

УДК 796:614

МОНИТОРИНГ ЧАСТОТЫ СЕРДЕЧНЫХ СОКРАЩЕНИЙ У СТУДЕНТОВ РАЗНЫХ МЕДИЦИНСКИХ ГРУПП

М. А. ШАЛУХОВА

Научный руководитель Л. А. САДОВСКАЯ

Белорусско-Российский университет

Объект исследования: студенты 1–3 курсов.

Цель исследования: проследить влияние занятий физическими упражнениями на ЧСС у студентов разных медицинских групп.

Задача исследования: проанализировать показатели частоты сердечных сокращений у студентов; определить соответствие показателей возрасту тестируемых.

Ход исследования. Для исследования использовались результаты теста – нашагивания на степ-платформу за 20 с. Подсчитывалось их количество и измерялась ЧСС (частота сердечных сокращений) за минуту, включая время нашагивания, по электронным браслетам.

При подведении итогов исследования применялись методы математической статистики. В тестировании приняли участие 102 чел.: 41 чел. – основная группа, 51 чел. – подготовительная, 10 чел. – специальная медицинская.

Результаты тестирования (средние показатели по курсам) следующие.

I курс. Основная группа: нашагивания на платформу – 20–21 раз, ЧСС – 67–68 уд./мин. Подготовительная: 18–19 раз, 69–70 уд./мин.

II курс. Основная группа: нашагивания – 20 раз, ЧСС – 73 уд./мин. Подготовительная: 18–19 раз, 75–76 уд./мин.

III курс. Основная группа: нашагивания – 20 раз, ЧСС – 65–66 уд./мин. Подготовительная: 18–19 раз, 62–63 уд./мин.

II курс. Специальная медицинская группа: нашагивания – 14–15 раз, ЧСС – 87–88 уд./мин.

Выводы. Результаты анализа данных тестирования показывают:

1) значительных различий как в количестве нашагиваний на платформу, так и в показателях ЧСС у студентов основной и подготовительной групп на 1–3 курсах нет;

2) небольшое увеличение ЧСС при меньшем количестве нашагиваний наблюдается у студентов специальной медицинской группы (2 курс);

3) показатели ЧСС находятся в пределах нормы для того возраста, в каком находятся студенты 1–3 курсов (17–20 лет).

