

ДИНАМІКА ЗАХВОРЮВАНЬ СТУДЕНТІВ У ВИЩОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ ПІД ЧАС НАВЧАЛЬНОГО РОКУ

Ситуація, що склалась у вищих навчальних закладах України, характеризується розумовим перевантаженням студентів, відсутністю повноцінного відпочинку, недостатнім забезпеченням побуту, розбалансованим і неповноцінним харчуванням, зростанням нервово-психічного напруження протягом усього навчального процесу, зниженням інтересу до фізичного виховання і самостійних занять фізичними вправами, низькою загальною фізичною активністю.

У статті подані дані звернень студентів до медпункту під час занять з фізичного виховання протягом 2-х навчальних років, а також визначені основні найбільш розповсюджені захворювання студентів. Виявлена негативна динаміка здоров'я студентів після закінчення навчального процесу.

Результати дослідження показали збільшення кількості студентів, які відносяться до спеціальної медичної групи і тих, хто тимчасово звільнений від занять з фізичного виховання.

Ключові слова: студенти, захворювання, фізичне виховання.

Постановка проблеми. Протягом останніх років в Україні склалась тривожна тенденція різкого погіршення здоров'я і фізичної підготовки студентської молоді [3]. На думку провідних дослідників, зафіксоване погіршення здоров'я молодого покоління українців уже сьогодні складає певну загрозу національній безпеці й економіці держави. Визначаючи оздоровчі завдання фізичного виховання як пріоритетні, фахівці у сфері фізичного виховання проводять також багато досліджень із визначення найбільш частих захворювань і пошуку ефективних здоров'язбережувальних технологій, які можна було б застосовувати у практиці навчального процесу.

Науковці, які простежують валеологічні особливості навчального процесу у вищих навчальних закладах, відмічають, що процес погіршення стану здоров'я студентів триває, не зважаючи на низку державних програм та вказівок, які мали місце за часів незалежності України.

Статистичні дані щодо України свідчать про таке: тільки один студент із трьох приходиться до ВНЗ здоровим; за час навчання у ВНЗ у 4–5 разів зростає захворюваність органів зору; удвічі збільшується кількість патологій опорно-рухового апарату та системи травлення; удвічі збільшується кількість нервово-психічних розладів; захворюваність у студентів удвічі вища, ніж у звичайних людей; загальна захворюваність студентів IV–V курсів удвічі вища, ніж у студентів I–II курсів. Зростання захворюваності під час навчання у ВНЗ свідчить про несприятливий вплив сукупностей факторів. Виділяють дві групи факторів: I – незалежні від ВНЗ (спадковість, соціальні, середовище); II – залежні від ВНЗ (навчальні навантаження, розпорядок занять та їх організація, знання, уміння і навички студентів із питань збереження свого здоров'я).

Ситуація, що склалась у вищих навчальних закладах України характеризується розумовим перевантаженням студентів, відсутністю повноцінного відпочинку, недостатнім забезпеченням побуту, розбалансованим і неповноцінним харчуванням, зростанням нервово-психічного напруження протягом усього навчального процесу, зниженням інтересу до фізичного виховання і самостійних занять фізичними вправами, низькою загальною фізичною активністю.

Аналіз наукової літератури, присвячений проблемі здоров'я студентської молоді, показує, що за останні роки вона стала ще більш актуальною. У роботах вітчизняних вчених зазначається, що кількість студентів спеціальної медичної групи збільшилася з 10 до 20–25 %, у деяких ВНЗ досягає 40 % від загальної кількості студентів. За час навчання у ВНЗ здоров'я студентів не поліпшується, більше того – відмічається його погіршення. Визначення стану здоров'я та способу життя студентів вищих навчальних закладів, враховуючи викладене, є досить актуальною проблемою, яка має важливе значення для створення системи управління здоров'ям населення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми формування та забезпечення здорового способу життя школярів і студентів розглядали у своїх працях вітчизняні вчені В. Одайник, В. Підлісна. Питання охорони та зміцнення здоров'я молоді, утвердження здоров'я як суспільної цінності вивчали

такі науковці, як О. Мусієнко, О. Сургай. Сучасні тенденції в розвитку фізкультурно-оздоровчих технологій, їх застосування в розв'язанні проблем здоров'я молоді розглядали С. Іванчикова, В. Нечаєв, О. Юрченко та інші. Питання щодо здоров'я студентів і проблеми, які з'явилися, спричинили пошук нових підходів, за сприяння яких можлива ефективна реалізація завдань фізкультурно-оздоровчої роботи у системі шкільної та студентської освіти. Важливим засобом збереження та зміцнення здоров'я, як учнів, так і студентів визнано фізкультурно-оздоровчу роботу, яка спрямовується на виховання в учнів відповідального ставлення до свого здоров'я, формування навичок здорового способу життя, оптимізацію режиму навчально-виховного процесу, збільшення рухової активності [3].

Мета роботи – проаналізувати кількість звернень до медпункту студентів Івано-Франківського національного медичного університету (ІФНМУ) під час занять фізичним вихованням за період 2014-15 навчального року та 2015-16 навчального року та визначити найбільш часті види захворювань.

Завдання дослідження:

1. Вивчити динаміку звернень студентів із захворюваннями під час занять фізичним вихованням за період 2014-2016 н.р.

2. Визначити з якими найбільш частими захворюваннями звертаються студенти до лікаря під час занять з фізичного виховання.

3. Обрати найбільш оптимальні й ефективні фізичні навантаження з такими захворюваннями.

Методи дослідження: аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури, соціологічні методи (анкетування), педагогічне спостереження, методи математичної статистики. Головну увагу нами приділено захворюванням і тій кількості студентів, які звернулись до медичного пункту в моменти відчуття болю, які виникли під час занять з фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Спільна співпраця кафедри фізичного виховання та здоров'я з лікарським кабінетом на території спортивного комплексу дозволила спостерігати динаміку звернень студентів з певними захворюваннями під час занять фізичним вихованням протягом 2014-15 та 2015-16 навчального року, що й склало предмет нашого дослідження в межах вирішення загальної проблеми поліпшення здоров'я молоді України.

Так, кількість студентів 1-2 курсів, які повинні були відвідувати заняття з фізичного виховання в медичному університеті у період 2014-15 навчального року склало 1012 осіб. Кількість студентів у медичному коледжі у той самий період на 1-4 курсі склав 1177 осіб. Разом, у 2014-15 навчальному році кількість студентів ІФНМУ, що займалися фізичним вихованням, склала 2189 осіб. Ретроспективний аналіз даних медоглядів ІФНМУ за час проведення експериментального дослідження свідчить про виражену тенденцію щорічного збільшення кількості студентів, віднесених до спеціальних медичних груп. На підставі медичного огляду серед студентів ІФНМУ у 2014-15 навчальному році було призначено заняття у спеціальних медичних групах – 102 студентам.

У період 2015-2016 навчального року загальна кількість студентів ІФНМУ 1-2 курсів та 1-4 курсів медичного коледжу, які повинні були пройти вивчення дисципліни "фізичне виховання" становила – 2199 осіб, до спеціальної медичної групи увійшло 129 осіб, що на 27 осіб більше ніж в минулому навчальному році.

Нижче представлені дані звернень студентів з певними захворюваннями до медпункту, які були надані лікарем за період з 2014-2015 та 2015-2016 навчальний рік (табл. 1, табл. 2).

Загальна кількість студентів за період 2014-2015 н. р. – 1610 осіб.

Спеціальна медична група період 2014-2015 н. р. – 49 осіб.

Групи спортивного вдосконалення 1 і 2 курси – 154 осіб.

Таблиця 1

**Звернення студентів з певними захворюваннями до медпункту
у 2014-2015 навчальному році, осіб**

| Захворювання | Період | |
|------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| | з 01.09.2014 по 28.12.2015 н. р. | з 01.01.2015 по 30.06.2015 н. р. |
| Серцево-судинні захворювання | 20 | 19 |
| Органи травлення | 4 | 6 |
| Гінекологічні захворювання | 7 | 13 |
| Застудні захворювання | 7 | 6 |
| Травми | 1 | 1 |

Загальна кількість студентів за період 2015-2016 н. р. – 1653 особи.
 Спеціальна медична група період 2014-2015 н. р. – 66 осіб.
 Групи спортивного вдосконалення 1 і 2 курси – 132 особи.

Таблиця 2

**Звернення студентів з певними захворюваннями до медпункту
у 2015-2016 навчальному році**

| Захворювання | Період | з 01.09.2014 по 28.12.2015 н. р. | з 01.01.2016 по 31.05.2016 н. р. |
|----------------------------|------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| | Серцево-судинні захворювання | | 14 |
| Органи травлення | | 4 | 4 |
| Гінекологічні захворювання | | 7 | 7 |
| Застудні захворювання | | 7 | 2 |
| Травми | | 4 | 3 |

Виявлена негативна динаміка здоров'я студентів до закінчення навчання. Так збільшується, кількість осіб із функціональними порушеннями, захворюваннями серцево-судинної системи, органів травлення, гінекологічними, застудними захворюваннями, які переходять у хронічні захворювання, що відповідно, зменшує кількість здорових студентів у загальних медичних групах, і поповнює спеціальні медичні групи.

Зібрані дані звернень студентів до медпункту під час занять фізичним вихованням свідчать про те, що найбільше звернень було із захворюваннями серцево-судинної системи і склало 95 осіб у 2014-2015 навчальному році, а у 2015-2016 навчальному році – 103 особи.

У групі захворювань органів травлення та обміну речовин найчастіше зустрічається гастрит, виразкова хвороба шлунку, холецистит, панкреатит. Із захворюваннями органів травлення у 2014-2015 н. р. було 16 звернень, а у 2015-2016 н. р. – 30 звернень. Ці захворювання є найбільш прогресуючими серед студентів під час навчання у вищих навчальних закладах, порівняно з іншими хворобами.

З гінекологічними захворюваннями, а саме зі скаргами на порушення менструального циклу, кистою яєчників, (також вагітність) до медпункту звернулось у 2014-2015 н. р. – 45 осіб, а у 2015-2016 н. р. – 57 осіб.

Із застудними захворюваннями, які призводили до подальшого зараження інших студентів під час занять звернулось у 2014-15 н. р. 33 особи, а у 2015-2016 н. р. – 54 особи.

Травми, отримані безпосередньо на занятті, а саме удари, вивихи, розтягнення м'язів, у 2014-2015 н. р. – 14 осіб, а у 2015-2016 н. р. – 19 осіб.

Тенденція до збільшення захворювань, які виникають у студентів під час навчання у вищих навчальних закладах і є передвісниками майбутніх хронічних захворювань у подальшому.

Висновки. Усе вищенаведене свідчить про те, що визначена низка захворювань під час занять призводить до "низького" рівня стану здоров'я студентів загалом та до поступового хронічного захворювання, що має наслідком зростання кількості студентів у спеціальних медичних групах та тих студентів, яких тимчасово звільняють від занять з фізичного виховання на період реабілітації.

Зважаючи на те, що рівень здоров'я на 50 % залежить від умов і способу життя, аналіз динаміки звернень із захворюваннями студентів ІФНМУ дає можливість звернути увагу на найбільш поширені захворювання, попередити їх за допомогою правильної організації заняття та підбору фізичних вправ, визначити найбільш оптимальні й ефективні фізичні навантаження.

Аналіз цих даних дає можливість оцінити складність отриманих захворювань під час проведення заняття, визначити причини їх виникнення та своєчасно вносити корективи до програми занять, а також застосувати індивідуальний підхід до студента зокрема. За результатами наших досліджень рівень здоров'я студентів ІФНМУ викликає занепокоєння з погляду подальшої професійної діяльності, враховуючи те, що фізичне здоров'я студентів значною мірою визначає потенціал здоров'я суспільства загалом.

Подальші дослідження плануються провести в напрямку вивчення конкретних захворювань та шляхів їх попередження засобами фізичного виховання.

Використані джерела

1. Віленський М. Я. Здоровий образ життя студенток: сутність, строение, формирование / М. Я. Виленский – М. : Сов. спорт, 2006. – С. 14–21.
2. Демографічна криза в Україні: її причини і наслідки / [за ред. С. І. Пирожкова]. – Київ, 2003. – 231 с.
3. Оксьом П. М. Оцінка рівня фізичного здоров'я студенток 1-4 курсів вищого педагогічного навчального закладу / П. М. Оксьом, В. М. Азаренков, Л. І. Бережна // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. – Вип. 118. – 2014. – С. 212–214.

Zinchenko N. M.

DYNAMICS OF STUDENTS' DISEASES IN HIGHER EDUCATIONAL ESTABLISHMENT DURING THE SCHOOL YEAR

The situation that has developed in recent years in Ukraine points to a disturbing trend of deterioration of health and preparation of students. The deterioration of health of the young generation of the Ukrainians today is a national security threat and economy of the state. In the sphere of physical education there were conducted many researches with the identifying the most frequent diseases and with the search of health-effective technologies that could be used in the practice of the learning process.

Particularly in the higher educational establishments of Ukraine the situation is complicated with mental overload of students, lack of proper rest, insufficient provision of life, unbalanced and malnutrition, rising of mental stress during the whole learning process, reduced interest to physical education and independent physical exercises, low total physical activity.

An important tool for maintaining and strengthening health of pupils and students is sports and recreation activities. They encourage the development of a responsible attitude of students towards their health, through forming healthy lifestyle, optimizing treatment of the educational process, increase motor activity. Scientists trace the health aspect of the educational process in higher educational institutions. They point out that the deterioration of the health of students is continuing, despite a series of government programs and guidelines that have taken place since the independence of Ukraine.

Determination of health condition and students' lifestyle of the higher educational establishments, given above, is very topical problem that has an important significance to create control systems of public health.

In the article were submitted data of students' requests to the clinic during the physical education classes and during 2 academic years, and were identified the basic most common diseases of students. Negative dynamics of students' health after the graduation of learning process was revealed.

The results showed an increase of the number of students who belong to special medical groups and those who are temporarily released from physical education classes.

Key words: students, diseases, physical education.

Стаття надійшла до редакції 04.02.2017 р.