

ОРГАНИЗАЦИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ОБРАЗОВАНИЯ

УДК 796

В. Е. Баканович, М. А. Прокопович

Учреждение образования «Брестский государственный технический университет», Брест

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ 18—20 ЛЕТ ПО НОРМАМ ГТО ЗА 1972 ГОД И СОВРЕМЕННЫМ НОРМАМ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

Введение. Уровень физической подготовленности молодежи является важнейшим показателем формирования готовности к профессиональному обучению и дальнейшему развитию в выбранной профессии. Проблема укрепления здоровья подрастающего поколения является одной из наиболее актуальных проблем в Республике Беларусь [1, с. 5]. Она решается в процессе физического воспитания в формах среднего, среднеспециального и высшего образования. Эффективность занятий физической культурой в значительной мере определяет здоровье нации.

Целью учебной дисциплины «Физическая культура» в учреждении высшего образования является формирование социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности [2, с. 62]. При разработке норм для физической культуры и спорта прежде всего должна быть поставлена цель укрепления здоровья, а затем — достижения спортивного результата.

Многочисленные исследования свидетельствуют о неудовлетворительном состоянии здоровья современной молодежи. В целом для молодого поколения характерна недостаточная приверженность позитивным социально значимым ценностям, таким как здоровье и здоровый образ жизни.

Цели исследования: проанализировать физическую подготовленность студентов различных факультетов как компонент успешности освоения профессии, проследить соответствие или несоответствие физического уровня студентов 18—20 лет современным нормам Республики Беларусь.

В качестве методов исследования выбраны: анализ научно-методической литературы, методы сбора и анализа текущей информации (наблюдение, анкетирование, педагогическое наблюдение); метод получения и анализа ретроспективной информации; педагогический эксперимент; метод математической обработки результатов исследования.

Основная часть. За основу анализа были взяты показатели четырех групп студентов Брестского государственного технического университета: группа студентов строительного факультета, две группы студентов экономического факультета, группа студентов факультета инженерных систем и экологии. Все группы различаются по половому составу и по состоянию здоровья студентов, что позволяет наиболее точно обозначить уровень физической подготовки различных специальностей. Приведем результаты исследования (таблица 1).

Для определения физической подготовленности были использованы следующие тесты: «Бег на 1 000 м»; «Бег на 30 м»; «Прыжок в длину с места»; «Прыжок в длину с разбега»; «Подтягивание на перекладине»; «Поднимание ног в висе на перекладине»; «Поднимание и опускание туловища из положения лежа за 30 с»; «Приседание на одной ноге с опорой рукой о стойку».

Анализ данных таблицы позволяет говорить о том, что физическая подготовленность юношей и девушек 18—20 лет в основном характеризуется средними показателями. Наиболее успешно сдаваемыми нормативами являются «Бег на 1 000 м» и «Поднимание ног в висе на перекладине» для юношей и «Бег на 30 м» у девушек. С данными упражнениями справляется более 60% студентов. В то же время наиболее трудными видами испытаний являются нормативы «Прыжок в длину с места» у юношей и девушек и «Подтягивание на перекладине» у юношей. С поставленными требованиями справляется минимальное количество студентов.

В ходе работы была проведена сравнительная оценка между группами разных факультетов. Так, в группах с преобладающим количеством юношей именно юноши показывают хорошую физическую подготовку, а в группах с преобладающим количеством девушек большее количество девушек показывают высокие результаты. В смешанных группах общие показатели находятся на среднем и низком уровнях.

В Беларуси с 2008 года действует Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс, который пришел на смену советским нормам. В СССР с 1931 по 1991 год действовала программа физкультурной подготовки в общеобразовательных, профессиональных и спортивных организациях, основополагающая в единой и поддерживаемой государством системе патриотического воспитания молодежи — «Готов к труду и обороне СССР» (далее — ГТО), которая являлась девизом советской эпохи. Для получения заветного значка необходимо было выполнить определенный набор спортивных нормативов. Комплекс ГТО состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами населения от 10 до 60 лет и старше и нормативов по 3 уровням трудности, соответствующих золотому, серебряному и бронзовому значкам.

Т а б л и ц а 1 —Соотношение показателей успешности сдачи нормативов студентами различных факультетов (%)

Оценка	Бег на 1 000 м		Бег на 30 м		Прыжки в длину с места		Прыжки в длину с разбега		Подтягивание в висе на перекладине	Поднимание ног в висе на перекладине	Поднимание и опускание туловища	Приседание на одной ноге
	ю.	д.	ю.	д.	ю.	д.	ю.	д.	ю.	ю.	д.	д.
<i>Группа студентов строительного факультета</i>												
5	0	—	100	8	—	—	—	—	—	50	—	—
4	0	—	—	6	40	—	—	—	8	17	—	11
3	0	4	—	8	20	6	100	100	3	33	78	78
Незач.	—	7	—	8	40	5	—	—	9	—	22	11
<i>Группа студентов экономического факультета</i>												
5	7	7	33	2	—	—	67	17	—	—	—	46
4	—	2	67	8	—	—	33	83	—	—	100	54
3	3	1	—	—	—	5	—	—	0	100	—	—
Незач.	—	—	—	—	100	5	—	—	0	—	—	—
<i>Группа студентов факультета инженерных систем и экологии</i>												
5	9	—	14	—	14	—	43	—	9	43	—	—
4	4	7	50	2	29	—	36	58	0	28	37	100
3	7	3	36	8	50	2	21	42	1	29	63	—
Незач.	—	—	—	—	7	8	—	—	—	—	—	—
<i>Две группы студентов экономического факультета</i>												
5	—	3	50	3	25	—	25	—	—	—	37	73
4	—	—	25	1	—	7	—	55	—	25	36	27
3	5	6	25	6	75	3	75	45	5	50	27	—
Незач.	5	1	—	—	—	—	—	—	5	25	—	—

Если сравнить нормативные показатели Государственного физкультурно-оздоровительного комплекса, принятого в 2008 году, с требованиями комплекса ГТО, то можно заметить, что современные нормативы значительно выросли. Для получения высших баллов по современному комплексу студентам необходимо иметь гораздо более высокую физическую подготовку по сравнению со студентами СССР (таблица 2). Особенно это касается прыжков в длину и поднимания туловища из положения лежа. Единственное, что не подверглось большим изменениям, это забеги на различные дистанции. По нормам, принятым в БрГТУ, пробегать длинные дистанции можно за большее количество времени, чем по комплексу ГТО.

Т а б л и ц а 2 — Характеристика нормативов в Республике Беларусь и комплекса ГТО (1972 год)

Норматив	Бег на 1 000 м		Прыжки в длину с разбега		Подтягивание на перекладине	Поднимание туловища
	ю.	д.	ю.	д.		
Республика Беларусь	3,15	4,36	5,16	3,85	16	68
ГТО	3,1	4,1	4,8	3,8	13	50

Увеличение качественной характеристики нормативов связано с анатомическими изменениями современной молодежи. В большинстве высокоразвитых в социально-экономическом отношении стран изменения биологического статуса людей на протяжении XX века были направлены в сторону акселерации, т. е. ускорения морфологического развития и полового созревания. Соматическое развитие организма в силу своей экосенситивности может рассматриваться как один из основных показателей качества окружающей среды, улучшения качества питания, санитарно-гигиенических условий жизни и т. п.

Нами была проведена оценка соответствия результатов современных студентов старым нормам ГТО. Оказалось, что из всего количества испытуемых из четырех групп (79 человек) золотые значки ГТО мог бы иметь один юноша и четыре девушки, а серебряные значки — десять юношей и пять девушек. Можно сказать, что физическая подготовка юного белоруса в среднем стала незначительно хуже по сравнению с советскими временами.

Заключение. Современные условия жизни оказывают сильное влияние на организм человека. Несмотря на высокие программные требования, физические возможности студентов чаще всего находятся на среднем, ниже среднего, а по некоторым показателям и на низком уровне. Высокий уровень готовности к профессиональному обучению выявлен только у 20—30% студентов.

Диагностика и оценка физического потенциала студенческой молодежи позволяет выявить усреднённый уровень физической подготовленности студентов, а также продемонстрировать необходимость физической культуры как базовой дисциплины в учреждениях высшего образования.

Список цитируемых источников

1. Физическая культура : типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений. — Минск, 2008. — 51 с.
2. Марфина, О. В. Сравнительный анализ изменчивости показателей физического развития студенческой молодежи Беларуси / О. В. Марфина // Весенние анатомические чтения. — М. : Просвещение, 2012 — С. 62—67.

УДК 616.31-083

В. Булавская, Я. Вольнич, У. Вольнич

Учреждение образования «Барановичский государственный университет», Барановичи

ОСВЕДОМЛЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ О МЕТОДАХ СОХРАНЕНИЯ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДОШКОЛЬНИКОВ

Введение. Учёные-стоматологи дают определение самому распространённому заболеванию — кариесу зубов — в такой редакции: кариес зубов рассматривается как местный многофакторный патологический процесс, проявляющийся после прорезывания зуба вследствие деминерализации его твердых тканей органическими кислотами, вырабатываемыми микрофлорой зубного налета из углеводов пищи и характеризующийся очаговой деминерализацией и размягчением твердых тканей зуба с образованием дефекта в виде полости [1, с. 34]. Особую озабоченность у педиатров, детских стоматологов и, конечно же, родителей вызывает кариес зубов, развивающийся в раннем возрасте, который относится к распространенной патологии у детей. По данным отечественных и иностранных авторов, распространенность кариеса временных зубов у дошкольников составляет от 24,9—39,3% в возрасте 2 года до 77,5—88,3% в возрасте 6 лет [2, с. 256]. В детском возрасте для организма ребёнка характерны бурный рост, формирование и становление структуры многих органов и систем, совершенствование их функции. Естественно, это требует поступления достаточного количества белков, углеводов, минеральных компонентов и витаминов. Именно в детском возрасте формируется пищевой стереотип, закладываются типологические особенности метаболизма взрослого человека [3, с. 137]. Практика, опыт, исследования учёных доказывают, что от правильной организации питания в детском возрасте во многом зависит состояние здоровья взрослого человека. В нашей республике забота о здоровье детей является приоритетным направлением государственной политики [4, с. 12].

Основная часть. Многочисленные ученые-стоматологи, изучающие проблему профилактики стоматологических заболеваний, указывают, что рациональное питание является важным аспектом профилактики кариеса зубов. Доказано, что употребление углеводсодержащих продуктов чаще пяти раз в день приводит к возрастанию интенсивности кариеса зубов. Каждый прием пищи при отсутствии условий или желания для последующей чистки зубов или хотя бы полоскания полости рта увеличивает количество зубного налета. Из углеводов зубного налёта под действием ферментов образуется ряд кислот, и от количества налёта и частоты его скопления на зубах зависит судьба поверхностных слоёв эмали. Кислота вступает в химическую реакцию с кальцием поверхностных слоёв эмали с образованием растворимых солей, которые вскоре вымываются, а на их месте остаются дефекты эмали. При плохой гигиене полости рта и частом образовании дефектов формируется кариозная полость.

В Национальной программе профилактики стоматологических заболеваний определены три основных метода профилактики кариеса зубов: тщательная гигиена полости рта, использование соединений фтора и рациональное питание. В отношении питания важны два фактора: оптимальный набор продуктов и частота приёма пищи [4, с. 13].

Программы оздоровления дошкольников предусматривают участие в их реализации педиатров, родителей, персонала дошкольных учреждений и детских стоматологов [5, с. 128]. Дошкольные учреждения в вопросах обеспечения рационального питания для воспитанников учреждений руководствуются вышедшими в последние годы совместными приказами министерств Республики Беларусь [6].

Цель настоящего исследования — изучение осведомленности родителей о влиянии методов профилактики стоматологических заболеваний на распространенность и интенсивность кариеса зубов у детей дошкольного возраста.

В ГУДО «Ясли-сад № 25 города Барановичи» нами проведено анкетирование 60 родителей. Анкета содержала вопросы о влиянии на стоматологическое здоровье детей различных факторов: наследственности, образа жизни, состояния гигиены полости рта, содержания фтора в воде и продуктах питания, характера питания, в том числе и частоты приема пищи. Нас интересовала информированность родителей о том, кто в первую