

РУХОВИЙ РЕЖИМ У ВИШАХ ЯК ФАКТОР ВПЛИВУ НА ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК І АЕРОБНІ МОЖЛИВОСТІ ОРГАНІЗМУ СТУДЕНТІВ

Троян О.Я., Пилипенко С.В.

Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Навчання у виші, особливо на самому початку, відзначається надзвичайно високою емоційною та інтелектуальною напругою основних психічних функцій дівчини а чи юнака (у переважній більшості – це підлітки), наявністю гострих стресових ситуацій, гіпокінезією, а згодом – і вже у короткочасному підсумку – зниженням загальної, у тому рахунку й фізичної, а не лишень розумової працездатності.

Протягом останніх років спостерігається зменшення числа студентів зі зниженими ваго-ростовими співвідношеннями. Частота великої маси зростає, що свідчить про загальну тенденцію до ожиріння. Так, у роботі Е. В. Павлушенка зі співавторами [8] при порівнянні показників фізичного розвитку першокурсників за індексом Кетле виявляється: за п'ять років їхнього навчання у коледжі збільшилася частка першокурсників з нормальними ваго-ростовими показниками і зменшилася – з дефіцитом маси тіла. При цьому спостерігається ріст кількості студентів з надлишковою масою тіла як серед юнаків (з 25, 4 % до 34, 2 %), так і серед дівчат (з 16, 1 % до 26, 4 %).

У цих умовах на фізичну культуру й спорт покладається важливе – не лише медичне, але й соціальне – завдання: зміцнення здоров'я студентів, значне підвищення їх працездатності. Але, як це не прикро, організація фізичного виховання наших студентів далеко не відповідає вимогам сьогодення, і далеко не завжди заняття фізичними вправами виявляються ефективними й несуть повноцінний оздоровчий ефект. Одна з основних причин низької ефективності фізвиховання в українських вишах, як на нашу думку, – то недосконалість системи організації фізкультурно-спортивної діяльності.

Морфофункціональний розвиток та відповідне вдосконалення організму студентів у процесі навчання у вишах триває, але знаходиться у прямо пропорційній залежності од статі й характеру рухового режиму в цей же період. При порівняно стабільній довжині тіла його маса збільшується: у дівчат – в основному – протягом перших трьох років навчання, у чоловіків – до його закінчення.

Приріст же маси тіла переважно пов'язаний зі збільшенням відсотку вмісту резервного жиру. Це можна розглядати як результат зміни енергетичного балансу в зв'язку з різким та надто довгим у часі (роки) зниженням рухової активності юних та молодих людей.

Існує істотне розходження між студентами, що займаються у спортивних секціях, і тими, котрі відвідують виключно заняття з

фізичної культури у своїх вишах. Дослідження, проведені В. І. Носковим зі співавторами [8], продемонстрували: у багатьох практично здорових студентів основної групи, хто займається тільки звичайною програмою фізичного виховання, вже на першому курсі відзначається виражене зниження м'язової сили. Узагалі, як правило, показники м'язової сили, приміром, у представниць молодших і старших курсів природничих та гуманітарних факультетів істотно менші, аніж у студенток факультету фізичного виховання. Зокрема, динамометрія правої руки спортсменок перевищувала дані студенток інших факультетів на 5,9 кг (на 20,3 %), лівої – на 6,1 кг (на 23,7%) [2]. І такі показники у неспортсменок помітно знижуються від курсу до курсу...

Життєдіяльність внутрішніх органів, аеробна ємність організму багато в чому залежить від форми та розмірів грудної клітки. Однак, величина її обхвату (ОГК) залежить не тільки від об'єму легень, але й од розвитку скелета, м'язів, підшкірно-жирового шару. Дані про величину ОГК науковці рекомендують розглядати комплексно: у зв'язку із довжиною тіла, оскільки одна і та ж величина ОГК може оцінюватися по-різному [1, 5, 9]. Спостерігається збільшення цього показника у старших студентів у порівнянні з молодшими.

Раціонально організовані заняття фізичними вправами позитивно впливають на обхват і екскурсію грудної клітки. За даними Мінгазової Д. зі співавторами [7] у студенток, що займаються академічним веслуванням і легкою атлетикою, ОГК становить $91,2 \pm 1,7$ і $90,0 \pm 0,7$ см, відповідно, тоді як у тих, котрі не займаються спортом – $75,1 \pm 1,0$ см.

Але різні види спорту неоднаково впливають на рухливість і розміри грудної клітки: динамічний характер м'язової діяльності обумовлює її рухливість, а виражений статичний компонент здатний збільшувати її розміри.

Отже, згідно з науковими розробками сучасності, у процесі навчання у вишах триває морфофункціональний розвиток та вдосконалення юного організму, але – варіюючи, і – значною мірою – в залежності од обсягу та характеру рухового режиму в період навчання [5, 6]. Раціональне поєднання організованих і самостійних – домашніх – занять із фізичної підготовки веде до поліпшення усіх показників фізичного розвитку студентів, до покращання аеробної ємності організму.

Література

1. Апанасенко Г. Л., Попова Л. А., Магльований А. В. Санологія. Львів, ПП Кварт. 2011. 303 с.
2. Артыков М. А. Оптимизация функций организма студенток при занятиях спортом : Оптимизация функций организма при мышечной деятельности: Сборник статей. Алма-Ата, КазИФК. 1990. С. 33 – 35.

3. Бойко М. О., Фурман Ю. М., Мацейко І. І. Характеристика метаболічних процесів енергозабезпечення м'язової роботи у спортсменів 17 – 21 рр. в залежності від спортивної спеціалізації : Вісник Черкаського університету. 2020. № 1.10 с. URL: file:///C:/Users/Администратор/Downloads/kovstas,+3%20(1).pdf (дата звернення: 07.09.2021).
4. Вардимиади Н. Д. Динамика морфофункциональных показателей и успеваемости студентов медвуза с разными режимами физической активности : Медицинские проблемы физической культуры и спорта : Двигательная активность и физическая работоспособность студентов: тезисы докладов Всеросс. науч.-практ. конфер. М.-Конаково. 1988. С. 10 – 11.
5. Ендропов О. В. Валеологические аспекты двигательной активности человека. Новосибирск, изд. НГПУ. 1996. 230 с.
6. Кончиц Н. С. Физиологические основы физического воспитания студентов в связи с индивидуальными особенностями организма: Дис. ... докт. мед. наук. Новосибирск, 1990. 346 с.
7. Д. Мингазова, В. Шуравина, А. Макурина и др. Сравнительный анализ физического развития студентов-спортсменов, не занимающихся спортом : Вестник НЦБЖД. 2010. № 4. С. 5 – 9.
8. Носков В.И., Литвинов В.И., Христиановский В.В. Вопросы медико-биологического обоснования воспитания студентов : Здоровье и массовая физическая культура : Тезисы докладов научно-практической конференции 21 –22 июня. Новосибирск, 1988. С. 37 – 38.
9. Павлущенко Е.В., Журавлева Е.Н., Клеванский В.Ф. Мониторинг показателей физического развития и функциональных возможностей студентов 1 курса лечебного факультета ВГМУ : Материалы X-й Всероссийской науч.-практ. конф. „Актуальные проблемы физической культуры и спорта“. Томск, изд-во ТГПУ. 2007. С. 237 – 241.
10. Фурман Ю. М., Зуграва М. О., Брезденюк О. Ю., Сулима А. С., Нестерова С. Ю. Адаптація студентів Подільського регіону 17 – 21 рр. до фізичної роботи в аеробному й анаеробному режимах енергозабезпечення : Біологічні науки. Вінниця, Державний педуніверситет ім. М. Коцюбинського. 2018 р. 8 с. URL: <https://jmbms.com.ua/pdf/3/3/jmbms0-2018-3-3-235.pdf> (дата звернення: 12.09.2021).

RETROSPECTIVE ANALYSIS OF INDICATIONS FOR SURGICAL TREATMENT OF ACUTE NECROTIC PANCREATITIS

*Ushakova M.A., Liesnyi V.V.
Kharkiv National Medical University, Kharkiv, Ukraine*

Introduction. Necrotizing pancreatitis is a complex condition that usually requires surgical treatment and is associated with significant morbidity and mortality. Necrotizing pancreatitis develops in 15% of patients with severe acute pancreatitis, which is the cause of high mortality. With necrotic forms, lethality is 25–60%, and postoperative – can reach 70% [1]. Over the past decade, new definitions have been developed to standardize the severity of acute and necrotic pancreatitis and new treatments have emerged based on prospective randomized clinical trials.