



Контроль показників фізичного розвитку школярів 7-х та 8-х класів

Мичковська Л. І., Пільганчук Л. І.

Вінницький національний медичний університет ім. М.І. Пирогова, Вінниця, Україна

Анотація. В тезах детально розглянуто питання масо-ростового індексу Кетле школярів середніх класів. А за допомогою індексу відповідності маси тіла зросту дитини визначили співвідношення дітей, які мали надлишкову масу тіла.

Ключові слова: школярі, індекс Кетле, маса тіла.

Вступ. Фізичний розвиток – процес зміни природних морфо-функціональних властивостей організму протягом індивідуального життя, найважливіший індикатор здоров'я дітей і дорослих, обумовлений внутрішніми факторами та умовами життя. Рівень фізичного розвитку характеризує здоров'я дитини, враховує розміри і форму тіла, відповідність віковій нормі. Характерними особливостями процесу росту дитячого організму є його нерівномірність та хвилеподібність [4].

Фізичний розвиток підлітків характеризується процесом росту та розвитку організму, що дозріває, і тісно пов'язаний з рівнем рухової діяльності дитини. Як відмічає Л. В. Волков, найбільш чіткі залежності між рівнем фізичного розвитку і руховими здібностями одержані в пубертатний період. Так, у дітей віком 12-15 років до 75% варіацій швидкісно-силових здібностей визначається показниками зросту, ваги і віку. У значній кількості випадків зріст і вага більше впливають на кінцевий результат у швидкісно-силовій вправі, ніж вік [3]. Враховуючи, що при організації навчально-виховного процесу в навчальних закладах педагогічний вплив спрямований за класами, а не за віковими групами, які інколи перетинаються, то подальший аналіз показників школярів проводиться з огляду на розподіл учнів саме за класами.

Мета – визначити масово-ростовий індекс Кетле школярів 7-х та 8-х класів ЗОШ №4 м. Вінниці протягом року.

Матеріали і методи дослідження: аналіз науково-методичної літератури, антропо-



метричні вимірювання, педагогічне, фізіологічне тестування, методи математичної статистики.

Результати дослідження. На початку та в кінці навчального року було проведено дослідження, яке в себе включало вимірювання основних антропометричних та функціональних показників школярів 7-8 класів в ЗОШ №4 м. Вінниці. Всього в дослідженні прийняло участь 182 учня, з них 106 хлопчиків та 76 дівчаток.

Завдяки індексу Кетле було визначена кількість дітей, які мають низьку, нормальну та завищену відносну масу тіла (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл школярів 7-8 класів за індексом Кетле

Клас	Стать	n	Значення індексу, %				
			початок року		кінець року		середній
			низький	нижчий за середній	низький	нижчий за середній	
7	Х	53	52,8	47,2	47,2	52,8	-
	Д	42	78,6	21,4	71,4	28,6	-
8	Х	58	46,5	53,5	39,7	60,3	-
	Д	47	72,3	27,7	68,7	31,3	-

Аналіз отриманих результатів свідчить, що серед учнів 7-8 класів спостерігалася найбільша частка дітей із низьким та нижчим за середній рівнем за індексом Кетле. Слід зазначити, що серед учнів цих класів не спостерігалася жодного школяра, який би мав середній, вище за середній та високий рівень за індексом Кетле.

Таблиця 2

Співвідношення дітей, які мають надлишкову масу тіла

Клас	Стать	n	Відсоток дітей, %			
			Загроза ожиріння		Ожиріння	
			початок року	кінець року	початок року	кінець року
7	Х	53	9,4	11,3	11,3	15,1
	Д	42	7,1	4,8	9,5	9,5
8	Х	58	5,2	6,9	8,6	6,9
	Д	47	4,3	4,3	10,6	10,6



В середньому шкільному віці прослідковуються морфологічні ознаки статевого диморфізму [2], що є причиною більш детального аналізу взаємозв'язку рівня фізичного розвитку зі значенням маси тіла у обстежених дітей. За допомогою індексу МТ (відповідності маси тіла зросту дитини) (Апанасенко, 1992) ми визначили співвідношення дітей, які мали надлишкову масу тіла (таблиця 2).

З таблиці 2 видно, що збільшився відсоток хлопців в кінці навчального року з показником «загроза ожиріння» та у хлопців 7 класів в кінці навчального року збільшився відсоток, які мали ожиріння. Дані літератури свідчать, що 70-90% дітей, які страждають ожирінням мають ряд інших захворювань і це є причиною виникнення хронічних захворювань у подальшому житті [1].

Висновок. Визначені на початку та в кінці навчального року значення індексу Кетле школярів середніх класів, які відповідають низькому та нижче за середній рівню. Також за допомогою індексу МТ визначили співвідношення дітей, які мали надлишкову вагу. Саме заняття фізичною культурою і спортом слід вважати найважливішими засобами удосконалення фізичного розвитку учнів.

Перспективи подальших досліджень: визначення за допомогою індексу МТ співвідношення школярів старших класів.

Список використаної літератури.

1. Бар-Ор О., Роуланд Т. *Двигательная активность и здоровье детей от физиологических основ до практического применения*. К.: Олимпийская литература, 2009. 530 с.
2. Безруких М. М., Сонькин В. Д., Фабер Д. А. *Возрастная физиология: Физиология развития ребенка*. М.: Академия, 2002. 416 с.
3. Волков Л. В. *Теория и методика детского и юношеского спорта*. К.: Олимп. Литература, 2002. 296 с.
4. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня Г. В. *Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді*. К.: Олимпийская литература, 2011. 224 с.