

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

УО «ВИТЕБСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ОРДЕНА ДРУЖБЫ НАРОДОВ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ДОСТИЖЕНИЯ ФУНДАМЕНТАЛЬНОЙ, КЛИНИЧЕСКОЙ МЕДИЦИНЫ И ФАРМАЦИИ

Материалы 69-ой научной сессии сотрудников университета

29-30 января 2014 года

УДК 616+615.1+378
ББК 5Я431+52.82я431
Д 70

Редактор:

Профессор, доктор медицинских наук В.П. Дейкало

Заместитель редактора:

доцент, кандидат медицинских наук С.А. Сушков

Редакционный совет:

Профессор В.Я. Бекиш, профессор Г.Н. Бузук,
профессор С.Н. Занько, профессор В.И. Козловский,
профессор Н.Ю. Коневалова, д.п.н. З.С. Кунцевич,
д.м.н. Л.М. Немцов, профессор В.П. Подпалов,
профессор М.Г. Сачек, профессор В.М. Семенов,
доцент Ю.В. Алексеенко, доцент С.А. Кабанова,
доцент Л.Е. Криштопов, доцент С.П. Кулик,
ст. преп. Л.Н. Каныгина.

ISBN 978-985-466-694-5

Представленные в рецензируемом сборнике материалы посвящены проблемам биологии, медицины, фармации, организации здравоохранения, а также вопросам социально-гуманитарных наук, физической культуры и высшей школы. Включены статьи ведущих и молодых ученых ВГМУ и специалистов практического здравоохранения.

УДК 616+615.1+378
ББК 5Я431+52.82я431

ISBN 978-985-466-694-5

© УО “Витебский государственный
медицинский университет”, 2014

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК 2-ГО КУРСА ЛЕЧЕБНОГО И ФАРМАЦЕВТИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТОВ, ОТНОСЯЩИХСЯ К ОСНОВНОМУ МЕДИЦИНСКОМУ ОТДЕЛЕНИЮ И ЗАНИМАЮЩИХСЯ ПО ПРОГРАММЕ ОБЩЕФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА НАЧАЛО 2013-2014 УЧЕБНОГО ГОДА.

Сазоник В.В, Потоцкий П.С., Харкевич М.В., Васёха А.А.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. Физическое воспитание студентов тесно связано с их состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Физическая подготовленность – процесс и результат физической активности, обеспечивающий формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств.

Физическое развитие – закономерный процесс морфологических и функциональных изменений организма, его физических качеств и особенностей, протекающих в зависимости от внутренних причин развития и условий жизни человека. Определение уровня физической подготовленности имеет практическое значение в подборе средств, методов и дозировки нагрузки на занятиях.

Физическая подготовленность и состояние здоровья студентов имеет разноплановый характер, в связи с этим учебный процесс по физическому воспитанию должен быть составлен с учетом этих особенностей [1,2].

Цель. Дать оценку физической подготовленности студенток 2-го курса лечебного и фармацевтического факультетов, относящихся к основному медицинскому отделению и сделать сравнитель-

ный анализ полученных результатов.

Для изучения оценки уровня физической подготовленности были обследованы 90 студенток. Из них 45 человек фармацевтического и 45 человек лечебного факультета в возрасте 18-19 лет. Исследование проводило по общепринятой методике.

Материал и методы. Для определения уровня физической подготовленности использовались показатели зачетных нормативов по физической подготовке студентов, принимались которые в начале учебного года. Оценка производилась исходя из программных требований: бег 100 метров – 17,6 сек., бег 1000 метров – 4 мин. 50 сек., прыжок в длину с места – 170 см.

Результаты отражены в таблице.

Результаты и обсуждение. Полученные данные говорят о том, что у студенток 2 курса фармацевтического факультета результаты бега на 100 м., 1000 м., и прыжок в длину с места выше, чем у студенток 2 курса лечебного факультета. Однако мы видим, что и результаты студенток 2 курса фармацевтического факультета, за исключением прыжка в длину с места, не достигли уровня зачетных нормативов, принимаемых в ВУЗе.

Курс, факультет	Кол-во человек	Пол	Бег 100 м	Бег 1000 м	Прыжок с места
2 ЛФ	45	жен	18.1	5.25	166.5
2ФФ	45	жен	17.4	5.12	172
Зачетные нормативы			17.6	4.50	170

Выводы. В результате сравнительной характеристики студенток 2-х курсов лечебного и фармацевтического факультетов физическая подготовленность недостаточно высокая, поэтому необходимо обратить внимание на регулярность посещения и увеличению двигательной активности при проведении учебных занятий.

Литература:

1. Матвеев, Л.П. Теория и методика физиче-

ского воспитания : учебник для ин-ов физ. культуры : в 2 т. / Л.П. Матвеев, А.Д. Новикова. – 2-е изд. испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – 216 с.

2. Столбицкий В.В. Основы самостоятельной ППФП-ки студентов мед. вузов: учеб.-метод. пособие для студентов фарм., стом., леч. факультетов / В.В. Столбицкий. – Витебск: ВГМУ, 2007. – 119 с.

СИЛА И ЕЁ ПРОЯВЛЕНИЯ СТУДЕНТАМИ ВГМУ

Столбицкий В.В., Аксенов А.Г.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. Процесс воспитания физических качеств у студенческой молодёжи заключается в том, чтобы развивать и обеспечивать их проявления в разнообразных видах деятельности: трудовой, профессиональной, спортивной.

Среди двигательных качеств на первое место всегда ставят силу. Действительно, без силы мышц вообще невозможно движение живого организма.

Под силой, как двигательным качеством, понимается способность человека преодолевать внеш-

нее сопротивление или противодействовать ему путём мышечных усилий. Сила мышц измеряется динамометрией, тензометрией или определяется с помощью контрольных упражнений.

В различных упражнениях сила проявляется по-разному. В медленных движениях человек может реализовать значительно большее усилие, чем в быстрых.

Сила по-разному проявляется при различном характере работы мышцы. Выделяют преодолевающую и уступающий характер работы. Различия между ними видно при рассмотрении следующих примеров. Студент выполняет подтягивание на перекладине. Сначала он, сгибая руки, перемещает своё тело вверх. Это преодолевающая работа. Затем, медленно выпрямляя руки, он возвращается в исходное положение. Теперь уже выполняется уступающая работа. В прыжке при отталкивании мышцы ног работают в преодолевающем режиме, а во время приземления в уступающем.

Представление о силе было бы не полным, если бы мы не сказали об абсолютной и относительной силе. Сила человека зависит от мышечной массы. Поэтому люди большого веса в состоянии, как правило, поднимать и переносить значительные тяжести, чем люди малого веса.

Понятиями абсолютной и относительной силы, пользуются для характеристики уровня развития силы в спорте. Сила, которую может проявить человек в каком-либо движении безотносительно к собственному весу, называется абсолютной силой. Относительная сила вычисляется простым делением показателя абсолютной силы на вес тела.

Цель. Исследовать силу и её проявления студентами ВГМУ.

Материал и методы. Исследования силы мышц кисти осуществлялась с помощью ручного динамометра (по шкале в килограммах). Обследуемый стоял прямо, свободно отводя руку немного вверх

и в сторону и, обхватив динамометр кистью, максимально сжимал его.

В исследованиях приняло участие 167 студентов лечебного и фармацевтического факультетов, из них 150 девушек и 17 юношей.

Результаты и обсуждение. Студенты-юноши в среднем показывают результат в максимальном сжатии ручного динамометра в пределах 44,9 кг, девушки проявляют максимальную силу руки в пределах 28,9 кг. После того как мы определили абсолютную силу, проявляемую студентами, мы считали и относительную (к весу тела) – «силовой индекс». Расчетные показатели были следующими: у юношей силовой индекс в среднем равнялся 58,4%, что соответствует оценке как низкий уровень по «Шкале соматического здоровья» А.Г. Апанасенко [1,2].

Девушки показывают результат на уровне 46,7%, что соответствует оценке «ниже среднего».

Полученные результаты говорят о том, что у студентов-медиков абсолютная и относительная сила находится на низком уровне. И в этой связи необходимо разработать мероприятия по направленному развитию силы у студентов ВГМУ.

Выводы.

1. Сила и её проявления у студентов и студенток ВГМУ находится на низком уровне.

2. Кафедре физической культуры необходимо в ближайшее время разработать доступную методику по направленному развитию силы мышц кисти.

Литература:

1. Лечебная физкультура и врачебный контроль: учебник / под ред. В.А. Епифанова, Г.Л. Апанасенко. – М.: Медицина, 1990. – 368 с.

2. Колосовская, Л.А. Определение физической работоспособности и самоконтроль: Метод. реком. / сост. Л.А. Колосовская. – Минск: МГМИ, 2001. – 13 с.

ОСОБЕННОСТИ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Столбицкий В.В., Васеха А.А., Каныгина А.В., Каныгина Л.Н.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. Современная жизнь с высоким уровнем технического прогресса, большой долей умственного труда характеризуется ограничением двигательной активности людей или гиподинамией. Это свойственно и студентам, у которых соотношение динамического и статического компонентов жизнедеятельности, составляет по времени, в период учебной деятельности 1:3, а за энергопотреблением – 1:1; во внеурочное время, в соответствии, 1:8 и 1:2. То обстоятельство, что динамический компонент деятельности студентов во время учебных занятий и во внеурочное время почти одинаков, указывает на низкий уровень двигательной активности значительного контингента студентов [1].

Как отмечают специалисты, гиподинамия приводит к снижению темпов роста организма, функ-

циональным отклонениям в развитии головного мозга, что проявляется в нарушениях высшей нервной деятельности и низком уровне работоспособности мозга.

Очевидное сходство учебного труда студентов с характером профессиональной деятельности относится к 1-й группе видов труда [2].

Считается, что у представителей данной группы труда расход энергии равняется 2550 - 2800 ккал/сутки при оптимальном, обеспечивающем полноценную жизнедеятельность организма, в 3000 - 3800 ккал [3]. Таким образом, имеется дефицит по затратам энергии порядка 450 - 1000 ккал, который может быть ликвидирован единственно возможным способом - повышением двигательной активности (ДА). При этом затраты на собственно физические упражне-