

УДК 796

doi:10.18720/SPBPU/2/id23-363

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ МОНИТОРИНГА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЙ

**Филиппова Юлия Семеновна¹, Шадрин Лаврентий Викторович²,
Лебедев Алексей Владимирович¹, Лукина Светлана Михайловна²**

¹ – Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск, Россия

² – Санкт-Петербургский государственный университет, Санкт-Петербург, Россия

Аннотация. Целью написания статьи явилось обобщение результатов многолетнего опыта проведения мониторинга здоровья студентов в Новосибирском государственном педагогическом университете и Санкт-Петербургском государственном университете. Набор показателей для массового тестирования различается между вузами, а также внутри одного образовательного учреждения в различных подразделениях, тем не менее, основные исследуемые параметры могут быть сопоставлены. Сама оценка антропометрических и функциональных показателей различается. В СПбГУ студентов 1,2 курса очного отделения обследовали медики и педагоги, в НГПУ студенты 1,2 курса заочного отделения занимались самообследованием и самостоятельно онлайн вносили результаты в программу мониторинга на сайте НГПУ.

Несмотря на различие подходов, были получены сходные данные по основным показателям. Выявленная тенденция к ухудшению состояния опорно-двигательного аппарата по данным самооценки студентов заочного отделения требует дальнейшего изучения.

Наличие единого подхода к оценке состояния здоровья обучающихся облегчило бы анализ полученных данных и дальнейшую коррекцию образовательного процесса с целью сохранения здоровья подрастающего поколения россиян.

Ключевые слова: мониторинг здоровья, антропометрические показатели, функциональные показатели, физическая подготовленность, самостоятельная работа, оценка опорно-двигательного аппарата.

FEATURES OF HEALTH MONITORING OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

Filippova Yulia Semenovna¹, Shadrin Lavrenty Viktorovich², Lebedev Aleksei Vladimirovich¹, Lukina Svetlana Mikhailovna²

¹ – Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia

² – Saint Petersburg State University, Saint Petersburg, Russia

Abstract. The purpose of writing the article was to summarize the results of many years of experience in monitoring the health of students at Novosibirsk State Pedagogical University and St. Petersburg State University. The set of indicators for mass testing differs between universities, as well as within the same educational institution in different departments, however, the main studied parameters can be compared. The assessment of anthropometric and functional indicators differs. At St Petersburg University, full-time 1st and 2nd year students were examined by medics and teachers; at NSPU, 1st and 2nd year students at the correspondence department were engaged in self-examination and independently entered the results online into the monitoring program on the NSPU website.

Despite the difference in approaches, similar data were obtained on the main indicators. The revealed tendency to the deterioration of the state of the musculoskeletal system according to the self-assessment of students of the correspondence department requires further study.

The presence of a unified approach to assessing the health status of students would facilitate the analysis of the data obtained and further correction of the educational process in order to preserve the health of the younger generation of Russians.

Keywords: health monitoring, anthropometric indicators, functional indicators, physical fitness, independent work, assessment of the musculoskeletal system.

Актуальность

В соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, все обучающиеся российской федерации должны проходить мониторинг здоровья. При этом источники финансирования этой трудозатратной процедуры и лица, обязанные её выполнять, не обозначены. Сознвая важность данного процесса для коррекции здоровья сберегающей деятельности образовательных учреждений, программы мониторинга разрабатываются отдельными вузами, а также различными подразделениями и факультетами одного учебного заведения. После окончания пандемии назрела необходимость оценить её влияние на здоровье обучающихся. Анализ результатов мониторинга, полученных в различных

вузах страны, выявляет не только тенденции изменения состояния здоровья студентов [3, с. 6], но и проблемы мониторинга как такового.

Методология исследования

В исследовании, проводимом с 2011 по 2023 год, приняло участие 13895 студентов 1 и 2 курса очного отделения СПбГУ и 1162 студентов заочного отделения НГПУ бакалавриата.

Исследование основных антропометрических и функциональных показателей обучающихся в Санкт-Петербурге проводилось медиками и преподавателями, они же вносили результаты в таблицы Excel. В Новосибирске студенты заочного отделения обследовали себя самостоятельно и вносили результаты

в программу онлайн – мониторинга, разработанную на кафедре анатомии, физиологии и безопасности жизнедеятельности НГПУ под руководством Айзмана Р. И. [1, с. 74].

Результаты

В таблице 1 оценка антропометрических показателей позволяет говорить о сопоставимости результатов, полученных различными способами (с помощью преподавателя и самостоятельно). Обращает на себя внимание «омоложение» обучающихся заочного отделения, что может быть обусловлено необходимостью обучения с помощью современных ИКТ [2, с. 228]. Возможно, что вебинары, интерактивное тестирование и т. п. представляют менее комфортный формат обучения для возрастных студентов, чем традиционные методики.

Функциональные показатели состояния сердечно-сосудистой системы в состоянии покоя представлены в таблице 2. Более низкие показатели ЧСС и АД студентов НГПУ возможно объясняются тем, что измерение проходило в домашних условиях, а студенты СПбГУ проводили измерение в состоянии относительного покоя в вузе.

Анализ показателей физической подготовленности на основе самодиагностики, проводимой в НГПУ отражает разнонаправленную гендерную тенденцию, что может быть связано не только влиянием пандемии, но и «омоложением» обучающихся (табл.3).

Самодиагностика состояния опорно-двигательного аппарата [4, с.318], представленная на рис.1 и 2, отражает тревожную тенденцию ухудшения здоровья молодёжи во время изоляции.

Выводы

Скрининг-диагностика состояния здоровья обучающихся является важным компонентом оценки образовательной деятельности учреждения. Наличие рекомендованных тестов для всех образовательных учреждений РФ и вариативной части тестирования обеспечило бы сопоставимость результатов и обеспечило данными тематические разработки различных учреждений.

Ухудшение состояния опорно-двигательного аппарата по результатам самоанализа студентов требует углублённого изучения данной проблемы и корректировки образовательного процесса в сторону увеличения полезной физической нагрузки.

Таблица 1

Антропометрические показатели студентов

Группа	Года обследования	n	Возраст, лет	Длина тела, см	Масса тела, кг	Индекс Кетле	ОГК, см	Индекс стени
ДЕВУШКИ								
СПбГУ очн. 1-2курс	2011–14	6670	18,15 ± 0,44	165,24 ± 0,67	65,89 ± 0,36	24,26 ± 0,54		
НГПУ заочн. 1-2курс	2012–14	158	26,36 ± 3,35	164,34 ± 3,05	63,99 ± 6,19	22,43 ± 2,2	89,15 ± 4,2	0,78 ± 0,005
СПбГУ очн. 1-2 курс	2016 – 19	2647	18,25 ± 0,52	164,3254 ± 0,58	64,92231 ± 0,34	24,25 ± 0,54		
НГПУ заочн. 1-2курс	2017–19	404	23,09 ± 1,8	164,06 ± 1,8	61,25 ± 3,9	22,7 ± 1,4	88,58 ± 4,4	0,79 ± 0,03
СПбГУ очн. 1-2 курс	2020–23	259	18,25 ± 0,52	164,2528 ± 0,58	64,87548 ± 0,34	24,25 ± 0,53		
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	352	21,6 ± 0,6	165,43 ± 2,02	59,59 ± 4,4	21,75 ± 1,4	85,9 ± 3,8	0,82 ± 0,03
ЮНОШИ								
СПбГУ очн. 1-2курс	2011–14	3257	18,23 ± 0,32	175,2324 ± 0,67	79,62231 ± 0,56	26,33 ± 0,55		
НГПУ заочн. 1-2курс	2012–14	74	26,29 ± 4,4	177,65 ± 4,03	79,63 ± 8,6	24,62 ± 2,3	98,23 ± 8,9	0,71 ± 0,05
СПбГУ очн. 1-2 курс	2016–19	962	18,34 ± 0,34	176,5286 ± 0,68	79,58234 ± 0,54	25,56 ± 0,54		
НГПУ заочн. 1-2курс	2017-19	116	24,22 ± 2,3	177,74 ± 3,7	77,9 ± 6,01	24,59 ± 1,5	95,94 ± 7,7	0,72 ± 0,04
СПбГУ очн. 1-2 курс	2020–23	100	18,32 ± 0,34	174,5286 ± 0,65	78,43241 ± 0,54	25,49 ± 0,53		
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	58	22,0 ± 1,03	176,62 ± 2,9	76,01 ± 7,1	23,92 ± 3,7	97,56 ± 5,6	0,75 ± 0,15

Таблица 2

Функциональные показатели студентов

Группа	Года обследования	n	Возраст, лет	АД сист, мм рт ст	АД диаст, мм рт ст	ЧСС/мин
ДЕВУШКИ						
СПбГУ очн. 1-2курс	2011–14	6670	18,15 ± 0,44	124 ± 0,73	71 ± 0,67	80 ± 0,46
СПбГУ очн. 1-2 курс	2016–19	2647	18,25 ± 0,52	126 ± 0,75	75 ± 0,69	83 ± 0,47
НГПУ заочн. 1-2курс	2017–19	271	23,38 ± 2,01	113,72 ± 3,65	72,49 ± 2,43	76,89 ± 2,8
СПбГУ очн. 1-2 курс	2020–23	259	18,25 ± 0,52	128 ± 0,75	72 ± 0,68	81 ± 0,47
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	84	21,71 ± 2,12	113,48 ± 6,85	73,48 ± 3,47	78,52 ± 6,7
ЮНОШИ						
СПбГУ очн. 1-2курс	2011–14	3257	18,23 ± 0,32	126 ± 0,76	78 ± 0,69	83 ± 0,47
СПбГУ очн. 1-2 курс	201–19	962	18,34 ± 0,34	128 ± 0,79	76 ± 0,67	80 ± 0,45
НГПУ заочн. 1-2курс	2017-19	81	24,72 ± 3,86	122,4 ± 6,26	78,9 ± 5,4	77,53 ± 6,17
СПбГУ очн. 1-2 курс	2020–23	100	18,32 ± 0,34	127 ± 0,78	75 ± 0,66	81 ± 0,46
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	53	22,0 ± 2,3	125,33 ± 4,68	78,67 ± 4,28	76,44 ± 4,7,4

Таблица 3

Показатели физической подготовленности НГПУ

Группа	Года обследования	n	Возраст, лет	Показатели физической подготовленности		
				Отжимания кол. раз.	Прыжок в длину с места, см	Наклон, см
ДЕВУШКИ						
НГПУ заочн. 1-2курс	2012–14	158	26,36 ± 3,35	13,15 ± 6,3	140 ± 12,4	3,34 ± 2,8
НГПУ заочн. 1-2курс	2017–19	314	23,13 ± 1,9	12,27 ± 3,2	145,23 ± 12,5	4,59 ± 7,5
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	83	21,12 ± 2,37	10,92 ± 5,8	147,4 ± 29,7	4,2 ± 7,6
ЮНОШИ				Подтягивания, кол.раз	Прыжок в длину с места, см	Наклон, см
НГПУ заочн. 1-2курс	2012–14	74	26,29 ± 4,4	11,36 ± 3,6	179,3 ± 18,3	0,2 ± 6,43
НГПУ заочн. 1-2курс	2017–19	81	24,12 ± 3,5	10,17 ± 5,6	180,82 ± 17,3	3,2 ± 5,3
НГПУ заочн. 1-2курс	2020–23	53	22,0	12,42 ± 9,6	181,4 ± 23,6	4,3 ± 6,8

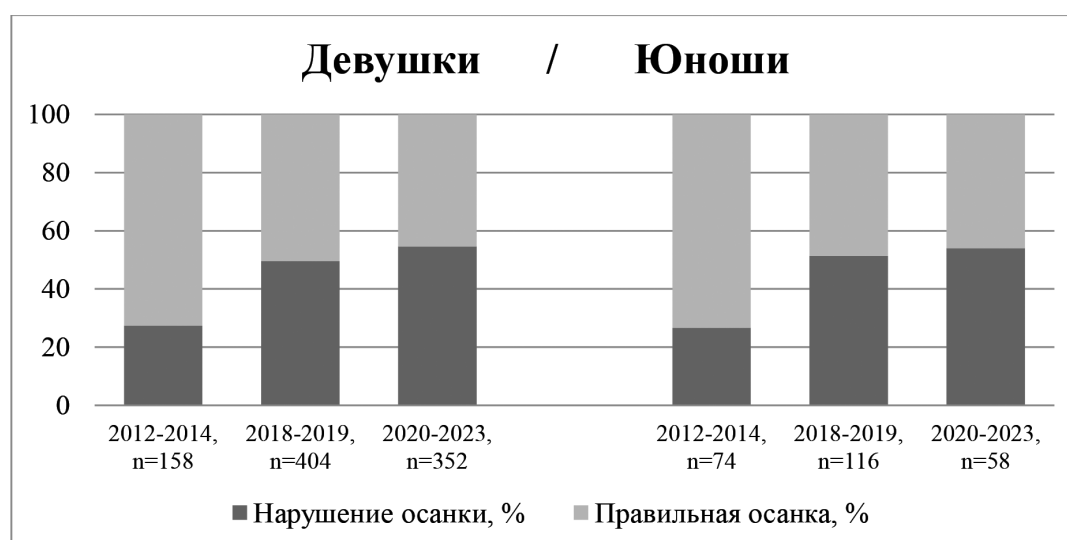


Рис. 1. Осанка студентов НГПУ

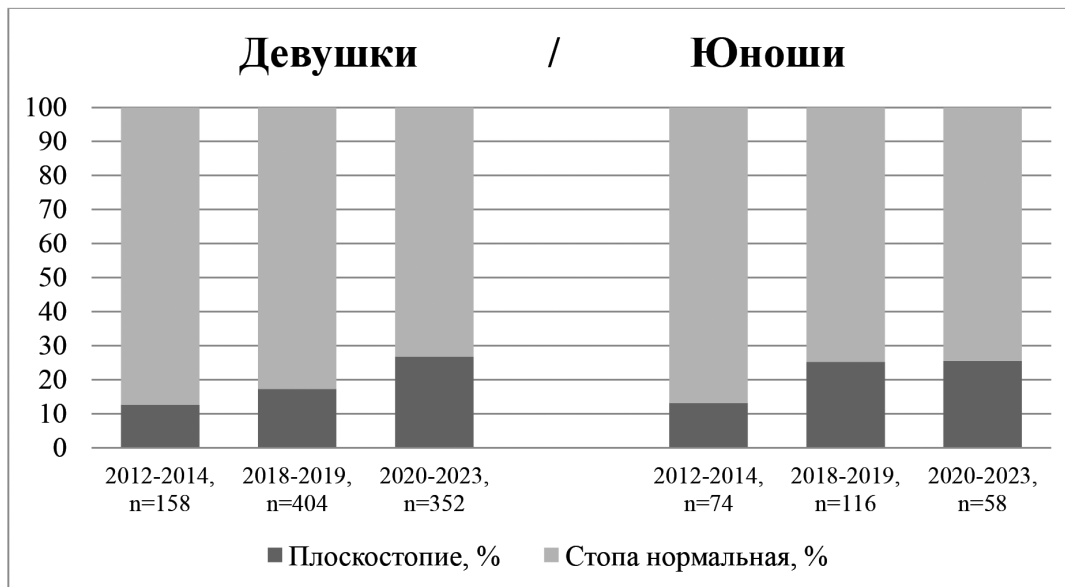


Рис. 2. Состояние стопы студентов НГПУ

Литература

1. Айзман Р. И., Лебедев А. В., Айзман Н. И., Рубанович В. Б. Методология и практика мониторинга здоровья учащейся молодёжи / Р. И. Айзман, А. В. Лебедев, Н. И. Айзман, В.Б. Рубанович // Здоровье и образование в XXI веке. М., – 2017. – Т.19, – №5. С. 73–78.
2. Бороненко Т. А. Активные и интерактивные методы педагогического взаимодействия в системе дистанционного обучения / Т. А. Бороненко, А. В. Кайсина, В. С. Федотова // Научный диалог. – 2017. – № 1. – С. 227–243.
3. Загоркина Н. А. Влияние дистанционного обучения на здоровье студентов высших учебных заведений / Н.А. Загоркина // Социальные аспекты здоровья

- населения [сетевое издание] 2021; 67(3):7. URL: <http://vestnik.mednet.ru/content/view/1269/30/lang,ru/>. DOI: 10.21045/2071-5021-2021-67-3-7.
4. Шакина Н. А. Самостоятельная работа как фактор совершенствования творческого потенциала студентов в процессе формирования компетенций пропаганды физической культуры и спорта среди населения // Пути оптимизации самостоятельной работы студентов в условиях модернизации профессионального образования / под. общ. ред. С.Г. Куртева // Материалы III Всероссийской научно-практической конференции (11 – 12 мая 2016 г., г. Омск). – Омск: Изд-во СибГУФК. – 2016. – С. 317–319.

* * *

УДК 373.24
doi:10.18720/SPBPU/2/id23-364

ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОСНОВ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Ядрова Анна Александровна

ФГБУ ФНЦ ВНИИФК, Москва, Россия

Аннотация. Проблема формирования основ здорового образа жизни у дошкольников связана с тенденцией увеличения количества детей с отклонениями в здоровье. Эта ситуация складывается под влиянием различных отрицательных факторов. В статье описаны особенности средств и методов физического воспитания дошкольников, способствующих формированию ценностей здорового образа жизни у детей.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, дошкольники, двигательная активность.

FEATURES OF FORMING THE BASIS OF A HEALTHY LIFESTYLE IN PRESCHOOL CHILDREN

Yadrova Anna Aleksandrovna

Federal Science Center of Physical Education and Sport, Moscow, Russia

Abstract. The problem of forming the foundations of a healthy lifestyle among preschoolers is associated with a tendency to increase the number of children with health problems. This situation develops under the influence of various negative factors. The article describes the features of the means and methods of physical education of preschoolers, contributing to the formation of healthy lifestyle values in children.

Keywords: healthy lifestyle, preschoolers, motor activity.