

Анализ научно-методической литературы и данные собственного исследования, позволяют утверждать об эффективности использования скиппинга в процессе занятий у студентов, положительном влиянии на развитие прыгучести, улучшает общее физическое состояние студентов. Таким образом, необходимость применения элементов скиппинга на занятиях физической культурой обусловлена значительной эффективностью и доступностью, широкой вариативностью движений, возможностью тренировать одновременно большое количество мышечных групп, развивать координационные возможности, скоростно-силовые качества и выносливость. Все это позволяет считать скиппинг достаточно эффективным средством физической культуры в вузах.

Использование элементов скиппинга, не только обогатит двигательный арсенал студентов, но и будет способствовать дальнейшему совершенствованию физической подготовленности, добавит разнообразия в практические занятия физической культурой.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бойко, В. В. Методика обучения роуп-скиппингу (Дабл Датч): учебно-методическое пособие / В. В. Бойко. – Орел : Изд-во ОГУ имени И. С. Тургенева, 2017 – 48 с.
2. Федчук, Д.В. Влияние игрового метода на уровень технико-тактической подготовленности футболисток / Д. В. Федчук, В. И. Аржаных, О. А. Ботанова, М. Г. Тимофеев // Перспективы науки. – 2021. – № 12 (147) – С. 220-223.
3. Федчук, Д. В. Мотивация спортивной деятельности в студенческом спорте / Д. В. Федчук, О. А. Батанова, М. Г. Тимофеев, Л. Г. Агаронов // В сборнике: Инновационные исследования как локомотив развития современной науки: от теоретических парадигм к практике. сборник научных статей XXXI Международной научно-практической конференции. – Москва, 2020. – С. 529-534.
4. Яворская, Е. Скакалка - эффективный тренажёр для развития прыгучести студентов баскетболисток / Е. Е. Яворская, С. А. Хмырова // Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных условиях: Материалы Международной научно-практической конференции. – Уссурийск, 2021. – С. 51-56.

УДК 796.011.1:340.624.2

ТРАВМАТИЗМ В СТУДЕНЧЕСКОЙ СРЕДЕ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ДВИГАТЕЛЬНОЙ АНТИКУЛЬТУРЫ

П.В. Снежицкий¹, В.В. Григоревич², М.В. Гайдук³

¹Гродненский государственный аграрный университет (г. Гродно, Республика Беларусь; e-mail: snezhickij@gmail.com)

²Гродненский государственный медицинский университет (г. Гродно, Республика Беларусь; e-mail: sport-grsmu@mail.ru)

³Свислочская центральная районная больница, г. Свислочь, Республика Беларусь; e-mail: sweedenx812@gmail.com)

Аннотация. В настоящей статье изучены, обобщены, проанализированы и систематизированы теоретические и эмпирические данные, позволяющие дополнить наши представления о травматизме в студенческой среде с точки зрения двигательной культуры личности. В результате исследования выявлены основные причины возникновения травматизма в повседневной жизнедеятельности студенческой молодежи.

Ключевые слова: травматизм; двигательно-культурная активность; студенты.

INJURIES IN THE STUDENT ENVIRONMENT AS A MANIFESTATION OF MOTOR ANTICULTURE

P.V. Snezhitsky¹, V.V. Grigorevich², M.V. Gaiduk³

¹Grodno State Agrarian University (Grodno, Republic of Belarus, e-mail: snezhickij@gmail.com)

²Grodno State Medical University (Grodno, Republic of Belarus, e-mail: sport-grsmu@mail.ru)

³Svisloch Central District Hospital (Svisloch, Republic of Belarus, e-mail: sweedenx812@gmail.com)

Summary. In this article, theoretical and empirical data have been studied, summarized, analyzed and systematized, allowing us to supplement our understanding of injuries in the student environment from the point of view of the motor culture of the individual. As a result of the study, the main causes of the occurrence of injuries in the daily life of student youth were identified.

Key words: traumatism; motor and cultural activity; students.

Введение. Анализ данных, представленных в исследованиях авторов по проблеме травматизма показал, что в большинстве случаев показатели заболеваемости с травматической теологией снижаются по мере роста социально-демографического индекса (чем более благоприятная экономическая ситуация в государстве, тем меньше население страдает от травматизма). Однако травмы, полученные в дорожно-транспортных происшествиях, а также связанные с насильственными повреждениями и самоповреждениями, которые дают основной ущерб, являются исключением из этого правила. Для них наблюдается обратная тенденция [1 – 5]. Следовательно, поскольку травматизм как актуальная проблема современности не может рассматриваться отдельно от сложных социальных процессов, протекающих в мире (стрессогенность общества, вызывающая психическое и физическое переутомле-

ние человека; загрязнение и индустриальное изменение окружающей среды; прогрессирующее проявление никотиновой, алкогольной, наркотической и фармакологической зависимости; а также увеличение скорости информационного обмена и жизненного ритма), то изучение данного феномена среди нашего окружения в молодежной среде (как трудовом резерве будущего) стало целью исследования.

Результаты исследования и их обсуждение. Для изучения актуальности проблемы травматизма в студенческой среде нами было проведено социологическое исследование посредством онлайн-опроса по разработанной в «Google Forms» анкете. В анкетном опросе приняли участие 154 респондента, среди которых 82,2 % девушек и 17,8 % юношей, большая часть из которых получает высшее медицинское образование (95,9 % респондентов), 91,8 % респондентов находятся в возрасте 18 – 22 лет.

Согласно ответам респондентов, при оценке двигательной активности в течение дня, было установлено, что 64,4 % из них ведут малоподвижный образ жизни, выполняя 5 000 – 10 000 шагов. Это свидетельствует преимущественно о сниженном уровне двигательной активности среди большинства представителей студенческой молодежи. Тем не менее, у 28,8 % респондентов базовая локомоторная активность (ходьба) составляет 10 000 – 15 000 шагов, а у 4,1 % – более 15 000 шагов в день. При этом 2,7 % делают меньше 5 000 шагов в день (можно предположить, что данная двигательная деятельность выполняется в границах помещений мест проживания и обучения). По утверждению респондентов, их ответы строились на основе данных, полученных при помощи измерений в мобильных приложениях современных гаджетов (смартфон, айфон, «умные часы»).

Культура движения человека определяется не только соответствием его двигательной сферы эталонным двигательно-культурным алгоритмам, но также способностью его к безопасному для здоровья поведению. Особенно это актуально в современном пораженном гиподинамией сообществе, когда объемы физических нагрузок и видов повседневной деятельности заметно сузились, а уровень травматизма продолжает расти. Возникающие в этом случае противоречия, актуализируют достаточно важную проблему безопасного двигательно-культурного поведения в условиях созданной человеком искусственной природной среды. При изучении сопутствующих при получении травм внешне-средовых условий, респонденты отмечают, что большинство из них было получено во время двигательно-активного игрового досуга (57,4 %) и повседневно-бытовой деятельности (50,1 %). Среди ранжирования места, времени года и вида деятельности, со слов опрошен-

ных, наиболее травмоопасными стали: общеобразовательная школа (42,6 %), общественный транспорт (41,2 %), городская улица (38,2 %), в зимний период года (25,4 %), во время ходьбы (41,2 %) и при падении с высоты (8,8 %). При указании частей тела, наиболее часто подвергающихся травмированию, респонденты указали на нижние (58,8 %) и верхние (32,4 %) конечности, далее «с большим отрывом» следуют травмы мягких тканей (4,4 %) и травмы головы (2,9 %), а завершают список травмы груди (1,5 %). При получении травм большинство респондентов (61,6 %) были способны к самостоятельному оказанию первой помощи, а 38,4 % – обратились для этого в медицинское учреждение.

Анализируя ответы по блоку о травматизме, следует отметить, что уровень культуры повседневной двигательной активности респондентов относительно безопасного для здоровья человека поведения оставляет желать лучшего. Об этом свидетельствует большое количество травм, полученных в самых простых повседневных видах жизнедеятельности (к примеру, в ходьбе). Следовательно, на наш взгляд, в учреждениях образования необходимо уделять больше внимания формированию двигательно-деятельностных алгоритмов двигательной и поведенческой культуры применительно к различным ситуационно-средовым условиям, как основного средства профилактики повседневного травматизма.

Здоровье человека – это результат культуры его взаимодействия с окружающим биогесоциозенозом, выражающийся в эффективности адаптационных механизмов организма, стимулируемых повседневной двигательной активностью [6, 7]. Неотъемлемыми и сильно интегрированными друг в друга слагаемыми здоровья многие авторы считают культуру питания, культуру движения и культуру тела [8, 9]. Поскольку самооценка здоровья, является основным показателем психосоматического развития личности, нами был предложен блок вопросов, изучающий состояние здоровья респондентов. Большинство из них указывается на наличие перенесенных к 19 – 22 годам (пик реализации онтогенетической программы человека) болезней: сколиоза – 36,5 %, лишнего веса – 31,4 %, мигреней – 30,2 %, отечности – 21,7 %, варикоза – 13,4 %, артроза – 6,7 %, кифоза – 3,3 %. Примечательно – лишь 8,4 % опрошиваемых указали, что они полностью здоровы. Вышесказанное является свидетельством преобладания в молодежной среде болезней образа жизни, проявляющихся в патологиях опорно-двигательной, нейро-гуморальной и пищеварительной систем, связанных с нарушениями энергетического баланса организма как открытой биосоциальной системы.

Заключение. Таким образом, в результате анализа результатов проведенного социологического исследования было установлено, что наиболее частыми причинами травматизма и посттравматических патологических осложнений являются: низкий уровень двигательной культуры личности во время досуговой и бытовой физической активности, а также несвоевременное обращение к врачу после получения травмы и самолечение. Следуя вышесказанному, обозначим, что проведенное данное социологическое исследование позволило систематизировать и оценить факторы, имеющее то или иное влияние на травматизм, как двигательно-антикультурные, определить его структуру и дать характеристику основным компонентам. Это, на наш взгляд, может стать мотивирующим средством к более глубокому осмыслению сущности травматизма и изменения к нему отношения современной молодежи, поскольку данное явление остается одним из основных проблем, как в большинстве стран мира, так и в Республике Беларусь. Валеолого-просветительские мероприятия в решении данной проблемы могли бы способствовать снижению травмогенной инвалидности и смертности, которые тяжелым бременем ложатся на экономическую ситуацию как в семьях пострадавших, так и в обществе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Хабиев, Р. У. Современное состояние проблемы травматизма. Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины / Р. У. Хабриев, С. Н. Черкасов, К. А. Егиазарян, Л. Ж. Атгаева // Здоровье и наука. – № 2. – 2017. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://sovremennoe-sostoyanie-problemy-travmatizma.pdf>. – Дата доступа: 01.11.2022.
2. Григоревич, В. В. Характеристика травматизма в спортивных играх / В. В. Григоревич, Д. Д. Жадько, С. К. Городилин, А. Г. Обелевский, П. В. Снежицкий, Н. И. Приступа // Актуальные проблемы медицины : материалы ежегодной итоговой научно-практической конференции (26-27 января 2017 г.) [Электронный ресурс] / отв. ред. В. А. Снежицкий. – Гродно : ГрГМУ, 2016. – Электрон. текст. дан. (объем 10,5 Мб). – 1-эл. опт. диск (CD-ROM) – Систем. требования: IBM - овместимый компью-тер; Windows XP и выше; необходимая программа для работы Ado-be Reader; ОЗУ 512 Мб; CD-ROM 16-х и выше. – Загл. с этикетки диска. – С. 220-224.
3. Пчёлкина, Е. П. Образовательная среда вуза в формировании ценностных предпочтений студентов в отношении здоровья / Е.П. Пчёлкина // Научный результат. Серия: Педагогика и психология образования. — 2014. — № 1. — С. 30-39. — ISSN 2313-8971. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/295243> (дата обращения: 07.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
4. Григоревич, В. В. Характеристика травматизма в волейболе // В. В. Григоревич, С. К. Городилин, Н. И. Приступа, П. В. Снежицкий // Актуальные проблемы медицины : материалы ежегодной итоговой научно-практической конференции (25-26 января 2018 г.) [Электронный ресурс] / отв. ред. В. А. Снежицкий – Гродно : ГрГМУ, 2018. – Электрон. текст. дан. (объем 8,5 Мб). – 1-эл. опт. диск (CD -ROM) – Систем. требования: IBM - совместимый компьютер; Windows XP и выше; необходимая программа для работы

Adobe Reader; ОЗУ 512 Мб; CD-ROM 16-х и выше. – Загл. с этикетки диска. ISBN 978-985-558-908-3. – С.211-213.

5. Кудрявцев, А. Н. Анализ травматизма на производстве в Республике Беларусь / А. Н. Кудрявцев // Журнал Наука и здоровье. – № 3. – 2022. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/analiz-travmatizma-na-proizvodstve-v-respublike-belarus>. – Дата доступа: 01.11.2022
6. Каропова, Ю. Г. Подготовка будущего учителя физической культуры к валеолого-просветительской деятельности в школе / Ю. Г. Каропова, И. Ю. Кокаева // Экономические и гуманитарные исследования регионов. – 2018. – № 4. – С. 44-48..
7. Снежицкий, П. В. К вопросу о формировании двигательной культуры как основы здорового образа жизни населения Республики Беларусь в социальных и профессиональных сообществах / П. В. Снежицкий / Ученые записки: сб. рец. науч. тр. // М-во спорта и туризма Респ. Беларусь, Белорус. гос. ун-т физ. культуры; редкол.: СБ Репкин (гл. ред.) [и др.]. – Минск, 2018. – Вып. 21. – С. 87 – 94.
8. Снежицкий, П. В. Биосоциальный аспект двигательной культуры в генезисе здоровьесозидающей функции личности / П. В. Снежицкий / Мир спорта. – 2021. – С. 44 – 49.
9. Гареева, И. А. Здоровый образ жизни студенческой молодежи как социальная ценность и реальная практика (по материалам социологического исследования) / И. А. Гареева, А. В. Конобейская // Власть и управление на Востоке России. — 2020. — № 4. — С. 178-190. — ISSN 1818-4049. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/313984> (дата обращения: 07.03.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.