

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ-МЕДИКОВ 1-Х КУРСОВ

И. В. Романов, С. А. Маслак

*Учреждение образования «Витебский государственный
ордена Дружбы народов медицинский университет»,
Витебск, Республика Беларусь
e-mail: thlonilya1980@gmail.com*

В статье представлены результаты исследования уровня физического здоровья первокурсников Витебского государственного медицинского университета. Цель данной работы состояла в сравнении уровня физического здоровья студентов-медиков 1-го курса набора 2022 года с уровнем физического здоровья студентов-медиков 1-го курса набора 1992 года. Проведенное исследование показало, что уровень физического здоровья студентов-медиков за последнее 30 лет незначительно снизился как у девушек, так и у юношей.

The article presents the results of a study of the level of physical health of first-year students of Vitebsk State Medical University. The purpose of this work was to compare the level of physical health of medical students of the 1st year of enrollment in 2022 with the level of physical health of medical students of the 1st year of enrollment in 1992. The study showed that the level of physical health of medical students over the past 30 years has slightly decreased in both girls and boys.

Ключевые слова: уровень физического здоровья; студент-медик; физическое воспитание.

Keywords: the level of physical health; medical student; physical education.

Введение. На современном этапе стремительного ритма жизни предъявляются повышенные требования к профессиональному мастерству в избранной профессии, а соответствовать этим требованиям возможно лишь при всестороннем гармоничном развитии, которое достигается путем повышения функциональных возможностей организма, совершенствования физических качеств. Современная программа обучения студентов становится сложнее, стремительно возрастает количество получаемой новой информации. Это делает учебную деятельность все более интенсивной и напряженной. Физическая культура и спорт являются одним из наиболее значимых факторов укрепления и сохранения здоровья. Регулярные занятия физическими упражнениями и спортом влияют на физическое развитие, функциональную подготовленность и состояние психики человека. Эти занятия могут быть использованы для коррекции показателей физического развития и телосложения, для акцентированного воспитания и совершенствования силы, быстроты, выносливости, гибкости, а также психических качеств личности. Следовательно, возрастает потребность в физических упражнениях с целью

сохранения и повышения работоспособности, активного отдыха на протяжении обучения в университете [2, 3].

Период обучения в учреждении высшего образования является основополагающим для формирования специалиста в выбранной им области. При этом наравне со специальными знаниями студенты получают в образовательном процессе университета обязательные фундаментальные знания и умения, в том числе и в области физической культуры. Это позволяет совершенствовать физическую подготовку студенческой молодежи и обеспечивать деятельность в интересах разностороннего физического развития, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. Высокий уровень физического здоровья (УФЗ) становится фундаментом для дальнейших достижений и результатов работы будущего специалиста в области медицины. Таким образом, можно без всякого преувеличения сказать, что высокий уровень физического здоровья для студентов является необходимым процессом их жизнедеятельности [1].

Цель исследования – сравнить уровень физического здоровья студентов-медиков I курса, поступивших на обучение в 2022 и 1992 гг.

Материалы и методы. Для достижения поставленной цели использовались следующие *методы исследования*: анализ научно-методической литературы, проведение контрольного тестирования для определения уровня физического здоровья, результаты антропометрии, метод индексов и функциональные пробы, математико-статистические методы.

В исследовании приняли участие студенты первых курсов основного и подготовительного отделения набора 2022 г. в количестве 86 человек (юноши $n = 37$ чел., девушки $n = 41$ чел.). Для проведения сравнительной характеристики уровня физического здоровья были взяты результаты проведенных исследований студентов первых курсов основного и подготовительного отделения набора 1992 года в количестве 83 человека (юноши $n=39$ чел., девушки $n=44$ чел.).

Результаты и обсуждение. В рамках первого исследования мы определили уровень физического здоровья (УФЗ) согласно требованиям типовой учебной программы «Физическая культура» (№ ТД-СГ. 014/тип.2008) у студентов основного и подготовительного учебных отделений.

Для решения поставленной задачи мы использовали очень простой, доступный и в то же время достоверный метод измерения уровня здоровья – экспресс-метод профессора Г. А. Апанасенко. Оценка уровня физического здоровья в баллах, полученная при использовании этого метода, полностью коррелирует с аэробной производительностью [1].

Для определения уровня физического здоровья УФЗ студентов был сделан замер следующих показателей: масса тела; рост; жизненная емкость легких (ЖЕЛ); сила кисти (ДМК); частота сердечных сокращений (ЧСС); артериальное давление систолическое (САД); также была проведена проба Мартинес-Кушелевского (20 приседаний за 30 с). Данные УФЗ были внесены и подсчитаны программой Microsoft Excel 2013. Результаты представлены в таблице 1.

Приведенные результаты показывают, что в целом уровень УФЗ студентов первых курсов набора 2022 г. ниже показателей студентов первокурсников набора 1992 г.

Таблица 1. – Сравнительная характеристика УФЗ студентов-первокурсников 1992 и 2022 гг., %

УФЗ	Юноши, 1992 г.	Юноши, 2022 г.	Девушки, 1992 г.	Девушки, 2022 г.
Низкий	4,42	8,7	10,26	11,2
Ниже среднего	27,27	32,5	13,8	17,95
Средней	54,98	46,11	35,75	41,09
Выше среднего	8,84	9,47	37,52	27,92
Высокий	4,2	3,22	2,47	1,84

В ходе сравнения УФЗ также было проведено второе исследование по распределению в учебные отделения (основное отделение (ОО), подготовительное отделение (ПО), специальное отделение (СО)) студентов-первокурсников 1992 и 2022 гг. Результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2. – Распределение студентов-первокурсников 1992 и 2022 гг. по учебным отделениям, %

Факультеты	Студенты					
	1992 г. (ОО)	2022 г. (ОО)	1992 г. (ПО)	2022 г. (ПО)	1992 г. (СО)	2022 г. (СО)
Лечебный	64,97	35,01	9,87	37,09	25,16	27,90
Фармацевтический	74,14	36,28	15,52	34,51	10,34	29,21
Стоматологический	–	34,00	–	38,00	–	28,00
Педиатрический	–	28,57	–	30,61	–	40,82

Результаты исследования показывают, что за 30 лет количество студентов основных учебных отделений уменьшилось приблизительно на 30 % в пользу подготовительного, на 20 % подготовительного в пользу специального отделения соответственно.

Заключение.

1. Таким образом, уровень физического здоровья студентов-медиков за последнее 30 лет незначительно снизился как у девушек, так и у юношей. Количество студентов основного учебного отделения уменьшилось приблизительно на 30 %, возросло количество студентов подготовительного отделения на 20 % и на 10 % – студентов специального отделения.

2. По результатам научных исследований можно сделать вывод о том, что произошло снижение количества студентов основного и подготовительного отделения. Причинами этого являются большая учебная нагрузка, снижение двигательной активности, нерациональное питание, слабая мотивированность, незаинтересованность в развитии культуры тела [4].

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЕ ССЫЛКИ

1. Оленская, Т. Л. Влияние уровня здоровья и физической подготовленности на рейтинг успеваемости студентов-медиков / Т. Л. Оленская, И. В. Романов, Ж. А. Позняк // Известия Тульского гос. ун-та. Физическая культура. Спорт. – 2021. – № 3. – С. 38–47.
2. Романов, И. В. Гувербол как инновационное средство в физическом воспитании студентов-медиков / И. В. Романов // Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов вузов : материалы междунар. науч.-практ. конф., Респ. Беларусь, Минск, 1–2 нояб. 2018 г. / Белорус. гос. ун-т ; редкол.: В. А. Коледа (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БГУ, 2018. – С. 225–229.
3. Романов, И. В. Определение уровня физической подготовленности студентов фармацевтического факультета / И. В. Романов, А. Г. Аксенцов // Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации : материалы 72-й науч. сес. сотр. ун-та 25–26 января 2017 г. Витебск / Витебск. гос. ордена Дружбы мед. ун-т ; редкол. А. Т. Щастный (гл. ред.) [и др.]. – Витебск : ВГМУ, 2017. – С.593–595.
4. Сравнительная характеристика уровня физического здоровья студентов / П. С. Васильков [и др.] // Актуальные проблемы профессионального образования в Республике Беларусь и за рубежом : материалы VIII Междунар. науч.-практ. конф., Витебск, 22 дек. 2020 г. / Витебский филиал УО ФПБ «Международный университет «МИТСО» ; редкол. : А. Л. Дединкин (гл. ред.) [и др.]. – Витебск, 2020. – С. 33–35.