

**СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ
ЖИТОМИРСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО АГРОЕКОЛОГІЧНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ**

Дзензелюк Д. О., Поплавська Л. В.

Житомирський національний агроекологічний університет

Момот О. П.

КВНЗ «Житомирський інститут медсестринства»

Анотація. У статті була розглянута сучасна науково-методична література вітчизняних та закордонних науковців і фахівців з системи фізичного виховання в напрямку вивчення стану здоров'я студентської молоді, ставлення до здорового способу життя, системи фізичного виховання та недоліки занять з фізичного виховання у вищих навчальних закладах, мотиваційно-ціннісне ставлення до занять фізичними вправами, та рівень обізнаності стосовно власного здоров'я тощо. В даній роботі було проведено аналіз стану здоров'я та захворюваності студентів-аграріїв на прикладі студентів Житомирського національного агроекологічного університету протягом 2008–2015 років навчання з наведенням чисельності в основній, спеціальній медичній групі та спортивному відділенні з використанням сучасних методів дослідження з метою оцінити та розглянути подальшу перспективу даної динаміки і шляхи вирішення.

Результати даної роботи доповнили та підтвердили результати вітчизняних та закордонних науковців, які свідчать про низький стан соматичного здоров'я студентської молоді. Сформували направленість розвитку захворюваності, за системами організму та окремих органів у студентів-аграріїв, рівень мотивації до занять фізичними вправами протягом навчання у вищому навчальному закладі. Аналіз даної динаміки дає можливість внесення змін науково-педагогічним працівникам у навчальний процес та корегувати зміст планових занять з фізичного виховання задля формування у студентської молоді потребу до фізичних навантажень, мотиваційно-ціннісного ставлення до здорового способу життя та покращення стану здоров'я студентської молоді.

Ключові слова: стан здоров'я, фізичне виховання, основна група, спеціальна медична група, спортивне відділення, захворюваність, позанавчальний час

Вступ. Дбайливе ставлення до власного здоров'я – це досить актуальна проблема сучасного суспільства, адже здоров'я вважається головною суспільною цінністю. Зважаючи на зниження рівня життя, погіршення екологічних умов, скорочення медичних і соціальних державних програм, на перший план висуваються проблеми соматичного здоров'я сучасної людини [2, с. 50–52]. Здоров'я залежить від багатьох факторів, які об'єднуються в одне інтегральне поняття – здоровий спосіб життя. Його метою є навчити людину розумно ставитися до власного здоров'я, фізичної та психічної культури, загартувувати свій

організм, вміло організовувати працю і релаксацію тощо [1, с. 112–114].

Останнім часом ситуація зі здоров'ям студентської молоді наблизилась до критичної: підвищується рівень загальної захворюваності та поширеність захворювань окремих органів і систем. Цьому сприяє зростання інтенсивності впливу на здоров'я факторів екологічного та медико-соціального ризику, погіршення структури харчування, зниження ефективності проведення традиційних профілактичних заходів та малорухомий спосіб життя [6, с. 22–25].

За період навчання, стан здоров'я студентів погіршується. З кожним роком збільшується чисельність спеціальної

медичної групи при вищих навчальних закладах України. Основними причинами такої тенденції є: хворобливість, шкідливі звички, дефіцит часу, відсутність бажання до занять фізичними вправами, умов для заняття тощо [3, с. 130–132; 5, с. 50–55].

За даними інформаційних джерел у вищих навчальних закладах України до спеціальних медичних груп щорічно зараховують від 13 до 35 % студентів [7, 8]. Кількість таких студентів у Житомирському національному агроєкологічному університеті в 2014/15 н. р. становить 17,6 % від загального числа студентів I–II курсів навчання. Аналіз такого стану здоров'я студентської молоді і обумовлює актуальність даної роботи.

Мета дослідження. Дослідити стан здоров'я студентів-аграріїв I–II курсів протягом 2008–2015 років навчання.

Матеріали та методи. Дослідження було проведено на базі Житомирського національного агроєкологічного університету, в якому брали участь студенти I–II курсів агрономічного, лісового господарства, ветеринарної медицини, економіки та менеджменту, обліку та фінансів, екологічного, технологічного та інженерно-технічного факультетів протягом 2008–2015 років навчання. У дослідженні був проведений аналіз та синтез науково-методична література даного напрямку, медичні документи (амбулаторні картки, медичні довідки тощо). Під час дослідження використовувались такі методи: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел, показників захворюваності та математичної статистики.

Результати та їх обговорення. Ієрархічне уявлення системи фізичного виховання засноване на уявленні її у вигляді сукупностей одиниць, що складають системну ієрархію. В ієрархічному плані виділяються такі рівні підсистеми чи одиниці фізичного виховання студентської молоді: фізичне виховання студентів України, вищого навчального закладу, структурного підрозділу вищого навчального закладу,

спеціальності, окремого студента. Кожна з одиниць має функціональну специфіку системи фізичного виховання в цілому і разом з тим, має свої специфічні, ідеологічні, нормативні, організаційні основи і види забезпечення, що вимагають свої розробки і планування, виходячи з динаміки розвитку суспільства та його пріоритетів [9, с. 73–74].

Система фізичного виховання у вищому навчальному закладі для ефективної, диференційованої роботи зі студентами передбачає розподіл навчальних груп за станом здоров'я на основну, спеціальну медичну та спортивне відділення. Чисельність яких залежить від проведення щорічного (вересень – жовтень) медичного огляду ВНЗ та спеціалізованих медичних установ відповідно до наказу ректора.

Однак сформована у аграрних вищих навчальних закладах система фізичного виховання студентської молоді недостатньо ефективна. Вона не виконує повною мірою соціальне замовлення держави на збереження здоров'я, загальнокондиційної і спеціальної професійно-прикладної психофізичної підготовленості студентів до життєдіяльності і професійної праці та вимагає подальшого вдосконалення. На це багаторазово вказує цілий ряд державних документів, а також на це звертають увагу фахівці в галузі фізичного виховання.

Ефективність системи фізичного виховання студентів аграрних вищих навчальних закладів свідчать результати щорічного тестування з фізичної підготовленості, обстеження тану здоров'я, визначення фізичної розвитку, рухової активності тощо. За даними дослідження даної роботи можна стверджувати про прогресуючу динаміку захворюваності студентів протягом 2008–2015 років навчання (рис. 1). Піковим у студентів першого курсу є: 2013–2014, 2014–2015 роки навчання $p < 0,01$. На таку динаміку впливає першочергово захворювання серцево-судинної та дихальної систем (42,20 %). Для студентів другого року навчання піковими є роки

2009–2010, 2011–2012 та 2012–2013 в яких захворювання серцево-судинної та дихальної систем становлять 49,13 %,

шлунково-кишкового тракту –30,87 % з $p < 0,001$.

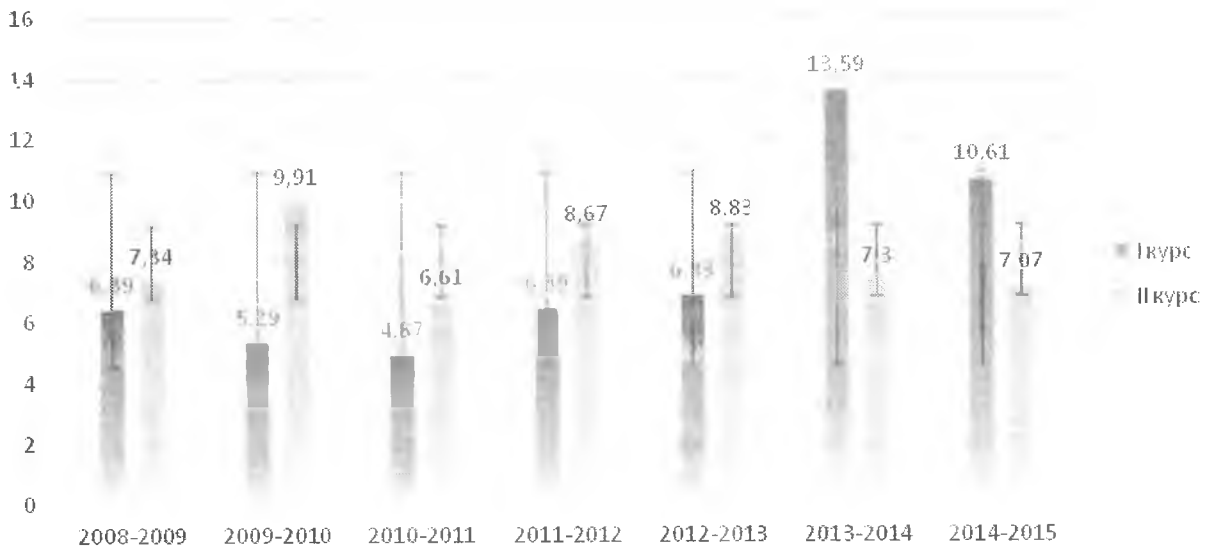


Рис. 1. Динаміка чисельності студентів спеціальної медичної групи, %

Чисельність студентів основної групи свідчить про стабільність динаміки протягом навчання $p > 0,05$. Піком насиченості (30,18 %) групи першого курсу є 2011–2012 навчальний рік з подальшим зниженням до 28,38 % в 2014–

2015 роках $p < 0,05$. На других курсах навчання найчисельнішими були 2011–2012, 2012–2013 роки з подальшою регресією з 27,93 до 18,39 % в 2014–2015 році навчання (рис. 2).

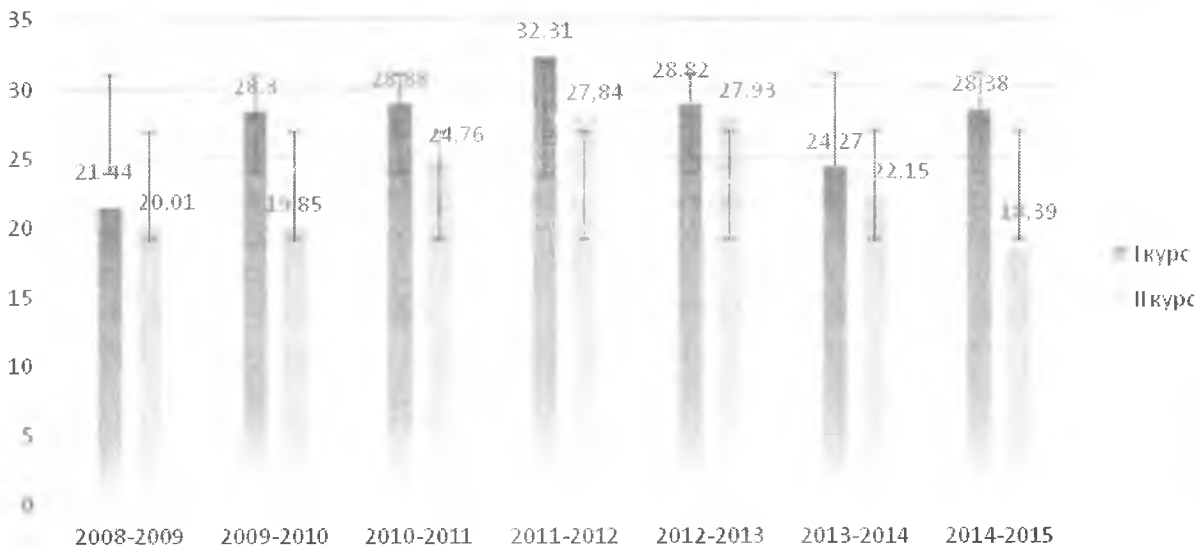


Рис. 2. Динаміка чисельності студентів основної групи, %

Динаміка чисельності студентської молоді спортивного відділення свідчить про низькі показники 2008–2012 навчальні роки з = 6,91 % на перших курсах та = 6,35 % на других курсах навчання $p < 0,001$. Але з 2011–2012 року навчання спостерігається позитивна зміна на перших та других курсах з подальшим прогресом у

студентів других курсів з 13,1 до 24,4 % та регресом студентів перших курсів з 14,48 до 11,14 % з невеликим підйомом в 2013–2014 р.н. (рис. 3.). Прогресуючі показники чисельності спортивного відділення аргументуються відмінністю програм навчання, рівнем мотиваційно-ціннісного

ставлення до самовдосконалення та спортивного росту тощо.

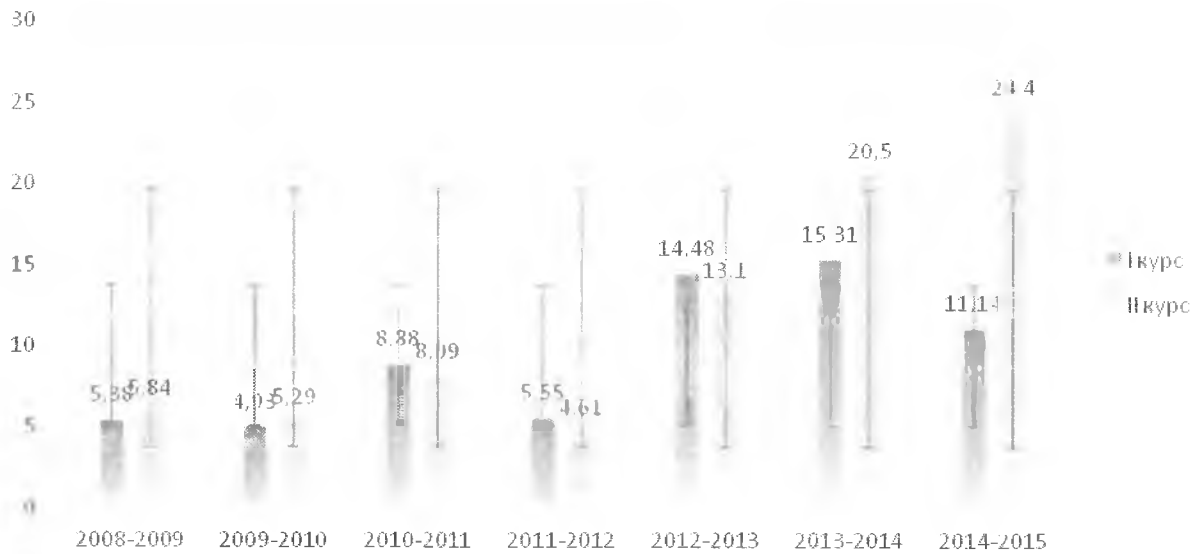


Рис. 3. Динаміка чисельності студентів спортивного відділення, %

Навчальна програма спортивного відділення спрямована на формування та вдосконалення умінь, знань та навичок з обраного виду спорту. Склад груп проводиться виключно за бажанням та врахуванням інтересу студентської молоді. Не менш важливим фактором є позитивна співпраця викладача та студента, формування мотивації до занять фізичними вправами та їх впливу на здоровий спосіб життя та довголіття.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Враховуючи результати досліджень можна стверджувати про ріст чисельності студентів спеціальної медичної групи та відповідно погіршенням здоров'я з проявом захворювань серцево-судинної, дихальної, шлунково-кишкового тракту та опорно-рухового апарату [4]. Критична чисельність спостерігається в основній групі. Така динаміка зумовлена недостатньою матеріально-технічною базою та рівнем мотивації до регулярних

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г.Л. Об оценке состояния здоровья человека / Г.Л. Апанасенко // Врачебное дело. – 1988. – № 5. – С.112–114
2. Гилун І.О. Вплив здорового способу життя на фізичний стан здоров'я людини / І.О. Гилун, А.М. Ляшевич // Студентська спортивна наука – 2015: зб. наук. пр. І Всеукраїнської студентської наук.-практ. конференції. – Житомир: Вид-во “Рута”, 2015. – С. 50–52

занять з фізичного виховання у вищому навчальному закладі. Певний ріст чисельності спортивного відділення спостерігається протягом 2012-2015 навчальні роки, причиною такої динаміки є робота науково-педагогічних працівників кафедри фізичного виховання, які вірно побудували співпрацю зі студентами, підвищили рівень мотиваційно-ціннісного ставлення до занять фізичними вправами за рахунок побудови цікавої навчальної програми фізичної активності на заняттях з фізичного виховання та в позанавчальний час.

Перспектива подальших досліджень спрямована на організацію навчально-виховного процесу з метою зацікавлення та залучення більшої кількості студентів до планових занять з фізичного виховання для зміцнення стану здоров'я, збільшення рівня рухової активності, покращення фізичного розвитку, фізичної підготовленості та працездатності.

3. Грибан Г.П. Анализ stanu здоров'я студентів вищих навчальних закладів / Г.П. Грибан, Т.Б. Кутек // Спортивний вісник Придніпров'я – науково-теоретичний журнал Дніпропетровського державного інституту фізичної культури і спорту. – 2004. – №7. – С. 130–132

4. Дзензелюк Д.О. Лікувальна фізична культура при захворюваннях опорно-рухового апарату (остеохондроз): методичні рекомендації для студентів та викладачів кафедри фізичного виховання / Д.О. Дзензелюк, А.П. Денисовець, О.П. Момот. – Житомир: Вид-во ПП "Рута", 2015. – 24 с.

5. Дзензелюк Д.О. Роль мотивації студентів до занять фізичними вправами на заняттях фізичного виховання у вищих навчальних закладах / Д.О. Дзензелюк // Молода спортивна наука України: зб. наук пр. з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Вип 6 (57): – Л.: ЛДУФК, 2013. – С. 50–55

6. Забродіна Н.П. Робота зі спеціальними медичними групами / Н.П. Забродіна // Фізична культура в школі. – №6. – С. 22–25

7. Петрук Л.А. Фізичне виховання студентів спеціальних медичних груп: Навч.-метод. посіб. / Л.А. Петрук, В.М. Федотов. – Рівне: НУВГП, 2012. – 112с.

8. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. пос. / С.І. Присяжнюк. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 504 с.

9. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання. Навч. пос. / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третьяков. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – С. 73–74

**СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ
ЖИТОМИРСКОГО НАЦИОНАЛЬНОГО
АГРОЭКОЛОГИЧЕСКОГО
УНИВЕРСИТЕТА**

**STATE OF HEALTH OF STUDENTS OF
ZHYTOMYR NATIONAL
AGROECOLOGICAL UNIVERSITY**

*Дзензелюк Д.А., Поплавська Л.В.
Момот О.П.*

*Житомирский национальный
агроэкологический университет
Житомирский институт медсестринства*

*Dzenzeliuk D., Poplavska L.
Momot O.*

*Zhytomyr National
Agroecological University
Zhytomyr Nursing Institute*

Аннотация. В статье была рассмотрена современная научно-методическая литература отечественных и зарубежных ученых и специалистов из системы физического воспитания в направлении изучения состояния здоровья студенческой молодежи, отношения к здоровому образу жизни, системы физического воспитания и недостатки занятий по физическому воспитанию в высших учебных заведениях, мотивационно ценностную отношение к занятиям физическими упражнениями, и уровень осведомленности о собственном здоровье и т.д. В данной работе был проведен анализ состояния здоровья и заболеваемости студентов-аграриев на примере студентов Житомирского национального

Abstract. In the article we considered modern scientific-methodological literature of Ukrainian and foreign scientists and specialists in the field of physical training that studies state of health of students, their attitude to a healthy lifestyle, physical training and disadvantages of physical training in universities, motivational-value attitude to physical exercises, and level of awareness of their own health etc. The paper deals with the analysis of state of health and sickness rate of students at the faculty of agriculture. We chose students of Zhytomyr National Agroecological University of 2008-2015 and established the number of them in basic group, special medical group and sport department using modern research methods to assess and consider the future prospects of this dynamics and possible

агроэкологического университета в течение 2008–2015 годов обучения с указанием численности в основной, специальной медицинской группах и спортивном отделении с использованием современных методов исследования с целью оценить и рассмотреть дальнейшую перспективу данной динамики и пути решения.

Результаты данной работы дополнили и подтвердили результаты отечественных и зарубежных ученых, которые свидетельствуют о низком состоянии соматического здоровья студенческой молодежи. Сформировали направленность развития заболеваемости, по системам организма и отдельных органов у студентов-аграриев, уровень мотивации к занятиям физическими упражнениями в течение обучения в высшем учебном заведении. Анализ данной динамики дает возможность внесения изменений научно-педагогическим работникам в учебный процесс и корректировать содержание запланированных занятий по физическому воспитанию для формирования у студенческой молодежи потребность к физическим нагрузкам, мотивационно-ценностного отношения к здоровому образу жизни и улучшение состояния здоровья студенческой молодежи.

Ключевые слова: состояние здоровья, физическое воспитание, основная группа, специальная медицинская группа, спортивное отделение, заболеваемость, внеучебное время.

solutions.

The results of the paper complemented and confirmed the results of Ukrainian and foreign scientists which indicate a low state of somatic health among students. We determined the direction of sickness rate development, according to body systems and certain organs of students at the faculty of agriculture, level of motivation to do physical exercises while studying at the university. The analysis of this dynamics gives scientific-pedagogical personnel the possibility to change academic activity as well as the content of planned lessons of physical training in order to create among students the need for physical exercises, motivational-value attitude to a healthy lifestyle and to improve state of health of students.

Key words: state of health, physical training, basic group, special medical group, sport department, sickness rate, extracurricular time.

Рецензент: доктор медичних наук В.Й. Шатило