Д. Сахарова БГУ, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе // Сахаровские чтения 2018 г. : экологические проблемы XXI века : материалы 18-й международной научной конференции, 17–18 мая 2018 г., г. Минск, Республика Беларусь: в 3 ч. / Междунар. гос. экол. ин-т им. А. Д. Сахарова Бел.гос. ун-та ; редкол.: А. Н. Батян [и др.]; под ред. д-ра ф.-м. н., проф. С. А. Маскевича, д-ра с.-х. н., проф. С. С. Позняка. Минск, 2018. Ч. 3. С. 250–252.
4. *Родькин О. И., Копица В. Н.* Охрана окружающей среды: учеб. пособие для учащихся учреждений, обеспечивающих получение проф.-техн. образования по спец. с/х профилю. Минск : Беларусь, 2010. 166 с.