

Порівняний аналіз рівня соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей

Салатенко І.О.

Українська академія банківської справи Національного банку України

Анотація:

Наведено результати дослідження рівня соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей. У дослідженні приймали участь 636 студенток. Використано метод оцінки рівня соматичного здоров'я Г.Л. Апанасенка. Визначено функціональний стан організму за показниками кардіореспіраторної та м'язової системи, які формалізовані у кількісних одиницях (балах) і пов'язуються з рівнем індивідуального здоров'я. Констатовано, що абсолютна більшість студенток мають низькі показники, які мають стійку тенденцію до погіршення протягом всього періоду навчання. Встановлено, що заняття з фізичного виховання не виконують повною мірою оздоровчу функцію, самостійне вдосконалення дає або незначні результати, або абсолютно не впливає на стан здоров'я студенток. З'ясовано, що потрібно розробити зміст спортивно-орієнтованої технології фізичного виховання студенток на основі волейболу, спрямованої на покращення професійно-прикладної фізичної підготовленості.

Салатенко І.А. Сравнительный анализ уровня соматического здоровья студенток экономических специальностей. Приведены результаты исследования уровня соматического здоровья студенток экономических специальностей. В исследовании принимали участие 636 студенток. Использован метод оценки уровня соматического здоровья Г.Л. Апанасенко. Определено функциональное состояние организма по показателям кардио-респираторной и мышечной системы, которые формализованы в количественных единицах (баллах) и связаны с уровнем индивидуального здоровья. Констатировано, что абсолютное большинство студенток имеют низкие показатели с устойчивой тенденцией к ухудшению в течение всего периода обучения. Установлено, что занятия по физическому воспитанию не выполняют в полной мере оздоровительную функцию. Самостоятельное совершенствование дает незначительные результаты и не влияет на состояние здоровья студенток. Установлена необходимость разработки содержания спортивно-ориентированной технологии физического воспитания студенток на основе волейбола и направленностью на улучшение профессионально-прикладной физической подготовленности.

Salatenko I.O. Comparative analysis of the level of physical health of students of economics specialties. The results of the study of the level of physical health of students of economics specialties were conducted. The study involved 636 students. It was used the method of assessing the level of physical health G.L. Apanasenko. Defined by the functional state of the organism in terms of cardio-respiratory and muscular systems, which are formalized in quantitative terms (points) and are associated with the level of individual health. It was stated that the vast majority of students have low rates with the steady tendency to deterioration over the period of study. Found that physical education classes do not fulfill the full recreational function. Self-improvement gives little impact or affect the health of students. The necessity of developing the content of a sports-oriented technology of physical education students on the basis of volleyball and aimed at improving the professional-applied physical fitness.

Ключові слова:

аналіз, студентки, здоров'я, економічний, спеціальності.

анализ, студентки, здоровье, экономический, специальности.

analysis, student, health, economic, speciality.

Вступ.

Головними передумовами розвитку різних сторін людської життєдіяльності являються здоров'я та здоровий спосіб життя. Саме ці критерії вирішують піднесення активної участі громадян у соціально-громадських заходах, повноцінного виконання своїх соціальних призначень, активної участі у таких формах життєдіяльності як громадській, соціально-побутовій і т. д. Особливо актуальним це питання постає перед студентством. Дотримання здорового способу життя грає важливу роль у житті студента, оскільки це гарантія майбутньої самореалізації і розвитку в усіх сферах життя, починаючи з духовної і завершуючи фізичною.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) визначає здоров'я людини не як відсутність захворювань, фізичних вад та недоліків, а як стан гармонії фізичного, психологічного та соціального здоров'я. Доктор медичних наук, професор Г.Л. Апанасенко приймає здоров'я як стан організму, при якому забезпечується такий рівень енергетичного потенціалу, що допускає покращення самопочуття людини і дозволяє ефективно виконувати біологічні і соціальні функції [1].

В основі фізичної підготовки до майбутньої трудової діяльності лежить всебічний фізичний розвиток. Це база для вдосконалення всіх життєво важли-

вих функцій організму, необхідних рухових якостей, умінь, навичок. Разом із тим розвиток промислової техніки, автоматизації виробництва, створення неприпинних технологічних процесів, впровадження автоматичних систем управління, електроніки, кібернетики, збільшення швидкості та ефективності дії засобів змінює і характер виробничої праці. Частина ручної праці та фізичного навантаження зменшується, частина розумової праці в загальному балансі робочого часу росте. Все це веде до подальшого підвищення спеціальних вимог, які пред'явлені до організму людини, до фізичної підготовки спеціаліста [2,7,8].

Сьогодні, успішне оволодіння вищою освітою можливе лише за умови достатньо високого рівня здоров'я, тому врахування особливостей способу життя, зокрема фізичної активності і позитивне ставлення до фізкультурно-спортивної діяльності – є важливим елементом організації фізичного виховання студентської молоді [3].

За даними медичних обстежень і спеціальних опитувань дев'ять із десяти студентів мають відхилення у стані здоров'я, до 50% студентів перебуває на диспансерному обліку, кожен п'ятий студент зарахований до підготовчої спеціальної медичної групи або взагалі звільнений за станом здоров'я від фізичних навантажень. Так, за даними Всесвітньої організації охорони здоров'я, лише 5% населення України займаються оздоровчим тренуванням, тоді як у Японії – 80%, в США – 70% [6,11,12].

Великою кількістю авторів зареєстровано ріст числа нервово-психічних розладів, захворювань серцево-судинної системи в осіб, які тривало знаходяться в положенні «сидячи» [5]. У них послаблюється емоційна стійкість, знижуються функції уваги, мислення, пам'яті.

Знижена рухова активність, яка проявляється в обмеженні просторових і силових характеристик рухів, негативно відображаються як на стан фізіологічних систем, так і на діяльність організму в цілому, що провокує детренованість організму й негативно відображається на функціональному й фізичному стані. Це супроводжується змінуванням регіонального кровообігу [4, 9, 10].

Діюча в теперішній час організація фізичного виховання у вузах недостатньо ефективна для підвищення рівня фізичної підготовленості та здоров'я і не виконує в повній мірі оздоровчу функцію значної кількості студентів.

Дослідження виконуються згідно з планом науково-комплексної роботи кафедри теорії і методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету ім. А.С.Макаренка, яка затверджена Інститутом науково-технічної і економічної інформації України, м. Київ, номер державної реєстрації 0111 У 005736.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження: дослідити та проаналізувати, рівень соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей ДВНЗ «Українська академія банківської справи Національного банку України» (УАБС) та Сумського державного університету (СумДУ).

З метою дослідження рівня соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей ДВНЗ «Українська академія банківської справи Національного банку України» та Сумського державного університету було використано метод оцінки рівня соматичного здоров'я Г. Л. Апанасенка. Обрання цього методу обумовлено тим, що він дає можливість комплексно визначити функціональний стан організму за показниками кардіореспіраторної та м'язової системи, які формалізовані у кількісних одиницях (балах) і пов'язуються з рівнем індивідуального здоров'я. Методика дослідження складається з визначення антропометричних і функціональних показників та їх індексів.

Організація дослідження. У дослідженні взяли участь студентки економічних спеціальностей I-IV курсів двох ВНЗ: УАБС – 214 студенток та СумДУ – 412 студенток відповідно.

Результати дослідження.

Результати порівняльної характеристики свідчать про те, що абсолютна більшість студенток обох вузів має низький рівень соматичного здоров'я.

Як видно з таблиці 1, зріст студенток УАБС в середньому знаходиться в межах 1.68 ± 0.07 м, СумДУ – 1.68 ± 0.07 м відповідно. Середня вага студенток УАБС – 66.03 ± 4.93 кг, СумДУ – 65.33 ± 5.06 кг відповідно. Життєва ємність легень студенток УАБС становить 3478.31 ± 400.44 мл, СумДУ – 3477.69 ± 384.73 мл.

Досліджена сила кисті в середньому становить для студенток УАБС – 33.18 ± 8.78 кг, СумДУ – 32.62 ± 8.85 кг відповідно. ЧСС у студенток УАБС – 74.10 ± 3.49 уд/хв., СумДУ – 74.01 ± 3.25 уд/хв.. Атмосферний тиск студенток УАБС – 120.55 ± 2.93 мм рт.ст., СумДУ – 120.55 ± 3.00 мм рт.ст. відповідно.

Отже, ІСЗ студенток УАБС становить 0.30 бали, студенток СумДУ – 0.42 бали відповідно. Можна зробити висновок, що індекс соматичного здоров'я студенток СумДУ на 0.12 бали перевищує показник УАБС. Обраховані ІСЗ вказують на те, що рівень соматичного здоров'я студенток обох ВНЗ є низьким (ІСЗ ≤ 3 бали) (табл.2).

Проведене дослідження надає також інформацію про рівень соматичного здоров'я студенток I-IV курсів економічної спеціальності СумДУ.

Так, з дослідженої кількості студенток I курсу СумДУ 77.14% (81) студенток мають низький рівень соматичного здоров'я, 20.95% (22) студенток – рівень нижче середнього, 1.9% (2) студенток – середній. Рівні вище середнього та високий у студенток усіх курсів не було зафіксовано взагалі. При дослідженні студенток II курсу СумДУ отримали наступні результати: 89% (89) студенток – низький рівень, 10% (10) студенток – нижче середнього і 1% (1) студенток – середній. На III курсі 88.68% (94) студенток мають низький рівень, 11.32% (12) студенток – нижче середнього. При дослідженні студенток IV курсу СумДУ отримали наступні результати: 89.11% (90) студенток – низький рівень, 10.89% (11) студенток – рівень соматичного здоров'я нижче середнього.

Таким чином, якщо порівняти отримані результати дослідження, можна зробити висновок, що спільним є відсутність в обох ВНЗ студенток, яким притаманний вище середнього або високий рівень соматичного здоров'я. Що стосується середнього рівня, то в УАБС майже в два рази більше студенток, яким притаманний цей рівень, порівняно із СумДУ. У той же час УАБС перевищує показник СумДУ стосовно відсоткового співвідношення студенток з низьким рівнем соматичного здоров'я. На 3.07% за відсотковим співвідношенням СумДУ перевищує показник УАБС за рівнем соматичного здоров'я нижче середнього (рис.1).

Висновки.

Отже, як показують результати нашого дослідження, рівень соматичного здоров'я студентської молоді загалом знаходиться на дуже низькому рівні. Низький та нижчий за середній рівні мають загалом 98.6% студенток УАБС та 99.27% студенток СумДУ. Лише по 3 студентки з кожного ВНЗ середній рівень соматичного здоров'я. Індекс соматичного здоров'я студенток УАБС становить 0.3 бали, студенток СумДУ – 0.42 бали відповідно. Це говорить про те, що досліджуваний загал студенток економічних спеціальностей УАБС та СумДУ характеризується низьким рівнем соматичного здоров'я.

Беручи до уваги все вищезазначене, можна зробити висновок, що абсолютна більшість студенток мають низькі показники, які, не зважаючи на певне відсотко-

Таблиця 1

Зведена таблиця антропометричних і фізіометричних показників студенток економічних спеціальностей УАБС та СумДУ

Показники	УАБС (n=214)		СумДУ (n=412)	
	Статистичні показники			
	хсер.	σ	хсер.	σ
Зріст (м)	1,68	0,07	1,68	0,07
Маса (кг)	66,03	4,93	65,33	5,06
ЖЄЛ (мл)	3478,31	400,44	3477,69	384,73
Динамометрія кисті (кг)	33,18	8,78	32,62	8,85
ЧСС (уд/хв)	74,10	3,49	74,01	3,25
Атс (мм рт.ст.)	120,55	2,93	120,55	3,00

Таблиця 2

Зведена таблиця рівнів соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей УАБС та СумДУ

Показники	УАБС (n=214)		СумДУ (n=412)	
	Статистичні показники			
	хсер.	Бали	хсер.	Бали
Масовий індекс (кг/м ²)	23,59	-0,56	23,39	-0,60
Життєвий індекс (мл/кг)	53,13	0,41	53,69	0,42
Силовий індекс (%)	50,58	-0,29	50,38	-0,28
Індекс Робінсона (ум.од.)	89,33	0,24	89,22	0,37
Проба Мартине (с)	155,78	0,50	153,42	0,51
ІСЗ		0,30		0,42

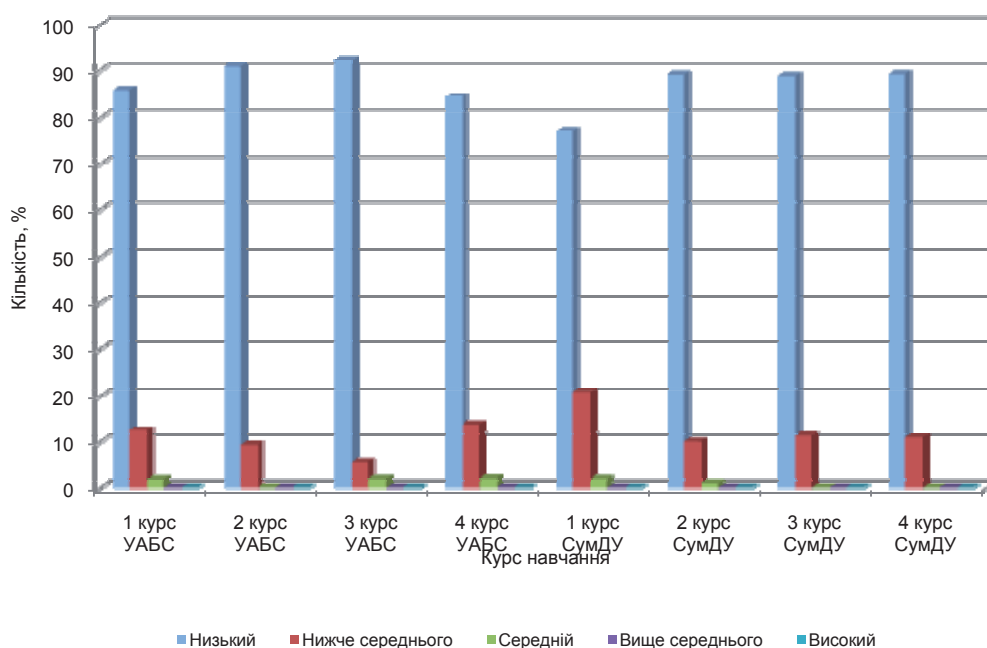


Рис. 1. Порівняльна характеристика рівнів соматичного здоров'я студенток УАБС та СумДУ

ве коливання, мають стійку тенденцію до погіршення протягом всього періоду навчання. Тобто, заняття фізичним вихованням та самостійне вдосконалення відстаючих рухомих якостей студенток дають або незначні результати, або абсолютно не впливають на стан здоров'я студенток.

Перспектива подальших досліджень: завдяки аналізу та узагальненню науково-методичної літератури, соціологічним методам, методу визначення стану здоров'я за Г.Л. Апанасенко, фізіологічним методам,

тестуванню, педагогічному експерименту, методам математичної статистики, розробити зміст спортивно-орієнтованої технології фізичного виховання студенток економічних спеціальностей на основі волейболу, спрямованої на покращення професійно-прикладної фізичної підготовленості. Практичне значення буде полягати у впровадженні у практику роботи ВНЗ економічного профілю розробленої спортивно-орієнтованої технології фізичного виховання студенток на основі волейболу.

Література

1. Апанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека / Г.Л. Апанасенко. – СПб., Петрополис. – 1992. – С. 124-126.
2. Бальсевич В.К. Здоровье и движение / В.К. Бальсевич. – М., Советский спорт. – 1988. – 21 с.
3. Компанієць Ю.А. Щодо визначення сутності поняття «Здоровий стиль життя» // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту, 2007. – №10. – С. 75-78.
4. Курпан Ю.И. Движение против остеохондроза / Ю.И. Курпан, Е.А. Таламбум, Л.Л. Силян. – М., ФиС. – 1987. – С. 10 – 12.
5. Магльований А.В. Концептуальний підхід до визначення ролі фізичної активності в формуванні здорового способу життя / А.В. Магльований // Здоров'я і освіта : всеукр. наук.-практ. конфер. – Львів. – 1993. – Т. 4. – № 1. – С. 163 – 165.
6. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А.М. Митяева. – М., Издательский центр «Академия». – 2008. – 192 с.
7. Практикум по инженерной психологии и эргономике [ред. Ю.К. Стрелкова]. – М., Академия. – 2003. – 396 с.
8. Рубинштейн С.Л. Теоретические вопросы психологии и проблемы личности / С.Л. Рубинштейн // Вопросы психологии, 1957. – № 3. – С. 42 – 76.
9. Фанигіна О.Ю. Організаційно-методичні основи оздоровчого плавання / О.Ю. Фанигіна. – К., Науковий світ. – 2000. – 31 с.
10. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учебное пособие для студентов высших учебных заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М., Издательский центр «Академия». – 2002. – 480 с.
11. Kuhlmann C. Bulletin. Historical portraits of important European leaders in social work // European Journal of Social Work, 2001. – vol. 4(1). – pp. 65–75.
12. Coyle R.G. System dynamics applied to defense analysis: A literature survey // Defense Analysis, 1996. – vol. 12(2). – pp. 141–160.

References:

1. Apanasenko G.L. *Evoluciia bioenergetiki i zdorov'e cheloveka* [The evolution of bio-energy and human health], Sankt Petersburg, Petropolis, 1992, pp. 124-126.
2. Bal'sevich V.K. *Zdorov'e i dvizhenie* [Health and movement], Moscow, Soviet sport, 1988, 21 p.
3. Kompaniiec' Ju.A. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologichni problemi fizichnogo viovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2007, vol.10, pp. 75-78.
4. Kurpan Ju.I., Talambum E.A., Silin L.L. *Dvizhenie protiv osteokhondroza* [The movement against osteoarthritis], Moscow, Physical Culture and Sport, 1987, pp. 10 – 12.
5. Magl'ovaniy A.V. *Konceptual'nij pidkhd do viznachennia roli fizichnoyi aktivnosti v formuvanni zdorovogo sposobu zhittia* [Conceptual approach to defining the role of exercise in promoting healthy lifestyle]. *Zdorovia i osvita* [Health and education], Lvov, 1993, vol.4(1), pp. 163 – 165.
6. Mitiaeva A.M. *Zdorov'esberegaiushchie pedagogicheskie tekhnologii* [Health saving educational technology], Moscow, Academy, 2008, 192 p.
7. Strielkov Ju.K. *Praktikum po inzhenernoj psikhologii i ergonomike* [Workshop on engineering psychology and ergonomics], Moscow, Academy, 2003, 396 p.
8. Rubinshtejn S.L. *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 1957, vol.3, pp. 42 – 76.
9. Fanigina O.Iu. *Organizacijno-metodichni osnovi ozdorovchogo plavannia* [Organizational and methodological foundations of improving navigation], Kiev, Scientific World, 2000, 31 p.
10. Kholodov Zh.K., Kuznecov V.S. *Teoriia i metodika fizicheskogo vospitaniia i sporta* [The theory and methodology of physical education and sport], Moscow, Academy, 2002, 480 p.
11. Kuhlmann C. Bulletin. Historical portraits of important European leaders in social work. *European Journal of Social Work*, 2001, vol.4(1), pp. 65–75.
12. Coyle R.G. System dynamics applied to defense analysis: A literature survey. *Defense Analysis*, 1996, vol.12(2), pp. 141–160.

Информация об авторе:

Салатенко Иван Александрович: kfuabs@gmail.com; Украинская академия банковского дела Национального банка Украины; ул. Петропавловская 57, г. Сумы, 40030, Украина

Information about the author:

Salatenko I.O.: kfuabs@gmail.com; Ukrainian Academy of Banking of National Bank of Ukraine; Petropavlivska str., 57, 40030, Sumy, Ukraine.

Цитуйте цю статтю як: Салатенко І.О. Порівняльний аналіз рівня соматичного здоров'я студенток економічних спеціальностей // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2013. – № 5 – С. 53-56. doi:10.6084/m9.figshare.707100

Cite this article as: Salatenko I.O. Comparative analysis of the level of physical health of students of economics specialties. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2013, vol.5, pp. 53-56. doi:10.6084/m9.figshare.707100

Elektronna versija tejto stat'ji javljaetsja polnoju i moze byt' najdena na sajte: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

Ета стаття Открытого Доступа розповсюджується під термінами Creative Commons Attribution License, котра дозволяє неограниченне використання, розповсюдження і копіювання любимими засобами, забезпечуючи належне цитування цієї оригінальної статті (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Дата поступлення в редакцію: 26.03.2013 г.
Опубліковано: 31.05.2013 г.

Received: 26.03.2013
Published: 31.05.2013