

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ДИНАМИКИ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ БГТУ 1 КУРСА ЗА ПЕРИОД С 2017 ПО 2024 ГОД

В Белорусском государственном технологическом университете (БГТУ) занятия по физической культуре проводятся на протяжении трех курсов (шесть семестров) для студентов факультетов ИЭ, ИТ, ЛХ, ХТиТ, ПиМ, ЛИД и ТОВ (за исключением специальностей БТ и ТЛП). На этих специальностях обучение длится пять лет, а физическая культура изучается в течение восьми семестров, за исключением выпускного курса.

Все студенты, поступившие на первый курс в любой белорусский университет, обязательно проходят медицинский осмотр в специализированной студенческой поликлинике, цель которого оценить показатели здоровья обучающихся и определить группу, в которой они будут заниматься физической культурой в соответствии со своим медицинским статусом.

Существует четыре медицинские группы: основная, в которую зачисляются студенты, не имеющие хронических заболеваний и противопоказаний для занятий физической культурой и спортом, подготовительная – ее присваивают студентам, имеющим незначительные отклонения в состоянии здоровья, специальная – в нее зачисляются студенты с диагностированными хроническими заболеваниями, которым разрешены занятия физическими упражнениями с ограничениями по нагрузкам в соответствии с нозологией заболевания, группа ЛФК предназначена для студентов с серьезными патологиями, которые либо освобождены от занятий физической культурой, либо занимаются лечебной физической культурой под руководством соответствующего специалиста в учреждениях здравоохранения. Обязательные занятия физической культурой и спортом для всех студентов проводятся минимум 2 раза в неделю по расписанию учебных занятий в течение первых трех лет обучения в университете.

На протяжении многих лет мы ежегодно анализируем данные о состоянии здоровья студентов, обучающихся в нашем университете, и отслеживаем динамику наполняемости групп, в которые распределяются студенты по медицинским показаниям для занятий физической культурой и спортом на всех этапах обучения; проводим исследования

уровня развития и состояния адаптационных систем организма занимающихся, как важнейших показателей состояния здоровья; оцениваем статистику заболеваемости студентов по нозологиям; изучаем динамику показателей физического развития, функциональной и физической подготовленности.

В данной работе мы приведем данные, которые могут стать своеобразной отправной точкой для оценки динамики показателей здоровья студентов университета. Специальная медицинская группа (СМГ) включает студентов с временными или постоянными отклонениями в состоянии здоровья, которые требуют ограничения физических нагрузок и индивидуального подхода к коррекции их состояния.

В последние годы наблюдается тенденция ухудшения здоровья студенческой молодежи, что привлекает внимание специалистов к вопросам физического воспитания. Особую тревогу вызывает рост числа студентов, отнесенных к СМГ.

Рассмотрим динамику изменения количества студентов, отнесенных к СМГ, в БГТУ за период с 2017 по 2024 год.

В 2017/2018 учебном году из 1509 первокурсников к специальной медицинской группе, ЛФК и освобожденным от практических занятий по физической культуре было отнесено 275 человек (18,2%).

Таблица 1 – Информация о распределении студентов по состоянию здоровья на группы по физической культуре студентов 1 курса в 2017/2018 учебном году

Факультеты	ОГ+ПГ	%	ГСС	%	ЛФК	%	Осв.	%	СМГ	%	Всего
ХТиТ	227	80,2	15	5,3	–	–	4	1,4	37	13,1	283
ТОВ	237	72,0	33	10	1	0,3	–	–	58	17,7	329
ТТЛП	119	76,8	15	9,6	1	0,7	–	–	20	12,9	155
ЛХ	115	71,9	16	10	1	0,6	–	–	28	17,5	160
ПиМ	99	74,4	7	5,2	1	0,8	1	0,8	25	18,8	133
ИТ	209	72,8	29	10,1	8	2,8	1	0,4	40	13,9	287
ИЭ	102	63,0	11	6,8	2	1,2	–	–	47	29,0	162
Итого:	1108	73,4	126	8,4	14	0,9	6	0,4	255	16,9	1509
СМГ, ЛФК, освобожденные от практических занятий					275			18,2%			

В 2020/2021 учебном году из 1449 первокурсников к основной группе относились 455 студентов (31,4%), к подготовительной – 699 (48,2%), а к группам для студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья – 295 (20,4%).

В текущем учебном году распределение первокурсников по группам выглядит следующим образом (таблица 2):

- основная группа – 554 человека (39,4%);
- подготовительная группа – 610 человек (43,4%);

- СМГ – 201 человек (14,3%);
- лечебная физкультура (ЛФК) – 30 человек (2,1%);
- освобожденные от физических нагрузок – 12 человек (0,8%).

Таблица 2 – Информация о распределении студентов по состоянию здоровья на группы по физической культуре студентов 1 курса в 2024/2025 учебном году

Факультеты	ОГ	%	ПГ	%	ЛФК	%	Осв.	%	СМГ	%	Всего
ХТиТ	103	36,9	128	45,9	5	1,8	–	–	43	15,4	279
ТОВ	100	45,4	84	38,2	7	3,2	2	0,9	27	12,3	220
ЛИД	57	35,4	78	48,4	3	1,9	–	–	23	14,3	161
ЛХ	74	48,4	53	34,6	4	2,6	5	3,3	17	11,1	153
ПиМ	37	32,2	52	45,2	2	1,7	–	–	24	20,9	115
ИТ	110	36,2	136	44,7	5	1,6	3	1,0	50	16,5	304
ИЭ	73	41,7	79	45,1	4	2,3	2	1,2	17	9,7	175
Итого:	554	39,4	610	43,4	30	2,1	12	0,8	201	14,3	1407
СМГ, ЛФК, освобожденные от практических занятий					243			17,2%			

Таким образом, за последние годы количество студентов, отнесенных к СМГ, несколько снизилось и остается ниже общереспубликанских показателей (в среднем по стране – около 30%). Однако доля студентов основной группы, хотя и увеличилась, все еще остается низкой (менее 50%).

Анализ распределения по факультетам показал, что в 2020/2021 учебном году наибольший процент студентов, отнесенных к СМГ, был на факультете ИТ (25,8%), а наименьший – на ЛХ (10,8%). При этом на ЛХ также зафиксирован наибольший процент студентов основной группы (40,4%).

В текущем учебном году лучшие показатели демонстрирует факультет ИЭ: здесь наименьшее число студентов, отнесенных к СМГ и освобожденных от нагрузок (13,2%), и наибольшее количество студентов основной и подготовительной групп (86,8%). Худшие показатели – на факультете ПиМ: 22,6% студентов отнесены к СМГ или освобождены от нагрузок, а доля основной и подготовительной групп составляет 77,4% (таблица 3).

Таблица 3 – Распределение студентов БГТУ по группам для занятий по физической культуре 2024/2025 учебный год

Факультет	Основная и подготовительная группа (%)	СМГ и освобождённые от физических нагрузок (%)
ИЭ	86,8	13,2
ЛИД	83,8	16,2
ТОВ	83,6	16,4
ХТиТ	82,8	17,2
ЛХ	83,0	17,0
ИТ	80,9	19,1
ПиМ	77,4	22,6

Студенческий возраст – это своего рода пограничный период между подростковым периодом и так называемой «взрослой жизнью», тот период, когда мы еще можем целенаправленно, создав в процессе обучения необходимые психолого-педагогические условия, повлиять на те факторы, которые способствуют формированию у обучающихся мотивационно-ценностного отношения к своему здоровью, здоровому образу жизни и двигательной активности.

Эффективность физического воспитания студентов СМГ напрямую зависит от методики и организации занятий. Правильный подбор средств и методов физической подготовки позволяет не только улучшить состояние здоровья, но и развить двигательные навыки, необходимые для будущей профессиональной деятельности. Для повышения качества занятий со студентами, имеющими отклонения в здоровье, на кафедре БГТУ разработан ряд методических пособий.

Важно отметить, что, несмотря на относительно низкий и снижающийся процент студентов, отнесенных к СМГ, в БГТУ остается значительное количество студентов подготовительной группы, что также требует повышенного внимания и разработки специальных подходов к их физическому воспитанию.

УДК 796.855

Н.И. Волкова, ст. преп. (БГТУ, г. Минск);
И.В. Болдышева, доц., канд. пед. наук
(БГУФК, г. Минск)

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ СТАТИЧЕСКОГО РАВНОВЕСИЯ НА ТРЕНИРОВКАХ ПО УШУ

В последние три десятилетия боевые искусства, сочетающие ударную технику и борцовские элементы, стали крайне популярны среди молодежи Беларуси и всего мира. Особое место среди них занимает ушу, чьи спортивные направления, несмотря на молодость, динамично развиваются. Количество стран, культивирующих эту дисциплину, растет, что приводит к увеличению числа высококлассных спортсменов на международной арене. Согласно данным МОК, ассоциации ушу созданы в более чем 150 странах, а интерес к этому виду единоборств продолжает усиливаться.

Рост конкуренции в ушу требует внедрения инновационных методов тренировок, соответствующих специфике спорта. Особое внимание уделяется технической подготовке, которая является основой соревновательных результатов. Однако возможности повышения эффективности за счет увеличения нагрузок ограничены, что актуализирует