

наиболее эффективно применять различные эффекты в тренировочном процессе, возникающие при голодании.

Список литературы

1. Агаджанян, Н.А. Основы физиологии человека: Учебник для студентов вузов, обучающихся по медицинским и биологическим специальностям. М.: РУДН. 2001. 408 с.

2. Тамбовцева Р.В. Влияние голода на метаболические составляющие спортсменов // Физическое воспитание и студенческий спорт глазами студентов. 2015. С. 473-474.

Артемочкина Д.А., Марчук С.А.

Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург

Анализ состояния здоровья студентов в вузе

В настоящее время большое внимание уделяется проблеме сохранения здоровья у студентов вузов. Более 70% выпускников – имеют различные хронические заболевания, среди которых и заболевания нервной системы [3].

Центральная нервная система играет ведущую роль в регуляции функций организма. Она несет ответственность за согласованную работу всех органов и систем человеческого организма. Благодаря нервным окончаниям поддерживается чувствительность тела и его двигательная активность [2].

Реабилитация больных с различными заболеваниями центральной и периферической нервной системы – одна из актуальных проблем, требующая комплексного подхода с использованием широкого круга лечебных и профилактических средств, в том числе и лечебной физической культуры.

Цель работы: провести анализ, состояния здоровья студентов Уральского государственного университета путей сообщения (УрГУПС), в частности заболеваний нервной системы и ее распространенности.

В результате анализа медицинских карт (n=3789) студентов УрГУПС с первого по четвертый курс разных факультетов получены данные представленные в таблице.

Статистика заболеваний нервной системы у студентов УрГУПС

Заболевания	курс				Всего студентов	факультет					
	I	II	III	IV		МФ	ЭМФ	ФУПП	СФ	ЭТФ	ФЭУ
Парез	13	5	10	16	44	7	3	6	3	4	21
Неоплазия ЦНС	7	5	3	13	28	6	5	1	8	5	3
ДЦП	10	7	15	8	40	6	3	12	7	10	2
Прочие	21	14	27	21	83	3	8	15	10	17	30
Всего заболеваний НС	51	31	55	58	195	22	19	34	28	36	56
студенты с различными заболеваниями	341	123	334	266	1064	69	78	230	116	135	437
здоровые студенты	1049	434	718	524	2725	199	408	522	390	336	869
всего студентов	1390	557	1052	790	3789	268	486	752	506	471	1306

Из таблицы видно, что из всего количества обследуемых студентов имеют различные отклонения в состоянии здоровья – 28%, с заболеваниями нервной системы 18% человек. Анализ заболеваемости нервной системы среди студентов разных факультетов показал, что самое большое количество студентов с данным заболеванием на факультете экономики и управления (26,87%), на электротехническом факультете – 17,91%, на факультете управления процессами перевозок – 16,92% (рис. 1).

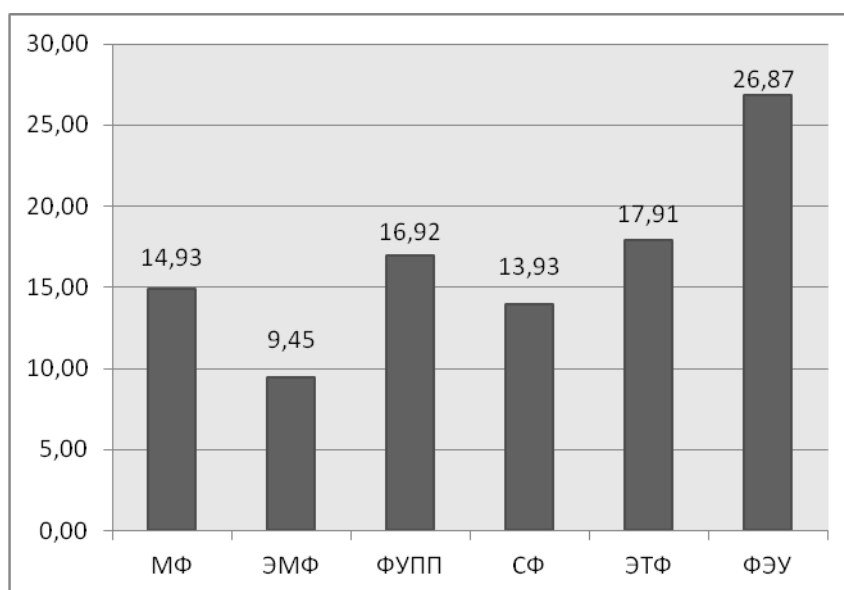


Рис. 1. Анализ заболеваний НС среди студентов разных факультетов (%)

Анализ форм болезней нервной системы показал, что больше всего у студентов встречаются прочие формы болезни НС (42,6 %): сезонные головные боли, мигрень, рассеянный склероз, болезнь Паркинсона и прочее на втором месте находится парез. Парез – частичная потеря мышечной силы вследствие нарушения иннервации мышц обеих рук (верхний парапарез) или обеих ног (нижний парапарез) [1]. На третьем месте стоит – ДЦП (20,5%) (рис. 2).

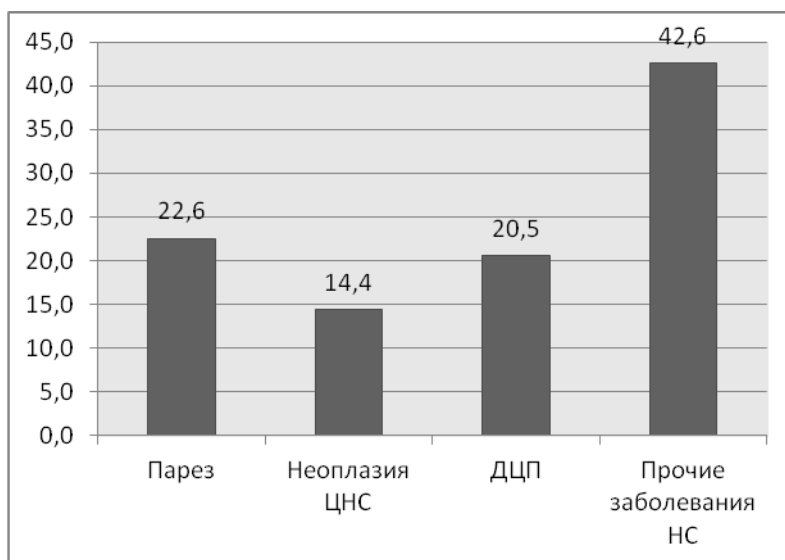


Рис. 2. Формы болезней НС (%)

По результатам исследований здоровья студентов можно заключить, что заболевания нервной системы среди студентов является актуальной проблемой, особенно для тех, чья будущая профессия связана не только с физическими, но и с нервными нагрузками.

Студент должен понимать, что закладывая основы здорового образа жизни на уроках физической культуры, поможет ему в дальнейшей профессиональной деятельности. Регулярность выполнения физических нагрузок способствует поддержанию здоровья всего организма в целом.

Чтобы сохранить здоровье и избежать заболеваний нервной системы, следует вовремя диагностировать и лечить инфекции, вести здоровый образ жизни, отказавшись от алкоголя и наркотиков, полноценно питаться, избегать стрессов и переутомления.

Список литературы

1. Болезни нервной системы: Руководство для врачей: В 2-х т. – Т. 2 / под ред. Н.Н. Яхно, Д.Р. Штульмана. М.: Медицина. 2003. 744 с.
2. Триумфов А.В. Топическая диагностика заболеваний нервной системы: учеб.пособие. М.: МЕДпресс-информ. 2000–2004. 304 с.
3. Чебыкина С. М. Коррекция функционального состояния центральной нервной системы студентов вуза средствами физической культуры. Автореферат диссертации на соискание ученой степени канд. пед. наук. Москва. 2006. 27 с.

Батенева Ю.О., Бородина М.П., Котельников С.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Особенности организации занятий физической культурой со студентами специальной медицинской группы

Современная социальная ситуация предъявляет повышенные требования к физической подготовленности и состоянию здоровья учащихся. Учебный процесс физического образования в связи с этим направлен на укрепление здоровья, развитие физических качеств и на повышение уровня физической работоспособности студентов.

Все учащиеся ВУЗа в обязательном порядке подлежат медицинскому освидетельствованию. В соответствии с состоянием здоровья, физическим развитием, уровнем общей физической подготовленности и тренированности студентов делят на три медицинские группы: основную, подготовительную и специальную. С учетом распределения студентов по медицинским группам преподаватель осуществляет дифференцированный подход к обучающимся при проведении всей учебно-воспитательной работы.

Главное, что отличает занятия физическими упражнениями здоровых подростков и юношей от занятий в специальных группах – применение специальных методов занятий. Основой для правильной организации процесса физического воспитания учащихся специальных медицинских групп является врачебно-педагогический контроль. Прежде чем начинать занятия специальных