

## АНАЛІЗ РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
Навчально-науковий інститут фізичної культури

*У статті представлені результати оцінки рівня соматичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей. Встановлено, що у досліджуваних переважає низький і нижче середнього рівні соматичного здоров'я. Лише незначний відсоток студентів мають середній рівень соматичного здоров'я. Отримані результати підтверджують тенденцію до погіршення стану здоров'я студентської молоді.*

**Постановка проблеми.** Інтеграція українських вищих навчальних закладів в загальноєвропейський освітній простір висуває нові вимоги до програм навчання. У зв'язку з цим все частіше постає питання відповідності системи фізичного виховання інтересам студентства та потребам підготовки кваліфікованих спеціалістів, здатних до постійного пошуку нестандартних способів вирішення будь-якого виробничого завдання, використання досягнень науково-технічного прогресу, реалізації та самореалізації своїх професійних навичок і вмій у різних сферах економічної діяльності [5, с.222]. Основи процесу формування гармонійно розвиненої особистості майбутнього фахівця агропромислового сектору закладаються у вищій школі. Його фундаментальними аспектами є: зміцнення здоров'я, негативне ставлення до шкідливих звичок, формування системи здорового способу життя, досягнення високої та стійкої працездатності через заняття фізичною культурою і спортом. [2, с.174].

Рівень фізичного здоров'я майбутніх аграріїв залежить від багатьох показників, які являють собою складну консистентну систему. Систематичні навчальні заняття фізичним вихованням у ВНЗ та самостійні заняття фізичними вправами дозволяють забезпечувати нормальний фізичний і духовний розвиток особистості майбутнього фахівця агропромислового комплексу. Разом з тим, вони виступають обов'язковою умовою формування пріоритетного спрямування на зміцнення здоров'я і мотиваційним стимулом до систематичних самостійних занять фізичною культурою і спортом [7, с. 238].

На разі, більшість студентів нашої країни, вступаючи на навчання у ВНЗ, вже мають різноманітні відхилення у стані здоров'я. Сучасний стан організації фізичного виховання у вищій школі є причиною подальшого погіршення стану здоров'я майбутніх фахівців аграрної промисловості [8, с. 130]. Шляхи вирішення даної проблеми повинні лежати в площині підвищення функціональних резервів організму і зростання його енергетичного потенціалу завдяки зміцненню здоров'я студентства [2, с.174].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій** дозволяє констатувати, що сучасна система фізичного виховання у вищих навчальних закладах, малоефективна і не здатна забезпечити фахову підготовку випускників до виробничої діяльності, реалій подальшого професійного життя та потребує реформування [3-5]. У той же час, гостро постає питання про нестачу кваліфікованих професійних кадрів, зокрема в аграрній промисловості України. Результати аналізу публікацій вітчизняних науковців [2, 4, 5, 9] доводять, що більше 52% студентів мають низький рівень фізичного здоров'я, а більше половини випускників вищих навчальних закладів фізично неспроможні якісно працювати на виробництві.

Відповідно до положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах, фізичне виховання студентів розглядається як невід’ємна, найважливіша частина загального виховання студентства [6]. Засобами фізичної культури забезпечується загальна і спеціальна фізичні підготовки у контексті умов майбутньої професії. Отже, вирішуючи специфічні завдання, фізичне виховання студентства відіграє суттєву роль у моральному, вольовому та естетичному розвитку, вносить значний внесок у підготовку кваліфікованих та всебічно розвинених фахівців [2, 4, 5, 7]. Враховуючи вищезазначене, для ефективного вирішення завдань фізичного виховання студентів дуже важливо мати достовірну інформацію щодо рівня фізичної підготовленості та здоров’я, а також ступеня відповідності змісту навчальної програми інтересам студентів, оскільки основна мета фізичного виховання полягає у формуванні фізичної культури студентів і можливості реалізувати її у соціально-професійній, фізкультурно-спортивній діяльності та побуті [2-4, 8].

**Мета статті:** визначити рівень соматичного здоров’я студентів аграрних спеціальностей за експрес-системою Г. Л. Апанасенка.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Дослідження проводилось серед студентів I–III курсів аграрних спеціальностей Сумського національного аграрного університету (юнаки n=431, дівчата n=221), Харківського національного технічного університету сільського господарства ім. Петра Василенка (юнаки n=315, дівчата n=116) та Глухівського агротехнічного інституту ім. С. А. Ковпака (юнаки n=108). З метою визначення індексу соматичного здоров’я досліджуваного контингенту, застосовувалась експрес-система оцінки рівня здоров’я Г. Л. Апанасенка, яка дає можливість комплексно визначити функціональний стан організму за показниками кардіореспіраторної та м’язової систем [1]. Зазначені показники формалізовані у кількісних одиницях і пов’язуються з рівнем індивідуального здоров’я.

Результати вимірювання антропометричних і фізіометричних показників досліджуваних представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Антропометричні і фізіометричні показники студентів I–III курсів аграрних ВНЗ**

Показники	Юнаки (n = 864)		Дівчата (n = 337)	
	Статистичні показники			
	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$
Зріст (м)	174,51	5,76	167,34	5,20
Маса (кг)	73,39	6,07	64,76	4,79
ЖЄЛ (мл)	3750,5	254,04	3117,95	144,88
Динамометрія кисті (кг)	40,22	3,20	28,03	2,71
ЧСС (уд/хв)	79,48	3,18	79,79	2,30
АТ <sub>с</sub> (мм рт. ст.)	121,41	4,33	118,72	1,99

Аналіз отриманих даних свідчить про відповідність вагових, ростових та силових показників зазначених студентів віковим нормам розвитку. Зріст юнаків становить  $174,51 \pm 5,76$  м, дівчат –  $167,34 \pm 5,20$  м; вага юнаків коливається у межах  $73,39 \pm 6,07$  кг, дівчат –  $64,76 \pm 4,79$  кг. Життєва ємність легень досліджуваного контингенту складає  $3750,5 \pm 254,04$  мл у юнаків і  $3117,95 \pm 144,88$  мл у дівчат. Сила правої кисті становить у юнаків і дівчат  $40,22 \pm 3,20$  кг та  $28,03 \pm 2,71$  кг відповідно.

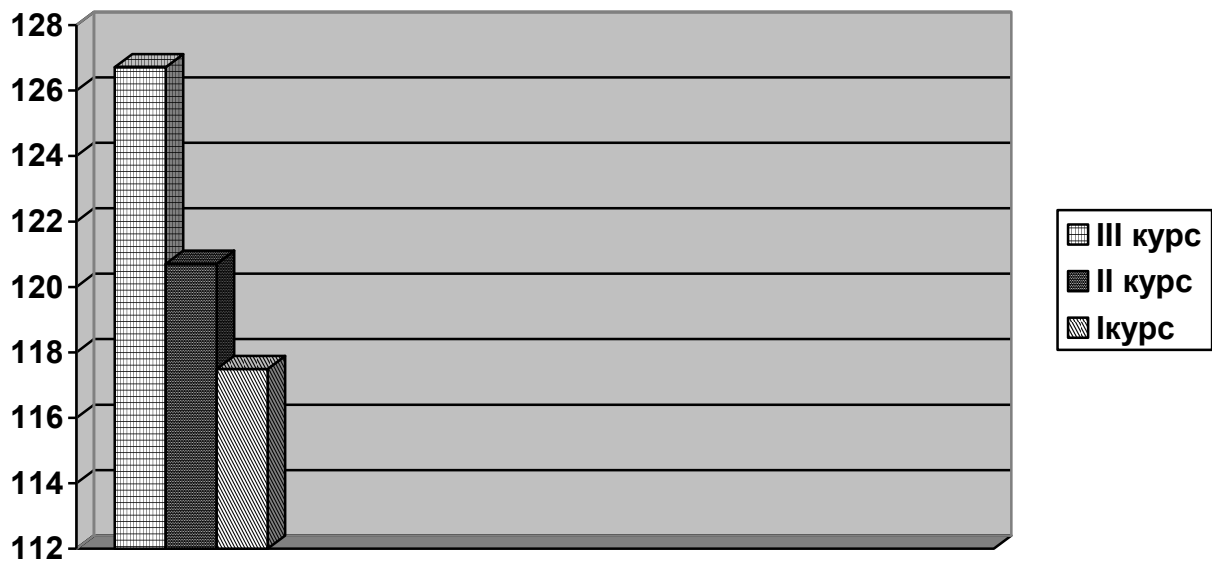


Рис. 1 Показники АТ<sub>с</sub> студентів I, II і III курсів аграрних спеціальностей

Аналіз гемодинамічних показників досліджуваних показав, що ЧСС у юнаків і дівчат не виходить за межі норми і складає  $79,48 \pm 3,18$  уд/хв та  $79,79 \pm 2,30$  уд/хв відповідно. Показники АТ<sub>с</sub> студенток відповідають нормам і становлять  $118,72 \pm 1,99$  мм рт. ст. Показники АТ<sub>с</sub> юнаків становлять  $121,41 \pm 4,33$  мм рт.ст, що є вищими за норму. Подальший аналіз виявив найгірші показники АТ<sub>с</sub> серед студентів III курсів ( $126.71 \pm 1.56$  мм рт.ст.) у порівнянні з показниками другокурсників ( $120.7 \pm 2,18$  мм рт.ст.) і першокурсників ( $117.49 \pm 2,01$  мм рт.ст.) (рис 1.).

Середні показники індексу соматичного здоров'я (ІСЗ) майбутніх аграріїв складають –  $0.99 \pm 1.85$  бали у юнаків і  $1.44 \pm 1.74$  бали у дівчат (табл. 2). Порівнюючи отримані дані з нормами оцінки рівня фізичного здоров'я юнаків та дівчат, визначених іншими науковцями [9] можна стверджувати, що показники індексу соматичного здоров'я юнаків та дівчат відповідають низькому рівню ( $ІСЗ \leq 3$  бали).

Таблиця 2

**Рівень соматичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей та його складові**

Показники	Юнаки (n = 864)		Дівчата (n = 337)	
	Середні значення	Бали	Середні значення	Бали
Масовий індекс (кг/м <sup>2</sup> )	$24.07 \pm 1,11$	$-0.23 \pm 0,42$	$23.11 \pm 0,97$	$-0.21 \pm 0,41$
Життєвий індекс (мл/кг)	$51.28 \pm 3,49$	$-0.46 \pm 0,73$	$48.26 \pm 1,84$	$0.93 \pm 0,40$
Силовий індекс (%)	$54.99 \pm 4.53$	$-0.92 \pm 0,31$	$43.35 \pm 3.49$	$-0.27 \pm 0.47$
Індекс Робінсона (ум.од.)	$96.56 \pm 6.32$	$-0.51 \pm 0.57$	$94.72 \pm 3.18$	$-0.40 \pm 0.49$
Проба Мартіне (с)	$147.39 \pm 11.04$	$1.11 \pm 0.58$	$149.96 \pm 16.22$	$1.29 \pm 0.86$
ІСЗ		$-0.99 \pm 1.85$		$1.44 \pm 1.74$

ІСЗ першокурсників та другокурсників становить  $0.29 \pm 2.02$  і  $-1.07 \pm 1.17$  бали відповідно, студенти III курсів мають показник –  $2.43 \pm 0.71$  бали. Показники

ІСЗ студенток I курсу складають  $2.12 \pm 1.82$  бали, другокурсниць –  $1.56 \pm 1.84$  бали, студенток III курсів –  $0.51 \pm 0.95$  бали (рис. 2).

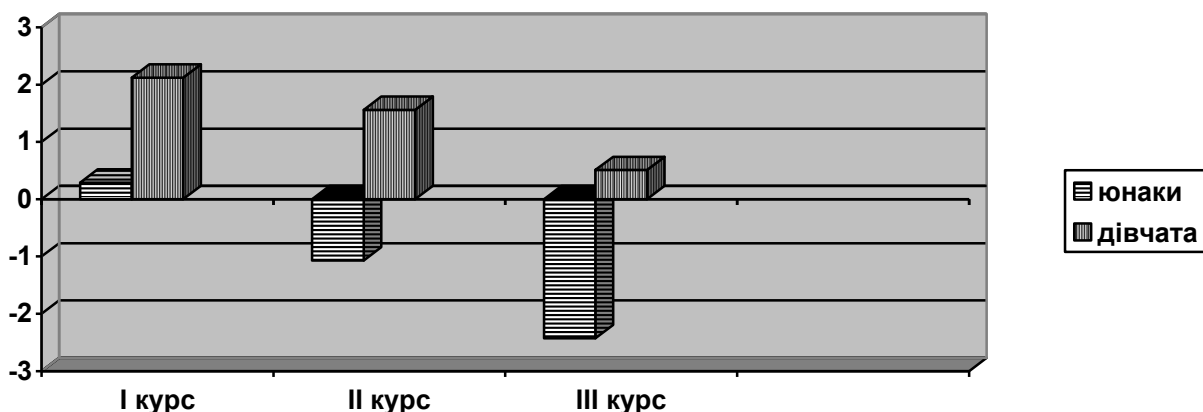


Рис. 2 Показники ІСЗ студентів і студенток I, II і III курсів аграрних спеціальностей

Аналіз одержаних результатів, щодо індексу соматичного здоров'я, дозволив нам визначити рівень фізичного здоров'я майбутніх спеціалістів агропромислового виробництва.

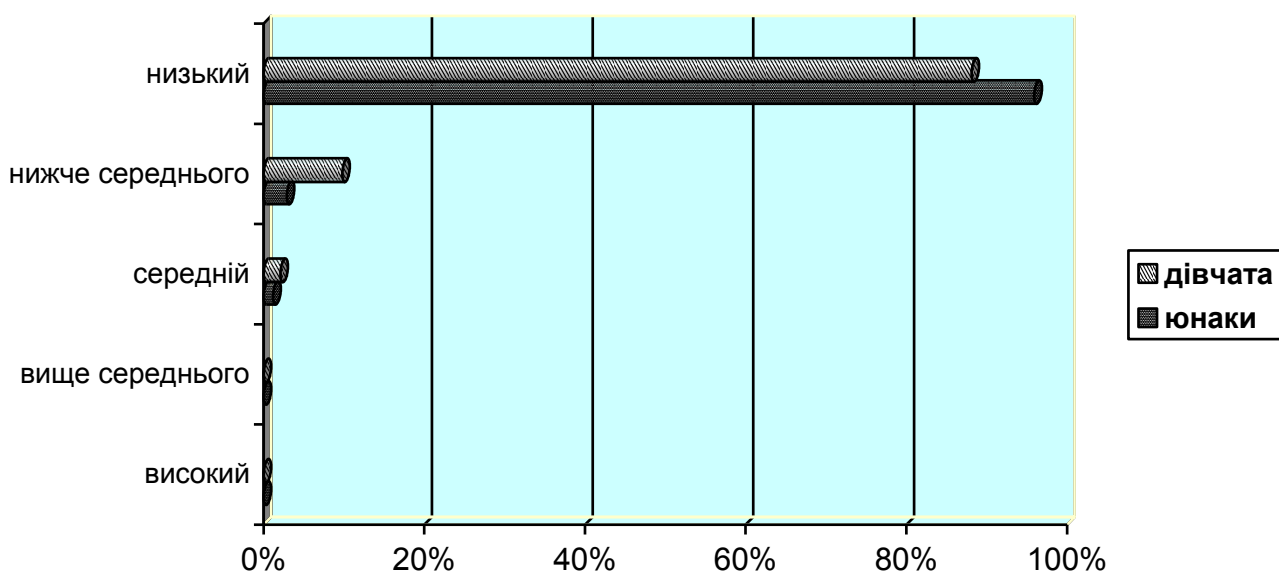


Рис. 3 Показники рівня фізичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей

Низький рівень фізичного здоров'я, нами було виявлено у переважної більшості майбутніх фахівців (рис.3).

**Висновки.** Результати нашого дослідження констатують незадовільний рівень фізичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей. 98,8% студентів та 97,9% студенток мають низький та нижчий за середній рівні; у 1,2% юнаків і 2,1% дівчат виявлено середній рівень фізичного здоров'я. Індекс соматичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей відповідає низькому рівню і становить  $-0,99$  балів у юнаків і  $1,44$  – у дівчат.

Порівняльний аналіз показників ІСЗ студентів I, II та III курсів аграрних спеціальностей виявив, що середній показник ІСЗ у першокурсників становить  $0.29 \pm 2.02$  бали, у другокурсників –  $1.07 \pm 1.17$  бали, студенти III курсів мають показник  $-2.43 \pm 0.71$  бали. Показники ІСЗ студенток I, II та III курсів становлять  $2.12 \pm 1.82$  бали,  $1.56 \pm 1.84$  бали і  $0.51 \pm 0.95$  бали відповідно.

Зазначимо, що у досліджуваних не було зафіксовано показників, які відповідають вищому за середній та високому рівню соматичного здоров'я

#### **Список використаної літератури**

1. Апанасенко Г.Л., Волгіна Л. Н., Бушуєв Ю. В. Експрес-скринінг рівня соматичного здоров'я дітей та підлітків: метод. реком. Київ: КМАПО, 2000. 12 с.
2. Дзюла Б.В. Рівень соматичного здоров'я студентів-першокурсників технічного коледжу ТНТУ ім. І. Пулюя. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2013. Вип. 112. С. 174-176.
3. Круцевич Т. Ю., Воробьов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Київ: Олімп. Література, 2011. 224 с.
4. Москаленко Н.В., Ковтун А.А. Влияние физической культуры и спорта на психофизиологическое состояние студентов. Фізичне виховання студентів. Харків. 2012. № 3. С. 83-87.
5. Мунтян В.С., Пліско В.І. Фізичне виховання у контексті положень нового закону України «Про вищу освіту». Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2014. Вип. 118. С. 222-226.
6. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту у вищих навчальних закладах: наказ Міністерства науки і освіти України від 11.01.2006 № 4 URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0249-06> (дата звернення: 1.04.2019).
7. Рубаненко А. В. Психо-фізіологічні аспекти професійно-прикладної фізичної підготовки студентів аграрних спеціальностей. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г.Шевченка. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Чернігів. 2017. Вип. 143. С. 238-241.
8. Сахненко А.В. Коломієць А.Я. Завдання професійно-орієнтованої фізичної підготовки кваліфікованих спеціалістів агропромислового комплексу. Спортивний вісник Придніпров'я. Фізичне виховання та спорт. Дніпро. 2018. № 2. С. 130-134.
9. Товкун Л.П., Царьова М.П. Оцінка рівня соматичного здоров'я студентів Переяслав-хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. Молодий вчений. 2017. Вип. 9.1. С. 167-170.