

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ И ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ МЕДИЦИНСКОГО ВУЗА

Алтайский государственный медицинский университет, г. Барнаул

Вегнер П.Г., Дейс Д.А.

Научный руководитель: Воронцов П.Г., к.ф.н., доцент

ASSESSMENT OF PHYSICAL HEALTH AND MOTOR ACTIVITIES OF MEDICAL STUDENTS

Altai State Medical University, Barnaul

Wegner P.G., Deis D.A.

Scientific advisor: Vorontsov P.G., Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor

В тезисах научной статьи представлена проблема оценки физического здоровья и двигательной активности студентов медицинского вуза.

Ключевые слова: *двигательная активность, здоровье, студенты, осмотры, показатели.*

The abstract of the scientific article presents the problem of assessing the physical health and motor activity of medical students.

Key words: *motor activity, health, students, examinations, indicators.*

Введение

В последнее время наблюдается ухудшение состояния здоровья студенческой молодежи, которая постоянно нуждается в культуре двигательной активности. Поступление в медицинские вузы требует от студентов определенной сосредоточенности на выполнении специальных заданий, что приводит к психоэмоциональному напряжению [1].

Цель – оценка показателей физического здоровья студентов-медиков.

Основной текст и содержание

В медицинских вузах ведется постоянный мониторинг за состоянием здоровья обучающихся, который включал медицинские осмотры и флюорографическое обследование студентов всех курсов и факультетов. Осмотр проводился медицинскими комиссиями при студенческих поликлиниках. Преподаватели кафедры физической культуры ежегодно по результатам медицинских осмотров определяют допуск к спортивным занятиям и формируют физкультурные

группы (основная, подготовительная, специальная медицинская, спортивная и лечебная группы).

На протяжении всего периода обучения, преподавателями кафедры физической культуры осуществляется текущий контроль за занимающимися. В соответствии с нормативно-правовыми документами о порядке проведения производственной практики, а также на основании ежегодных приказов ректоров, студенты 1-5-6 курсов всех факультетов ежегодно, в течение весеннего семестра, проходят медицинские осмотры, с обязательным клинико-лабораторным обследованием и последующим оформлением «Личных медицинских книжек» государственного образца. Работающие в учреждениях здравоохранения студенты дополнительно проходят обследование по месту работы.

Субъективный мониторинг здоровья проводится путем анализа опросов и результатов анкетирования обучающихся, что так же дополняет картину состояния здоровья. Студенты специальной медицинской группы один раз в три месяца подтверждают свою группу здоровья у специалиста в области спортивной медицины.

Материалы и методы исследования

Анализ научной литературы и методы исследования физического развития.

Оценка физического здоровья и двигательной активности определяется следующими показателями:

- оценка соматического здоровья по Г.Л. Апанасенко;
- антропометрические показатели студентов (рост, вес, ЖЕЛ, экскурсия грудной клетки, динамометрия, ЧСС, АД, жизненный индекс, массово-ростовой показатель Кетле, силовой индекс, уровень физического развития и другие);
- специальные тесты и нормативы по физической культуре (бег 100 м, бег 3000 м, сгибание и разгибание рук в упоре лежа, складка ноги врозь, прыжок в длину с места, тест Купера и другие).

Выводы

- оценка двигательной активности позволяет планировать учебный процесс по физической культуре в вузе, как средство восстановления студентов-медиков;
- направлена на формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый стиль жизни, физическое совершенствование и самовоспитание, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями и спортом;

- позволяет студентам-медикам овладеть системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, качеств и свойств личности, самоопределение в физической культуре.

Список литературы

1. Сухинин А.А. Оценка показателя «физическое функционирование» у студентов-медиков. А.А. Сухинин, М.И. Богрова, Т.О. Чёрная. Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2017;8(2):285-288.