

**Наука III тисячоліття:
пошуки, проблеми, перспективи розвитку**

**ВИЗНАЧЕННЯ РИЗИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ
СТУДЕНТІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ**

Халайджі С.В., канд. фіз. вих., доцент
Одеська національна академія харчових технологій, Одеса, Україна

Соціально-економічні зміни останнього десятиліття негативно вплинули на стан здоров'я населення країни, у тому числі і на рівень здоров'я студентської молоді. За аналізом літературних джерел більш ніж 50 % сучасних студентів мають відхилення у стані здоров'я.

Погіршення стану здоров'я студентів показує неієздатність традиційного підходу до викладання фізичної культури у вузі. Таким чином, пошук нових шляхів та технологій оздоровлення студентської молоді є вельми актуальним.

Найчастіше учбові заняття з фізичної культури починаються у вузі до обов'язкового проходження медогляду, і студенти не розділені на різні медичні групи. Щоб не завдати шкоди здоров'ю студентів, але й при тому не втрачати занять до початку медогляду, необхідно мати інформацію про ризик серцево-судинних захворювань у студентів-першокурсників. Проте питанням первинної перевірки рівня стану їхньої серцевої системи до проходження медогляду в літературних джерелах не приділяється достатньо уваги.

Завданнями нашого дослідження було підібрати тест на виявлення у студентів ризику розвитку серцево-судинних захворювань та провести його на початку занять фізичною культурою на 1 курсі.

Для вирішення цього завдання використовувалися наступні *методи дослідження*: аналіз літературних джерел щодо поставленої проблеми з метою відбору необхідних тестів; визначення у студентів ступеня ризику серцево-судинних захворювань; статистична обробка результатів тестування та аналіз отриманих даних.

У процесі аналізу літературних джерел були відібрані тестові завдання на виявлення ризику розвитку серцево-судинних захворювань.

В дослідженні прийняли участь 1057 студентів 1 курсу 5 структурних підрозділів ОНАХТ: Факультету інноваційних технологій харчування, ресторанно-готельного і туристичного бізнесу (ФГГХРГіТБ), Інституту прикладної економіки і менеджменту (ІПЕіМ), інституту холоду, кріотехнологій та екоенергетики (ІХКіЕ), інституту механіки, автоматизації і комп'ютерних систем (ІМАіКС), технологічного інституту харчової промисловості (ТІХП).

Завдання на виявлення ризику серцево-судинних захворювань являло собою анкету з 10 запитаннями стосовно віку, полу, артеріального тиску, ваги, схильності до стресу, якості харчування, відсутності або наявності шкідливих звичок, тижневого фізичного навантаження та наявності спадкових чинників.

В залежності від відповідей студенти набирали бали, і за сумарною кількістю балів виявлявся один з п'яти можливих рівнів: 1) ризик серцево-судинних захворювань відсутній; 2) ризик мінімальний; 3) ризик явний; 4) ризик виражений; 5) ризик максимальний.

За результатами дослідження відсутність ризику серцево-судинних захворювань виявилась у 507 студентів, що складає 47,97 % від загального числа, мінімальний ризик показав 391 студент, що дорівнює 36,99 %. Явний ризик

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

серцево судинних захворювань спостерігався у 127 досліджених (12,02 %). Виражений ризик виявився у 21 дослідженого (1,99 %), максимального ризику серцево-судинних захворювань спостерігалось лише у 11 студентів 1,04 % респондентів.

Результати досліджень допомогли викладачам на першому етапі занять до проведення медогляду розділити студентів на групи згідно до загрози ризику серцево-судинних захворювань і надавати студентам кожної групи адекватне навантаження.

Вважаємо, що данні нашого дослідження можна рекомендувати для вхідного тестування студентів вузів до проходження ними обов'язкового медичного огляду.

СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТАРШОКЛАСНИКІВ З АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТОНІЄЮ

Христова Т.Є., доктор біол. н., професор;

Лахно О.О., магістрант

*Мелітопольський держаний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького, м. Мелітополь, Україна*

Гіпертонічна хвороба є однією з основних патологій серед серцево-судинних захворювань, яка займає першорядне місце в структурі непрацездатності, інвалідизації та смертності населення країни. У пацієнтів з високим артеріальним тиском, діагностичним показником наявності гіпертонічної хвороби, в 3-4 рази частіше виникає ішемічна хвороба серця (зокрема, інфаркт міокарду), і в 7 разів - порушення мозкового кровообігу. Важливість профілактики та боротьби з гіпертонічною хворобою обумовлена тим, що, по-перше, гіпертонія - найважливіший чинник-патологія серцево-судинної та цереброваскулярної захворюваності та смертності, по-друге, є найпоширенішим захворюванням в Україні. На її частку доводиться 41% всіх захворювань цієї групи.

У сучасних умовах зростання динаміки соціального життя та інших чинників значно підвищується роль здоров'я майбутнього покоління, оскільки конкурентоспроможною є лише фізично здорова, активна, соціально адаптована людина. У зв'язку з цим вимагає особливого аналізу стан здоров'я дітей старшого шкільного віку, відсоток захворюваності яких зростає з кожним роком.

Мета дослідження - науково обґрунтувати, розробити та визначити ефективність сучасних підходів до фізичного виховання старшокласників з артеріальною гіпертонією.

Дослідницька частина роботи виконувалася на базі Комунального закладу «Мелітопольський дитячий санаторій» Запорізької обласної ради у період 2016-2017 рр. У обстеженні брали участь 60 дівчат у віці від 15-17 років з діагнозом: гіпертонічна хвороба II ступеня. Середній вік хворих склав $16,6 \pm 1,6$ років. Всі клієнти були розділені на дві групи: контрольну (КГ, 30 осіб) та експериментальну (ЕГ, 30 осіб). У контрольній групі хворі отримували стандартний комплекс фізичного навантаження. У експериментальній групі застосовувалася спеціально розроблена комплексна програма фізичного