

ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ ОСНОВНОЇ ШКОЛИ

¹ *Масляк І. П. к.фіз.вих., проф., ¹Васильченко В. В., ²Іванова Ю. А.*

¹ *Харківська державна академія фізичної культури,*

² *Житлово-комунальний коледж Харківського національного університету міського господарства імені О. М. Бекетова*

Анотація. В статті відображено результати визначення стану фізичного розвитку учнів 6-7-х класів, а також представлено порівняльну характеристику досліджуваних параметрів у статевому та віковому аспектах.

Ключові слова: фізичний розвиток, школярі, заклади загальної середньої освіти.

Вступ. Здоров'я людини є складним феноменом, який може розглядатись як філософська, соціальна, екологічна, біологічна, медична категорії, як індивідуальна і суспільна цінність, явище системного характеру. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, «здоров'я – це не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів, а й повне фізичне, душевне та соціальне благополуччя». Загальновизнаним є той факт, що здоров'я на 10% залежить від системи охорони здоров'я, на 20% від екології, ще на 20% від спадковості і на 50% – від умов та способу життя [1, 3].

За даними Міністерства охорони здоров'я в Україні у 50% школярів спостерігаються функціональні відхилення у стані різних систем організму, а в 42% різні хронічні захворювання; на 52,5% збільшилась захворюваність дітей на туберкульоз, на 19% зріс рівень загальної інвалідності [4, 5, 12-14]. Основною причиною погіршення стану здоров'я підростаючого покоління автори [2, 6, 7, 8, 10, 11] вказують недостатню рухову активність молоді. Незацікавлене ставлення школярів до фізичної культури, не бажання займатися фізичними вправами

негативно відбивається на функціонуванні основних систем організму і на загальному фізичному розвитку.

Таким чином, все вищезазначене обґрунтовує та актуалізує необхідність дослідити рівень фізичного розвитку дітей середнього шкільного віку.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проводиться згідно ініціативної теми Тематичного плану науково-дослідної роботи Харківської державної академії фізичної культури на 2016-2020 рр. за темою «Вдосконалення процесу фізичного виховання в навчальних закладах різного профілю» (№ державної реєстрації 0115U006754).

Мета дослідження: оцінити фізичний розвиток школярів середніх класів.

Матеріал і методи дослідження. Дослідження проводились на базі загальноосвітньої школи № 119 м. Харкова. В них приймали участь учні 6-7-х класів у кількості 96 осіб (47 хлопців і 49 дівчини). Усі діти, що брали участь в дослідженні були практично здорові, тобто без значних відхилень у фізичному та психічному розвитку.

Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури, медико-біологічні методи (антропометрія, пульсометрія, спірометрія) та методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Вивчаючи отримані в ході дослідження результати (табл. 1), встановлено, що показники тіла хлопців та дівчат 6-х класів практично однакові. Аналізуючи середні показники довжини тіла учнів 7-х класів, встановлено, що результати хлопців вищі, ніж у дівчат і ці відмінності достовірні ($p < 0,01$). Аналіз результатів у віковому аспекті виявив, що, як хлопці, так і дівчата 6-х класів, мають більші показники довжини тіла, ніж учні 7-х класів. Однак ці відмінності не носять достовірний характер ($p > 0,05$).

Порівнюючи дані з нормами [10], встановлено, що показники, школярів 6-х та хлопців 7-х класів відповідають нормі, а показники дівчат 7-х класів нижчі норми.

Розглядаючи результати вимірювання маси тіла за статтю (табл. 1), встановлено, що як хлопці 6-х, так і хлопці 7-х класів мають більшу масу тіла за дівчат тих же класів і ці відмінності достовірні ($p < 0,05$; $0,001$).

Таблиця 1

Показники фізичного розвитку хлопців та дівчат 6-7-х класів

Клас	Стать	Довжина тіла (см)	Маса тіла (кг)	ЖЄЛ (мл)	ЧСС (уд·хв ⁻¹)
		$\bar{X} \pm m$			
6 клас	Хлопці	136,2±1,08	32,7±1,28	2115,5±64,42	75,0±0,66
	Дівчата	136,2±3,11	29,5±0,81	1818±50,57	75,3±1,14
	t ст.	0,16	2,37	3,13	0,55
	t кр.	2,16	2,16	2,16	2,16
	p	> 0,05	<0,05	< 0,05	> 0,05
7 клас	Хлопці	135,5±0,82	31,7±0,61	1775±86,43	74,9±0,54
	Дівчата	131,5±0,85	29,4±0,52	1727±71,97	68,4±4,04
	t ст.	3,16	3,42	0,26	3,28
	t кр.	2,06	2,06	2,06	2,06
	p	< 0,01	<0,001	> 0,05	<0,01

Порівнюючи отримані результати маси тіла з нормами [9], встановлено, що показники школярів 6-х класів відповідають нормі, а показники школярів 7-х класів – нижчі норми.

Розглядаючи результати життєвої ємкості легень за статтю (табл. 1) встановлено, що ємкість легень хлопців 6-х та 7-х класів більша за ємкість легень дівчат, однак ці відмінності достовірні лише в показниках учнів 6-х класів ($p < 0,05$). Аналіз результатів у віковому аспекті (табл. 4.2) виявив домінування

показників школярів 6-х класів над результатами школярів 7-х класів, однак ці відмінності не мають достовірний характер ($p > 0,05$).

Порівнюючи отримані результати ЖЄЛ з нормами [9], встановлено, що показники, школярів 6-х класів відповідають нормі, а показники школярів 7-х класів – нижчі норми.

Розглядаючи отримані показники частоти серцевих скорочень за статтю (табл. 1) виявлено, що хлопці та дівчата 6-х класів мають практично однакові показники ЧСС. У школярів 7-х класів спостерігається достовірне домінування показників хлопців над показниками дівчат ($p < 0,001$).

Аналіз результатів у віковому аспекті виявив відсутність суттєвих відмінностей між показниками хлопців 6-7-х класів. У дівчат же спостерігаються суттєві розбіжності в показниках ЧСС. Так, результати дівчат 6-х класів значно вищі за показники дівчат 7-х класів і ці відмінності достовірні ($p < 0,001$).

Порівнюючи отримані результати частоти серцевих скорочень з нормами [9], встановлено, що у хлопців показники відповідають нормі, а у дівчат вони нижче за норму.

Висновки:

1. Рівень фізичного розвитку школярів 6-7-х класів, в середньому, нижче за норму.

2. У віковому аспекті показники ступеня фізичного розвитку, в основному, достовірно не відрізняються ($p > 0,05$). Виняток складають показники життєвої ємкості легень хлопців та частоти серцевих скорочень дівчат, де з віком результати достовірно погіршуються ($p < 0,05, 0,001$).

3. У статевому аспекті показники ступеня фізичного розвитку учнів 6-х класів, в основному, достовірно не відрізняються ($p > 0,05$). Виняток складають показники маси тіла та життєвої ємкості легень, де результати хлопців достовірно перевищують показники дівчат ($p < 0,05$). В показниках учнів 7-х класів спостерігаються, в основному, достовірності відмінності в показниках ($p < 0,05 - 0,001$). Виняток складають середні дані життєвої ємкості легень, де

відмінності в показниках хлопців та дівчат не носять достовірний характер ($p > 0,05$).

Подальші дослідження у даному напрямку можуть здійснюватися шляхом визначення рівня рухової підготовленості учнів основної школи.

Список використаної літератури

1. Ажиппо О. Ю. Роль і місце фізичного виховання школярів у формуванні навичок здорового способу життя. Збірник наукових праць «Педагогіка та психологія». Харків, 2015. Вип. 47. С. 290-300.

2. Ажиппо О., Кузьменко І. Факторна структура функціонального стану сенсорних систем учнів 6-х класів. Спортивна наука України, 2015. №1 (65). С. 7-11.

3. Ажиппо О. Ю., Мамешина М.А., Масляк І. П. Оцінка фізичного здоров'я школярів середніх класів. Фізична культура, спорт та здоров'я: стан і перспективи в умовах сучасного українського державотворення в контексті 25-річчя Незалежності України: матеріали XVI Міжнародної науково-практичної конференції (Харків, 8–9 грудня 2016 р.) [Електронний ресурс]. – Харків : ХДАФК, 2016. – С. 3-6.

4. Бала Т. М., Масляк І. П. Зміна рівня фізичного здоров'я школярів 7-9-х класів під впливом вправ черлідінга. Спортивний вісник Придніпров'я: науково-практичний журнал. Дніпропетровськ, 2011. № 2. С.21-23.

5. Бала Т. М., Масляк І. П. Динаміка показників фізичного розвитку школярів 8-9-х класів під впливом вправ черлідінгу. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків: ХДАФК, 2009. № 1. С. 22-25.

6. Бала Т. М., Масляк І. П. Изменение уровня развития силовых способностей школьниц средних классов под влиянием упражнений черлидинга. Слобожанський науково-спортивний вісник. Харків: ХДАФК, 2009. № 1. С. 22-25.

7. Криворучко Н., Масляк І. Динаміка показників розвитку координаційних здібностей студентів ВНЗ під впливом вправ чирлідінгу.

Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Вип. 17 : у 4-х т. Л. : ЛДУФК, 2013. Т. 2. С. 87-91.

8. Масляк І. П. Оптимізація процесу фізичного виховання школярів молодших класів. Теорія та методика фізичного виховання: Науково-методичний журнал. Харків: Вид. "ОВС", 2006. № 3. С. 5-8.

9. Сергієнко Л. П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти. К.: КНТ, 2010. 776 с.

10. Шестерова Л. Є., Кузьменко І. О., Медведєва А. Л. Рівень рухової підготовленості школярів 7–8-х класів Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення : матеріали II Всеукраїнської науково-практичної конференції (Харків, 20 травня 2016 р.) [Електронний ресурс]. Харків : ХДАФК, 2016. С. 221-228.

11. Azhippo A.YU., Shesterova L.Ye, Maslyak, I.P., Kuzmenko I.A., Bala T.M., Krivoruchko N.V., Mameshina M.A., Sannikova M.V. (2017). Journal of Physical Education and Sport (JPES), 17(4), 2519-2525.

12. Maslyak I. P. Influence of specially directed exercises on separate functions of sensor-based systems of pupils of junior classes. Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk, 2015. №5(49). С. 48–51.

13. Maslyak, I.P., Shesterova, L.Ye., Kuzmenko, I.A., Bala, T.M., Mameshina, M.A., Krivoruchko, N.V. & Zhuk, V.O. (2016). The Influence of the vestibular analyzer functional condition on the physical fitness of school-age children. Sport science. International scientific journal of kinesiology, 9(2), 20–27.

14. Shesterova, L.Ye., Kuzmenko, Maslyak, I.P. (2017). Motive Preparedness of School-Age Children Under the Influence of Special Exercises Affecting the State of the Acoustic Analyser. Sport science. International scientific journal of kinesiology, 10(2), 96–104.