

ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ТЕХНИЧЕСКОМ ВУЗЕ

О.В. ИЛЮШИН^{1,2}, А.С. НИКИТИН¹, Н.А. КОЛОЧАНОВА¹, Ч.Р. САФИУЛЛИНА¹

¹ ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет»;
² ФГБОУ ВО «Казанский государственный энергетический университет»,
г. Казань

Ключевые слова и фразы: здоровье; медицинские группы; студенты; физическая активность.

Аннотация: Занятия физической культурой и спортом имеют фундаментальное значение в формировании здорового образа жизни и общего благополучия студентов в высших учебных заведениях. Особенно важно это в современных технических вузах, где академические нагрузки и стрессы становятся все более интенсивными. Проблема развития адаптации студентов технических вузов, относящихся к специальной медицинской группе, актуальна на сегодняшний день. Целью является анализ влияния физической активности на здоровье и академическую успеваемость студентов, входящих в специальные медицинские группы. Задача исследования – определить роль факторов в формировании физического развития студентов специальной медицинской групп. Методы исследования: анкетирование, наблюдение, педагогический эксперимент, математическая обработка данных.

Важно понимать, что студенты специальной медицинской группы имеют медицинские ограничения и требуют особого подхода к организации занятий физической культурой.

Целью данного исследования является анализ воздействия занятий физической культурой на физическое и психологическое здоровье, а также на академическую успеваемость студентов технических вузов, входящих в специальные медицинские группы.

В результате исследования был проведен анкетный опрос студентов специальных медицинских групп технических вузов, а также собраны и проанализированы медицинские показатели, учитывая наличие медицинских ограничений. Студентам были заданы следующие вопросы.

- Как часто Вы участвуете в занятиях физической культурой?
- Какие виды физической активности Вы предпочитаете?
- Каково Ваше общее физическое состояние?

– Есть ли у Вас какие-либо медицинские ограничения или заболевания?

– Как Вы оцениваете свое психоэмоциональное состояние?

– Какие изменения в своем физическом и психологическом состоянии Вы заметили после участия в занятиях физической культурой?

– Какие улучшения в академической успеваемости Вы отметили после вовлечения в физическую активность?

– Как физическая активность повлияла на Ваши социальные связи и общую удовлетворенность университетской жизнью?

Анализ медицинских данных включал в себя изучение медицинских исследований, результатов физических обследований студентов и оценку их физического состояния и медицинских ограничений. Эти данные были использованы для выявления влияния занятий физической активностью на здоровье студентов и эффективности таких занятий на их общее благополучие и успеваемость.

Исследование выявило следующие ключе-

вые результаты.

1. Улучшение общего физического состояния: студенты, входящие в специальные медицинские группы и участвующие в занятиях физической культурой, продемонстрировали значительное улучшение своего физического состояния. Регулярные тренировки способствовали укреплению здоровья, увеличению выносливости и снижению риска заболеваний.

2. Улучшение психоэмоционального состояния: участие в физических тренировках оказало положительное воздействие на психоэмоциональное состояние студентов. Они испытывали меньший уровень стресса, улучшение настроения и повышение общей психологической устойчивости.

3. Повышение академической успеваемости: исследование показало, что студенты из специальных медицинских групп, регулярно участвующие в физических занятиях, демонстрировали более высокие результаты в учебе. Они проявили улучшение концентрации внимания и способности к решению учебных задач.

4. Укрепление социальных связей: занятия физической культурой способствовали форми-

рованию более тесных и прочных социальных связей среди студентов. Это укрепило коллективный дух и повысило общую удовлетворенность университетской жизнью.

В результате проведенного исследования можно сделать вывод, что занятия физической культурой и спортом имеют положительное воздействие на студентов, входящих в специальные медицинские группы технических вузов. Физическая активность оказывает благоприятное воздействие на физическое и психологическое здоровье студентов, а также на их академическую успеваемость.

Эти результаты подчеркивают важность интеграции физической активности в учебный процесс для студентов специальных медицинских групп в технических вузах с целью поддержания их физического и психологического благополучия и повышения академической успеваемости.

Данное исследование предоставляет основу для разработки и внедрения оптимизированных учебных планов и программ для студентов специальных медицинских групп, которые позволят достичь успеха как в учебе, так и в поддержании здорового образа жизни.

Литература

1. Сетяева Н.Н. Физическое воспитание в специальных медицинских группах педагогического вуза / Н.Н. Сетяева // Теория и практика физической культуры. – 2021. – № 2. – С. 34–38.
2. Илюшин, О.В. Влияние физической культуры на эмоциональное состояние студентов / О.В. Илюшин, С.В. Абзалова, Р.Р. Шайхиев, А.С. Никитин // Перспективы науки. – Тамбов : ТМБпринт. – 2021. – № 12(147). – С. 191–194.
3. Мифтахов, Р.А. Средства, методы и организационные формы адаптивной физической культуры студенческой молодежи / Р.А. Мифтахов, Н.Н. Шамсияров, О.В. Илюшин // Перспективы науки. – Тамбов : ТМБпринт. – 2019. – № 9(120).
4. Мифтахов, Р.А. Основы оздоровительной физической культуры студентов / Р.А. Мифтахов, О.В. Илюшин, И.И. Басиров // Перспективы науки. – Тамбов : ТМБпринт. – 2019. – № 2(113). – С. 133–136.
5. Илюшин, О.В. Особенности развития физических качеств в зависимости от уровня квалификации спортсменов в зимнем полиатлоне / О.В. Илюшин, Ф.Г. Газизов, Н.А. Колочанова, И.И. Басиров, Э.М. Мухаметзянов // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 9. – С. 74–75.
6. Мифтахов, Р.А. Оздоровительная физическая культура в профилактике различных заболеваний студентов / Р.А. Мифтахов, Н.Н. Шамсияров, О.В. Илюшин // Глобальный научный потенциал. – СПб. : ТМБпринт. – 2019. – № 6(99). – С. 45–47.

References

1. Setyaeva N.N. Fizicheskoe vospitanie v spetsialnyh meditsinskih gruppah pedagogicheskogo vuza / N.N. Setyaeva // Teoriya i praktika fizicheskoy kultury. – 2021. – № 2. – S. 34–38.
2. Ilyushin, O.V. Vliyaniye fizicheskoy kultury na emotsionalnoye sostoyaniye studentov /

O.V. Ilyushin, S.V. Abzalova, R.R. SHajhiev, A.S. Nikitin // *Perspektivy nauki*. – Tambov : TMBprint. – 2021. – № 12(147). – S. 191–194.

3. Miftahov, R.A. Sredstva, metody i organizatsionnye formy adaptivnoj fizicheskoj kultury studencheskoj molodezhi / R.A. Miftahov, N.N. SHamsiyarov, O.V. Ilyushin // *Perspektivy nauki*. – Tambov : TMBprint. – 2019. – № 9(120).

4. Miftahov, R.A. Osnovy ozdorovitelnoj fizicheskoj kultury studentov / R.A. Miftahov, O.V. Ilyushin, I.I. Basirov // *Perspektivy nauki*. – Tambov : TMBprint. – 2019. – № 2(113). – S. 133–136.

5. Ilyushin, O.V. Osobennosti razvitiya fizicheskikh kachestv v zavisimosti ot urovnya kvalifikatsii sportsmenov v zimnem poliatlone / O.V. Ilyushin, F.G. Gazizov, N.A. Kolochanova, I.I. Basirov, E.M. Muhametzyanov // *Teoriya i praktika fizicheskoj kultury*. – 2020. – № 9. – S. 74–75.

6. Miftahov, R.A. Ozdorovitel'naya fizicheskaya kultura v profilaktike razlichnyh zabolevanij studentov / R.A. Miftahov, N.N. SHamsiyarov, O.V. Ilyushin // *Globalnij nauchnij potentsial*. – SPb. : TMBprint. – 2019. – № 6(99). – S. 45–47.

© О.В. Илюшин, А.С. Никитин, Н.А. Колочанова, Ч.Р. Сафиуллина, 2023