DOI: 10.17117/na.2015.12.02.325

<http://ucom.ru/doc/na.2015.12.02.325.pdf>

Поступила (Received): 29.12.2015

Куркина Л.В.
Влияние среды обитания на индекс здоровья
студенческой молодежи и результаты
применения программы «Физическая
культура – залог здоровья» в вузе

Kurkina L.V.

The influence of the environment on the health index of students of
youth and the results of application of the program "Physical
culture – the guarantee of health" at the university

Влияние загрязнения окружающей среды и техногенеза на индекс здоровья студенческой молодежи. Использование программы «Физическая культура – залог здоровья» для улучшения организации в системе формирования физической культуры студентов

Ключевые слова: индекс здоровья студенческой молодежи, загрязнение окружающей среды и техногенез, программа «Физическая культура – залог здоровья» для улучшения организации в системе формирования физической культуры студентов

Influence contamination of environment and technogenesis on an index health of student young people. Use of the program «The Physical culture is a mortgage of health» for the improvement of organization in the system of forming of physical culture of students

Key words: index of the health of students, environmental pollution and the technogenesis program "Physical culture – the guarantee of health" to improve the organization in the system of formation of physical culture of students

Куркина Лариса Владимировна

Кандидат медицинских наук, заведующая кафедрой
Кемеровский государственный
сельскохозяйственный институт
г. Кемерово, ул. Марковцева, 5

Kurkina Larisa Vladimirovna

Candidate of Medical Sciences, Head of Department
Kemerovo state agricultural institute
Kemerovo, Markovtseva st., 5

Необходимо отметить, что вопросы, связанные с физическим статусом являются актуальным в адаптации студентов в период обучения в вузе. В настоящее время имеет большое значение сохранение и укрепление здоровья населения (в частности, молодежи), РФ является одной из главных социальных задач государства. В связи с этим вопросы охраны здоровья населения (молодежи) неразрывно связаны с обеспечением санитарно-гигиенического, санитарно-эпидемиологического медицинского благополучия, как среди самих мигрантов, так и населенных пунктов принимающих территорий. Многие стороны жизни

охвачены кризисом. Особенно напряженная экологическая ситуация складывается в последние годы в промышленном городе Кемерово и близко расположенного к нему Кемеровского района (рис. 1-2).

Рис. 1. Схема влияния отрицательных сторон жизни на здоровье населения

Рис. 2. Схема основные источники загрязнения окружающей среды Кемеровского района

Техногенез – совокупность геоморфологических процессов, вызванных производственной деятельностью человека

Анализируя состояние окружающей среды Кемеровской области, следует отметить, что по критериям степени напряженности эколого-гигиенической ситуации его территорию селитебного освоения можно отнести к категории напряженной. В настоящее время идет интенсивное загрязнение земель солями тяжелых металлов. Данный фактор выходит на первый план по опасности для здоровья населения.

Рис. 3 Карта распределение районов Кемеровской области по интенсивности техногенеза

Следует отметить, что на Юге Кузбасса размещаются наиболее «грязные» отрасли промышленности. В частности, это предприятия чёрной и цветной металлургии, угле- и рудодобывающей и перерабатывающей промышленности. Данные объекты народного хозяйства являются мощными источниками выбросов вредных веществ в атмосферу. В атмосферу области ежегодно выбрасывается более 1,5 млн. тонн вредных промышленных отходов ...

Необходимо отметить, что среди территориальных единиц СФО крайне негативная ситуация по состоянию профессиональной заболеваемости сложилась в Кемеровской области. Здесь растущее значение показателя профессиональной заболеваемости в среднем за обозначенный период исследования (2005–2009 гг.) в $7,5 \pm 1,2$ раза превышает аналогичные данные по РФ. При этом на фоне благоприятной тенденции к снижению показателей смертности населения трудоспособного возраста по РФ, установившихся с 2006 г., в Кемеровской области значение анализируемого показателя на $31,0 \pm 3,5\%$ превышает данные по РФ [2].

В связи с этим следует рассмотреть концепцию здоровья и оптимальной работоспособности человека, разных контингентов российского населения, в том числе молодежи (студентов вузов), должна строиться на формировании, развитии и совершенствовании физических качеств и двигательных способностей, «социально-психологических» факторов образа жизни (Ю. П. Лисицын) (рис.4).

Причем эти качества должны развиваться, проявляться, и использоваться в течение всей жизни. К числу основных негативных влияний современной цивилизации на здоровье человека можно отнести следующие:

- снижение биологически обусловленного режима двигательной активности при одновременном росте психоэмоциональных нагрузок;
- несбалансированное по составу и избыточное по калорийности питание;
- загрязнение окружающей среды;
- вредные привычки (курение, алкоголизм, наркомания и т.п.);
- нарушение режима учебы, труда и личной жизни.

Рис. 4. Модель факторов риска, определяющие «структуры здоровья»

Низкая физическая активность отмечается почти у 76,0% студентов, а избыточную массу тела имеют 15,0-20,0% студентов. Следует подчеркнуть, что в большинстве случаев (85,0%) имеются те или иные сочетания "общих Факторов риска". Несмотря на то, что 89,0% считают личным долгом заботу о здоровье, реальное поведение студентов не только не подкрепляется практическими действиями, а даже, напротив, они ведут подрывающий здоровье и образ жизни (21,0-26,0%) [1].

Актуальность данной проблемы состоит в том, что физическое здоровье среди студентов КГСХИ с каждым годом ухудшается. И это находит подтверждение при их обращении в медицинское учреждение (рис. 5).

Рис. 5. Данные медицинского обследования студентов 1 курса КГСХИ за период с 2000 по 2015 гг.

В настоящее время в КемГСХИ была внедрена программа «Физическая культура – залог здоровья». В программе были использованы здоровьесберегающие технологии, но сохраняется тенденция ухудшения здоровья юношей и девушек год из года сохраняется, что требует отдельных учебных занятий для студентов специальной медицинской групп по заболеваниям (терапевтическим, хирургическим, неврологическим и т.д.).

Рис. 6 Динамика групп здоровья студентов, физической подготовки, физического развития 1-4-х курсов всех факультетов (%)

Мы проанализировали все индексы здоровья студентов (по трем показателям) к 4 курсу уменьшается группы здоровья М₂, но относительное увеличение групп здоровья М₁ и М₃. А также видим уменьшение показателя физической подготовленности Ф₃ среди студентов к 4 курсу и такие же изменения в показателе физического развития (рис. 6).

Выводы:

1. Внедрения программы «Физическая культура – залог здоровья» в вузе повлияла на индекс здоровья студенческой молодежи. Показали результаты исследования, что все индексы здоровья студентов (по трем показателям) к 4 курсу уменьшается группы здоровья М₂, но относительное увеличение групп здоровья М₁ и М₃, а также уменьшение показателя физической подготовленности Ф₃ среди студентов к 4 курсу и такие же изменения в показателе физического развития

2. В связи с этим, для сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи не только программа «Физическая культура – залог здоровья» в вузе, но и разработка плана совместной работы с администрацией студенческой межвузовской поликлиники по оздоровлению её.

Практические рекомендации:

С целью улучшения индекса здоровья студенческой молодежи необходимо провести следующие организационные мероприятия:

На уровне администрации вуза:

1. Разработка комплекса оздоровительных мероприятий с использованием здоровьесберегающих технологий и программы «Физическая культура – залог здоровья» в вузе.

2. Разработка плана совместно работы с администрацией студенческой межвузовской поликлиники по оздоровлению студенческой молодежи вуза.

На уровне администрации студенческой межвузовской поликлиники:

1. Разработка плана совместно работы с администрацией вуза.

2. Разработка комплекса оздоровительных мероприятий по сохранению здоровья студенческой молодежи

Систематическое занятие физической культурой оказывают положительное воздействие на все функциональные системы организма, формируют умственную и эмоциональную устойчивость к выполнению напряженной интеллектуальной деятельности. Реализация этого подхода возможна при тесном взаимодействии разных специалистов воспитательно-образовательного процесса, внедряющих здоровьесберегающие и здоровьесформирующие технологии.

Список используемых источников:

1. Агаджанян Н.А., Баевский Р.М., Берсенева А.П. Проблемы адаптации и учение о здоровье. М.: Издательство Российского университета дружбы народов, 2005. С. 284.
2. Захаренков В.В., Виблая И.В. Краткий обзор направлений научных исследований Научно-исследовательского института комплексных проблем гигиены и профессиональных заболеваний по вопросам сохранения трудового потенциала населения Сибирского федерального округа // Фундаментальные исследования. 2014. № 10. С. 1618.

© 2015, Куркина Л.В.

Влияние среды обитания на индекс здоровья студенческой молодежи и результаты применения программы «Физическая культура – залог здоровья» в вузе

© 2015, Kurkina L.V.

The influence of the environment on the health index of students of youth and the results of application of the program "Physical culture – the guarantee of health" at the university