

Соловьева И. П., Ширкина А. В.
ФИЗИЧЕСКАЯ АКТИВНОСТЬ И ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ
Научный руководитель ст. преп. Куницкая С. В.
Кафедра общественного здоровья и здравоохранения
Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Физическая культура и спорт в условиях напряженного умственного труда, дефицита времени, ограниченности двигательной активности приобретают, безусловно, профилактическое значение, являясь средством реабилитации и восстановления оптимального психофизиологического состояния.

Цель: Изучить влияние физической активности студентов БГМУ на успеваемость и состояние здоровья.

Задачи:

- 1 Оценить связь между занятостью в спортивных секциях и успеваемостью.
- 2 Сопоставить состояние здоровья в группах студентов с различной физической активностью.
- 3 Оценить когнитивные способности: скорость усвоения нового материала и способность к концентрации внимания у студентов с различной физической активностью.

Материал и методы. Проведено анкетирование студентов 2-6 курса БГМУ. Сформированы 2 группы студентов. В первую группу (1) вошли лица, занимающиеся в спортивных секциях, вторую группу (2) составили лица, не посещающие секции. В работе использованы социологический и статистический методы. Обработка результатов исследования проводилась с помощью прикладного пакета Excel и Statistica 10.0.

Результаты и их обсуждение. Средний возраст респондентов составил $21,3 \pm 0,75$ лет. Распределение по полу: 43,2% юноши и 56,8% девушки. Статистически значимых различий в группах по уровням успеваемости (средний балл: 1-я группа – $7,1 \pm 0,39$, 2-я группа – $6,5 \pm 0,25$, $p > 0,05$) и заболеваемостью (частота ОРИ в группе 1 – $77,8 \pm 10,08\%$, в группе 2 – $89,5 \pm 7,23\%$, $p > 0,05$) не выявлено. Не выявлено статистически-значимых различий в скорости усвоения материала (усваивают учебный материал при однократном прочтении 44,4% и 57,9% соответственно в 1-ой и 2-ой группах, $p > 0,05$).

Выводы:

- 1 Занятия спортом не влияют на показатели в учебе.
- 2 Заболеваемость ОРИ в группах сравнения не имеет достоверных различий.
- 3 Не выявлено статистически-значимых различий в скорости усвоения материала.