

ИЭ (69%) и ЛХ (69%), а в 2023 учебном году у студентов факультетов ХТиТ (71,4%) и ИТ (70,9%).

Таблица 5 – Заболевания органов зрения

Фак-т \ Год	ИТ	ТОВ	ХТиТ	ИЭ	ПиМ	ЛХ	ЛИД
	%	%	%	%	%	%	%
2022	29,8	29,4	25	31	32,1	44,8	21,1
2023	18,2	28,1	22,9	45,2	17,4	30	26,3
Разница	-11,6	-1,3	-2,1	+14,2	-14,7	-14,8	+5,2

Из данных таблицы 5 видно, что наивысший процент заболеваний органов зрения в 2022 учебном году наблюдался у студентов факультета ЛХ (44,8%), а в 2023 учебном году у студентов факультетов ИЭ (45,2%) и ЛХ (30%).

Своей деятельностью БГТУ способствует формированию у студентов мотивации к здоровому образу жизни: отказу от курения, пересмотру рациона и режима дня, повышению физической активности, профилактике стрессов и ведению паспорта здоровья. В настоящее время проводится мониторинг и комплексная оценка состояния здоровья студентов, разрабатываются и реализуются профилактические оздоровительные программы для студентов УВО.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бриленок, Н. Б. Здоровьесберегающая среда как условие формирования культуры здорового образа жизни студентов в системе вузовского обучения / Н. Б. Бриленок // Актуальные вопросы физического воспитания молодежи и студенческого спорта : Сборник трудов Всероссийской научно-практической конференции, Саратов, 14–15 мая 2021 года. – Саратов: Издательство «Саратовский источник», 2021. – С. 171–175.

УДК 796.012.116-057.87

Т. В. Козлова, ст. преп.
(БГТУ, Минск)

ОПРЕДЕЛЕНИЕ СИЛОВОГО ИНДЕКСА У СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО УНИВЕРСИТЕТА

Физическое здоровье – важный фактор гармоничного развития студенческой молодежи. Оно характеризуется не только способностью адаптироваться к различным факторам окружающей среды, но и уровнем физического развития и приспособленностью к нагрузкам различного характера. Здоровье определяет успешность освоения

профессии, эффективность будущей профессиональной деятельности и общее благополучие жизни студента [1].

Определение показателей силового индекса (СИ) проводилось у студентов специальной медицинской группы (СМГ) 1–3 курсов на всех факультетах учреждения образования «Белорусский государственный технологический университет» (БГТУ). В исследовании приняли участие 708 студентов, из них 320 юношей и 388 девушек. Изучение показателей СИ у студентов СМГ являлось наиболее подходящим для определения их развития силы мышц рук. Для определения показателей мышечной силы рук был применен расчет СИ, который оценивался по 10-балльной шкале [2, 3].

В таблицах 1–3 представлены средние показатели СИ студентов СМГ 1–3 курсов всех факультетов БГТУ.

Таблица 1 – Средние показатели СИ студентов СМГ 1 курса всех факультетов БГТУ (n=215)

Факультет	Вес	Динамометрия		Силовой индекс	
		Правая	Левая	Результат	Оценка
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	
Девушки (n=115)					
ИТ	59,46±10,03	21,33±5,87	17,79±6,52	33,13±10,23	1
ТОВ	61,05±9,94	19,95±5,34	17,05±4,86	30,41±6,60	1
ХТиТ	61,00±4,88	20,00±4,27	18,00±4,08	31,22±6,41	1
ИЭ	55,05±6,86	19,70±5,25	15,75±5,33	31,83±6,05	1
ПиМ	56,38±14,96	18,23±4,57	16,31±3,97	31,43±8,09	1
ЛХ	59,22±14,40	23,44±5,92	20,78±8,15	39,05±15,62	2
ЛИД	55,00±4,24	20,50±0,71	16,00±5,66	33,45±7,08	1
Юноши (n=100)					
ИТ	73,40±15,98	36,00±6,97	29,72±7,61	45,81±9,89	1
ТОВ	72,76±13,65	35,12±7,80	27,88±8,16	43,99±10,25	1
ХТиТ	72,37±16,25	41,11±5,23	37,47±6,51	56,23±11,44	2
ИЭ	71,00±8,03	30,80±10,83	27,40±10,62	41,77±16,67	1
ПиМ	71,25±12,02	32,13±10,97	29,38±11,45	42,33±10,70	1
ЛХ	69,50±4,84	42,20±4,80	39,10±6,31	58,72±8,04	3
ЛИД	72,19±12,30	38,81±8,13	34,44±8,04	51,12±10,11	1

Из данных таблицы 1 видно, что у всех студентов СМГ 1 курса показатели СИ ниже нормы. Наилучшие показатели СИ у девушек на факультетах ЛХ (39,05±15,62) и ЛИД (33,45±7,08), у юношей на факультетах ЛХ (58,72±8,04) и ХТиТ (56,23±11,44).

Данные таблицы 2 показывают, что у всех студентов СМГ 2 курса показатели СИ так же, как и на 1 курсе ниже нормы. Наилуч-

шие показатели СИ у девушек на факультетах ИТ (36,33±8,61) и ЛИД (36,19±9,01), у юношей на факультетах ЛХ (55,28±6,39) и ИЭ (51,54±11,94).

Таблица 2 – Средние показатели СИ студентов СМГ 2 курса всех факультетов БГТУ (n=270)

Факультет Т	Вес	Динамометрия		Силовой индекс	
		Правая	Левая	Результат	Оцен- ка
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	
Девушки (n=147)					
ИТ	57,38±10,02	21,63±5,28	19,46±4,45	36,33±8,61	1
ТОВ	58,24±11,06	20,18±4,80	17,27±4,61	32,56±6,45	1
ХТиТ	59,46±10,27	21,51±4,35	18,23±3,77	33,96±7,11	1
ИЭ	57,58±7,90	20,63±5,25	17,00±4,40	32,90±6,54	1
ПиМ	60,20±15,03	21,33±6,69	18,87±5,87	34,01±9,83	1
ЛХ	60,31±7,27	20,15±4,26	17,85±4,18	31,94±8,34	1
ЛИД	57,13±6,69	23,13±7,34	18,75±5,65	36,19±9,01	1
Юноши (n=123)					
ИТ	76,22±14,11	36,03±6,78	33,00±7,31	46,73±11,71	1
ТОВ	78,31±13,26	36,19±8,57	33,06±9,56	45,61±13,68	1
ХТиТ	79,05±15,90	41,76±6,66	36,62±6,81	50,85±9,91	1
ИЭ	72,55±8,87	38,55±7,30	35,00±6,32	51,54±11,94	1
ПиМ	76,00±18,32	38,60±6,88	33,40±3,85	49,01±10,71	1
ЛХ	80,90±16,71	46,90±7,95	41,60±7,31	55,28±6,39	1
ЛИД	78,29±15,20	41,00±9,10	37,17±10,70	50,84±12,69	1

Таблица 3 – Средние показатели СИ студентов СМГ 3 курса всех факультетов БГТУ (n=223)

Факультет	Вес	Динамометрия		Силовой индекс	
		Правая	Левая	Результат	Оценка
	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	$\bar{X} \pm \sigma$	
Девушки (n=126)					
ИТ	58,41±10,95	21,12±4,48	17,29±4,07	33,23±6,43	1
ТОВ	65,32±11,94	20,70±5,95	17,84±5,69	29,70±7,32	1
ХТиТ	59,86±10,47	20,19±5,78	18,48±6,02	32,73±10,35	1
ИЭ	58,18±7,45	20,18±5,45	17,18±3,96	32,42±7,06	1
ПиМ	63,10±10,80	23,10±5,93	19,20±4,24	33,44±5,05	1
ЛХ	61,35±14,74	21,59±3,87	17,76±3,40	32,86±5,99	1
ЛИД	62,71±5,99	22,71±4,96	17,71±4,19	32,39±7,37	1
Юноши (n=97)					
ИТ	75,81±15,16	39,67±6,41	34,90±6,20	50,35±10,02	1
ТОВ	74,50±12,04	40,21±6,44	35,50±5,71	51,74±10,12	1
ХТиТ	73,58±12,65	39,47±7,69	35,63±8,02	52,77±14,25	1
ИЭ	83,73±16,98	37,55±10,56	36,73±8,15	45,42±11,49	1
ПиМ	87,50±26,61	37,50±12,48	30,25±11,27	39,44±10,38	1
ЛХ	76,30±11,50	42,30±8,73	36,70±6,93	52,18±6,39	1
ЛИД	77,00±14,41	41,78±10,65	34,94±9,56	49,88±10,30	1

Данные таблицы 3 показывают, что у всех студентов СМГ 3 курса показатели СИ ниже нормы, как и на 1 и 2 курсах. Наилучшие показатели СИ у девушек на факультетах ПиМ ($33,44 \pm 5,05$) и ИТ ($33,23 \pm 6,43$), у юношей на факультетах ЛХ ($55,28 \pm 6,39$) и ИЭ ($51,54 \pm 11,94$). Динамика показателей СИ у исследуемых студентов практически отсутствовала (наблюдались лишь незначительные улучшения), у всех студентов 1–3 курсов СМГ БГТУ показатели СИ составили ниже нормы. Это говорит о том, что для повышения эффективности физического воспитания в учреждении высшего образования необходимы новые методики и разнообразные упражнения на всех курсах, а также большее внимание к индивидуальной работе со студентами СМГ. Каждая возрастная группа имеет определенные анатомо-физиологические особенности, которые необходимо учитывать в методах и формах укрепления здоровья, связанных с организацией быта, ухода, воспитания, питания, организации образовательного процесса, мер профилактики заболеваний и физического воспитания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Индексная оценка физического развития и её взаимозависимость от антропометрических показателей у студентов различных функциональных групп здоровья / В. Ю. Лебединский [и др.] // Сибирский медицинский журнал (Иркутск). – 2017. – Т. 150, № 3. – С. 26–29.

2. Козлова, Т.В. Оценка силового индекса мышц кисти методом динамометрии у студентов специального учебного отделения за период обучения в учреждении высшего образования / Т.В. Козлова // Дополнительные материалы X Междунар. науч. конф. студ. и молодых ученых «Университетский спорт: здоровье и процветание нации»: материалы конференции / Министерство спорта Российской Федерации; Международная ассоциация университетов физической культуры и спорта; Сибирский государственный университет физической культуры и спорта; при содействии Министерства по делам молодежи, физической культуры и спорта Омской области; редкол.: Н. В. Колмогорова, Т. П. Берсенева, Т. П. Бакурова, Л. Г. Черепкина, К. Ю. Симона. – Омск: СибГУФК, 2021. – С. 75.

3. Физическая культура: учебная программа учреждения высшего образования для студентов специального учебного отделения факультета информационных технологий для спец.: 1-40 05 01 "Информационные системы и технологии", 1-98 01 03 "Программное обеспечение информационной безопасности мобильных систем", 1-40 01 01 "Программное обеспечение информационных технологий", 1-47 01 02 "Дизайн электронных и веб-изданий" / сост.: Т. В. Козлова. – Минск: БГТУ, 2023. – 150 с.