

Н.И. Волкова, ст. преп. (БГТУ, г. Минск)

**СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УРОВНЯ  
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ  
ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ**

Негативное влияние дефицита двигательной активности особенно выраженно влияет на студентов, отнесенных на занятиях по физической культуре к специальному учебному отделению (СУО), т.е. имеющих те или иные отклонения в состоянии здоровья. Сниженные адаптационные возможности организма в сочетании с отсутствием адекватных по характеру, объему и интенсивности специальных физических нагрузок, приводят к быстрому прогрессированию уже имеющихся заболеваний и появлению новых.

На сегодняшний день в нашем вузе к СУО относится 25% от общего числа студентов. Среди студентов 1 курса наиболее распространены заболевания опорно-двигательного аппарата (ОДА) (53,5%), сердечно-сосудистой системы (ССС) (39,1%) и органов зрения и слуха (37,6%). При этом от года к году увеличивается количество студентов, имеющих несколько патологий. В этом году на 1 курсе среди студентов СУО 70% имеют в анамнезе два и более заболевания, относящихся к различным нозологическим группам.

Оценка уровня физической подготовленности студентов 1 курса СУО показала, что большинство из них не выполняют даже минимальных специальных физических нагрузок. Так, при патологии ОДА к специальным относятся упражнения на силовую выносливость постуральных мышц. Однако результаты теста «Поднимание туловища из положения лежа на спине» показывают низкий уровень развития данного качества у студентов с патологией ОДА ( $39,9 \pm 10,56$  раз). При заболеваниях ССС специальными являются различные длительные физические нагрузки умеренной интенсивности, развивающие общую выносливость. Однако результат теста «Шестиминутный бег» ( $895,5 \pm 142,48$  м) в данной группе значительно ниже, чем у студентов с патологией ОДА ( $945,5 \pm 144,59$  м) и при заболеваниях органов зрения и слуха ( $945,25 \pm 134,6$  м). Поэтому, во избежание дальнейших негативных изменений в состоянии здоровья у студентов 1 курса СУО необходимо активизировать работу как над развитием необходимых физических качеств, так и над повышением осознанного отношения и мотивации к занятиям физической культурой.