

ное мнение по поводу «виновного» в сложившейся семейной ситуации. Выявлена связь с показателем по шкалам «Самопринятие» ( $F=3,232$ ;  $p=0,029$ ), «Положительные отношения с другими» ( $F=3,583$ ;  $p=0,019$ ). Индексы по шкалам выше у респондентов, обвиняющих посторонних (водителя, врача и др.) либо злой рок, судьбу, стечение обстоятельств по сравнению с теми, кто приписывает ответственность за случившееся одному из родителей. Самые низкие показатели в том случае, если респондент обвиняет в случившемся обоих родителей. Другими словами, разочарование ребенка в родителях, недоверие к ним сказывается не только на принятии себя, но и других, на характере взаимоотношений с людьми. В таком случае необходима помощь студенту со стороны психолога в переосмыслении случившегося с целью более реальной оценки ситуации, осознания и отреагирования негативных эмоций по отношению к родителям, а в итоге - их прощения и принятия. Для мужской части выборки выявлена положительная связь описываемого параметра и индекса по шкале «Управление окружением» ( $\alpha \leq 0,05$ ) и шкала «Автономия» ( $\alpha \leq 0,05$ ): ощущение независимости и автономности, компетентность в управлении средой выше в случае, если респондент определил конкретного человека, виновного в случившемся, а не ссылаются на судьбу, стечение обстоятельств, несчастный случай.

Таким образом, психологическое благополучие студентов является показателем их здоровья. Условиями сохранения психологического благополучия юношей и девушек, переживших кризис, являются: стремление к достижению успеха, самосовершенствование в профессиональной деятельности; целеустремленность и осмысленность при достижении поставленных целей, ощущение направленности жизни; способность и готовность к формированию теплых и доверительных отношений, использование ресурсов социальной сети поддержки и ее развитие. Также были выявлены социально-психологические переменные, связанные с психологическим благополучием юношей и девушек, переживших семейный кризис. Данное исследование не нашло подтверждения гипотеза о наличии связи типа семейного кризиса и уровня психологического благополучия студентов. Это говорит о том, что переживание личностью кризиса в большей степени обусловлено особенностями восприятия и субъективного отношения к кризисному событию, нежели его содержанием и внешними характеристиками.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Колбанов, В. В. Валеология / В. В. Колбанов. — СПб.: ДЕАН, 1998. — 232 с.
2. Олифинович, Н. И. Психология семейных кризисов / Н. И. Олифинович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. — СПб.: Речь, 2006. — 360 с.
3. Ryff, C. D. The structure of psychological well-being revisited / C. D. Ryff, C. L. M. Keyes // J. of Personality and Social Psychology. — 1995. — № 69. — P. 719–727.

УДК 614.2-057.875(476.2):796.071.2

### АНАЛИЗ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ СТУДЕНТОВ ГГМУ

Новик Г. В., Чевелев А. В., Мартьянов С. А.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

#### Введение

Двигательная подготовка — это умение использовать комплекс двигательных способностей (двигательный потенциал) человека в разнообразных движениях необходимых для трудовой, бытовой и спортивной жизнедеятельности.

Двигательная подготовка в физическом воспитании при оздоровительно-развивающем подходе как педагогический процесс направлен на организованную мышечную деятельность, регулируемую физиологическими механизмами и многочисленными

морфологическими и функциональными системами организма под контролем центральной нервной системы.

Цель двигательной подготовки студенческой молодежи — умение использовать имеющийся двигательный потенциал в разнообразных двигательных действиях и совершенствование движений за счет роста оптимального уровня развития двигательных способностей. Организация учебного процесса осуществляется на основе применения разнообразных тренировочных средств и методов, использование которых помогает выделить два основных направления: обучение управлению разнообразными движениями, разносторонняя физическая подготовка связана с комплексным воспитанием двигательных способностей (сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость).

**Цель:** анализ физической подготовленности студентов 1–4 курса УО «Гомельский государственный медицинский университет».

**Методы исследования:** анализ научно-методической литературы, анализ уровня двигательной подготовленности студентов, метод математической обработки полученных результатов (таблица 1).

Таблица 1 — Анализ средних показателей двигательной подготовленности студентов

Курс	Семестр	100 м	1000 м	Стигание и разгибание рук в упоре лежа	Подтягивание в висе на высокой перекладине	Прыжок в длину с места	Наклон вперед
1	осенний n=52	14,17 ± 0,13	3,65 ± 0,05	36,02 ± 1,61	8,0 ± 0,82	222,04 ± 3,14	11,91 ± 1,02
	весенний n=52	13,77 ± 0,10	3,48 ± 0,03	38,90 ± 1,40	8,82 ± 0,69	226,56 ± 0,69	12,92 ± 0,96
2	осенний n=40	14,06 ± 0,14	3,64 ± 0,06	37,66 ± 1,94	9,17 ± 0,93	221,03 ± 4,33	9,33 ± 1,18
	весенний n=40	13,91 ± 0,14	3,58 ± 0,06	39,97 ± 1,66	9,12 ± 0,84	225,07 ± 3,34	10,82 ± 1,06
3	осенний n=33	13,76 ± 0,12	3,60 ± 0,5	40,09 ± 1,91	8,90 ± 0,7	224,24 ± 2,78	14,87 ± 1,05
	весенний n=33	13,69 ± 0,128	3,72 ± 0,06	39,62 ± 1,91	10,82 ± 0,61	226,57 ± 2,98	15,34 ± 0,99
4	осенний n=24	13,91 ± 0,16	4,03 ± 1,41	36,72 ± 1,41	7,13 ± 1,16	228,59 ± 4,89	9,0 ± 0,94
	весенний n=24	14,38 ± 0,23	4,23 ± 0,20	35,04 ± 1,51	9,125 ± 1,02	218,54 ± 5,0	7,79 ± 0,62

Исследования учеными двигательных способностей и их компонентов, необходимых для освоения программы по физическому воспитанию, показывают, что успешность освоения программного материала, в первую очередь, определяется уровнем развития выносливости.

**Выносливость** — способность человека противостоять утомлению. Для оценки уровня выносливости применяется бег на 1000 м, параллельно характеризующий беговую выносливость. На рисунке 1 представлены результаты выполнения контрольного норматива в беге на 1000 м юношами.

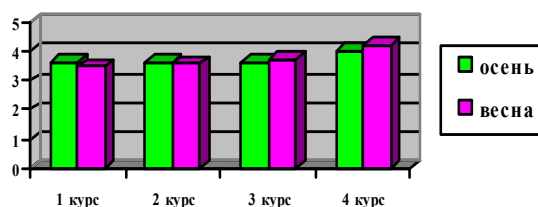


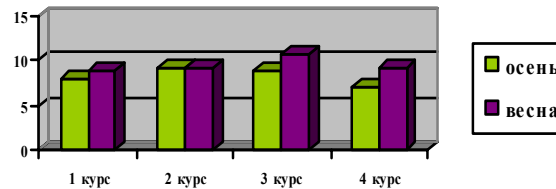
Рисунок 1 — Выполнение контрольного норматива студентами: бег 1000 м

Анализируя результаты, показанные юношами на дистанции 1000 м за осенний и весенний период, мы можем констатировать, что результат в беге на данной дистанции улучшили студенты первого (на 17 с) и второго курса (на 6 с). Результаты, показанные студентами третьего и четвертого курсов достаточно низкие. Так юноши, занимающиеся на третьем курсе ухудшили свой результат на 12 с, студенты 4 курса — на 20 с.

*Силой* (или силовыми способностями) в физическом воспитании называют способность человека преодолевать внешнее сопротивление или противодействовать ему посредством мышечных напряжений.

Для определения силовых способностей мышц плечевого пояса и рук применяется тест — подтягивание на высокой перекладине, силовой выносливости рук — сгибание и разгибание рук в упоре лежа, силовых способностей мышц ног — прыжок в длину с места.

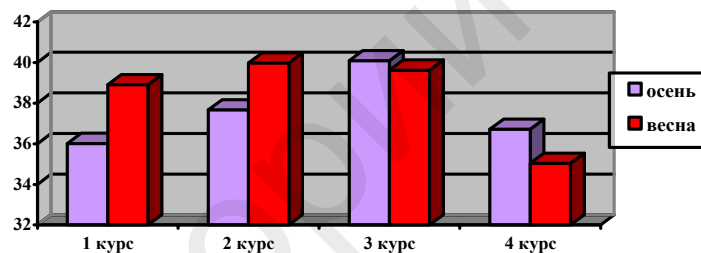
Рисунок 2 отражает результаты силы мышц плечевого пояса и рук.



**Рисунок 2 — Выполнение контрольного норматива студентами: подтягивание в висе на высокой перекладине**

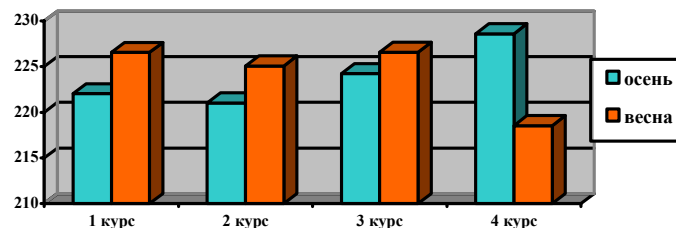
Анализируя результаты, показанные юношами при выполнении подтягивания в висе на высокой перекладине, мы отмечаем, что в весеннем семестре улучшили результаты студенты 1, 3 и 4 курсов, средний результат, показанный студентами второго курса, не изменился.

Диаграмма 3 отражает силовую выносливость рук в тесте «сгибание и разгибание рук в упоре лежа». Студенты 1 и 2 курсов в весеннем семестре улучшили свои показатели на 3 ед. и 2 ед. соответственно, студенты третьего и четвертого курсов показали достаточно низкие результаты в данном тесте.



**Рисунок 3 — Выполнение контрольного норматива студентами: сгибание-разгибание рук в упоре лежа**

Силовые способности мышц ног отражены в диаграмме 4. Результаты в прыжках в длину улучшили студенты 1, 2 и 3 курсов, на +4,5 см юноши первого курса, +4 см — второго курса, +2,3 см — студенты третьего курса. Очень низкие спортивные результаты показали студенты 4 курса (-10 см).



**Рисунок 4 — Выполнение контрольного норматива студентами: прыжок в длину с места**

Под *быстротой* понимают комплекс функциональных свойств человека, непосредственно и по преимуществу определяющих скоростные характеристики движений, а также скорость двигательной реакции. Бег на 100 м отражает скоростно-силовую подготовку студентов. Так юноши 1 курса улучшили свой спортивный результат на 0,4 с, студенты 2 курса на 0,15 с, 3 курса на 0,07 с, юноши 4 курса ухудшили свои спортивные результаты на + 0,5 с. Результаты представлены на диаграмме 5.

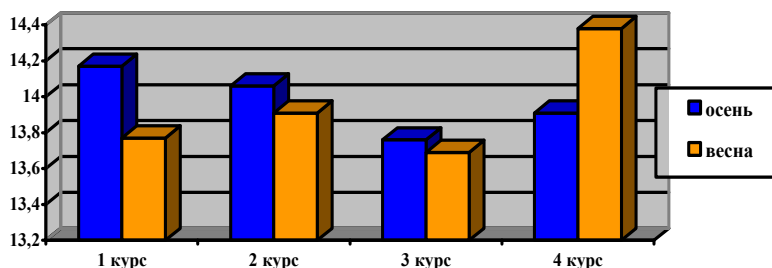


Диаграмма 5 — Выполнение контрольного норматива студентами: бег 100 м

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.

Диаграмма 6 отражает результаты, показанные студентами, при выполнении контрольного норматива в тесте «наклон вперед». Выросли результаты в данном тесте у студентов 1 курса (+1 см), 2 курса (+1,5 см), 3 курса (+0,5 см), низкий результат у студентов 4 курса (+1,2 см).

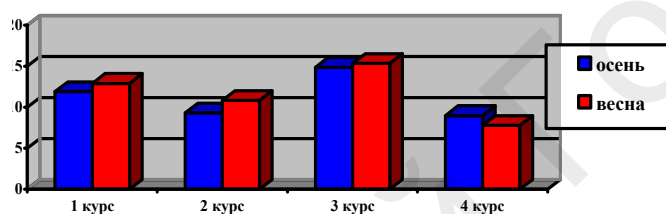


Диаграмма 6 — Выполнение контрольного норматива студентами: наклон вперед

#### Заключение

Анализируя выше представленные результаты, мы можем оценить уровень двигательной подготовки студентов 1–4 курсов в осеннем и весеннем семестре. Студенты четвертого курса ухудшили показатели двигательной подготовленности по всем контрольным тестам. Возможно, ухудшение спортивного результата связано с увеличением учебной нагрузки по профильным предметам и трудоустройством ряда студентов по специальности на работу в медучреждения.

Достаточно высокие результаты студентов 3 курса объясняются сознательным отношением к физическому воспитанию и хорошим уровнем овладения навыками и умениями по всему учебному материалу предмета «Физическая культура».

Использование тестов по определению физической работоспособности преподавателями-практиками позволяет определить модельные характеристики занимающихся, способствует детальному изучению и обобщению передового опыта организации учебного процесса.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Желобкович, М. П. Оздоровительно развивающий подход к физическому воспитанию студенческой молодежи: учеб.-метод. пособие / М. П. Желобкович, Р. И. Купчинов. — Мн., 2004. — С. 82–84.

УДК 616.831-001.31

### КЛИНИКО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ТРАВМАТИЧЕСКИХ ВНУТРИМОЗГОВЫХ ГЕМАТОМ

Олизарович М. В., Кузук М. В.

Учреждение образования

«Гомельский государственный медицинский университет»

г. Гомель, Республика Беларусь

#### Введение

Как известно, одним из видов наиболее тяжелой черепно-мозговой травмы (ЧМТ) является травматическая внутримозговая гематома, летальность при которой может достигать 45 % [1]. Данный вид поражения головного мозга актуален и в Республике Беларусь.