

2. Шепеленко Т. В. *Методика формування професійно важливих рухових якостей і навичок / Т. В. Шепеленко, А. Є. Паршев, В. М. Долгополов, В. М. Разінков. – Харків : УкрДАЗТ, 2011. – 22 с.*

*Поликарпова, Л.С., Шишкина, З.А., Белоус, О.В.*

## **АНАЛИЗ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА БГПУ ИМ. М. ТАНКА**

*Белорусский государственный педагогический университет им. М. Танка*

**Аннотация:** *В статье исследуется проблема ухудшения состояния здоровья студентов вузов, а также некоторые его причины. Рассматривается роль физической культуры, как основного фактора оздоровления и улучшения уровня жизни учащейся молодежи.*

**Annotation:** *The article investigates the problem of deterioration of health of students, as well as some of its causes. The role of physical activities as the main factor of health improvement and improvement of living standards of students is considered.*

Роль вуза в формировании личности в последнее время становится все более значимой. Однако во время обучения имеется также ряд проблем, число которых растет с каждым годом. И к одной из важнейших относится состояние здоровья студенческой молодежи.

Данной теме посвящено множество исследований. В различных литературных источниках приводятся сведения о том, что ежегодно растет количество студентов, отнесенных по состоянию здоровья к спецмедгруппам (до 30-40%), снижаются показатели функционального состояния различных органов и систем, а также показатели работоспособности [1, 14; 2, 5; 3,102].

Так, например, в 2016-2017 уч. году в БГПУ им. М. Танка поступившие на первый курс студенты были распределены по группам здоровья следующим образом: основная группа – 38%, подготовительная – 26%, специальная медицинская группа – 29%, ЛФК – 6%, освобожденные – 1% (рис. 1).



**Рис. 1** – Распределение студентов 1 курса БГПУ им. М. Танка по группам здоровья (2016-17 уч. год).

Общепризнанным считается положение о том, что среди факторов, влияющих на состояние здоровья, на долю образа жизни приходится около 50%, на фактор окружающей среды – 20%, на генетику – 15-20% и на здравоохранение – 10-15 % [4, 58].

Среди этих составляющих, бесспорно, важнейшую роль в оздоровлении и поддержании высокого потенциала человека играет двигательная активность. Физические упражнения способствуют улучшению общего самочувствия, повышению умственной и физической работоспособности, устойчивости организма к действию неблагоприятных факторов внешней среды, замедлению процессов старения, а также снижению уровня заболеваемости. Влияние физических упражнений на различные органы и системы, а также на организм в целом, многообразно и связано с различными биохимическими и физиологическими изменениями.

Согласно исследованиям многих авторов, физическая работоспособность и уровень здоровья студентов снижается от младших курсов к старшим. Это во многом объясняется снижением их двигательной активности: уменьшалась доля выполняющих утреннюю гимнастику и доля занимающихся в спортивных секциях [4, 98].

Кроме того, студенты часто недооценивают влияние физической культуры и спорта на здоровый образ жизни, имеют слабую и неустойчивую мотивацию. Так, при анкетировании студентов первого курса лишь 37,5% от общего числа студентов указали занятия физической культурой как фактор, влияющий на формирование здорового образа жизни [5, 28].

Поэтому очень важным является правильная организация и грамотное проведение занятий по физической культуре со студентами, а также повышение мотивации учащейся молодежи к занятиям физической культурой и спортом. Огромная роль в этом принадлежит преподавателям физической культуры.

Таким образом, с проблемой ухудшения здоровья учащейся молодежи, ежегодно сталкиваются многие учебные заведения.

Недостаточная активность студентов в области оздоровительной физической культуры, ее снижение на протяжении обучения в вузе – показатель риска снижения уровня здоровья и уровня работоспособности.

Необходимо повышать роль физической культуры в общей системе средств укрепления здоровья студентов, прививать им навыки коррекции здоровья с помощью правильно организованной двигательной активности.

#### **Список литературы:**

1. Масло, И.М. Методическое обеспечение физического воспитания студентов, имеющих отклонения в состоянии здоровья: Учебно – методическое пособие: В 2ч. Ч.1. / И.М. Масло, Е.А. Ткач, Н.Н. Тукач, А.А. Борисюк. – Мозырь: УО МГПУ, 2006. - 153с.

2. Бокач, В.М. Методика проведения занятий физической культурой со студентами специальных медицинских групп: учеб.-метод. пособ./ В.М. Бокач. – Йошкар-Ола: Поволжский гос. технологич. ун-т, 2018. – 80 с.

3. Горелов, А.А. О состоянии здоровья студентов специальной медицинской группы гуманитарного вуза/ А.А. Горелов, О.Г. Румба, В.Л. Кондаков// Вестник РГУ им. И. Канта. 2008. Вып. 11. – С. 100-104.

4. Журавлева, И.В. Здоровье студентов: социологический анализ/ Отв. ред. И.В. Журавлева; Институт социологии РАН. – М., 2012. – 252с.

5. Поликарпова, Л.С. Изучение отношения студенток специального учебного отделения к занятиям физическими упражнениями/ Л.С. Поликарпова// Мир спорта. № 4, 2009 г. – Мн., 2009. – С.24-30.

Туранов Ю. О., Рак В. И.

## **ФОРМУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНОЇ КУЛЬТУРИ СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*інженерно-педагогічний факультет ТНПУ*

**Анотація.** Розкрито тенденції, що впливають на формування інформаційної культури майбутніх фахівців фізичної культури та спорту у Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка. Досліджено мету використання сучасних інформаційних засобів та визначено основні засоби електронного спілкування студентів. Матеріали дослідження можуть бути використані фахівцями для підвищення професійного рівня вчителів фізичного виховання.

**Annotation.** *The tendencies influencing formation of information culture of future specialists of physical culture and sports at Ternopil National Pedagogical University named after Volodymyr Hnatyuk are revealed. The purpose of the use of modern information tools and the basic means of electronic communication of students are determined. Materials of research can be used by specialists to improve the professional level of teachers of physical education.*

Інформатизація суспільства зумовлює необхідність удосконалення фахової підготовки фахівців усіх сфер діяльності. Особливої уваги потребує формування інформаційної компетенції майбутніх педагогів у закладах вищої освіти. Сформованість інформаційної культури визначається готовністю студентів застосовувати сучасні комп'ютерні технології в освітньому процесі та орієнтуватися інформаційному середовищі. У наукових колах ця проблема активно досліджується і висвітлюється, зокрема, теоретичним засадам розвитку інформаційної культури майбутнього фахівця присвячені праці Бикова В., Білоконенко Л., Гуревича Р., Жалдак М. Кадемії М. Морзе Н. ін.