

что 30% населения страны имеет избыточную массу тела, 50% из них – младше 18 лет. Количество детей с ожирением удваивается каждые три десятилетия [1].

Основное количество больных (до 70%) попадают под наблюдение специалистов лишь спустя 5–10 лет от начала появления избыточной жировой массы. Однако в этих случаях родители обращаются за врачебной помощью не по поводу самого избытка массы тела, а из-за появления у ребенка таких жалоб, как головная боль, головокружение, повышенный аппетит, жажда, боли в ногах, неприятные ощущения в области сердца, появление полос растяжения на коже, отставание полового развития у мальчиков, нарушения менструального цикла у девочек, являющихся на самом деле симптомами осложненного течения ожирения [2].

Избыточная масса тела в детском возрасте часто трансформируется в ожирение у взрослых, которое, в свою очередь, представляет собой серьезную угрозу для здоровья. Таким образом, отмечаемый эпидемический рост распространения избыточной массы тела и ожирения во всем мире требует серьезного отношения со стороны медицинского персонала, специалистов в области физической культуры, а также родителей [3].

Программа реабилитации детей с ожирением должна включать индивидуальные консультации по пищевому поведению, вовлечение членов семьи в процесс реабилитации, привлечение к здоровому образу жизни, умеренное ограничение калорийности с целью снижения массы тела на 5–10% и уменьшения риска осложнений, программу физических упражнений с правом выбора вида двигательной активности и отказом от малоподвижного образа жизни, умение сохранить достигнутые результаты и предотвратить рецидив прогрессирующего ожирения.

### Литература

1 Аверьянов, А. П. Диагностика ожирения у школьников: значение определения массы жировой ткани. Педиатрия / А. П. Аверьянов, Н. В. Болотова, Е. Г. Дронова. – 2003. – № 5. – С. 66–69.

2 Бутрова, С. А. Лечение ожирения: современные аспекты // Реферативный медицинский журнал. С. А. Бутрова, А. А. Плохая. – 2000. № 9, т. 24. С. 1140–1146.

3 Петеркова, В. А. Ожирение в детском возрасте / В. А. Петеркова, О. В. Ремизов. // Ожирение и метаболизм. – 2004. – № 1. – С. 17–23.

*Р. Ю. Трибелустова*

*Науч. рук. С. А. Иванов,*

*ст. преподаватель*

### ДИНАМИКА СКОРОСТНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ АБИТУРИЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОСТИ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Физическая подготовленность необходима для того, чтобы студенты специальности «Физическая культура» могли в полной мере овладеть тем материалом, изучаемым за весь курс обучения, который в дальнейшем смог бы пригодиться им в их профессиональной деятельности и сделать их хорошими специалистами.

Цель исследования – изучить динамику уровня скоростных способностей, находящихся на очень высоком уровне развития у абитуриентов, поступающих на дневную форму обучения.

Были проанализированы протоколы вступительных испытаний экзамена «Физическая культура и спорт» 2015-2017 годов. Мы сравнили уровень скоростных способ-

ностей юношей и девушек, поступающих на дневную форму обучения выполнявших педагогические тесты определяющие скоростные способности, получивших отметки 9 и 10 (очень высокий уровень). Результаты смотрите в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1 – Уровень развития скоростных способностей, в %

Год	Девушки	Юноши	Девушки	Юноши
	Количество отметок 9 и 10		В %	
2015	13	70	40,6	87,5
2016	20	32	64,5	43,9
2017	21	51	63,6	45,5

В 2015 году процент получения очень высокой отметки у юношей более чем вдвое больше по сравнению с девушками (46,9%). В 2016 году у девушек этот процент больше, чем у юношей на 20,6%, а в 2017 году на 18,1%.

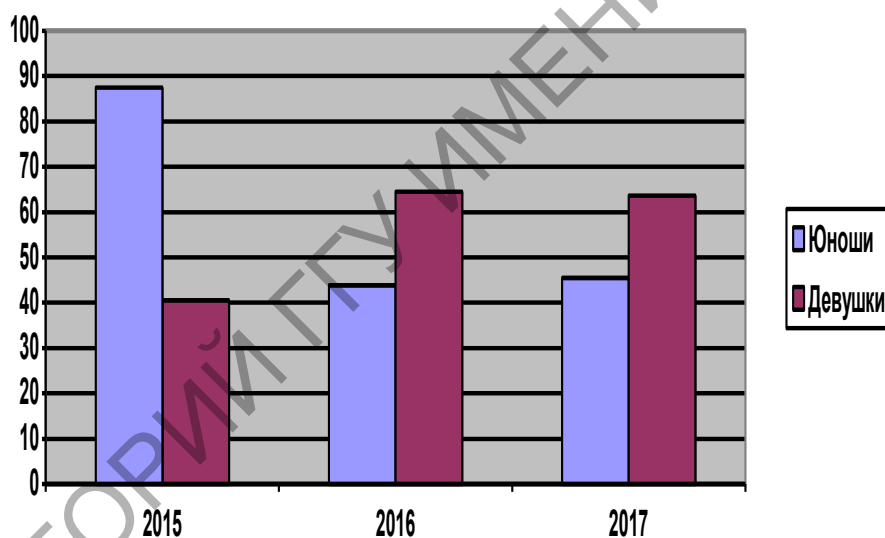


Рисунок 1 – Динамика скоростных способностей, в %

Количество юношей с очень высоким уровнем скоростных способностей было высоким только в 2015 году, но в 2016 и 2017 году этот показатель уменьшился почти в два раза. У девушек количество очень высоких отметок в 2016 году выше относительно 2015 года, но в 2017 году наблюдается небольшое снижение. Наибольшее количество абитуриентов, которые получили очень высокие отметки за тесты, определяющие скоростные способности, было в 2015 году.