

УДК 613.9:37.091.212(477)

В.В. Гаркуша, преп.

(Черниговский промышленно-экономический колледж, г. Чернигов)

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: СОСТОЯНИЕ И ТЕНДЕНЦИИ

Во время проведения исследования по изучению состояния здоровья студентов были проанализированы записи в журналах углубленного осмотра, учебных журналах 1913 студентов высших учебных заведений I-II уровней аккредитации г. Чернигова.

Анализируя информацию, мы определили часть здоровых студентов, которая составила всего 23%, а также структуру распределения на медицинские группы: к основной медицинской группе относится лишь 54% студентов, подготовительной – 20%, специальной – 17%, освобожденных – 9%.

Рассматривая структуру заболеваемости студентов необходимо отметить, что первое место составляют заболевания сердечно-сосудистой системы и желудочно-кишечного тракта (по 22% соответственно). 16,5% молодежи имеют заболевания эндокринной системы. Значительное количество студентов 12,8% имеют заболевания опорно-двигательного аппарата и органов зрения 11,1%. Заболевания органов дыхания имеют 6,6%, ЦНС – 4,7%, мочевыделительной системы – 3,5% и органов слуха – 1,3%.

Результаты опроса позволили определить уровень самооценки собственного здоровья, а именно: 34,4% молодежи оценивают его как отличное (имеют крепкое здоровье, болеют редко, не более 1 раза в год); 45,3% респондентов считают, что у них хорошее здоровье (чувствуют себя хорошо, болеют не более 4-х раз в год); 17,5% оценивают свое здоровье как удовлетворительное (имеют хронические заболевания), и остальные 2,8% оценивают свое здоровье как неудовлетворительное (у них слабое здоровье, часто пропускают занятия из-за болезни).

Установлено, что у исследуемых также недостаточно сформированы установки и ценностные ориентации на формирование здорового образа жизни. Результаты нашего исследования указывают на ухудшение состояния zdravotворческой функции, занятия по физическому воспитанию не обеспечивают прочной базы для формирования здоровья студента, подавляющая часть студентов (75%) не посещают спортивные секции или кружки. Также установлено, что проявления аддиктивного поведения часто имеют место среди данного контингента, а именно 43,4% студентов курят, 54% – употребляют алкогольные напитки, 3,5% – употребляют наркотические препараты. Все эти факторы не только наносят большой вред здоровью, но и являются причинами деградации личности.

Анализ литературных источников и результаты собственных исследований указывают на то, что состояние здоровья и уровень двигательной активности студентов находятся на низком уровне и с каждым годом ухудшается. Проблема сохранения здоровья детей в Украине на сегодня является проблемой сохранения нации.

УДК 37.015.3:796.012.1-057.874

О.В. Багинская, канд. пед. наук, доц.
(ЧНПУ имени Т. Г. Шевченко, г. Чернигов, Украина)

ВЛИЯНИЕ РАЗЛИЧНЫХ УРОВНЕЙ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ НА ПОКАЗАТЕЛИ СТАТОКИНЕТИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Поддержание равновесия – одно из важнейших условий жизнедеятельности человека. Знание особенностей формирования устойчивости вертикальной позы в онтогенезе – необходимое условие успешного обучения двигательным действиям, гармонического развития моторики детей (А.В. Грибанов, Е.А. Гусева, 2003). В исследованиях В.М. Болована, 2012 отмечается, что вертикальное положение тела при стоянии – это врожденный рефлекс и сформированный навык удержания равновесия. Следовательно, кроме генетических детерминант данного феномена существенное значение имеет и педагогический фактор, как основа для обеспечения оптимального уровня двигательной активности.

Нами было изучено влияние различных уровней двигательной активности на отдельные показатели способности младших школьников к удержанию равновесия в вертикальной позе. Было проведено экспериментальное исследование с использованием стабиланализатора компьютерного с биологической обратной связью «Стабилан-01». Определялись такие показатели: качество функции равновесия, нормированная площадь векторограммы, средняя линейная скорость, средняя угловая скорость, отношение между линейной и угловой скоростями.

Исследование проводилось в общеобразовательной школе №19 города Чернигова и Черниговском национальном педагогическом университете имени Т.Г. Шевченко в ноябре 2013 года. В них приняли участие 151 учащийся 1-4 классов. В результате предварительного исследования проведено распределение школьников в зависимости от уровня их двигательной активности на группы и дальнейшее лабораторное обследование. Большинство исследуемых детей имели средний и высокий уровень двигательной активности.