

| | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|------|------|------|-------|-----|-----|-------|
| Для плечевых суставов и кисти: | «Угол разгибания в плечевых суставах», градусы | 98,4 | 98,3 | 99,5 | 100,3 | 1,1 | 2,0 | <0,05 |
| | «Перевод палки», см | 16,5 | 16,6 | 16,1 | 15,9 | 0,4 | 0,7 | <0,05 |
| Для позвоночника | «Прогибание назад в упоре лежа», см | 17,2 | 17,3 | 16,9 | 16,8 | 0,3 | 0,5 | <0,05 |
| | «Мост», см | 14,0 | 14,3 | 12,5 | 12,4 | 1,5 | 1,9 | <0,05 |
| Для тазобедренных суставов: | «Шпагат с опоры», см | 46,3 | 46,0 | 50 | 50,4 | 3,7 | 2,4 | <0,05 |
| | «Шпагат лицом к опоре», см | 66,0 | 66,3 | 68 | 69,2 | 2,0 | 2,9 | <0,05 |

Заключение. Таким образом, можно отметить, что в конце педагогического эксперимента выявлено достоверное улучшение всех контрольных упражнений у гимнасток экспериментальной группы, по сравнению с контрольной группой. Положительная динамика тестов для оценки гибкости показывает состоятельность и эффективность разработанной нами методики.

1. Береснева, И.А. Особенности развития гибкости у художественных гимнасток 5–7 лет разных соматотипов / И.А. Береснева, К.А. Ефимова, А.Б. Юшин // Физической культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 6. – С. 36–39.

ДИАГНОСТИРОВАНИЕ ОЦЕНКИ ИНДЕКСА ЗДОРОВЬЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО СПЕЦИАЛЬНОСТЯМ НЕСПОРТИВНОГО ПРОФИЛЯ

Венкович Д.А.,

докторант УО «БГУФК», г. Минск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Полякова Т.Д., доктор пед. наук, профессор

Ключевые слова. Диагностирование, обучающиеся, оценка, индекс здоровья, педагогические специальности.

Keywords. Diagnosis, students, assessment, health index, pedagogical specialties.

На основании приказов Минздрава №1177 от 15.11.2018 г. «О показателях и индикаторах Целей устойчивого развития» [1] нами в рамках педагогического эксперимента был проведен анализ заболеваемости студенток КГ 1, КГ 2, КГ 3 и ЭГ 1, ЭГ 2, ЭГ 3 в течении 2020-2021 учебного года с целью определения уровня здоровья студенческой молодежи по индексу здоровья.

Контрольные группы в течении учебного года занимались по традиционной учебной программе «Физическая культура». Экспериментальные группы занимались по специально разработанному учебному модулю «Двигательная культура личности для подготовки к беременности».

Цель исследования – анализ оценки индекса здоровья обучающихся в учреждении образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова» (педагогического профиля).

Материал и методы. Материалом исследования является медицинское заключение по состоянию здоровья обучающихся в течении 2020-2021 учебного года. Методы исследования: анализ, обобщение и статистические методы обработки полученных результатов.

Результаты и их обсуждение. Индекс здоровья – это удельный вес лиц, не обращавшихся за медицинской помощью в связи с заболеванием или обострением хронического заболевания, от всех проживающих на территории.

Индекс здоровья (применительно к педагогическому эксперименту) – это удельный вес лиц, не болевших в течение учебного года, от общего количества студенток в контрольных и экспериментальных группах.

Экспериментальным путем нами получены достоверные данные в процентном соотношении индекса здоровья студенток контрольных и экспериментальных групп.

Анализ заболеваемости организованных групп показал снижение общей заболеваемости и заболеваемости острыми респираторными инфекциями (далее – ОРИ), гриппом и COVID-19 в экспериментальных группах (рисунок 1).

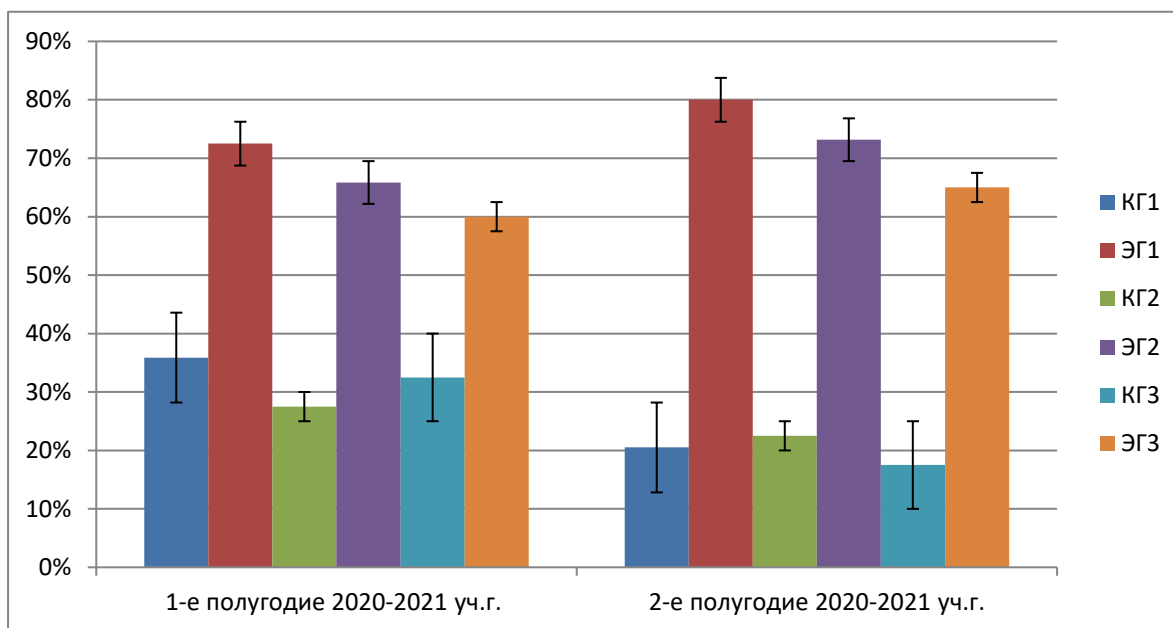


Рисунок 1 – Индекс здоровья обучающихся

Итак, показатель общей заболеваемости в КГ 1 по сравнению с ЭГ 1 показал, что в КГ 1 заболеваемость студенток на 51,99% выше по сравнению с ЭГ 1. Индекс здоровья в КГ 1 составил 20,51%, а в ЭГ 1 этот показатель выявлен на уровне 72,5%. В количественном показателе в КГ 1 8 студенток, что составляет 20,51% в течении учебного года не обращались за медицинской помощью, тогда как в ЭГ 1 29 студенток, а это 72,5% из 40 не болели за время педагогического эксперимента.

Среди КГ 2 9(22,5%) студенток чувствовали себя абсолютно здоровыми, а в ЭГ 2 этот показатель составил 27(65,85%) студенток. Таким образом, в КГ 2 уровень заболеваемости на 43,35% превышает заболеваемости студенток в ЭГ 2.

Уровень общей заболеваемости в КГ 3 составил 82,5%, а в ЭГ 3 этот показатель равен 35,0%. Следовательно, в КГ 3 уровень заболеваемости на 47,5% превышает по сравнению с ЭГ 3(таблица 1).

Таблица 1 – Индекс здоровья обучающихся основной, подготовительной и специальной медицинской группы

| Показатели | КГ 1 | ЭГ 1 | КГ 2 | ЭГ 2 | КГ 3 | ЭГ 3 |
|---|----------------|---------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
| Количество студентов в группе | 39 | 40 | 40 | 41 | 40 | 40 |
| Количество не болевших студентов за 1-е полугодие 2020-2021 уч. год | 14 (35,89%) | 29 (72,5%) | 11 (27,5%) | 27 (65,85%) | 13 (32,5%) | 24 (60,0%) |
| Индекс здоровья за 1-е полугодие 2020-2021 уч. год | 35,89% | 72,5% | 27,5% | 65,85% | 32,5% | 60,0% |
| Количество не болевших студентов за 2-е полугодие 2020-2021 уч. год | 8 | 32 | 9 | 30 | 7 | 26 |
| Индекс здоровья за 2-е полугодие 2020-2021 уч. год | 20,51% | 80,0% | 22,5% | 73,17% | 17,5% | 65% |
| Количество не болевших студентов за 2020-2021 уч. год | 8 | 29 | 9 | 27 | 7 | 26 |
| Индекс здоровья за 2020-2021 уч. год | 20,51% | 72,5% | 22,5% | 65,85% | 17,5% | 65% |

Заключение. Таким образом, при анализе состояния здоровья и заболеваемости обследованных студенток установлено, что наиболее здоровыми были обучающиеся ЭГ 1, ЭГ 2 и ЭГ 3. Достаточно хуже состояние здоровья диагностировалось у студенток КГ 1 и КГ 2, и негативная тенденция по состоянию здоровья наблюдалась у студенток КГ 3

Полученные данные позволяют говорить о том, что студентки, занимающиеся по учебному модулю «Двигательная культура личности для подготовки к беременности», а именно изучая теоретический и практический раздел более ответственно и осознанно заботятся о своем здоровье, что сказывается на общем индексе здоровья за период педагогических исследований.

1. «О показателях и индикаторах Целей устойчивого развития» На основании приказов Минздрава №1177 от 15.11.2018 г. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://stolincge.by/wp-content/uploads/2019/12/%D0%9F%D1%80%D0%B8%D0%BA-%D0%B0%D0%B7-%D0%9C%D0%97-%D0%A0%D0%91-%D0%A6%D0%A3%D0%A0-%E2%84%96-1177.pdf>. – Дата доступа: 02.11.2020.

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СЕРДЦА СПОРТСМЕНОВ-КОНЬКОБЕЖЦЕВ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ

Голощанова К.В.,

выпускник магистратуры ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь
Научный руководитель – **Малах О.Н.**, канд. биол. наук, доцент

Ключевые слова. Гипертрофия миокарда, левый желудочек сердца, эхокардиографические показатели, спортивная квалификация, ремоделирование сердца, спортсмены-конькобежцы.

Keywords. Myocardial hypertrophy, left ventricular heart, echocardiographic indices, sport qualification, cardiac remodelling, speed skaters.