

Культура физическая и здоровье. 2023. № 4 (88). С. 148-151.
Physical Culture and Health. 2023, 4 (88), 148-151

Научная статья
УДК 796.7.012.68
DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_148

ИССЛЕДОВАНИЕ ГРУПП ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО И МЕДИЦИНСКОГО ВУЗОВ



Наталья Владимировна Телятникова ¹, Светлана Анатольевна Кузьмина ²,
Валерий Павлович Иващенко ³©

*Санкт-Петербургский государственный технологический институт (технический университет) ^{1, 2}
Санкт-Петербург, Россия
Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет ³
Санкт-Петербург, Россия*

¹ Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(812)494-9344, e-mail: NVGTI@yandex.ru
ORCID 0000-0002-3914-1762

² Старший преподаватель кафедры физического воспитания
тел.: +7(812)494-9344, e-mail: skuzmina729@yandex.ru
ORCID 0000-0002-9214-3070

³ Кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры
тел.: +7(812)244-79-67, e-mail: sport0050@mail.ru
ORCID 0000-0001-5195-2552

Аннотация. В статье рассматриваются вопросы укрепления и повышения уровня здоровья студентов, обучающихся в техническом и медицинском вузах, результаты медицинских осмотров, анализ влияния практических занятий физической культурой на переход из одной медицинской группы в другую.

В результате проведенного нами исследования стало очевидным, что в медицинский вуз поступает гораздо больше студентов с ослабленным здоровьем, по сравнению с техническим. Динамика перехода из подготовительной в основную и из специальной в подготовительную медицинскую группу с первого по третий курс также выше в техническом вузе.

Для улучшения показателей состояния здоровья студентов необходимо в весенне-осенний период больше проводить занятий на свежем воздухе, включая в учебный процесс лёгкую атлетику, скандинавскую ходьбу, подвижные и спортивные игры, в зимний период (по возможности) – передвижение на лыжах, занятия шейпингом, аэробикой, кроссфитом, йогой, силовыми видами спорта. Общая физическая подготовка должна быть разносторонней, включающей общеразвивающие, дыхательные, релаксирующие упражнения, способствующие укреплению здоровья, улучшению настроения, закаливанию организма, повышению работоспособности, развитию когнитивных процессов [1, 4, 7, 9].

Ключевые слова: физические качества студентов, перераспределение студентов по медицинским группам, физическая активность.

Для цитирования: Телятникова Н. В., Кузьмина С. А., Иващенко В. П. Исследование групп здоровья студентов технического и медицинского вузов // Культура физическая и здоровье. 2023. № 4. С. 148-151. DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_148.

© Телятникова Н. В., Кузьмина С. А., Иващенко В. П., 2023

Введение

Современное общество и работодатели заинтересованы в физически и гармонично развитых специалистах. Однако, из-за изменений условий жизни, механизации домашнего хозяйства, автоматизации производства у людей возникает гиподинамия, то есть недостаток или отсутствие двигательной активности, что характеризуется усталостью, уменьшением мышечной массы, слабой работоспособностью, эмоциональными всплесками или агрессией.

Занятия физической культурой на протяжении всего обучения в вузе способствуют приобщению студентов к регулярной двигательной активности, однако сидячий образ жизни, долгое нахождение за компьютером вызывают проблемы со здоровьем, снижают физические кондиции [3, 5].

Для занятий физической культурой студенты распределяются на четыре медицинские группы: основная (ОГ), подготовительная (ПГ), специальная (СГ) «А» (оздоровительная) и специальная «Б» (реабилитационная). Комплектование медицинских групп осуществля-

ется на основании результатов медицинского обследования, оценки функциональных возможностей организма, уровня физической подготовленности студентов [10].

Согласно литературным данным студенты-медики обладают более слабым здоровьем, чем студенты других вузов. Так к основной группе относится примерно четвертая часть студентов, к подготовительной и специальной около три четверти. По другим вузам основная группа около 60%, подготовительная и специальная оставшиеся 40% от общего количества студентов [6].

Цель исследования – выявить влияние занятий физической культурой на динамику формирования медицинских групп.

Методы и организация исследования. На начальном этапе исследования мы сравнили результаты медицинских осмотров студентов СПбГТИ (ТУ) и СПбГПМУ на 1, 2 и 3 курсах. Результаты представлены в таблице.

Результаты исследования и их обсуждение. Общий анализ медицинских карт студентов, обучающихся в СПбГТИ (ТУ) показал, что 10,2 % обучающихся относится к специальной группе, 22,6 % к подготовительной и 67,2 % к основной группе.

Таблица – Распределение студентов по медицинским группам

ВУЗ	Медицинские группы (количество студентов в %)								
	1 курс			2 курс			3 курс		
	ОГ	ПГ	СГ	ОГ	ПГ	СГ	ОГ	ПГ	СГ
СПбГТИ (ТУ)	63,8	24,9	11,3	68,7	20,5	9,9	69,3	21,1	9,6
СПбГПМУ	41,8	19,1	39,1	59,2	12,6	28,2	58,8	17,7	23,5

Анализируя результаты медицинского осмотра в 2022 году, при поступлении в СПбГТИ (ТУ) 63,8 % студентов были определены в основную группу, 24,9 % – в подготовительную и 11,3 % – в специальную. За год обучения эти показатели изменились: увеличилась основная группа до 68,7 %, а подготовительная и специальная уменьшилась до 20,5 % и 9,9 % соответственно. К третьему году обучения также наблюдалась динамика роста количества студентов в основной группе – 69,3 % и уменьшение в специальной 9,6 %. Данное исследование показало, что регулярные занятия двигательной активностью способствовали переходу студентов с ослабленным здоровьем в основную группу. Это позволяет сделать выводы о том, что практические занятия по физической культуре в вузе способствуют оздоровлению студентов.

Показатели медицинских карт студентов педиатрического университета отличаются в худшую сторону. При поступлении у студентов-медиков только 49,7 % были определены в основную группу, 17,4 % – в подготовительную и 32,9 % – в специальную. За год обучения количество студентов, перешедших в основную группу, также увеличилось, как и в технологическом институте с 49,7 % до 59,2 % за счет уменьшения количества студентов в подготовительной – 12,6 % и в специальной группах – 28,2 %. На 3 курсе наблюдается значительное уменьшение численности студентов в специальной группе – 23,5 %, но немного увеличился показатель в

основной и подготовительной группах – 58,8 % и 17,7 %.

Здоровью студентов – медиков необходимо уделять особое значение. Это связано, прежде всего, с большими учебными и психологическими нагрузками, ответственностью за жизнь пациентов, а в педиатрических вузах тем более, так как лечить им предстоит больных детей. Врачи постоянно контактируют с зараженными людьми, их иммунная система находится в опасности ежедневно.

Дальнейшее наше исследование заключалось в сравнительном анализе двух вузов. В СПбГПМУ поступило 39,1 % студентов специальной медицинской группы. Этот показатель почти в три раза превышает численность таких же студентов, поступивших в СПбГТИ (ТУ) – 11,3 %. К третьему курсу количество студентов специальной медицинской группы в педиатрическом университете снизилось до 23,5%, но осталось высоким, по сравнению с технологическим институтом – 9,6 %. В подготовительной группе, в СПбГПМУ было 19,1 %, стало 17,7 %, а в технологическом институте было 24,9 %, стало 21,1 %.

Выводы

Из нашего исследования следует, что занятия физической культурой и спортом, оказывают положительное влияние на развитие физических качеств, повышают

работоспособность, воспитывают волю, дисциплину, целеустремленность, помогают развить профессионально важные качества.

Для укрепления здоровья студентов необходимо в первую очередь повышать мотивацию к занятиям физической культурой, ставить посильные цели и задачи, прививать потребность к активному образу жизни, использовать разнообразные оздоровительные методики, способствовать формированию здорового образа жизни [2, 3, 4, 8]. Длительная практика работы со студентами показала, что эффективность занятий будет высокой в

том случае, когда физические нагрузки для каждого занимающегося будут индивидуально дозированы.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Белякова, Р.Н. Физическое воспитание учащихся подготовительной медицинской группы : Пособие для преп. физ. воспитания и мед. работников / Белякова Р.Н., Овчаров В.С. Минск : Полымя, 1998. 61 с.
2. Базанов, А. Н. Мотивация студентов высших учебных заведений к занятиям физической культурой и спортом / А.Н. Базанов // Фундаментальные и прикладные научные исследования: сборник статей II-ой Международной научно-практической конференции. Научно-исследовательский центр «АнтроВита», 2018. – С. 24-33.
3. Власова, Т.С. Особенности физического воспитания студентов, имеющих отклонения в здоровье. Проблемы мотивации физкультурной активности студентов в вузе / Т. С. Власова, Р.И. Сунгатуллин, Н.М. Закирова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2015. — № 5 (85). — С. 441-443.
4. Гавроница, Г.А. Динамика физической подготовленности студенток, занимающихся физической культурой по различным образовательным программам / Г.А. Гавроница, З. М. Кузнецова // Теория и практика физической культуры. - 2008. - № 11. - С. 83-86.
5. Зайцев, А.А. Особенности учебной и профессиональной мотивации у будущих специалистов сферах сохранения и восстановления здоровья / А.А. Зайцев, А.А. Зайцева, К.М. Комиссарчик, Л.И. Халилова // Учёные записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2020. № 9 (187). С. 466-474.
6. Мандриков В.Б. Пути формирования здорового образа жизни студентов. / В.Б. Мандриков, И.А. Ушакова, М.П. Мицулина // Элективный курс. Волгоград, Изд-во ВолГМУ, 2006. 469 с.
7. Орлова, Л.Т. Анализ физической подготовленности студентов 1 курса подготовительной группы здоровья // Актуальные проблемы физической культуры и спорта. Рязань, 2010. С. 49–50.
8. Прокофьева, Д. Д. Фитнес и здоровый образ жизни как средства формирования мотивации студентов к занятиям общей физической культурой / Д.Д. Прокофьева, А.А. Базунов, И.С. Махмутов // Сборник материалов III международной научно-практической конференции «Спорт – дорога к миру между народами» под ред. Х.Ф. Насраллах. М. : РГУФКСМиТ, 2017. С. 207-212.
9. Физическая культура студентов с особыми образовательными потребностями : учебное пособие / под ред. С. И. Филимоновой. – Москва : ФГБОУ ВО «РЭУ им. Г. В. Плеханова», 2020. – 138 с.
10. Приказ Министерства здравоохранения РФ от 10 августа 2017 г. N 514н «О Порядке проведения профилактических медицинских осмотров несовершеннолетних». URL: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223058/ (дата обращения: 03.11.2023).

References

1. Belyakova, R.N. and Ovcharov, V.S. (1998) Physical education of students of the preparatory medical group : Manual for physical education teachers and medical workers. Minsk, Polymya publ. 61 p.
2. Bazanov A. N. (2018) Motivation of students of higher educational institutions to engage in physical culture and sports. Fundamental and applied scientific research : collection of articles of the II International Scientific and Practical Conference. Scientific Research Center "AntroVita", pp. 24-33
3. Vlasova, T.S. and Sungatullin R.I. (2015) Osobennosti fizicheskogo vospitaniya studentov, imeyushchikh otkloneniya v zdorov'ye. Problemy motivatsii fizkul'turnoy aktivnosti studentov v vuze. Molodoy uchenyy. No. 5 (85), pp. 441-443.
4. Gavronina, G.A. and Kuznetsova, Z. M. (2008) Dynamics of physical fitness of female students engaged in physical culture in various educational programs. Theory and practice of physical culture, No. 11, pp. 83-86.
5. Zaitsev, A.A. Zaitseva, A.A. Komissarchik, K.M. and Khalilova, L.I. (2020) Features of educational and professional motivation among future specialists in the fields of health conservation and restoration. Scientific notes of the University named after P. F. Lesgafta. No. 9 (187), pp. 466-474.
6. Mandrikov, V.B., Ushakova I.A. and Mitsulina M.P. (2006) Puti formirovaniya zdorovogo obraza zhizni studentov. Elektivnyy kurs. Volgograd, Publishing house of Volgograd State Medical University. 469 p.
7. Orlova, L.T. (2010) Analysis of physical fitness of 1st year students of the preparatory health group. Current problems of physical culture and sports. Ryazan, pp. 49–50.
8. Prokofieva, D.D., Bazunov A. A. and Makhmutov I.S. (2017) Fitness and a healthy lifestyle as a means of motivating students to engage in general physical culture. Collection of materials of the III International Scientific and practical conference "Sport – the road to peace between peoples" edited by H. F. Nassralakh. Moscow, Russian University of Sport "GTSOLIFK" publ., 2017, pp. 207-212.

9. Fizicheskaya kul'tura studentov s osobymi obrazovatel'nymi potrebnostyami : Study guide (2020) Edited by S. I. Filimonova. Moscow, Plekhanov Russian University of Economics publ. 138 p.

10. Order of the Ministry of Health of the Russian Federation dated August 10, 2017 No. 514n "On the Procedure for conducting preventive medical examinations of minors". Available from: https://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_223058/ [Accessed 3 November 2023].

Поступила в редакцию 06.11.2023

Подписана в печать 28.12.2023

Original article

UDC 796.7.012.68

DOI: 10.47438/1999-3455_2023_4_148

STUDY OF HEALTH GROUPS OF STUDENTS OF TECHNICAL AND MEDICAL UNIVERSITIES

Natalia V. Telyatnikova ¹, Svetlana A. Kuzmina ², Valerij P. Ivashchenko ³

St. Petersburg State Technological Institute (Technical University) ^{1, 2}

St. Petersburg, Russia

St. Petersburg State Pediatric Medical University ³

St. Petersburg, Russia

¹ Senior Lecturer, Department of Physical Education

ph.: +7(812)494-9344, e-mail: fizvosp@technolog.edu.ru

ORCID 0000-0002-3914-1762

² Senior Lecturer, Department of Physical Education

ph.: +7 (812) 494-9344, e-mail: fizvosp@technolog.edu.ru

ORCID 0000-0002-9214-3070

³ PhD of Pedagogy, Associate Professor of the Department of Physical Education.

ph.: +7(812)244-79-67, e-mail: sport0050@mail.ru

ORCID 0000-0001-5195-2552

Abstract. The article discusses the issues of strengthening and increasing the level of health of students studying at technical and medical universities, the results of medical examinations, and an analysis of the influence of practical physical education classes on the transition from one medical group to another.

As a result of our research, it became obvious that many more students with poor health enter a medical university compared to technical ones. The dynamics of transition from preparatory to basic and from special to preparatory medical groups from the first to third years is also higher in a technical university.

To improve the health indicators of students, it is necessary to conduct more outdoor activities in the spring-autumn periods, including athletics, Nordic walking, outdoor and sports games in the educational process, and in the winter (if possible) - skiing, shaping, and aerobics, crossfit, yoga, strength training. General physical training should be comprehensive, including general developmental, breathing, and relaxation exercises that promote health, improve mood, harden the body, increase performance, and develop cognitive processes [1,4,7,9].

Keywords: medical group, physical qualities of students, redistribution of students into medical groups, physical activity

Cite as: Telyatnikova, N. V., Kuzmina, S. A., Ivashchenko, V. P. (2023) Study of health groups of students of technical and medical universities. Physical Culture and Health. (4), 148-151. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2023_4_148.

Received 06.11.2023

Accepted 28.12.2023