

Вывод. Подводя итоги, хочется сказать, что баскетбол является универсальным методом физического воспитания студенческой молодёжи, помогает развить многие физические и психологические качества. Также он учит студентов работать в команде. В результате проведенного исследования мы видим, что студенты старших курсов готовы к будущей профессиональной деятельности. Исследование показало, что будущие специалисты принимают обдуманные, взвешенные и осмысленные решения, рассматривают различные гипотезы и варианты поставленных задач. Специалисту с такими психологическими качествами в будущем будет легко зарекомендовать себя на любом месте работы. Профессионально-прикладная физическая культура дает возможность молодым людям развивать те знания, умения и навыки, которые они смогут ежедневно применять и быть конкурентоспособным профессионалом.

Библиографический список

1. Карпов, А.В. Опросник рефлексивности [/https://psylab.info/](https://psylab.info/) (дата обращения 15.10.2021) Текст: электронный
2. Карпов, А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А. В. Карпов // Психологический журнал. 2003. Т. 24. № 5. С. 45-57.

Овчинников Е. О, Бараковских К. Н.

*Российский государственный
профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург, Свердловская область, Россия*

ПРОБЛЕМА СОХРАННОСТИ ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ В ПЕРИОД ПАНДЕМИИ

Аннотация. В данной статье рассматривается вопрос сохранности здоровья и здоровьесформирования всего населения в период пандемии. Рассказывается, с какими последствиями и проблемами столкнулось

население в связи появлением COVID-19, какие меры были применены для повышения и сохранения здоровья населения. Также представлены результаты международного исследования, в котором показано влияние коронавирусной инфекции на беременных женщин и ее последствия.

Ключевые слова. здоровье, здоровьесбережение, коронавирусная инфекция, пандемия.

В настоящее время как никогда стоит острый вопрос о здоровье и здоровьесформировании не только детей, подростков, молодёжи, но и всего населения в целом. Так как в связи с появлением нового вируса COVID-19, жизнь разделилась на «до» и «после». Всё население страны привыкло к обычной жизни, где ты можешь спокойно и беспрепятственно выйти на улицу или сходить в тренажёрный зал для поддержания и укрепления своего физического состояния и здоровья. Но был объявлен всеобщий локдаун по всему миру, закрылись все заведения, и нельзя было выходить на улицу, многих перевели на дистанционный формат обучения и работы. Никто не знал, каким образом новый вирус может повлиять на здоровье человека. В связи с этим двигательная активность населения была сведена к минимуму.

С целью предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции люди перестали осуществлять привычную для себя двигательную активность, такую как:

- ходить на работу или учёбу;
- посещать тренажёрный зал и другие спортивные секции;
- посещать торговые и развлекательные центры;
- встречаться с родственниками, друзьями, и прочими социальными единицами;
- посещать культурные центры и мероприятия, такие как кино, театр, концерты, и другое.

В результате двигательная активность населения резко снизилась из-за введения карантина. Что привело к серьёзным последствиям: ухудшение здоровья в связи с сокращением двигательной активности, повышение веса и начало развития ожирения, проблемы с сердечно-сосудистой системой, снижение зрения и концентрации внимания, а также появление бессонницы и психических расстройств [1].

В связи с этим, сохранение здоровья населения приобрело первоначальное значение. Были применены здоровьесберегающие технологии в обучении и рабочих местах.

Здоровьесберегающие технологии - это система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья в период пандемии [3].

Новизной стало применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий в обучении и профессиональной деятельности: дистанционные лекции и практики, видеоуроки, онлайн-тренировки. Для многих сначала это было непонятым, и не все сразу адаптировались под существующие реалии, но со временем, так как двигательная активность необходима, а здоровье нужно поддерживать на должном уровне, стали включаться в процесс и поддерживать данное направление в дистанционном формате.

Обратимся к международному исследованию, которое было организовано Оксфордским университетом в 18 странах мира, оно показало, что влияние COVID-19 при беременности оказывает сильное воздействие и в связи с чем появляется более высокий риск тяжелых осложнений у матери и ребёнка.

В данном исследовании были представлены данные более 2100 беременных со всего мира. Сами беременные, заразившиеся COVID-19, значительно тяжелее переносят как саму беременность, так и

коронавирусную инфекцию. Воздействуя друг на друга они повышают риск материнской смертности.

Каждую женщину учёные наблюдали на протяжении всего срока беременности – от постановки диагноза до самих родов. И в этом случае, следует отметить, что тяжёлая форма коронавирусной инфекции развивались не у всех беременных. Большая часть участниц исследования в России перенесла инфекцию в лёгкой или бессимптомной форме.

Тем не менее, есть значительная разница между инфицированной беременной и здоровой, у пациенток с коронавирусной инфекцией беременность протекала тяжелее, намного чаще были осложнения, которые оказывали негативное влияние на здоровья матери и ребёнка. Вторичные инфекции на фоне COVID-19 развивались обильней, а в реанимацию попадали в 5 раз чаще.

Следует отметить, что у беременных женщин с COVID-19 беременность в большинстве случаев заканчивалась преждевременными родами, вследствие чего у новорожденных чаще наблюдались разного рода осложнения - такие как, как недоразвитость легких, кровоизлияния в головной мозг, нарушение зрения. 13% новорожденных оказались заражены COVID-19, скорее всего, унаследовав инфекцию от матери [2].

Учёными было доказано, что через молоко инфекция не передаётся, зато передаются антитела. Но обеспечить безопасность при кормлении грудью невозможно, только сцеживать молоко и «дистанционно» кормить.

Таким образом, несмотря на появившиеся сложности, в виде локдауна и снижением двигательной и физической активности, люди научились адаптироваться к новым жизненным условиям, находить выходы для поддержания и сохранения своего здоровья, также

продолжаются исследования о влиянии новой инфекции COVID-19, и появляются новые пути здоровьесбережения населения.

Библиографический список:

1. Тагаков, Н. Е. Физическая активность в период пандемии COVID-19 / Н. Е. Тагаков, М. В. Щербатенко // Материалы Всероссийской научно-практической конференции «Наука и социум». 2021. №17. С. 190-193. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/fizicheskaya-aktivnost-v-period-pandemii-covid-19>. Текст: электронный.

2. Исмаилова, И. В. Особенности влияния COVID-19 на организм беременной женщины / И. В. Исмаилова // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2020. №11(1). С. 70-73. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-vliyaniya-covid-19-na-organizm-beremennoy-zhenschiny>. Текст: электронный.

3. Ковальжина, Л. С. Социальные практики здоровьесбережения и модели поведения студентов в условиях инфодемии COVID-19 / Л. С. Ковальжина // Известия вузов. Социология. Экономика. Политика. 2021. №1. С. 66-78. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sotsialnye-praktiki-zdoroviesberezheniya-i-modeli-povedeniya-studentov-v-usloviyah-infodemii-covid-19>. Текст: электронный.

Орлова П.А., Сапегина Т.А.

*Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия*

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

Аннотация. Под термином профессионально-прикладная физическая культура понимается своего рода педагогический процесс, который направлен на совершенствование и развитие специальных и профессионально важных физических качеств. Эти качества предоставляют собой не только двигательные навыки, как принято считать, но также и психофизиологические функции организма, к