МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ,
МОЛОДЕЖИ И СПОРТА УКРАИНЫ
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ЛУГАНСКОЙ ОБЛГОСАДМИНИСТРАЦИИ
ГУ «ЛУГАНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
имени ТАРАСА ШЕВЧЕНКО»
ОЛИМПИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ ЛУГАНСКОГО
ОБЛАСТНОГО ОТДЕЛЕНИЯ НОК УКРАИНЫ

ОЛИМПИЙСКИЙ СПОРТ, ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА, ЗДОРОВЬЕ НАЦИИ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

В двух частях

Часть первая

Материалы
X международной научно-практической конференции

Луганск
2013

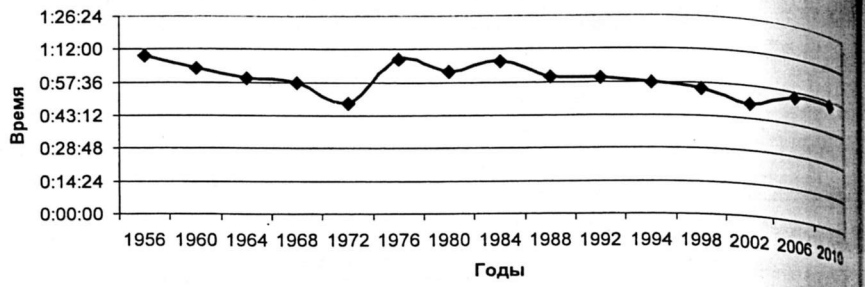

Рис.3. Динамика спортивного результата в женских эстафетных гонках в период с 1956 по 2010г.г.

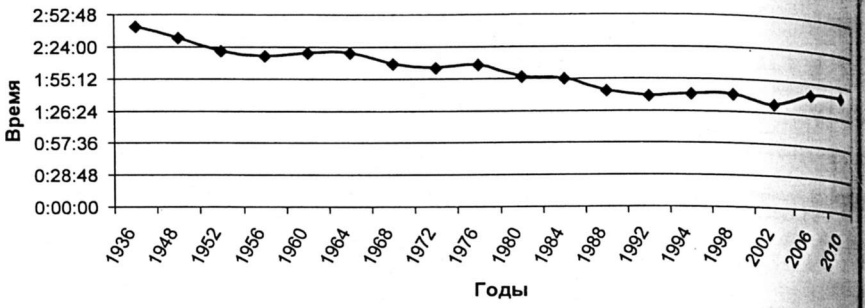

Рис. 4. Динамика спортивного результата в мужских эстафетных гонках в период с 1936 по 2010г.г.

ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ – КОМПЛЕКСНА СОЦІАЛЬНО-МЕДИЧНА ПРОБЛЕМА

Лігус Сергій Олексійович

Луганський національний університет імені Тараса Шевченка

Анотація. Лігус С.А. Здоров`я студентів – комплексна соціально – медична проблема. У роботі розглядається проблема формування та розвитку інтересу учнівської молоді до занять фізичним вихованням, наведені данні щодо проведеного аналізу стану здоров'я студентів 1 курсу факультету іноземних мов Луганського національного університету імені Тараса Шевченка, заснованого на розподілі студентів за медичними групами. На основі виконаної роботи були сформовані висновки та рекомендації щодо покращення загального фізичного стану студентів.

Ключові слова: студенти, здоров'я, стан, захворюваність.

Аннотация. Лігус С.А. Здоровье студентов – комплексная соціально-медицинская проблема. В работе рассматривается проблема формирования и развития интереса ученической молодежи к занятия физическим воспитанием, предоставлена информация о проведенном анализе о состоянии здоровья студентов 1 курса факультета иностранных языков Луганского национального университета имени Тараса Шевченко. Данное исследование основано на разделении студентов по медицинским группам. На основании проделанной работы были сформированы выводы и рекомендации по поводу улучшения общего физического состояния студентов.

Ключевые слова: студенты, здоровье, состояние, заболеваемость.

Постановка проблеми. За останні роки визначилась стійка тенденція росту кількості студентів з послабленим здоров'ям, у багатьох студентів відмічені початкові стадії захворювань, збільшується кількість студентів, що відносяться до спеціальної медичної групи [1]. Серед студентів зустрічається несерйозне відношення до особистої фізичної підготовки, небажання застосовувати засоби фізичної культури і спорту у повсякденному житті. Основними причинами такого відношення до занять фізичними вправами у

студентів є:зниження здоров'я студентів; шкідливі звички; нестача часу для підготовки до інших занять; немає бажання займатись фізичною культурою; немає умов для занять фізичною культурою [3]. Фізичне виховання у ВНЗ - це складний педагогічний процес, метою якого є формування фізичної культури особистості, здатного самостійно організовувати й вести здоровий спосіб життя. Це єдина навчальна дисципліна, яка вчить студентів зберігати та зміцнювати своє здоров'я, підвищувати рівень фізичної підготовленості, розвивати і удосконалювати життєво важливі фізичні якості та рухові дії [4].

Аналіз останніх досліджень і публікації: Аналіз науково-методичної спеціальної літератури показав, що нині проведена характеристика показників фізичної працездатності студентів університету; висвітлено шляхи оновлення фізичної культури та розглянуто структуру мотивів занять з метою її актуалізації [1,3,4]. На сьогоднішній день питання змісту фізичного виховання, спортивно-оздоровчої діяльності та їх спрямованості для оздоровлення студентів у вузах вивчені недостатньо. Система організації фізичного виховання у вузах не може ефективно забезпечити підвищення рівня фізичної підготовленості, здоров'я, мотивації студентів до занять фізичними вправами і спортом, сформувати професійно важливі психічні та психофізіологічні якості.У більшості студентів не сформована потреба до систематичних занять фізичними вправами [1,2].

Мета роботи: удосконалити організаційно- методичні основи фізичного виховання для оздоровлення студентів ВНЗ в процесі професійної підготовки.

Завдання роботи: перевірити ефективність запропонованої програми фізичного виховання для покращення здоров'я студентів ВНЗ.

Методи та організація дослідження:

Дослідження було проведено на базі ЛНУ імені Тараса Шевченка. В данному дослідженні брали участь студенти факультету іноземних мов, які пройшли медичний в період з 2010 по 2012 рік. У ході дослідження була проаналізована науково-методична література з теми статті, а також основні медичні документи. Таким чином, згідно стану здоров'я студентів ЛНУ імені

Тараса Шевченка, їх було розподілено на такі групи: студенти, віднесені до основної групи; студенти, віднесені до підготовчої групи; студенти, віднесені до спеціальної групи; студенти звільнених від занять фізичним вихованням.

Результати дослідження. За статистичними даними медичного обстеження студентів ЛНУ імені Тараса Шевченка, у встановлені дослідженням терміни, було виявлено, що збільшується кількість студентів, які віднесені до підготовчої групи та спеціальної медичної групи, також збільшується кількість студентів, які звільнені від занять фізичним вихованням.

У таблиці 1 наводяться дані розподілу першокурсників за навчальними відділеннями за три роки. Так у 2010 році пройшли медичне обстеження 240 студентів-першокурсників, з них основну групу склали 165 студентів, підготовчу групу – 17 студентів, спеціальну медичну групу – 50 студент, студентів звільнених від занять фізичною культурою було 9 осіб.

У 2011 році кількість студентів-першокурсників зменшилася. Медичне обстеження пройшло 180 студентів, з них основну групу склали – 119 студентів, підготовчу групу –11 студентів, спеціальну медичну групу – 42 студента, було звільнено від занять фізичним вихованням 8 студентів.

У 2012 році спостерігалася найбільша кількість студентів-першокурсників. З них пройшли медичне обстеження 259 студентів факультету іноземних мов. Основну групу склали – 168 студентів, підготовчу групу – 13 студентів, спеціальну медичну групу – 52 студентів і було звільнено від занять фізичною культурою 26 студентів.

Зробімо висновок, що в період з 2010 по 2012 роки визначилась стійка тенденція збільшення кількості студентів з послабленим здоров'ям, адже відсоток студентів звільнених від занять залишається високим, відсоток студентів,які належать до основної групи також неухильно зменшується.

Проаналізувавши у відсотках розподіл студентів по медичним групам, було виявилено, що до основної медичної групи у 2010 році відносилося 68,6% студентів, у 2008 році - 66,2 %,у 2012- 65%. Найбільший відсоток студентів, які відносили до складу основної медичної групи, спостерігається у 2010 році (рис. 1).

Кажучи про розподіл студентів до підготовчої медичної групи, бачимо, що у 2010 році до такої відносилося 6,9 % студентів, у 2011 році – 6,2%, у 2012 році – 5 %. Найбільший відсоток студентів, які входили до складу підготовчої медичної групи, спостерігається у 2010 році (рис. 2).

За даними таблиці № 1 розподіл студентів до спеціальної медичної групи у 2010 році - 20,8 %, у 2011році – 23 % та у 2012 році – 20 %. (рис. 3).

Найбільший відсоток студентів, які входили до складу осіб, звільнених від занять, спостерігається у 2012 році 10 (рис. 4).

Висновки:

Таким чином, уважно дослідивши данні дослідження фізичного стану студентів 1 курсу факультету іноземних мов ЛНУ імені Тараса Шевченка в період з 2010 по 2012 роки, зазначимо збільшення кількості студентів у спеціальній медичній групі та у медичній групі осіб, які цілковито звільнені від занять фізичного виховання. Такий негативний факт є константою, адже він спостерігається щороку у ЛНУ імені Тараса Шевченка, тому конче необхідно більше приділяти уваги до занять фізичним вихованням студентів.

Кажучи про шляхи поліпшення загального фізичного стану студентів, окрім регулярних занять фізичним вихованням, треба звернути на загальні рекомендації щодо здорового способу життя, наприклад принципи правильного та здорового способу життя по П.Бреггу

Перспективи подальших досліджень за темою данної статті полягають у розробці ефективних програм оздоровлення і покращення функціонального стану студентів перших курсів процесі самостійних занять фізичним вихованням, а також сприяння виробленню у студентів мотивації до занять фізичним вихованням.

Література

1. Долженко Л.П. Захворюваність і рухова активність студентів з різними рівнями соматичного здоров'я / Л.П. Долженко // Теорія та методика фіз. виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 21–24.

2. Грибан Г.П. Аналіз стану здоров'я студентів вищих навчальних закладів / Г.П. Грибан, Т.Б. Кутек // Спортивний вісник Придніпров'я – науково-теоретичний журнал Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – 2004. - № 7. – С. 130-132.

3. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Г.П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 594 с.

4. Ермакова Н.В. Здоровье студентов – комплексная социально-медицинская проблема / Н.В. Ермакова // Здоровье студентов: сб. тез. междунар. науч.-практ. конф. – М., 1999. – С. 13-14.

Таблиця 1

Медична група	Роки обстеження		
	2010	2011	2012
Основна група	165	119	168
%	68,6	66,2	65
Підготовча група	17	11	13
%	6,9	6,2	5
Спеціальна	50	42	52
%	20,8	23	20
Звільнені від занять	9	8	26
%	3,7	4,6	10
Всього пройшли мед.огляд	240	180	259

Таблиця 2