

ID: 2021-01-4343-T-19333

Тезис

Попова К.И.

**Физическая подготовленность у студентов специальной группы «Б» с различной нозологией***ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России, кафедра лечебной физкультуры, спортивной медицины и физиотерапии**Научный руководитель: к.м.н. Григорьева Н.Н.*

**Актуальность.** В современном массовом сознании педагогических и медицинских работников сформировалось заблуждение о возможности отвода обучающихся от занятий физическим воспитанием по достаточно широкому кругу медицинских противопоказаний. Данная ситуация складывается на фоне постепенного снижения уровня здоровья студенческой молодежи, как части современного общества.

**Цель:** выявление взаимосвязи между диагнозом студентов, занимающихся в специальной группе Б и физической подготовленностью; оптимизация программы занятий лечебной физкультурой по индивидуальному методу (группа Б) для студентов СГМУ.

**Задачи.** 1. Исследовать физическую подготовленность у студентов специальной группы Б. 2. Оценка результатов проведенного исследования.

**Материал и методы.** Физическую подготовленность определяли у 60 студентов, занимающихся в группе Б в возрасте от 18 до 25 лет, юношей и девушек с различной нозологией. Для оценки физической подготовленности использовалась проба Мартине. На основании реакции сердечно-сосудистой системы на дозированную физическую нагрузку определялся тип реакции (нормотонический, гипертонический, гипотонический, дистонический, ступенчатый).

**Результаты.** В результате исследования физической подготовленности у студентов, занимающихся в группе Б в 92% случаев выявлена адекватная реакция на физическую нагрузку (нормотонический тип реакции), однако у 8% студентов выявлена неадекватная реакция на нагрузку в виде гипертонического типа реакции, что соответствовало основному диагнозу (вегето-сосудистая дистония по гипертоническому типу).

**Выводы.** Студентам специальной группы Б необходимо заниматься лечебной гимнастикой, соответствующей диагнозу и периоду заболевания. Лечебная гимнастика способствует нормализации вегетативных функций и реакции сердечно-сосудистой системы на физическую нагрузку, что позитивно отражается на состоянии здоровья студентов.

**Ключевые слова:** физическая подготовленность