

Е. М. Ерпулева
Науч. рук. **Т. В. Азявчикова**,
ст. преподаватель

ИССЛЕДОВАНИЕ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ ОРГАНИЗМА СТУДЕНТОВ К УЧЕБНЫМ НАГРУЗКАМ

Для студентов существует проблема адаптации к учебным нагрузкам. Работоспособность студентов и её динамика в учебном процессе изучается отечественными учёными давно и достаточно широко [1]. Целью исследования явилось изучение влияния учебных нагрузок на функциональные особенности организма студентов до и после сессии.

В процессе проведения работы для изучения адаптационных возможностей организма у студентов к учебным нагрузкам было обследовано 200 человек в возрасте от 18 до 23 лет. Обследования проводились на базе УО «Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины».

Сравнительный анализ физиологического состояния студентов 1-4 курсов в различные периоды обучения показал:

1. Частота сердечных сокращений во время сессии выше у студентов 1 курса, чем у студентов 2, 3 и 4 курсов. Значения не имеют достоверных различий при уровне значимости $P > 0,5$. Но наблюдается более быстрое восстановление ЧСС у студентов 3 и 4 курса.

2. У студентов 1–4 курсов в летний период, систолическое давление находилось в норме: от 110 до 120 мм. рт. ст. В зимний период во время экзаменационной сессии у студентов 3 и 4 курса систолическое давление меньше: 120 мм. рт. ст., чем у студентов 1 и 2 курса. У студентов 1-4 курсов в летний период, диастолическое давление в норме. Диастолическое давление в зимний период у студентов 1 курса: 90 мм. рт. ст., 2 и 3 курса – 85 мм. рт. ст., а у 4 курса – 80 мм. рт. ст.

3. У студентов 1–4 курса ИФИ в летний период находился в пределах нормы 1,8–2,1. Наблюдается резкое повышение ИФИ в зимний период экзаменационной сессии. В зимний период после экзаменационной сессии ИФИ резко снижается.

Результаты проведенного исследования указывают на то, что адаптация студентов к учебным нагрузкам заканчивается в конце второго – начале 3 учебного семестра. Поэтому студенты 1, 2 и 3 курса к концу зимней экзаменационной сессии истощены.

Литература

1 Гавриков, К. В. Физиология сердечно-сосудистой системы / К. В. Гавриков // Волгоград: ВолгГМУ, 2010. – 429 с.

Е. В. Жевнеренко
Науч. рук. **Т. В. Арастович**,
канд. с.-х. наук, доцент

ОЦЕНКА ПОКАЗАТЕЛЕЙ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ГОРОДА ГОМЕЛЯ

Показатели физического развития выступают индикатором различных отклонений в состоянии здоровья, функциональной незрелости отдельных органов и систем. В каждом возрастном периоде организм ребенка обладает рядом характерных