

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ШКОЛЯРІВ В УМОВАХ ПІДВИЩЕНОЇ РАДІАЦІЇ

ІГОР ДУБ

ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ

В умовах, коли забруднення навколишнього середовища неможливо не враховувати як фактор впливу на розвиток і формування дитячого організму, вкрай важливо знайти шляхи вирішення цієї проблеми.

В результаті аварії на Чорнобильській АЕС на значній території країни та країн Західної Європи створилась особлива екологічна ситуація. Це призвело до утворення екстремальних умов життєдіяльності людей у забруднених районах, бо факт негативного впливу навіть невисоких доз радіації на організм людини є безперечним.

Проблема організації фізичного виховання дітей шкільного віку в умовах підвищеної радіації набуває в наш час особливої ваги серед питань, що мають науковий і практичний інтерес.

Беручи до уваги той факт, що радіація смертельно небезпечна і у великих дозах викликає серйозне ураження тканин, спеціалісти з фізичного виховання повинні визначити неординарні умови підвищеної радіації і врахувати їх в організації навчально-виховного процесу фізичного виховання школярів.

Вивчаючи це питання потрібно зазначити, що процес організації фізичного виховання школярів в районах, забруднених від аварії на Чорнобильській АЕС, цілком залежить від багатьох факторів.

Таких як рівень стану здоров'я, екологія навколишнього середовища та інші. Аналіз віддаленого впливу на людей малих доз опромінення свідчить про те, що радіація уражає більше тканин, ніж про це можна стверджувати. Про

чутливість деяких тканин до радіації свідчать пухлини, які розвиваються в них через багато років після опромінення.

Японські вчені дослідили таку закономірність: чим більше в молодому віці опромінена людина, тим коротшим є латентний період можливого розвитку різних видів хвороб.

Дані, отримані в результаті проведення медичних обстежень школярів в районах Житомирської і Вінницької областей, віднесених до II і III категорії забруднення, свідчать про зростання кількості захворювань, пов'язаних із стресовим станом, викликаним радіаційними і психогенними причинами, зниженими імунологічними якостями організму.

На базі отриманих даних встановлено, що більше як у 2/3 всіх дітей супутні захворювання виявлені вперше. Із обстежених дітей у віці 13-14 років здоровим виявився лише один хлопчик. Інші діти мали одне чи декілька патологічних відхилень.

Зі зниженням рівня стану здоров'я відповідно знизились рівні фізичного розвитку, розвитку рухових якостей, рухової активності і фізичної працездатності.

Але численні фізіологічні дослідження показують, що під впливом фізичних навантажень і з урахуванням факторів, що впливають на розвиток рухових якостей, суттєво покращуються функції основних систем і органів людини, і це призводить до виражених позитивних змін у стані здоров'я.

В процесі фізичної активності відбуваються суттєві зміни морфологічного і функціонального порядку. При цьому характер їх впливу не однозначний для різних систем організму і неоднаковий в різний період онтогенезу.

Виділяються консервативні (ритм розвитку, лінійні розміри, розмірні ознаки, гістологічні характеристики) і лабільні (функціональні системи, маса тіла) компоненти морфології і функції організму людини у відношенні до впливу фізичних вправ. Стає очевидною можливість

використання фізичної активності, як регулятора і стимулятора морфологічного і функціонального розвитку в онтогенезі.

На протязі 10 років після чорнобильської катастрофи від захворювань, викликаних радіаційним опроміненням, померло біля 2,5 тисяч чоловік. Найбільшу дозу опромінення внаслідок аварії 26 квітня 1986 року отримали учасники її ліквідації - біля 126 тисяч чоловік.

Збільшився рівень захворювань раком щитовидної залози. Найбільш високий рівень таких захворювань спостерігається у дітей до 15 років. Внаслідок аварії на ЧАЕС в атмосферу було викинуто біля 300 млн. радіоактивних ізотопів. В цілому по Україні забруднено 50,5 тис.кв.км території з населенням більше 3 млн.чоловік.

Шкільний вік - вік найбільш інтенсивного фізичного розвитку - головний етап всебічного розвитку особистості. В організмі дітей за весь період навчання в школі відбуваються значні морфофункціональні та психофізіологічні перетворення. В теорії фізичного виховання накопичено великий матеріал про вікову динаміку середніх показників морфофункціональних ознак дітей шкільного віку, тобто, встановлені загальні закономірності росту та розвитку організму дітей різних вікових груп. Але практично відсутні науково обґрунтовані методики з організації та проведення різних форм занять фізичною культурою з дітьми залежно від ступеня забруднення місцевості, з урахуванням їх вікових та індивідуальних особливостей.

The aim of this study was to analyze the opportunities of the school-children physical training's improvement taking into consideration the changes in ecological situation of separate regions and our country in all. The purpose of this stud was to reveal the degree of understanding the ecological problems by joggers.