

Выводы

1. Слизистая оболочка луковицы почти не имеет складок, по строению схожа со слизистой желудка. Граница луковицы и желудка (пилорическая заслонка) четко выражена. По направлению от верхней части к восходящей наблюдается изменение складок. Они становятся более тонкими и высокими, что соответствует данным литературы [1, 2].

2. Наличие в нисходящей части большого сосочка, который залегает в продольной складке и устье которого фиксировано уздечкой.

3. В месте перехода нисходящей части в горизонтальную видны лишь единичные складки. Это может служить анатомическим ориентиром при эндоскопических исследованиях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Коваленко, В. В. Анатомическая характеристика рельефа слизистой оболочки двенадцатиперстной кишки человека / В. В. Коваленко, С. Д. Денисов // Медицинские новости. — 2013. — № 11. — С. 11–15.

2. Коваленко, В. В. Характеристика круговых складок слизистой оболочки двенадцатиперстной кишки человека / В. В. Коваленко, С. Д. Денисов // Медицинские новости. — 2016. — № 5. — С. 68–73.

3. Новый взгляд на структуру запирающего механизма терминального отдела общего желчного протока / Б. С. Брискин [и др.] // Анналы хирургической гепатологии. — 2003. — Т. 8, № 1. — С. 63–71.

4. Лобко, П. И. Физиологическая атрезия: эмбриогенез, функциональная анатомия / П. И. Лобко, Р. М. Петрова, Е. Н. Чайка. — Минск: Беларусь, 1983. — 254 с.

УДК 796.012.23:614.2-055.25-057.875

СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО КАЧЕСТВА «ГИБКОСТЬ» ДЕВУШЕК, ЗАНИМАЮЩИХСЯ В ОСНОВНОМ ОТДЕЛЕНИИ

Дей В. А., Лазаренко Т. А.

Научный руководитель: С. А. Ломако

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Гибкость — это способность человека выполнять движения с большой амплитудой. Она зависит от анатомических особенностей суставов, формы и построения суставных сумок, а также от состояния и уровня развития некоторых групп мышц и их антагонистов [1].

Следует различать гибкость активную и пассивную. Под активной понимается гибкость, которая проявляется в движениях за счет собственных мышечных усилий. При использовании силовых упражнений с большой амплитудой движений активная гибкость улучшается. Пассивная гибкость выявляется путем приложения дополнительных усилий (отягощение или усилия партнера) [2].

Для развития гибкости применяются упражнения на растягивание мышц, мышечных сухожилий и суставных связок, с постепенно возрастающей амплитудой движения [1].

Существует несколько методов развития гибкости:

1. Метод активных движений.
2. Метод пассивных движений.
3. Метод статических положений.
4. Комбинированный метод.

Цель

Анализ уровня развития физического качества «гибкость» девушек основного отделения.

Материал и методы исследования

Анализ научно-методической литературы, анализ физического качества «гибкость» с использованием контрольного теста, метод математической обработки результатов.

Результаты исследования и их обсуждение

Исследования проводились на кафедре физического воспитания и спорта в октябре, мае 2015–2016 учебного года. В тестировании приняли участие 50 девушек основного отделения второго и третьего курса ГомГМУ.

Контрольные упражнения выполняются в соответствии с изложенными ниже правилами.

Наклон вперед. Испытуемый садится на пол на измерительной линии, ноги врозь, стопы (вертикально) упираются в упоры для ног. Два партнера прижимают колени испытуемого к полу.

Выполнение: испытуемый кладет руки на пол, выполняя два предварительных наклона, скользя руками по измерительной линии. На третьем наклоне максимально сгибается в тазобедренном суставе и в этом положении задерживается до трех секунд [1].

Измерение: результат измеряют по отметке, достигнутой кончиками средних пальцев ровно сомкнутых кистей рук (результаты представлены в таблицах 1, 2).

Таблица 1 — Показатели, полученные с помощью теста «гибкость»

Курс	Семестр	Гибкость	Балл
2	Осенний, n = 50	15,04 ± 0,77	6,7 ± 0,38
	Весенний, n = 50	16,92 ± 0,98	7,5 ± 0,30

Таблица 2 — Показатели, полученные с помощью теста «гибкость»

Курс	Семестр	Гибкость	Балл
3	Осенний, n = 50	17,04 ± 0,84	7,2 ± 0,4
	Весенний, n = 50	17,16 ± 1,02	7,3 ± 0,38

Выводы

Как показывает анализ результатов физического качества «гибкость», у студенток третьего курса в осеннем и весеннем семестре выше, чем у второго курса на $2,0 \pm 0,80$ в весеннем семестре и на $0,24 \pm 1,00$ в осеннем семестре.

Для сохранения и развития гибкости требуется тренировать мышечно-связочный аппарат с целью улучшения его эластических свойств и укрепления прочности мышц и связок. Увеличивающаяся способность мышц к растяжению и возросшая эластичность связок совершенствуют движения, увеличивают их амплитуду, расширяют возможности адаптации человека к различной физической работе.

Отрицательно влияют на развитие гибкости низкий уровень физической подготовленности, значительная физическая усталость, повышенный тонус мышц, низкая температура окружающей среды.

ЛИТЕРАТУРА

1. Новик, Г. В. Теоретические аспекты физической культуры в высшем учебном заведении: методические рекомендации по физическому воспитанию для студентов: в 4 ч. ч. 2 / Г. В. Новик, Н. В. Карташева, Т. Ф. Геркусова. — Гомель: ГомГМУ, 2007. — С. 30–32.
2. Григорович, Е. С. Физическая культура: учеб. пособие / под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. — 4-е изд., испр. — Минск: Выш. шк., 2014. — С. 96–98.

УДК 796:614.2 – 057.872

ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНТОВ ГомГМУ К ЗАНЯТИЯМ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И ИХ ОЦЕНКА

Дейкун Д. В., Смичник Ю. С.

Научный руководитель: З. Г. Минковская

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

Введение

Физическую культуру следует рассматривать как особый род деятельности, результаты которой полезны для общества и человека. Физкультурно-спортивная деятельность, в которую включаются студенты — один из эффективных механизмов слияния общественного и