

## THE COMPLEX ESTIMATION OF SOMATIC HEALTH STATE OF SENIOR PRESCHOOL AGE

LIDIA ZAIETS

*The Pre Carpathian University named after V.Stefanyk*

The problem of a complex estimation of physical health of children six-years was investigated. The analysis of results of researches has shown low and average level of physical health of children in Ivano-Frankivsk.

## ХАРАКТЕРИСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЩО ПРОЖИВАЮТЬ НА ТЕРИТОРІЇ РАДІАЦІЙНОГО ЗАБРУДНЕННЯ

ЛЮДМИЛА ЗАРІЧАНСЬКА

*Міжнародний університет "РЕГІ" імені академіка Степана Дем'янчука*

Останнім часом в Україні спостерігається погіршення стану здоров'я дітей: зростає гостра та хронічна захворюваність, погіршуються показники фізичного та нервово-психічного розвитку, з'являються нові захворювання, які до останнього часу не були характерними для дитячого віку. Це пояснюється дією цілого комплексу факторів, які активно впливають на організм дитини.

Відомо, що процес акселерації підростаючого покоління впродовж останніх десятиріч у розвинених країнах Заходу почав припинятися, змінюючись ретардацією і навіть делерацією. Дані літератури свідчать про зниження показників фізичного розвитку школярів на початку 90-х років порівняно з 80-ми роками і пояснюють це явище погіршенням соціально-економічних умов в Україні, впливом малих доз радіації, погіршенням якості харчування.

Мета дослідження: провести ретроспективний аналіз показників фізичного розвитку школярів молодших класів м. Рівне, м. Кузнецовська, смт. Березне, враховуючи різний фон радіаційного забруднення.

Завдання дослідження полягали у визначенні особливостей фізичного розвитку та впливу інкорпорованих радіонуклідів на стан здоров'я дитини.

Аналіз даних фізичного розвитку школярів проведено шляхом порівняння середніх арифметичних величин (М) довжини, маси тіла та обводу грудної клітки.

Вірогідність різниці астрометричних показників визначалась за допомогою загальноприйнятої статистичної методики. Обробка цифрових матеріалів виконувалась за допомогою ЕОМ.

### Результати дослідження

У дослідженні брали участь школярі віком 8-9 років, що навчаються в загальноосвітніх школах м. Рівне, м. Кузнецовська, смт. Березне. Загалом обстежено 250 осіб, із них 120 хлопчиків і 130 дівчаток.

Аналіз результатів досліджень показує, що за показниками довжини і маси тіла, обводу грудної клітки вірогідної різниці між школярами різних екологічних зон не спостерігається ( $p > 0,05$ ) (табл.1, 2).



Таблиця 1

Фізичний розвиток хлопчиків 8-9 років ( $x+Sx$ )

Населені пункти	Вік	Довжина тіла, см	Вага тіла, кг	Обвід грудної клітки, см
м. Рівне	8	127,74±0,56	28,85±0,39	62,75±0,06
	9	133,87±0,42	30,76±0,30	64,94±0,06
м. Кузнецовськ	8	127,95±0,34	27,31±0,36	62,71±0,90
	9	132,78±0,25	29,78±0,41	63,92±0,10
сmt. Березне	8	125,57±0,32	25,42±0,44	60,31±0,08
	9	130,87±0,48	26,44±0,39	62,75±0,10

Таблиця 2

Фізичний розвиток дівчат 8-9 років ( $x+Sx$ )

Населені пункти	Вік	Довжина тіла, см	Вага тіла, кг	Обвід грудної клітки, см
м. Рівне	8	128,20±0,48	28,82±0,25	62,20±0,08
	9	132,37±0,58	29,32±0,36	64,32±0,10
м. Кузнецовськ	8	128,90±0,45	29,34±0,	62,71±0,11
	9	133,72±0,31	30,31±	63,98±0,09
сmt. Березне	8	124,21±0,24	27,31±	61,72±0,10
	9	128,34±0,33	28,32±	63,60±0,15

Заслугує на увагу той факт, що максимальне річне збільшення зросту запізнюється як у хлопчиків, так і в дівчаток. При аналізі індивідуальних параметрів спостерігали, що затримка росту складає 15,4%, причому у хлопчиків вона трапляється дещо частіше, ніж у дівчаток. У хлопчиків цей показник складає до 16%, у дівчаток – 13,4%.

Прискорений ріст у обстежених дітей траплявся не так часто, як затримка росту, і склав майже 9,4% випадків.

Оцінка ваги тіла також має важливе значення, оскільки вона є чутливим критерієм, який швидко змінюється в зв'язку з різними захворюваннями, порушенням харчування, режиму дня та впливу інших факторів. Показники ваги тіла дитини коливаються як у “контрольній”, так і в відносно “чистій” зонах.

Деякі автори відмічають зниження ваги тіла в середньому на 15% (В.В.Веселова, 2001). За статистичними даними в порівнянні з 1986 по 2000 р. спостерігається тенденція у Рівненській області до зменшення захворювань дітей на ожиріння.

При аналізі індивідуальних показників виявлено, що у 20,2% дітей спостерігається зменшення ваги, із них у 8,2% наявність затримки росту з поєднанням зменшення ваги. Таке сполучення симптомів показує диспропорцію між довжиною і вагою тіла, що потрібно розглядати як виявлення функціональної затримки фізичного розвитку, пов'язаною з нейроендокринною дискоординацією (Пономаренко В.М., Нагорная А.М., Щербатий А.Й., Полішук В.Н., 1996).

Обвід грудної клітки має тенденцію до зменшення як у дівчаток, так і у хлопчиків. Найчастіше це спостерігається в дітей, що зазнали радіаційного впливу.

На основі результатів вимірювання зросту і ваги тіла учнів розраховали індекс Кетле, як одного з показників гармонійного чи дисгармонійного розвитку. Нами були виявлені показники дисгармонійного розвитку. У дівчаток це обумовлене як прискореним ростом, так і затримкою його. У хлопчиків частіше – за рахунок затримки росту.



Діти з порушенням чи наявністю дисгармонійного розвитку не завжди можуть бути віднесені до категорії хворих із яким-небудь захворюванням. Одночасно вони повинні входити до групи підвищеного ризику в зв'язку з недосконалістю механізмів адаптації (Завацький В.І., 1996).

Дисгармонічність фізичного розвитку може бути зумовлена деякою мірою і ендемічністю Рівненської області, насамперед, хронічним дефіцитом йоду в харчуванні. В зонах зобної ендемії зменшилася кількість дітей середнього і високого зросту і збільшилася кількість школярів середнього і низького зросту (Плюмаренко В.М. і інші, 1996). Висока контамінація ґрунту і води радіонуклідами, обмеження в раціоні постачання молока і молочних продуктів (мінімальний рівень кальцію в раціоні) – все це є лімітуючими факторами для зросту скелета. Потрібно враховувати тривалий стрес, який викликає дизадаптацію, одним із проявів якого є гальмування зросту, а також негативний вплив радіонуклідів на зони росту кісток.

Вимір радіації в організмі дітей показав, що більший вміст її спостерігається у школярів, що проживають в смт. Березне. Хоч м. Кузнецовськ знаходиться на території радіаційного забруднення, але показники вмісту радіації суттєво не відрізняються від показників у дітей, що проживають у м. Рівному. Це передовсім пов'язано з тим, що харчуються учні переважно чистими продуктами.

Оскільки показники фізичного розвитку відображають не тільки стан здоров'я дітей, але й соціально-економічні умови життя, рівень і якість медичного обслуговування, то надана оцінка і постійний контроль за фізичним розвитком є безперечною умовою виховання здорових, гармонійно розвинутих дітей, що дасть змогу корегувати виявлені порушення.

Нами вивчався фізичний розвиток для того, щоб виявити його особливості, а також, чи відображається на ньому вплив дії інкорпорованих радіонуклідів. А далі спланувати роботу з фізичного виховання для школярів молодших класів таким чином, щоб збільшити їх рухову активність, зняти втому і підвищити інтерес у цілому до фізичної культури і спорту. Оскільки ряд наукових досліджень показали, що динаміка фізичного розвитку, фізичної підготованості, формування постави, рівень фізичної працездатності та розвиток основних рухів і їх якість, зниження захворюваності перебувають у прямій залежності від обсягу та характеру рухової активності, дефіцит рухової активності у дітей може призвести до більш значних функціональних порушень, ніж у дорослих.

#### Висновки:

1. Вивчення фізичного розвитку дітей 8-9 років, що проживають у зонах із різним рівнем радіаційного забруднення, свідчить, що суттєвих різниць у зрості, вимірі ваги і обводі грудної клітки не спостерігається. Хоча є тенденція до зменшення цих показників, її наявність характерна більш для дітей, що проживають в смт. Березне.

2. Визначення фізичного розвитку учнів молодших класів було взято за основу для складання програми з фізичного виховання для цієї категорії учнів з метою поліпшення здоров'я в цілому і зменшення захворювань верхніх дихальних шляхів.



## ЛІТЕРАТУРА

8. Бальсевич В.К., Запорожанов В.А. *Физическая активность человека*. – *Здоров'я*, 1987. – 223с.
9. *Медицина дитинства. Том 1. За редакцією П.С. Мощича*. – К.: *Здоров'я*, 1994. – 704с.
10. Сухарев А.Г. *Здоровье и физическое воспитание детей и подростков*. – *Медицина*, 1991. – 272с.

## THE CHARACTERISTICS OF PHYSICAL DEVELOPING OF SCHOOL AGED KIDS, LIVING ON THE RADIOPOLLUTED TERRITORY

LUDMILA ZARICHANSKA

*International University "REHI" named after Academition Stepan Demianchuk*

The paper deals with the factors of environment influence on the processes of physical developing and growing in the same way as genetics factors. Environment influences greatly upon in the kids organism and as a result, physical developing can be changed.

## КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ РІВНЯ ВІДПОВІДАЛЬНОСТІ СТАРШОКЛАСНИКА ЗА СВІЙ ФІЗИЧНИЙ СТАН

ОКСАНА ЗВАРИЩУК

*Львівський державний інститут фізичної культури*

Однією з причин погіршення фізичного стану населення є зниження його організованої рухової активності після закінчення навчальних закладів, де обов'язкові форми занять фізичними вправами. Розв'язання цієї проблеми вимагає виховання в учня відповідальності за свій фізичний стан в процесі самостійного життя.

Для виховання відповідальності за свій фізичний стан учителів потрібно знати вихідний рівень вихованості цієї якості, а також вивчати ефективність свого впливу. Для цього він повинен володіти адекватною методикою оцінювання.

У сучасній психологічній літературі розроблені питальники і шкали оцінювання, якими користуються для визначення загального рівня відповідальності особистості. Це шкала соціальної відповідальності в Міннесотському багатофазному особистісному питальнику та фактор G (сила над – Я) в питальнику Кеттел. Створені також оцінні шкали, які дозволяють виміряти соціальну відповідальність особистості. До них відносяться шкала відповідальності [1], шкала соціальної відповідальності [2].

Проте при виконанні різних обов'язків особистість має неоднакову міру відповідальності. До обов'язків старшокласника можна віднести: навчання, заняття в гуртку чи секції, хатня робота, допомога молодшим або старшим членам родини, піклування про свій фізичний стан тощо. Кожен обов'язок посідає певне місце в градації значущості предмету відповідальності для старшокласника.

У галузі фізичної культури методики оцінювання відповідальності розроблялися. Тому метою нашої роботи стала розробка методики оцінювання відповідальності за свій фізичний стан.