

Насыщенность учебных планов факультета актуализировали выбор студентами ответа «Отдохнуть от других занятий, требующих напряжения».

Тем не менее, студентам также важен уровень их физической подготовленности.

При ответе на вопрос: «Какие виды физических упражнений Вам больше всего нравятся?» студенты руководствовались теми мотивами, приоритет которых определили предыдущим вопросом.

Так, спортивным играм (баскетбол, волейбол, футбол, ручной мяч, регби, настольный теннис, большой теннис, водное поло, шашки, шахматы) свое предпочтение отдали 40% опрошенных. При этом, основная масса назвала наиболее распространенные спортивные игры, такие как волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис. Ациклические виды спорта (спортивная и художественная гимнастика, акробатика, тяжелая атлетика, метания и прыжки, фигурное катание, стрельба, оздоровительные системы: ритмическая гимнастика, гимнастическая аэробика, шейпинг, калланетика, йога и др.) выбрали 29,3%. Здесь преобладают ритмическая гимнастика и шейпинг. Циклические виды спорта (легкоатлетический бег, бег на лыжах, плавание, велоспорт, конькобежный спорт, гребной спорт) отметили 20%. Единоборства – 6,7%. Экстремальные виды спорта – 4%.

Мы считаем, что такой выбор также закономерен. Спортивные игры наиболее доступный и простой в освоении вид физических упражнений. Большая часть опрошенных были девушки – студентки, поэтому они выбрали физические упражнения, непосредственно воздействующие на фигуру, такие как ритмическая гимнастика и шейпинг. Третье место по популярности заняли циклические виды спорта, что тоже обусловлено их простотой и доступностью. Небольшое число опрошенных, чуть больше 10% назвали единоборства и экстремальные виды спорта. На наш взгляд, это обусловлено как минимум двумя причинами. Во-первых, сложностью в освоении. Во-вторых, проблемами технического оснащения (горные лыжи, парашют, альпинистское снаряжение и др.).

Состояние здоровья студентов в зависимости от пола и профиля обучения

Т.В. Зуева, Н.Н. Сайкинова

Пермская государственная медицинская академия,
г. Пермь

Проблема здоровья студенческой молодежи всегда является актуальной. Получение высшего профессионального образования совпадает с

возрастом завершения биологического и социального созревания, что повышает риск утраты здоровья. Кроме того, получение специальности и работа по ней предъявляет определенные требования к состоянию здоровья и психофизиологическим особенностям студентов и будущих специалистов.

Целью работы стало изучение физического и психофизиологического развития студентов гуманитарного и медицинского профилей обучения. Обследовано 296 студентов, из них 201 девушка и 95 юношей. Уровень физического здоровья определен по Г.Л.Апанасенко (1988) на основе изучения 5 известных и широко используемых в практике массовых исследований показателей: длина и масса тела, жизненная емкость легких, динамометрия, частота сердечных сокращений, артериальное давление. Выполнена нагрузочная проба Мартине-Кушелевского, рассчитан адаптационный потенциал системы кровообращения по Р.М.Баевскому (1987). Уровень развития силы и лабильности нервной системы, скорость переключения внимания установлены с использованием общепринятых методик. Полученные данные статистически обработаны с применением описательной статистики Wind Excel, индивидуальные показатели развития ранжированы с выделением уровней - среднее, выше и ниже среднего и высокое и низкое.

Средний уровень физического здоровья выявлен лишь у одной трети девушек и юношей. Более половины обследованных студентов имеют низкий и ниже среднего уровень здоровья, что чаще связано с развитием мышечной силы и функциональными возможностями сердечно-сосудистой системы. Установлена связь высокой степени между показателями, характеризующими функциональное состояние сердечно-сосудистой системы, и уровнем физического здоровья в целом. Напряжение функционирования системы кровообращения по данным оценки адаптационного потенциала обнаружено у каждой второй девушки и каждого второго юноши.

В уровне физического здоровья студентов медицинского и гуманитарного профилей обучения существенных различий не выявлено. В то время как у юношей гуманитарного профиля он в 2 раза ниже, в основном за счет физиометрических показателей физического развития.

Изучение половых различий в развитии психофизиологических функций показало, что низкие показатели силы нервной системы установлены только среди девушек. Высокие и выше среднего скорости переключения внимания в 2 раза чаще встречаются у юношей. Но девушки имеют достоверно более высокий уровень лабильности нервной системы.

Обнаружены различия в развитии психологических функций у студентов, обучающихся по разным медицинским специальностям. Так

нервная система средней силы отмечается у 82% девушек медико-профилактического факультета против 68% педиатрического. Девушки медико-профилактического факультета в 2,4 раза чаще имеют высокий и выше среднего уровень лабильности нервной системы по сравнению со студентками педиатрического факультета. Скорость переключения внимания достоверно выше у девушек медико-профилактического факультета.

У юношей этих двух факультетов существенных различий в силе нервной системы не выявлено. Но высокая и выше среднего лабильность нервной системы встречается только у юношей медико-профилактического факультета, равно как и скорость переключения внимания выше среднего уровня установлена среди юношей только этого факультета.

Таким образом, более половины всех обследованных студентов имеют низкий и ниже среднего уровень физического здоровья с напряжением функционирования системы кровообращения. Результаты исследований свидетельствуют о необходимости проведения оздоровительных и профилактических мероприятий и воспитания бережного отношения студентов к своему здоровью.

Полученные нами данные развития психофизиологических функций у студентов могут быть полезны как при проведении профориентационной работы среди студентов разного пола и профиля будущей специальности, так и при организации образовательного процесса.

Нейроэлектрмиографические характеристики детей 6-10 лет социально-реабилитационного центра Курчатовского района г. Челябинска

А.С. Аминов

Южно-Уральский государственный университет,
г. Челябинск

Электронеуромиография (ЭНМГ) – метод диагностики, основанный на регистрации и анализе биоэлектрических потенциалов мышц периферических нервов (Х.Коуэн, Дж.Брумлик, 1975). Обследовались воспитанники Социально-реабилитационного центра (СРЦ) обоих полов в возрасте 6-10 лет. Регистрация ЭНМГ проводилась с мышц: бицепса, трицепса, живота, икроножной. Регистрировалась максимальная и средняя амплитуды, средняя частота, отношение амплитуды к частоте. Обследование проводилось в ноябре 2005г. результаты обследования представлены в таблице 1.