

## Состояние физического здоровья студентов БГМУ в течении учебного года

Шерневич Юрий Иосифович Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск  
Научный(-е) руководитель(-и) ) – кандидат педагогических наук, доцент Романов Кирилл Юрьевич,  
Белорусский государственный медицинский университет, Минск

### Введение

Исследование состояния уровня физического здоровья студентов в течение учебного года является одной из актуальных тем оздоровительной физической культуры.

### Цель исследования

Цель данной работы явилось изучение состояния уровня физического здоровья студентов БГМУ в течение учебного года.

### Материалы и методы

В начале и конце года студенты 1 курса были протестированы по показателям физического здоровья. На основании показателей физического развития и функционального состояния сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем у обследуемых студентов по методике профессора Г.Л. Апанасенко был определен их уровень физического здоровья. Интегральная оценка УФЗ аккумулирует в себе сведения характеризующие состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем организма, что важно как для определения средств их оптимизации, так и заключения об эффективности процесса физического воспитания.

### Результаты

Анализ средних величин УФЗ у студентов свидетельствует о том, что у юношей, этот показатель составил  $6,9 \pm 0,3$  у.е. в 1 семестре и  $6,7 \pm 0,3$  у.е. во втором семестре, что оценивается как неудовлетворительно. Аналогичная ситуация и у девушек – в 1 семестре показатель УФЗ  $5,1 \pm 0,3$  у.е. во 2 семестре  $5,4 \pm 0,3$  у.е.. В начале учебного года очень низкий УФЗ был выявлен у 21%, низкий - 39%, удовлетворительный – 32%, хороший – 5% и отличный 3%. В конце учебного года очень низкий УФЗ был выявлен у 18%, низкий - 32%, удовлетворительный – 37%, хороший – 6% и отличный 4%. У девушек распределение по уровням физического здоровья в процентном отношении: в начале учебного года очень низкий УФЗ был выявлен у 31%, низкий - 38%, удовлетворительный – 29%, хороший - 2%, отличный уровень не выявлен. В конце учебного года очень низкий УФЗ был выявлен у 27%, низкий - 31%, удовлетворительный – 38%, хороший – 4%, отличный уровень не выявлен.

### Выводы

Изучение показателей физического здоровья студентов 1 курса показало наличие негативных отклонений в средних значениях, характеризующих функциональное состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной систем. Интегральная оценка уровня физического здоровья у данного контингента является неудовлетворительной. Полученные экспериментальные данные являются основой для разработки физкультурно оздоровительной технологии, направленной на формирование уровня физического здоровья и физической подготовленности студентов Белорусского государственного медицинского университета.