

Таким образом, основываясь на оценке расчетов индексов можно корректировать физическую нагрузку на занятиях, вести контроль физического состояния студенток, а также, учитывая многостороннюю характеристику физического здоровья, рекомендовать самостоятельные занятия в домашних условиях.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Толпегин, А. В. В двух словах / А. В. Толпегин // Физкультура и спорт. — 2008. — № 12. — С. 5.
2. Физическая культура: типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений / сост.: В. А. Коледа [и др.]; под ред. В. А. Коледы. — Минск: РИВШ, 2008. — 60 с.
3. Апанасенко, Г. Л. О возможности количественной оценки здоровья человека / Г. Л. Апанасенко // Гигиена и санитария. — 1985. — № 6. — С. 55–58.
4. Купчинов, Р. И. Физическое воспитание: учеб. пособие для студентов подготовительных учебных групп учреждений, обеспечивающих получение высшего образования / Р. И. Купчинов. — Минск: ТетраСистемс, 2006. — 352 с.

УДК 615.825.4-057.875

### АНАЛИЗ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

Гаврилович Н. Н., Хорошко С. А., Кульбеда В. С.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

#### **Введение**

В период обучения студенты специальных медицинских групп (СМГ) нашего вуза по дисциплине «Физическая культура» в конце каждого семестра для определения уровня физической подготовленности (УФП) сдают следующие контрольные тесты: тест Купера; поднимание плечевого пояса из исходного положения, лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища; приседания на двух ногах; сгибание и разгибание рук из исходного положения, упор, стоя на коленях, кисти рук параллельны; наклон вперед из исходного положения, сидя, ноги вместе.

#### **Цель**

Анализ двигательной подготовленности девушек СМГ.

#### **Методы исследования**

Анализ научно-методической литературы, метод математической обработки полученных результатов, педагогическое наблюдение.

#### **Результаты и обсуждения**

Оценка двигательной подготовленности студенток ГГМУ проводилась с использованием контрольных тестов.

**Тест Купера.** На первом курсе осеннего семестра 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 75 девушек. Средний результат равен  $973 \pm 16,4$  метрам, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 82 девушки. Средний результат равен  $1004,5 \pm 16,5$  метра, что соответствует оценке «8».

На втором курсе осеннего семестра 2008–2009 учебного года в тесте приняли участие 86 студенток. Средний результат равен  $987 \pm 14$  метрам, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняло участие 85 студенток. Средний результат равен  $979,2 \pm 13,6$  метрам, что соответствует оценке «7».

На третьем курсе осеннего семестра 2009–2010 учебного года в тесте приняли участие 77 девушки. Средний результат равен  $968,3 \pm 15,4$  метра, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 76 девушек. Средний результат равен  $1007,5 \pm 12,1$  метров, что соответствует оценке «8». Сравнивая результаты сдачи теста Купера студентками СМГ на первом и третьем курсах в весенних семестрах, следует отметить, что он незначительно улучшился (рисунок 1).

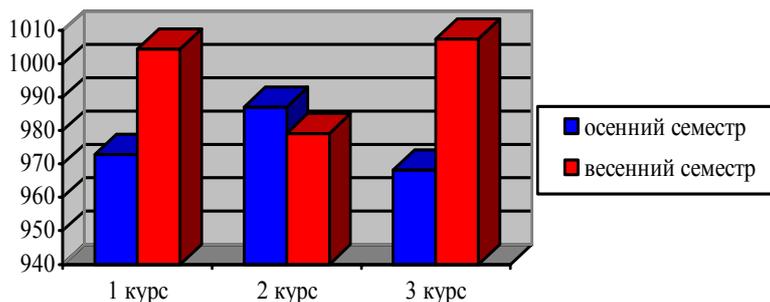


Рисунок 1 — Результаты сдачи теста Купера студентками СМГ

*Поднимание плечевого пояса из исходного положения, лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища.* На первом курсе осеннего семестра 2007–2008 учебного года в тесте приняла участие 81 девушка. Средний результат равен  $71,4 \pm 2,1$  раза, что соответствует оценке «10». В весеннем семестре приняли участие 83 девушки. Средний результат равен  $76,44 \pm 2,41$  раза, что соответствует оценке «10».

На втором курсе осеннего семестра 2008–2009 учебного года в тесте приняли участие 87 студенток. Средний результат равен  $72 \pm 1,7$  раза, что соответствует оценке «10». В весеннем семестре приняли участие 84 студентки. Средний результат равен  $70,44 \pm 2,4$  раза, что соответствует оценке «10».

На третьем курсе осеннего семестра 2009–2010 учебного года в тесте приняли участие 79 студенток. Средний результат равен  $64,75 \pm 1,2$  раза, что соответствует оценке «9». В весеннем семестре приняли участие 76 студенток. Средний результат равен  $69,18 \pm 1,5$  раз, что соответствует оценке «9». Оценивая результаты сдачи теста на поднимание плечевого пояса из исходного положения, лежа на спине, согнув ноги, руки вдоль туловища как одного из силовых показателей, студентками СМГ на первом и третьем курсах в весенних семестрах, следует отметить, что он снизился с 76 до 69 раз (рисунок 2).

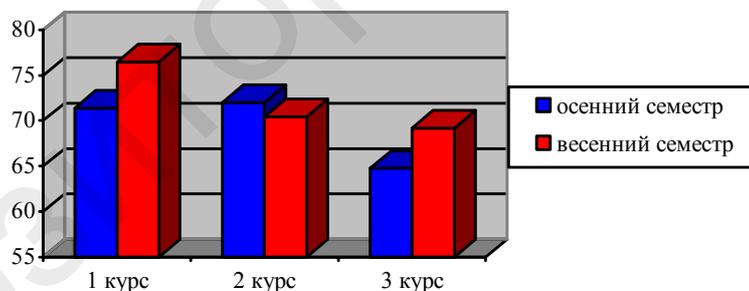


Рисунок 2 — Результаты сдачи тестана поднимание плечевого пояса студентками СМГ

*Приседания на двух ногах.* На первом курсе осеннего семестра 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 82 девушки. Средний результат равен  $65,71 \pm 1,8$  раз, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 83 девушки. Средний результат равен  $73,18 \pm 1,4$  раза, что соответствует оценке «8».

В третьем семестре 2008–2009 учебного года в тесте приняли участие 83 девушки. Средний результат равен  $72,18 \pm 1,3$  раза, что соответствует оценке «8». В весеннем семестре приняли участие 82 девушки. Средний результат равен  $71,52 \pm 1,8$  раза, что соответствует оценке «8».

В пятом семестре 2009–2010 учебного года в тесте приняли участие 82 девушки. Средний результат равен  $65,71 \pm 1,8$  раз, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 83 девушки. Средний результат равен  $73,18 \pm 1,4$  раз, что соот-

ветствует оценке «8». Сравнивая результаты сдачи теста приседания на двух ногах, как одного из силовых показателей, студентками СМГ на первом и третьем курсах в весенних семестрах, следует отметить, что он не изменился (рисунок 3).

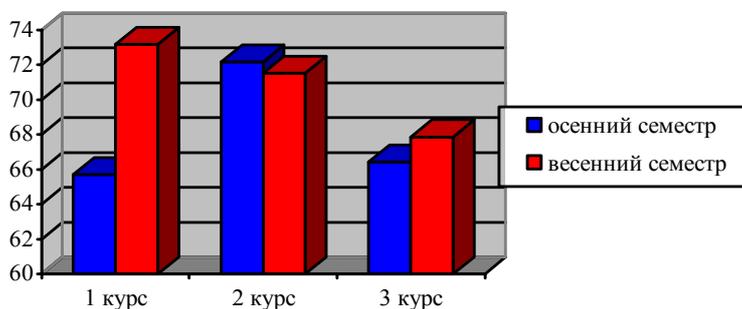


Рисунок 3 — Результат сдачи теста на приседания на двух ногах студентками СМГ

*Сгибание и разгибание рук из исходного положения, упор стоя на коленях, кисти рук параллельны.* На первом курсе осеннего семестра 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 81 студентка. Средний результат равен  $25,71 \pm 1,04$  раз, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 83 студентки. Средний результат равен  $29,66 \pm 0,8$  раза, что соответствует оценке «9».

В третьем семестре 2008–2009 учебного года в тесте приняли участие 81 девушка. Средний результат равен  $31,06 \pm 0,9$  раза, что соответствует оценке «10». В весеннем семестре приняли участие 82 девушки. Средний результат равен  $29,01 \pm 0,9$  раза, что соответствует оценке «9».

В пятом семестре 2009–2010 учебного года в тесте приняли участие 79 девушек. Средний результат равен  $29,81 \pm 0,6$  раз, что соответствует оценке «9». В весеннем семестре приняли участие 74 девушки. Средний результат равен  $31,71 \pm 0,6$  раз, что соответствует оценке «10». Сравнивая результаты сдачи теста на сгибание и разгибание рук из исходного положения, упор, стоя на коленях как одного из силовых показателей, студентками СМГ на первом и третьем курсах в весенних семестрах, следует отметить, что он практически не изменился (рисунок 4).

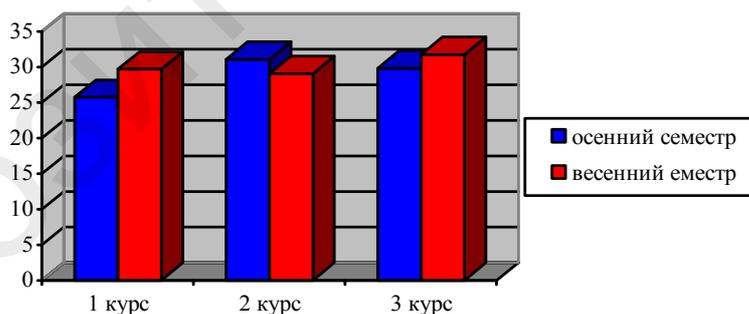


Рисунок 4 — Результат сдачи теста на сгибание и разгибание рук студентками СМГ

*Наклон вперед из исходного положения, сидя, пятки на ширине таза.* На первом курсе осеннего семестра 2007–2008 учебного года в тесте приняли участие 83 девушки. Средний результат равен  $14,21 \pm 0,7$  см, что соответствует оценке «6». В весеннем семестре приняли участие 84 девушки. Средний результат равен  $14,86 \pm 0,7$  см, что соответствует оценке «6».

В третьем семестре 2008–2009 учебного года в тесте приняла участие 71 студентка. Средний результат равен  $15,26 \pm 0,7$  см, что соответствует оценке «7». В весеннем семестре приняли участие 84 студентки. Средний результат равен  $14,36 \pm 0,8$  см, что соответствует оценке «6».

В пятом семестре 2009–2010 учебного года в тесте приняли участие 79 девушек. Средний результат равен  $14,24 \pm 0,7$  см, что соответствует оценке «б». В весеннем семестре приняли участие 75 девушки. Средний результат равен  $14,86 \pm 0,8$  см, что соответствует оценке «б». Подводя итог результатов сдачи теста на наклон вперед из исходного положения, сидя, ноги вместе, студентками СМГ на первом и третьем курсах в весенних семестрах, следует отметить, что он остался неизменным (рисунок 5).

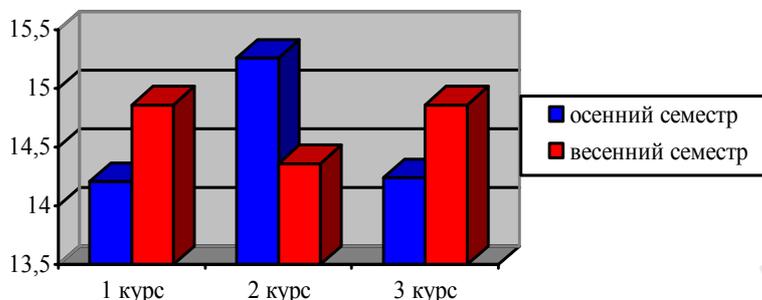


Рисунок 5 — Результат сдачи теста на наклон вперед студентками СМГ

### **Заключение**

Анализируя полученные данные, мы можем сделать выводы, что результаты сдачи контрольных тестов увеличились в тесте Купера, показатели снизились в поднимании плечевого пояса, показатели не изменились в приседании, отжимании и наклоне вперед.

Сдача контрольных тестов формирует у студенток волевые компоненты, интерес, активность и объективную потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями.

### **ЛИТЕРАТУРА**

1. Булич, Э. Г. Физическое воспитание в специальных медицинских группах: учеб. пособие для техникумов / Э. Г. Булич. — М.: Высш. шк., 1986. — 225 с.
2. Физическая культура: учеб. пособие / Е. С. Григорович [и др.]; под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. — Минск: Высш. шк., 2008. — 223 с.

**УДК 616.365:613.98**

## **ЗАБОЛЕВАНИЯ ГЕПАТОБИЛИАРНОЙ СИСТЕМЫ У ЛИЦ ПОЖИЛОГО И СТАРЧЕСКОГО ВОЗРАСТА**

**Галимова Е. Р., Романьков Л. В., Пальцев И. В.**

**Учреждение образования  
«Гомельский государственный медицинский университет»  
г. Гомель, Республика Беларусь**

### **Введение**

Известно, что доля пожилых людей во всем мире растет, что определяет увеличение в структуре заболеваемости удельного веса возрастной патологии. Снижение резервных и адаптационных возможностей организма пожилого человека объясняется постепенно нарастающими сдвигами в структуре тканей и функциях органов. Большинство различных исследований свидетельствует о том, что в пожилом и старческом возрасте для многих болезней характерны малая выраженность клинических проявлений и полиморбидность. Так, хронические диффузные заболевания печени (ХДЗП) в пожилом и старческом возрасте часто протекают бессимптомно либо с незначительными клиническими проявлениями. Выявить у больного пожилого возраста специфические жалобы, характерные для поражения печени, сложно по двум причинам. Во-первых, печень относится к органам, которые «очень скромны», и почти никогда не «предъяв-