

Таблица 5 — Вегетативный индекс Кардю (ВИ)

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< -30	Выраженная парасимпатотония	0	0
-30 – -16	Парасимпатотония	0	0
-15–15	Уравновешенность симп. и парасимп. влияний	11	46
16–30	Симпатотония	11	46
> 30	Выраженная симпатотония	2	8

Для оценки функционального состояния организма использовался расчет индекса функциональных изменений — интегрального показателя на основе значений артериального давления, возраста, роста и массы тела. Достаточные функциональные возможности показали 92 % студенток, у 8 % выявлено напряжение механизмов регуляции кровообращения и адаптации (таблица 6).

Таблица 6 — Индекс функциональных изменений

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
1,5–2,59	Достаточные функц. возможности	22	92
2,6–3,09	Напряжение механизмов регуляции кровообращения и адаптации	2	8

Для оценки степени тренированности сердечно-сосудистой системы к нагрузке использовался коэффициент выносливости, высчитанный с применением величин частоты сердечных сокращений и пульсового давления. Оценке «отлично» соответствуют 4% девушек, «удовлетворительно» — 29 %, «неудовлетворительно» — 67 % (таблица 6).

Таблица 7 — Коэффициент выносливости

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
До 12	«Отлично»	1	4
13–15	«Хорошо»	0	0
16–20	«Удовлетворительно»	7	29
21–25	«Неудовлетворительно»	16	67

Вывод

Проведение исследований позволило получить количественную характеристику морфофункциональных, физиологических и психофизиологических параметров, характеризующих физическое развитие человека.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теоретические аспекты физической культуры в высшем учебном заведении / Г. В. Новик, Н. В. Карташева, Т. Ф. Геркусова: в 4 ч. — Гомель: «ГТМУ», 2007. — Т. 2.

УДК 612.66-055.2:796

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕВУШЕК ОСНОВНОГО УЧЕБНОГО ОТДЕЛЕНИЯ

Кориачёва Д. А.

Научный руководитель: зав. кафедрой физического воспитания и спорта Г. В. Новик

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Введение

Физическое развитие — естественный процесс возрастного изменения морфологических и функциональных признаков организма, обусловленный наследственными факторами и конкретными условиями внешней среды.

Эффективность физического воспитания в значительной мере обусловлена возможностью определять и корректировать средства и методы педагогического воздейст-

вия на занимающихся на основании объективной информации о состоянии их физического здоровья и функциональных систем организма [1].

В основе оценки физического развития лежат параметры роста, массы тела, пропорции развития отдельных частей тела, а также степень развития функциональных способностей его организма (жизненная емкость легких, мышечная сила кистей рук и др.), которые зависят от дифференцировки и зрелости клеточных элементов органов и тканей, функциональных способностей нервной системы и эндокринного аппарата.

Цель

Анализ физического развития девушек основного учебного отделения.

Методы

Анализ научно-методической литературы, антропометрия, математическая обработка полученных результатов.

Результаты и обсуждение

В начале 2011–2012 учебного года на кафедре физического воспитания и спорта Гомельского государственного медицинского университета были проведены исследования физического развития студенток 4 курса основного учебного отделения. При оценке физического развития использовался метод индексов, который основан на соотношении двух или нескольких признаков физического развития. В исследовании приняли участие 24 студентки.

Анализ весо-ростового индекса Кетчле (ИК) показал, что средние величины находятся в пределах нормы. Осенью 2011 года на 1 см длины тела студенток приходилось от 283 до 471 г веса тела. Результаты анализа представлены в таблице 1.

Таблица 1 — Индекс Кетчле

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
200–299	Истощение	1	12,5
300–324	Дефицит МТ	8	33
325–375	Нормальный вес	10	42
376–415	Превышение должной МТ	0	–
416–540	Излишний вес	3	12,5

Для расчета степени соответствия массы человека и его роста, а так же косвенной оценки, является ли масса недостаточной, нормальной или избыточной был применен индекс массы тела (ИМТ), который показал, что нормальную массу тела имеют 75 % обследуемых девушек, дефицит массы тела у 17 %, избыток массы тела — 8 % девушек соответственно (таблица 2).

Таблица 2 — Индекс массы тела (ИМТ)

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< 18,5	Дефицит МТ	4	17
18,5–24,9	Норма	18	75
25,0–29,9	Избыток МТ	2	8

При расчете силового индекса (СИ) были получены следующие результаты: хороший и удовлетворительный показатель определен у 88 % девушек, неудовлетворительный — у 12 % студенток соответственно (таблица 3).

Таблица 3 — Силовой индекс (СИ)

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
48–50 %	Удовлетворительно	21	88
<48%	Неудовлетворительно	3	12

Для оценки уровня сердечно-сосудистых резервов использовался индекс Робинсона (ИР). После математической обработки данных мы получили следующие результаты: высокий уровень резервов показали 33 % девушек, средний — 29 %, низкий — 38 % студенток соответственно (таблица 4).

Таблица 4 — Индекс Робинсона (ИР)

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< 76	Высокий уровень резервов	8	33
76–85	Средний уровень резервов	7	29
> 85	Низкий уровень резервов	9	38

Для оценки показателей функционального состояния вегетативной нервной системы, а в частности соотношения возбудимости ее симпатического и парасимпатического отделов был применен расчет вегетативного индекса Кардю (ВИ) на основании значений ЧСС и диастолического АД. Результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5 — Вегетативный индекс Кардю

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
< -30	Выраженная парасимпатотония	0	—
-30 – -16	Парасимпатотония	1	4
-15–15	Уравновешенность симп. и парасимп. влияний	10	42
16–30	Симпатотония	12	50
>30	Выраженная симпатотония	1	4

Для оценки функционального состояния организма использовался расчёт индекса функциональных изменений — интегрального показателя на основе значений артериального давления, возраста, роста и массы тела. Все обследованные студентки показали достаточные высокие функциональные возможности.

Для оценки степени тренированности сердечно-сосудистой системы к нагрузке использовался коэффициент выносливости, высчитанный с применением показателей частоты сердечных сокращений и пульсового давления. Оценке «хорошо» соответствуют 8 % девушек, «удовлетворительно» — 46 %, «неудовлетворительно» — также 46 % (таблица 6).

Таблица 6 — Коэффициент выносливости

Значение	Интерпретация	Количество студентов в данном интервале	Процент от общего количества исследованных
До 12	«Отлично»	0	—
13–15	«Хорошо»	2	8
16–20	«Удовлетворительно»	11	46
21–25	«Неудовлетворительно»	11	46

Выводы

Проведение исследований позволило получить количественную характеристику морфофункциональных, физиологических и психофизиологических параметров, характеризующих физическое развитие девушек основного отделения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Теоретические аспекты физической культуры в высшем учебном заведении: в 4 ч. / Г. В. Новик, Н. В. Карташева, Т. Ф. Геркусова: Гомель: ГГМУ, 2007. — Ч. 2.

УДК 613.2(476.2) «2000/2011»

ИЗУЧЕНИЕ ФАКТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ГОМЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ ЗА 2000–2011 гг.

Коршак А. В., Филипчук А. В.

Научный руководитель: старший преподаватель Л. А. Тирещенко

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

Основным слагаемым состояния здоровья каждого из нас (52–55 % от всех влияющих на него факторов) является образ жизни, и в первую очередь, стиль питания. К со-