

1. Марчик Л.А. Концептуальные основы здоровьесбережения и их реализация в современной общеобразовательной школы / Л.А. Марчик, О.С. Мартыненко, А.Ш. Невматуллина, А.Б. Тинюков // Наука и мир. - 2014. -Т.1. -№4(8).-С.45-46.
2. Маринина М.Г. Формирование основ культуры здоровья младших школьников. Диссерт. на соик. уч. степ. канд. пед. наук. – Волгоград, 2005. – 193с.

**Рычкова Н.С.**

*Набережные Челны, Казанский иновационный университет  
им. В.Г. Тимирязова*

*[kadyrova.albina2014@yandex.ru](mailto:kadyrova.albina2014@yandex.ru)*

## **РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОК КОЛЛЕДЖА КАЗАНСКОГО ИННОВАЦИОННОГО УНИВЕРСИТЕТА**

Аннотация: В данной статье раскрывается понятие о репродуктивном здоровье женщины и о факторах негативно влияющие на способность женщины к деторождению.

Ключевые слова: репродуктивное здоровье, здоровье, вредные привычки, материнство, формирование репродуктивного поведения подростков, последствия сексуального поведения молодежи.

По определению Всемирной Организации здравоохранения, репродуктивное здоровье – это состояние полного физического, умственного (или психического) и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней репродуктивной системы или нарушение ее функций и/или процессов в ней [1].

Существует тесная взаимосвязь между возрастом, состоянием здоровья женщины и ее репродуктивной функцией. Так, беременность и роды у женщин с экстра генитальной патологией могут привести к материнской и высокой перинатальной смертности. Репродуктивное здоровье женщины – один из важных вопросов. Производить на свет крепкое, здоровое потомство – цель и мечта любой женщины, ее главное предназначение в этой жизни, и этому способствует состояние полного физического и социального благополучия, а не только отсутствие заболеваний репродуктивной системы, нарушения ее функций и/или процессов в ней. Таким образом, репродуктивное здоровье означает и возможность удовлетворенной и безопасной сексуальной жизни, способность к воспроизведению (рождению детей) и возможность решать, когда и как часто это делать.

На репродуктивное здоровье будущей матери влияют такие вредные привычки, как курение, алкоголизм, наркомания. Наряду с пагубным воздействием на общее состояние здоровья, вредные привычки негативно сказываются на работе нашей репродуктивной системы. Задержки развития плода в утробе матери, возникновению серьезных заболеваний у ребенка, включая умственную и физическую отсталость, нарушения психического фона. Каждая из зависимостей с трудом поддается лечению. Особого внимания заслуживают проблемы формирования репродуктивного поведения подростков. Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), термин "подростки" включает людей в возрасте от 10 до 19 лет; "молодежь" - между 15 и 24 годами; а "молодые люди" - в возрасте между 10 и 24 годами.

В подростковом периоде происходят следующие изменения: биологическое развитие, начиная от пубертатного периода, до полной половой и репродуктивной зрелости; психическое развитие от познавательных и эмоциональных типов детского возраста до таковых взрослого человека, и переход от детского состояния полной социально-экономической зависимости к какому-либо из видов относительной независимости.

Если квалифицировать подростков по признаку полового созревания, то более молодой возраст определяется пубертатным периодом. Однако, в более старшей возрастной группе, границы носят в большей степени социальный, чем физиологический характер.

Молодые люди отличаются сексуальной активностью со всеми, вытекающими отсюда последствиями, включая нежелательные беременности и заболевания, передающиеся половым путем. Они имеют право на выбор степени половой активности, на ответственное осуществление своего права независимо от политической и экономической власти.

Однако социальные, политические и экономические факторы не могут не оказать существенного влияния на репродуктивное здоровье и репродуктивное поведение подростков [2].

Ниже в рисунке мы можем увидеть негативные последствия неправильного сексуального поведения молодежи.

Негативные медико-социальные последствия сексуального и репродуктивного поведения современной молодежи



Одной из задач моего предмета является ознакомление студенток о необходимости сохранения репродуктивного здоровья. На занятиях по физической культуре проводятся следующие мероприятия, направленные на поддержание здоровья девушки:

1. Рассказ и показ презентаций по профилактике вредных привычек.
2. Специально подобранные упражнения.
3. Пропаганда физической культуры и спорта.

Репродуктивное здоровье - это сложный и комплексный термин, включающий в себя все стороны жизни подростка. Его нельзя рассматривать только с медицинской точки зрения, в работу по информированию молодежи о репродуктивном здоровье должны включаться педагоги, так как от информированности и специальных знаний зависит качество профилактической работы с подростками. Репродуктивное здоровье девушки зависит от психического, физического, эмоционального здоровья, являющееся потенциалом для рождения здоровых детей [3]. Это ценность и богатство как семьи, так и нации. И мы - педагоги, должны научить наших студенток- будущих матерей, как сохранить свое здоровье и научить ценить этот дар- быть матерью!

Литература

1. Reproductive health. <http://www.who.int>.

2. Бровяков В.П., Кудрявцева Л.И., Пурыгин П.П. Функциональные элементы валеологии./Под ред. В.П. Бровякова. Самара, СФ МГУС, 2003 — 242 с.
3. Игнатъева Р. К. и др. // Вопросы охраны материнства . – 2000.–№7.

**Сучкова Л.А., Грачёва Н.В.**

*Г.Балаково, Саратовская область. МАОУ СОШ №13,*

*[larisa\\_sanina@mail.ru](mailto:larisa_sanina@mail.ru)*

*Саратов, Саратовский государственный университет, [hikhova@mail.ru](mailto:hikhova@mail.ru)*

### **МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА**

Аннотация: для своевременного выявления задатков и способностей, отбор спортсменов в виды спорта целесообразно проводить с использованием комплекса медико-биологических аспектов, характеризующих деятельность спортсменов.

Ключевые слова: задачи спортивного отбора, спортивная одаренность, медико-биологические признаки.

В последнее время значимость физической культуры в жизни современного человека значительно повысилась.

Физическая культура и спорт настолько прочно вошли в жизнь современного общества, что нельзя оставить без внимания медико-биологические аспекты.

Для успешного совершенствования в определённых видах спорта, необходима система спортивного отбора для выявления лиц обладающих физиологическими особенностями. Поэтому в отборе спортсменов разумно использовать медико-биологические аспекты.

Гожин В.В. выделяет следующие медико-биологические методы исследования:

- Диагностические – методы исследования состояния организма;
- Прогностические - методы исследования возможных результатов, последствий физкультурно-спортивной деятельности;
- Реабилитационные - методы функционального восстановления систем организма после предельных и запредельных физических и психических нагрузок [3].

Для установления работоспособности к разным типам физической нагрузки и выявления задатков, возможностей юных спортсменов, необходимо пройти все вышеизложенные медико-биологические методы отбора [1].