

## СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

*А. А. Никитина* (ГГУ имени Ф. Скорины)

Науч. рук. *К. К. Бондаренко*,

канд. пед. наук, доцент

Занятия физической культурой в высших учебных заведениях выстраиваются в соответствии с возможностями и ограничениями студента, подтвержденными медицинскими рекомендациями [1]. При этом выполнение упражнений должно соответствовать критериям кинезиологии движений [2].

Исследование проводилось в Гомельском государственном университете имени Ф. Скорины в течение 2020-2021 учебного года. В исследовании приняли участие студенты, отнесенные к специальной медицинской группе здоровья.

За 2020 год средний показатель составлял 12,4 %, а за 2021 год показатель составляет 13,7 %. Средний прирост составляет 1,3 % в год. Можно заметить значительное снижение числа абсолютного здоровья студентов, а также стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний.

Проведенный анализ характера заболеваний студентов и распределения их по группам здоровья показал, что студентов основной группы здоровья (39 %) меньше, чем студентов подготовительной группы (44 %). Так же было определено, что студенты со специальной медицинской группой «А» входят в 15 % от общего числа студентов. Студентов со специальной медицинской группой «Б» и «В» – по 1 %.

Для студентов, отнесенных к специальным медицинским группам, необходима разнообразная физическая активность с постепенным усложнением и увеличением нагрузки. Наиболее часто практикуемыми упражнениями являются оздоровительная ходьба и плавание, а из лечебной гимнастики – дыхательные упражнения.

## Литература

1. **Бондаренко, А. Е.** Влияние специальных упражнений на подвижность поясничного отдела позвоночника / А. Е. Бондаренко // Современные проблемы физической культуры, спорта и молодежи : Материалы V региональной научной конференции молодых ученых, Чурапча, 28 февраля 2019 года / под редакцией А. Ф. Сыроватской. – Чурапча: ФГБОУ ВО «ЧГИФКиС», 2019. – С. 57–60.

2. **Бондаренко, К. К.** Кинезиологические основы выполнения физических упражнений: учеб.-метод. пособие / К. К. Бондаренко, Г. В. Новик, А. Е. Бондаренко. – Гомель: ГомГМУ, 2021. – 134 с.