

ЗАЛЕЖНІСТЬ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ-МУЗИКАНТІВ ВІД СПЕЦІАЛІЗАЦІЙ

Т.П. Стасюк

Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, feoo_88@mail.ru

Вступ. Не дивлячись на безперервне зростання робіт науковців, які вивчають існуючі та пропонують новітні методи та засоби підвищення рівня фізичного здоров'я різних груп населення[1,2], ця тема залишається надзвичайно актуальною, адже існує не менша кількість наукових робіт та досліджень, які підтверджують погіршення стану фізичного здоров'я населення[3,4]. Найбільш болючою проблемою, на нашу думку, залишається здоров'я дітей школярів та студентської молоді, адже всім відомо, що здоров'я треба берегти змалку.

Дослідженням стану здоров'я молоді присвячено ряд робіт науковців. Авторами зазначено, що у більшості студентів ВУЗів України внаслідок порушення режиму праці і відпочинку, негативних звичок, на фоні гіподинамії спостерігається незадовільний рівень фізичного здоров'я[3,4,5,6].

Наша стаття присвячена рівню фізичного здоров'я студентів-музикантів та впливі на нього їх професійної освіти.

Мета дослідження: визначити вплив музичної спеціалізації на рівень фізичного здоров'я студентів музичних училищ.

Завдання дослідження

1. На основі отриманих результатів визначити рівень фізичного здоров'я студентів музичного училища різних спеціалізацій.

2. Порівняти рівень фізичного здоров'я студентів-музикантів різних спеціалізацій.

3. Визначити вплив музичної спеціалізації на рівень фізичного здоров'я студентів.

Для висвітлення даної проблеми були використані наступні **методи дослідження:**

аналіз та узагальнення даних наукової та методичної літератури;

експрес-оцінка фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком;

методи статистичної обробки результатів.

Результати дослідження та їх обговорення. Здоров'я студентства є головними якісними чинниками майбутньої самореалізації молодих людей, їх активного професійного довголіття, здатності до створення сім'ї і продовження роду, суспільно-політичної та творчої діяльності. Творча діяльність відіграє не абияку роль у житті музикантів. Для більшості студентів музичних училищ їх професійне майбутнє визначено ще змалку. Їх дитинство і юність цілком і повністю присвячено оволодінню гри на музичному інструменті та музичній «грамоті». І коли вже у дорослому житті у зв'язку з погіршенням стану здоров'я, причиною якої стає специфіка їх професійної діяльності, а саме: порушення постави, що пов'язане з вимушеною робочою позою, низький фізичний розвиток та рівень фізичної підготовленості, що пов'язані з гіподинамією, – музикант усвідомлює, що продовження його кар'єри під великою загрозою. Для музикантів цей факт стає справжньою трагедією, адже для цих людей музика – це не просто кар'єра, це життя.

Підтвердженням вищезгаданих фактів можна вважати постійно зростаючу кількість студентів, що відносяться до спеціальних та підготовчих медичних груп. Так, наприклад, після вивчення медичних карток контингенту Запорізького державного музичного училища імені П.Г. Майбороди, з'ясувалось, що до спеціальної та підготовчої медичних груп на II курсі віднесені 33% студентів (Рис.1), а на I курсі – 40% (Рис.2).

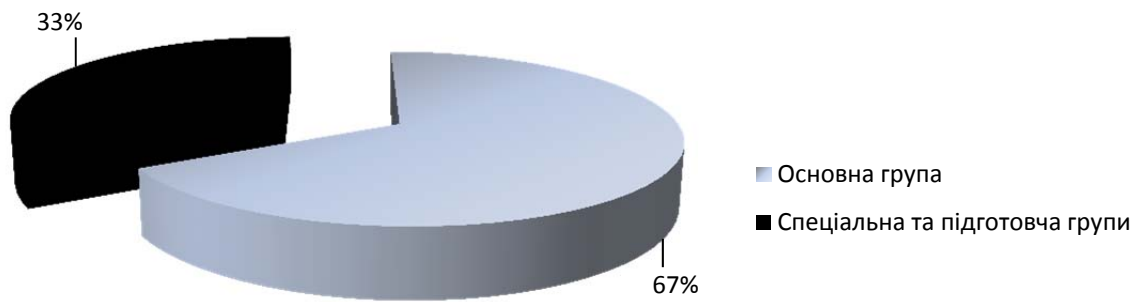


Рис.1 Розподіл студентів II курсу за медичними групами

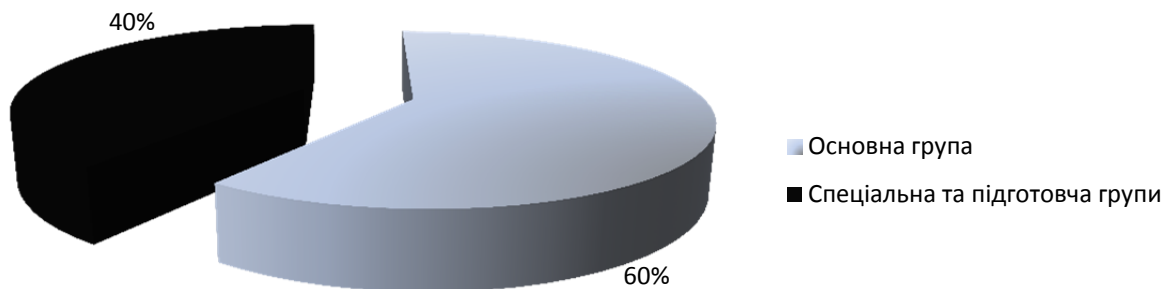


Рис.2. Розподіл студентів I курсу за медичними групами

Те, що професійна діяльність музикантів негативно впливає на стан здоров'я не викликає жодних сумнівів: про це свідчать вищезгадані дані а також багато робіт сучасних науковців.

Але ми вирішили знайти відповідь на такі питання:

«Чи всі спеціалізації впливають на рівень фізичного здоров'я однаково?»;

«Чи є зв'язок між обраною спеціалізацією та її впливи на рівень фізичного здоров'я» ;

«Яку з вищезгаданих спеціалізацій можна вважати найбільш безпечною для фізичного здоров'я студентів».

Для цього дослідження ми обрали наступні найбільш показові спеціалізацієвідділ фортепіано, струнний відділ спеціальність духові інструменти. З кожної групи було обрано 10 студентів одного віку, 5 юнаків та 5 дівчат. Рівень фізичного здоров'я визначали за допомогою експрес-оцінки фізичного здоров'я за Г.Л. Апанасенком.

Таким чином, після обробки отриманих результатів, з'ясувалося, що у відділі фортепіано 25% студентів мають низький рівень здоров'я, 37,5% нижче середнього, 37,5% – середній; у струнному відділі 50% студентів мають низький рівень фізичного здоров'я, 37,5% - нижче середнього, 12,5 – середній духовий відділ має наступні відсотки: 25% - низький рівень, 50% - нижче середнього, 25 % середній рівень фізичного здоров'я.

Якщо розрахувати середнє арифметичне показників, ми отримаємо наступну картину: середній рівень фізичного здоров'я

відділу фортепіано 7,75 б,

струнному відділу 5,25 б,

духовому відділу 7,9 б.

Одже, ми можемо зробити наступні припущення при відповіді на вищезазначені запитання.

Всі музичні спеціалізації негативно впливають на рівень фізичного здоров'я студентів. Розмір цього впливу залежить від спеціалізації, а саме: від вимушеної робочої пози музикантів; специфічних рухів при грі на музичному інструменті; кількості годин, що присвяченні заняттям т важкості оволодіння грі на музичному інструменті.

На нашу думку, найбільш безпечною для фізичного здоров'я студентів музичних училищ є навчання у духовому відділі. Це можна пояснити можливістю не перебувати у одноманітній робочій позі тривали час. Крім того гра на духових інструментах не абияк укріплює дихальну та серцево-

судинну системи. Про це свідчать і результати нашого дослідження, адже рівень фізичного здоров'я у цьому відділі найвищий.

Висновки.

1. На основі отриманих результатів ми визначили рівень фізичного здоров'я студентів музичного училища різних спеціалізацій, та з'ясували, що більшість студентів мають рівень фізичного здоров'я нижче середнього.

2. Рівень фізичного здоров'я студентів струнного відділу найнижчий.

3. Всі музичні спеціалізації негативно впливають на рівень фізичного здоров'я студентів. Розмір цього впливу залежить від спеціалізації, а саме: від вимушеної робочої пози музикантів; специфічних рухів при грі на музичному інструменті; кількості годин, що присвяченні заняттям та важкості оволодіння гри на музичному інструменті.

Список літератури.

1. Чичуа Д.Т. Физическая активность как обязательное условие профилактических и восстановительных мероприятий и ее роль в программах улучшения здоровья. Часть 3 / Д. Т. Чичуа, В. А. Курашвили // Вестн. восстанов. мед. – 2006. – № 2 (16). – С.44-48.

2. Соколова Н. Методические аспекты занятий по физическому воспитанию студентов специальной медицинской группы. / Н. Соколова, Ж. Малахова // Спортивний вісник Придніпров'я: Науково-теоретичний журнал. – Дніпропетровськ: ДДІФКіС, 2011. – № 1.– С.55-58.

3. Григорьев В.И. Кризис физической культуры студентов и пути его преодоления / В.И. Григорьев // Теория и практика физкультуры, 2004, С. 54-61.

4. Драчук А.І. Динаміка стану здоров'я студентів гуманітарних вищих закладів освіти / А.І. Драчук // Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Збірник наукових праць – Харків: ХДАДМ (ХХП), 2002. – № 22. – С. 23-28.

5. Євстратов П.І. Рівень здоров'я в залежності від рухової активності студентів / П.І. Євстратов // Буковинський науковий вісник. Чернівці, 2005.– С.209-211.

6. Томенко О.А. Рівень соматичного здоров'я і рухової активності студентів вищих навчальних закладів / О.А. Томенко, С.А. Лазоренко // Слобожанський науково-спортивний вісник: Науково-теоретичний журнал. – Харків: ХДАФК, 2010. – № 2. С. 17-20.