

PARTICULARITIES OF REVEALING A SANITARY EFFECT DURING OCCUPATIONS BY PHYSICAL EXERCISES BESIDE CHILDREN 5-6 YEARS

NATALIA TUPCHYI

National University of Physical Education and sport of Ukraine

This article is about development's particularity of the thermoregulation (some development's stage), levels of the hardening during the 5-6 aged children's physical exercise in water and their determinative: genetical factors, meters, sex.

ОЦІНКА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАТУСУ УЧНІВ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАКАРПАТТЯ

МИХАЙЛО МОЛІНАР

Львівський державний інститут фізичної культури

Загально відомим є те, що ефективність системи фізичного виховання визначається рівнем її наукового, організаційного та організаційно-нормативного забезпечення.

Науковці висловлюють думку про недоцільність створення єдиної системи з фізичного виховання для України. Мотивуючи це великими особливостями екологічних, кліматичних умов різних регіонів. Проте, за останній час з'явилося багато різних шкільних програм з фізичного виховання, що не мають під собою необхідного наукового підґрунтя, а відносяться вкрай неузгодженими і необґрунтованими підходами щодо предмету "Фізична культура", його призначення, форм реалізації

Проблеми програмного забезпечення процесу фізичного виховання в загальноосвітній школі присвячено численні дослідження (Б.М. Шиян, 1997, А.Ф. Борисенко, 1997, Г.В. Воробей, 1993, В.Г. Ареф'єв, В.В. Шинкаренко, 1997 та ін.). Дослідженнями були охоплені Київська, Львівська, Вінницька, Івано-Франківська та інші області.

Зважаючи на такий великий інтерес до зазначеної проблеми з боку науковців одним з не досліджених регіонів України, є Закарпаття, зі своїми особливими особливостями (висота місцевості, вологість, температура, атмосферний тиск, радіація, геохімія ґрунтів та води) тобто екзогенними факторами біологічними особливостями (конституція, біологічний вік)

тобто генетичними факторами; соціальними особливостями (харчування, фізкультурно-спортивна діяльність) тобто санітарно-гігієнічними факторами та місцевими умовами (традиції, соціальний устрій повсякденного життя села та міста). Саме ці особливості в значній мірі визначають морфофункціональний та психічний статус людини, його фізичну підготовленість та працездатність, фізичний розвиток та стан здоров'я (Є.П. Сівков, 1986, О.В. Соломонко, 1989, В.М. Крамських, 1994, В.І. Завацький, 1995). На думку групи авторів (В.І. Глухов, 1994, О.С. Куц, 1994, О.Д. Дубогай, 1998 та інші) неврахування рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я під час розробки програм з фізичного виховання для окремих регіонів призводить до зниження ефективності процесу фізичного виховання.

Саме тому, одне із завдань нашого дослідження полягало у визначенні морфофункціонального статусу учнів молодшого шкільного віку Закарпатської області. Зокрема, нами визначались основні та додаткові критерії фізичного розвитку для визначення типу тілобудови (Д.А. Фарбер, І.А. Корнієнко, В.Д. Сонькін, 1990, Г.Л. Апанасенко, 1992). До основних критеріїв автори відносять масу тіла, довжину тіла та окружність грудної клітки. Додатковими визначені - ваго-ростовий (для визначення загрози ожиріння), екскурсію грудної клітки та товщину шкірно-жирових складок (тріцепс, біцепс, підлопаточна, черевна підколінна).

На даний час існує велика кількість класифікацій для визначення соматотипів людини. Зокрема, Е.Г. Мартіросовим (1982), Л.В. Волковим (1988), Д.А. Фарбером, І.А. Корнієнком, В.Д. Сонькіним (1990) запропоновано розподіл соматотипів людини на астеноїдний (астенічний), торакальний, м'язевий, дегістивний.

Окрім визначення типологічних груп, як однієї із складових соматотипів людини, нашим дослідженням передбачалось вивчення динаміки окремих показників фізичного розвитку дітей 7-10 років Закарпатської області. В результаті досліджень нами накопичено значний статистичний масив. Зокрема, зафіксована наступна динаміка показників фізичного розвитку: найбільші темпи приросту тіла в довжину у дівчаток спостерігаються у віці від 8 до 9 років, у хлопчиків від 9 до 10 років; маса тіла у дівчаток у віці від 9 до 10, а у хлопчиків від 7 до 8 років; окружність грудної клітки: у дівчаток та хлопчиків від 9 до 10 років. В спеціальній літературі (Г.П. Сальнікова, 1977) подається чотири типи приросту морфологічних показників: скачкоподібний, зростаючий, сповільнений та рівномірний. В нашому дослідженні у дітей молодшого шкільного віку Закарпаття зафіксовано скачкоподібний темп приросту цих показників.

При співставленні середньовікових показників фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку Закарпатської області з аналогічними показниками учнів інших регіонів України прослідковуються виражені відмінності у конституційному типі дітей. За показниками довжини тіла учнів початкових класів Закарпаття є нижчими, ніж учні цього ж віку міста Львова та центральної зони України, наближеними є показники довжини тіла учнів Закарпаття і міста Львова. Маса тіла учнів Закарпаття є нижчою, ніж у їх однолітків з інших регіонів України. Нижчими є і показники окружності грудної клітки. Проте, відношення ваго-ростових показників за регіонами практично не відрізняється.

Для визначення функціональних можливостей організму молодших школярів нами розглядалися: показники ЧСС, артеріального тиску (систолического і діастолічного), як характеристики стану серцево-судинної системи; життєва ємкість легень, як характеристика стану дихально-транспортної системи. Про резерви кисневого забезпечення робили висновки за результатами проб із затримкою дихання - проби Штанге і Генчі. Окрім зазначених показників нами визначалися: життєвий індекс (спірометрія/маса тіла), силовий індекс (динамометрія/маса тіла) та індекс Робінсона і Руф'є (30 присідань за 45 с) - як критерії резерву та адаптації функцій серцево-судинної системи.

За результатами досліджень нами визначено рівні функціонального стану учнів молодшого шкільного віку Закарпатського регіону. Так, 59 % учнів першого класу, 62 % - другого і 67 % учнів третього класу мають низькі і нижче середнього функціональні можливості організму. Проте, викликає занепокоєння не лише сам факт низького рівня функціональних показників, а й загрозлива тенденція їх зниження від першого до третього року навчання у молодшій школі. Одну з причин такої динаміки ми вбачаємо у невідповідності існуючої програми навчального предмету "Фізична культура" регіональним особливостям Закарпаття і її неспроможності забезпечити диференційований підхід до навчання з урахуванням рівня їх фізичного розвитку, фізичної підготовленості та стану здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА

1. Афанасенко Г.Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. - Санкт-Петербург: МГП "Петрополис", 1992. - 123 с.
2. Борисенко А.Ф. Система фізичного виховання учнів початкової школи / Фізичне виховання в школі. - 1997. - № 2. - С. 15-17.
3. Волков Л.В. Физическое воспитание учащихся: Учебно-методическое пособие. - К.: Рад. шк., 1988. - 184 с.

4. Глухов В.І. Нові напрямки розвитку фізичного виховання учнів загальноосвітніх школах України // Матеріали першої республіканської конференції "Підготовка спеціалістів у галузі фізичної культури та спорту в Україні". - Т. 1. - Луцьк: Надстир'я. - 1994. - С. 367-369.

5. Крамських В.М. Використання нових підходів до створення програм по фізичному вихованню в школі для поліпшення підготовки фізкультурних кадрів // Матеріали першої республіканської конференції "Підготовка спеціалістів у галузі фізичної культури та спорту в Україні". - Луцьк: Надстир'я. - 1994. - С. 474-475.

6. Мартыросов Э.Г. Методы исследования в спортивной антропологии. - Москва: Физкультура и спорт. - 1982. - 194 с.

7. Шиян Б.М. Що потрібно для формування національної системи фізичного виховання школярів // Фізичне виховання в школі, 1997, № 2. - С. 3-6.

ESTIMATION OF MORPHOLOGICAL AND FUNCTIONAL STATUS OF YOUNG CHILDREN IN ZRANTHKARPATIAN REGION

MYKHAILO MOLNAR

Lviv State Institute of Physical Culture

Necessity of estimation of physical development, physical fitness and health levels in schoolchildren is being grounded in the article. Specificity of morphological and functional indexes in schoolchildren of Zranthkarpatian Region has been defined. Specific features (ecological, biological, social and local conditions) which mainly define morphological, functional and psychological status of men has been revealed.

ОСОБЛИВОСТІ ВІДТВОРЕННЯ МОДЕЛЕЙ РУХОВИХ РИТМІВ ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

РОМАН ПЕТРИНА

Львівський державний інститут фізичної культури

Одним з важливих компонентів у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку є формування відчуття ритму (ВР). На думку великої кількості фахівців (Воскресенская Л.П., 1969, Тер-Ованесян А.А., 1978, Лях В.И., 1989, Платонов В.Н., 1997 та інші) високий ступінь розвитку відчуття ритму буде зумовлювати швидке оволодіння новими