

КОРОТКІ ПОВІДОМЛЕННЯ

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ СТУДЕНТОВ I КУРСА ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Болгова А. В.

Белгородский государственный национальный исследовательский университет
Белгород, Россия

Современный специалист должен обладать не только высоким уровнем профессиональной подготовки, но и хорошим здоровьем. В свете современных представлений о здоровье человека возрастает значение рационально организованного физического развития в ВУЗе, которое становится важнейшим фактором обеспечения высокого функционального состояния организма и оптимальной умственной работоспособности.

Физическое развитие – это совокупность морфологических и функциональных свойств организма, определяющих запас его физических сил, выносливость и дееспособность. Каждому возрастному периоду индивидуального развития соответствует определенная степень физического развития, изучение которого основывается на использовании антропометрических методов исследования, таких показателей, как: рост, вес, степень полового созревания и др., оценке их соответствия полу и возрасту обследуемого с помощью ростовесовых таблиц.

По мнению Л.В. Косовановой, Н.В. Дорофеевой и др., состояние здоровья человека зависит на 8%–15% от уровня развития здравоохранения, на 20%–25% от экологической ситуации в регионе, на 15%–20% — от наследственности, но в большей степени (50%–55%) — от образа жизни.

Экспериментальная часть работы выполнена на педагогическом факультете Белгородского государственного национального исследовательского университета в 2012 году. Объектом исследования являлись студенты первого курса, всего было обследовано 60 человек в возрасте 17–18 лет. Уровень и гармоничность физического развития, являющиеся общепринятой основой и наиболее показательной характеристикой ростовых процессов и состояния физического развития, оценивали антропометрическими методами, которые включали в себя соматометрию, соматоскопию и физиометрию.

Ниже (рис. 1) показан уровень физического развития студентов первого курса.

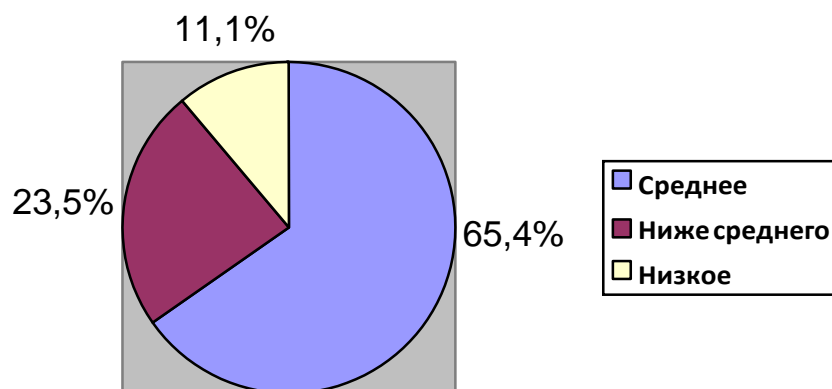


Рис. 1. Уровень физического развития студентов 1 курса

Было выявлено, что 65,4% всех обследованных студентов имеют среднее физическое развитие, т.е. их антропометрические параметры соответствуют средним возрастным нормам. Студентов с физическим развитием ниже среднего насчитывалось около 23,5% в разных группах. Низкое физическое развитие имели от одного до четырех человек в каждой группе, что составляло 11,1% исследуемых. Меньше всего выявлено студентов с высоким уровнем физического развития.

Оценивая гармоничность физического развития, необходимо отметить, что у большинства студентов развитие является дисгармоничным, т.е. имеются серьезные различия в соотношении роста, массы и окружности грудной клетки.

Морфологическая характеристика студентов первокурсников показала, что рост и масса большинства девушек в среднем соответствует возрастной норме, жировотложение небольшое.

Изучение морфофункциональной характеристики студентов педагогического факультета показало, что соматометрические, соматоскопические параметры обследованных студентов в среднем соответствуют возрастным нормам. Выявлено повышение частоты сердечных сокращений и артериального давления, особенно у юношей.