

**РУХОВА АКТИВНІСТЬ,
ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК І ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ
В СИСТЕМІ МОНІТОРИНГУ СТАНУ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ШКОЛЯРІВ**

Проведений моніторинг фізичного статусу школярів різного віку, які проживають в гірській і рівнинній місцевості Прикарпаття. Виявлено, що незалежно від регіону проживання між фізичною підготовленістю, показниками стану соматичного здоров'я, фізичного розвитку і рівня рухової активності школярів існує тісний взаємозв'язок.

***Ключові слова:** рухова активність, фізичною підготовленість, соматичного здоров'я, школярі, клімато-географічна зона.*

Постановка проблеми та аналіз результатів останніх досліджень. Моніторинг соматичного здоров'я дитячого населення – це складна інформаційно-аналітична і прогностична система, що включає спостереження за станом соматичного здоров'я на рівні індивіда і соціальної групи, оцінку його результатів та прогнозування цього стану в майбутньому як для індивіда, так і для соціальної чи вікової групи населення, поєднаних за територіальними ознаками або характеру діяльності [5, 8]. Як процес такий моніторинг передбачає спостереження за об'єктом, оцінювання його стану, здійснення контролю за характером подій, що відбуваються, попередження негативних тенденцій розвитку цих подій [1, 10].

За роки незалежності України серед її населення загострилася ситуація із станом психо-соматичного здоров'я [2, 6, 8]. За статистичними даними, 53,0 % дітей мають ослаблене здоров'я, понад 30,0 % дітей у віці до 14 років мають хронічні захворювання і лише 10,0 % випускників шкіл можна назвати здоровими. Загальна захворюваність дітей у віці до 14 років виросла на 16,0 %, у віці 15-17 років – на 18,0 %. На цьому фоні закономірно знижується рівень фізичної підготовленості школярів різного віку [3, 7, 9]. Існуюче положення актуалізувало роботу по реалізації моніторингових досліджень в різних сферах діяльності і на різних рівнях, у тому числі й у сфері фізичної культури з метою підвищення ефективності процесу фізичного виховання школярів.

Мета роботи – провести моніторинг фізичного розвитку і фізичної підготовленості школярів в залежності від клімато-географічної зони проживання.

Методи та організація дослідження. Аналіз матеріалів по даній проблемі проводився за наслідками реалізації національної освітньої ініціативи "Гірська школа" відповідно до плану модернізації загальної освіти (розпорядження уряду України від 27.02.2010 246-р) згідно до якої у 2013-2014 навчальному році загальноосвітніми установами Івано-Франківської області проведений моніторинг фізичної підготовленості, соматичного здоров'я і фізичного розвитку школярів в залежності від регіону проживання. Рівень рухової активності визначали за допомогою Фремінгемського методу, а рівень соматичного здоров'я за рекомендаціями Г. Л. Апанасенка [9].

Отримані дані оброблені методами параметричної статистики за допомогою пакету комп'ютерних програм "Statistica 6".

Результати дослідження. Встановлено, що 67,2 % школярів, що проживають у рівнинних районах Прикарпаття із низьким рівнем рухової активності мають нижче середнього рівень соматичного здоров'я. При цьому у 14,6 % школярів спостерігається середній рівень і у 8,2 % – вище середнього рівень соматичного здоров'я. Ми не спостерігали жодного випадку високого рівня соматичного здоров'я у школярів з низьким рівнем рухової активності. У 65,3 % школярів, які проживають гірській місцевості виявляється середній рівень рухової активності і серед них у 92,1 % випадків спостерігається середній і вище середнього рівень соматичного здоров'я. Це вказує на суттєвий взаємовплив і високий кореляційний взаємозв'язок між цими параметрами [9].

Результати моніторингу показали, що у 61,9 % дівчат і 59,1 % хлопців переважає середній рівень фізичного розвитку ($p < 0,05$). Високий рівень фізичного розвитку мають тільки 12,8 % дівчат і 14,1 % хлопців. Майже в четверті школярів області (25,3 % дівчат і 26,8 % хлопців) спостерігається низький рівень фізичного розвитку. Таких школярів майже в 2 рази більше, ніж дітей з високим рівнем розвитку (рис. 1). В рамках проведення моніторингу виявлені демографічні відмінності в показниках фізичного розвитку школярів, що проживають в рівнинній і гірській місцевості.

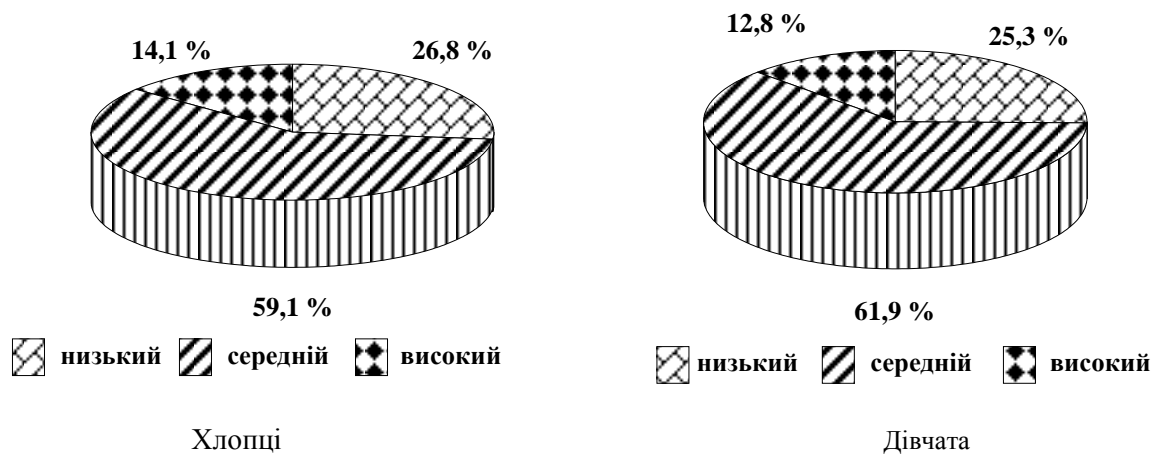


Рис. 1. Показники рівня фізичного розвитку школярів у залежності від статі обстежених

Так, показник високого рівня фізичного розвитку гірських дівчат вище, ніж у тих, хто проживає у рівнинній місцевості. В хлопців, які проживають у гірській місцевості цей показник також вищий, ніж у школярів, які проживають в низинних районах Прикарпаття (рис. 2).

Кількість молоді (дівчат і хлопців), що проживає в гірських територіях області з середнім рівнем фізичного розвитку, більше, ніж їхніх однолітків, що живуть в рівнинних регіонах Прикарпаття. Слід зазначити, що школярів з низьким рівнем фізичного розвитку спостерігається більше також серед хлопців і дівчат з рівнинних регіонів Прикарпаття.

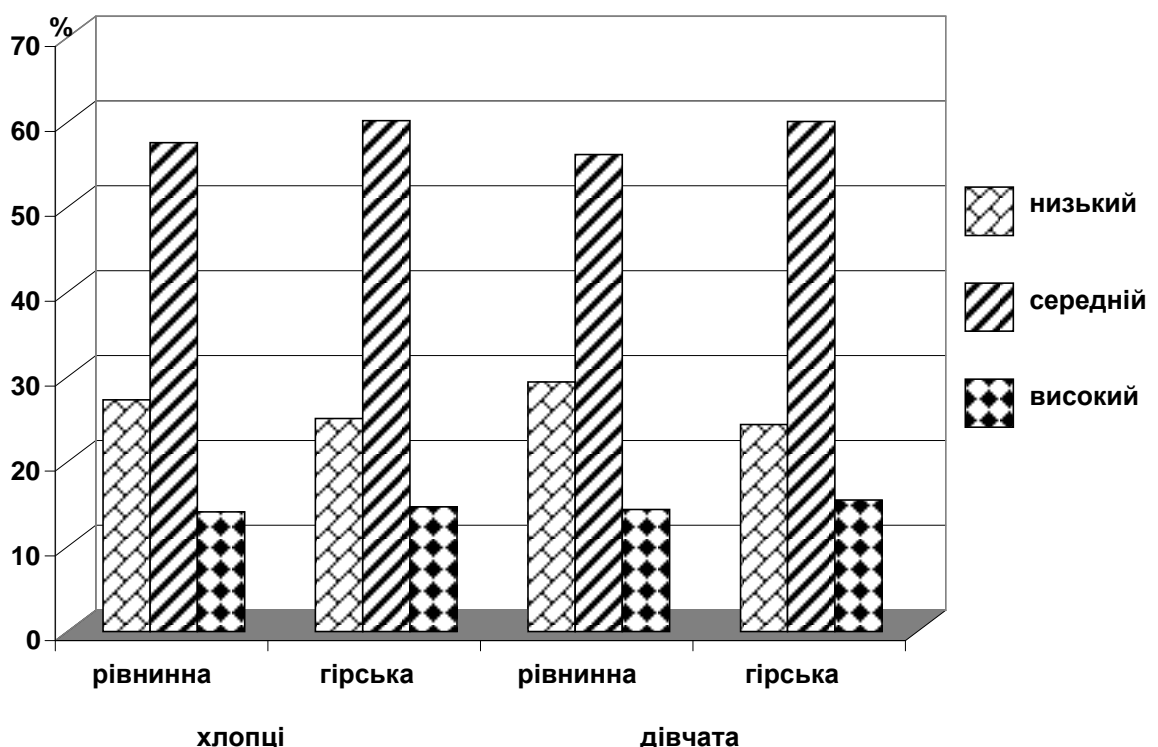


Рис. 2. Показники фізичного розвитку школярів різної статі в залежності від місцевості проживання обстежених

Аналіз динаміки рівня фізичного розвитку по окремих віковим показником свідчить про різке зниження числа школярів з середнім рівнем фізичного розвитку і збільшення кількості школярів з низьким

рівнем розвитку при переході з однієї вікової групи в іншу (рис. 3). В старшому шкільному віці спостерігається підвищення кількості дівчат з низьким рівнем фізичного розвитку за рахунок зменшення школярок з середнім рівнем розвитку. Хлопців старшого шкільного віку з низьким рівнем фізичного розвитку в 3 рази більше, ніж дітей молодшого шкільного віку.

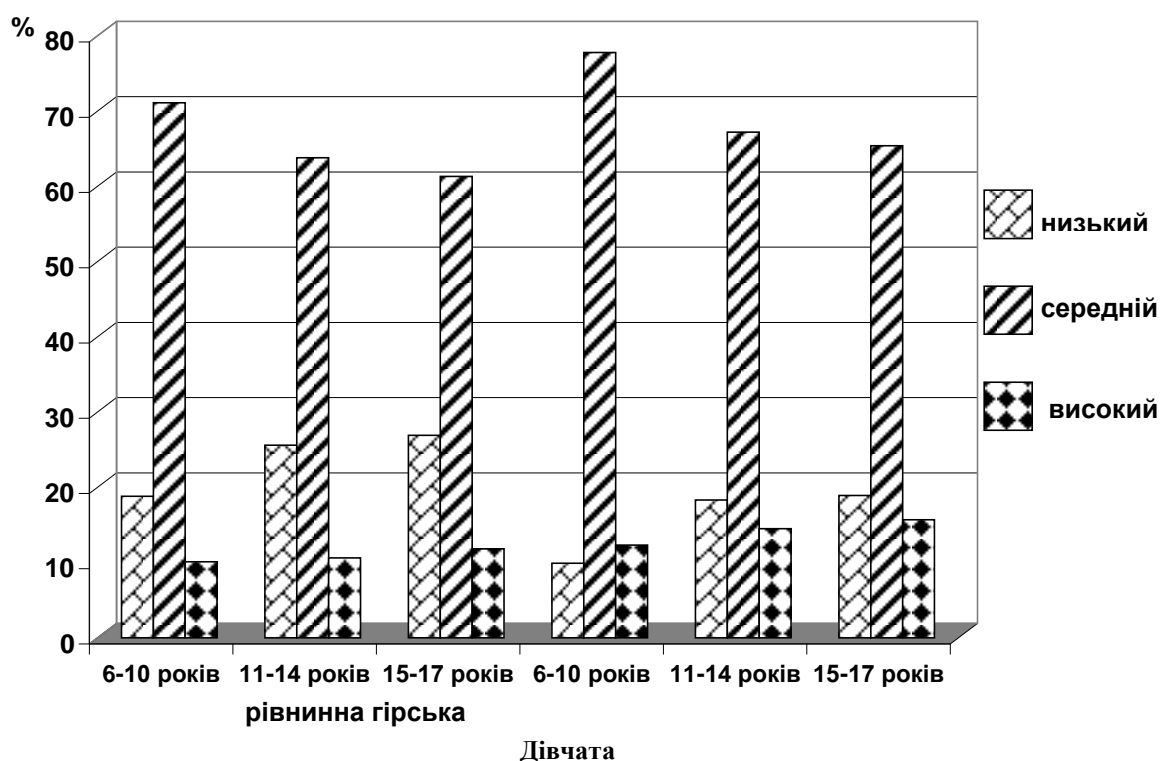
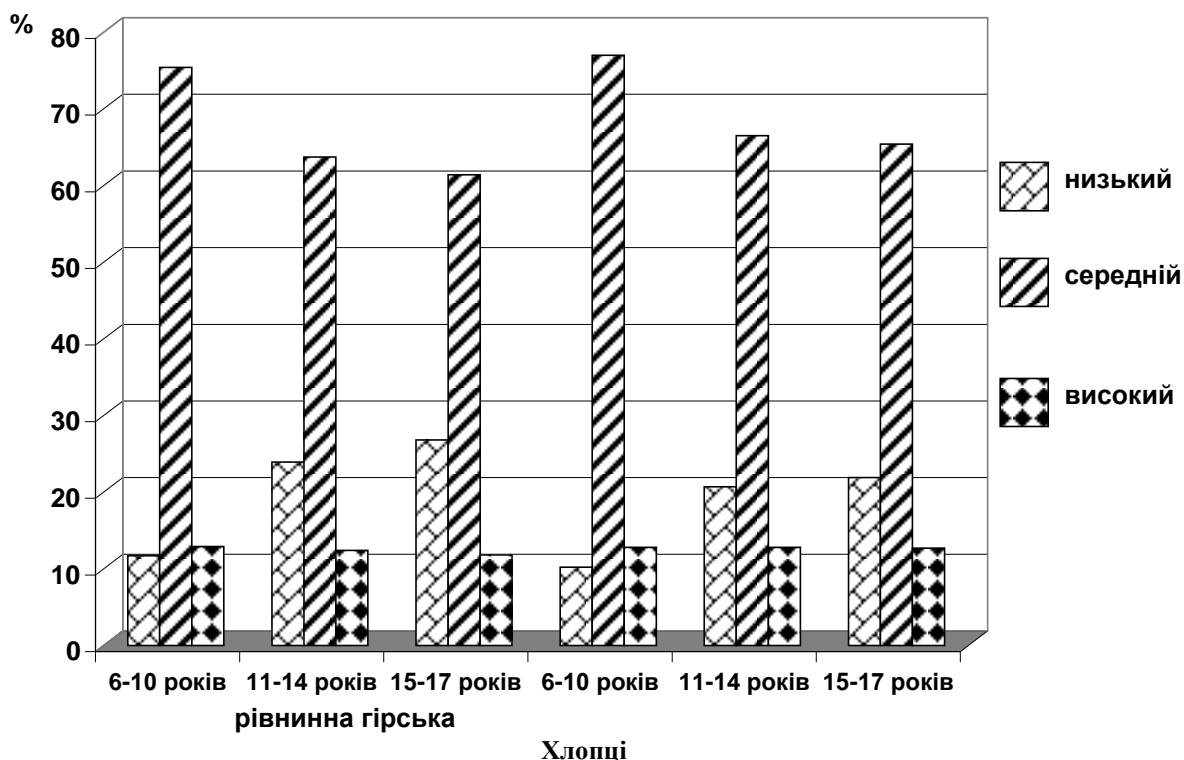


Рис. 3. Показники рівня фізичного розвитку школярів різної статі в залежності від віку та місцевості проживання обстежених

Фізична підготовленість є важливим показником стану соматичного здоров'я і рівня рухової активності людини, на тісний взаємозв'язок між якими вказують результати досліджень окремих спеціалістів [9]. Метою моніторингу фізичної підготовленості є отримання інформації, необхідної для вдосконалення управління процесом фізичного виховання, і таким чином, поліпшення його якості.

До числа основних кондиційних фізичних якостей, за показниками яких здійснювався моніторинг, можна віднести швидкість, витривалість і силу.

Аналіз показників фізичної підготовленості школярів м. Івано-Франківська, який відноситься до рівнинної місцевості дозволив констатувати низькі показники рівня розвитку окремих фізичних якостей, особливо витривалості (рис. 4).

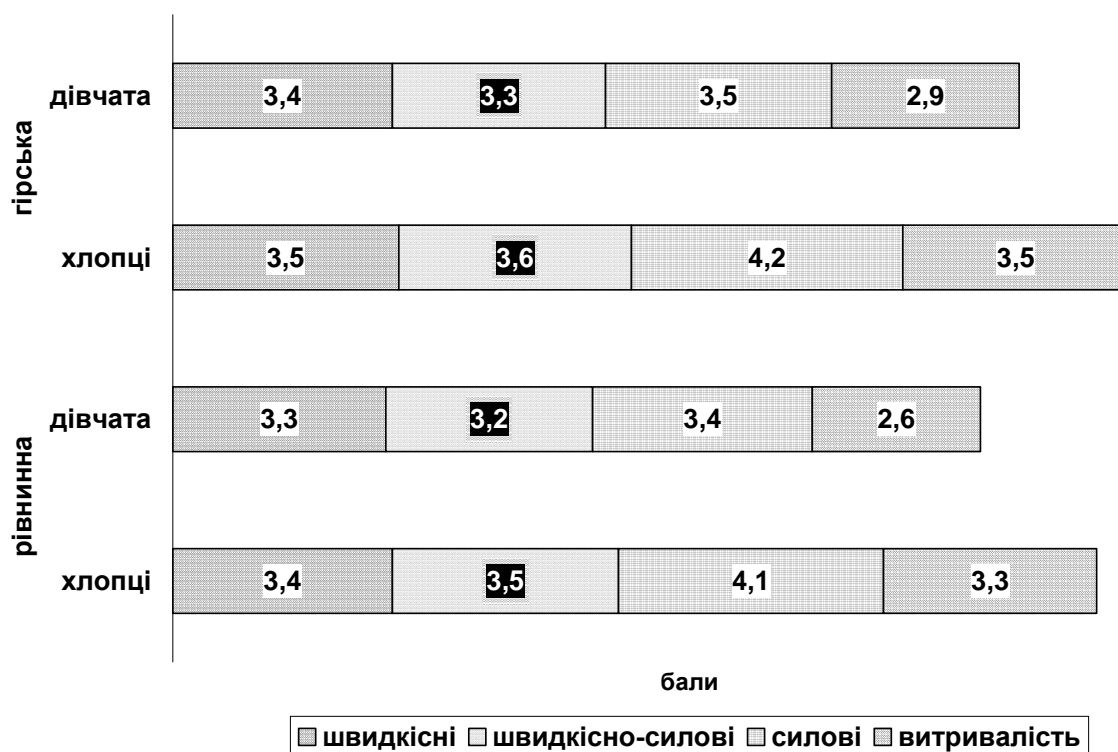


Рис. 4. Рівень фізичної підготовленості школярів різної статі в залежності від віку та місцевості проживання обстежених

В цілому ж по області у школярів всіх вікових груп показники сили і швидкісно-силових якостей відповідають віковим нормам. Причому в хлопців показники витривалості і силових якостей вище, ніж у дівчат (відповідно на 15,1 % і 12,2 %) незалежно від місцевості проживання.

Таким чином, результати моніторингу дозволяють констатувати недостатній рівень фізичної підготовленості школярів (передусім обумовлюючий стан соматичного здоров'я).

Можна погодитися з думкою Л.А. Семенова [7] про те, що причиною такого положення є не стільки слаба матеріально технічна база учбового закладу чи професійні якості вчителя фізичного виховання, скільки територіальне розташування.

Резюмуючи вищесказане, слід зазначити, що при реалізації результатів моніторингу фізичної підготовленості виділяють два основні напрями:

- корекція виявлених відхилень в стані розвитку кондиційних фізичних якостей при проведенні моніторингу [7, 9];
- застосування моніторингу школярів в якості основи для створення системи спортивного відбору [3, 4].

Виходячи з вище вказаного, можна зробити **висновок** про те, що важливою складовою моніторингу фізичного розвитку і соматичного здоров'я школярів різного віку, що навчаються переважно в загальноосвітніх закладах, є рівень фізичної підготовленості, що полегшує проведення моніторингу в цілому та ухвалення нормативно-правових й управлінських заходів по внесенню коректив в процес фізичного виховання школярів в залежності від місцевості їх проживання.

Перспективи подальших розробок полягають у проведенні досліджень по корекції фізичного розвитку і підвищення рівня соматичного здоров'я школярів різного віку за допомогою програми регуляції рівня рухової активності в залежності від регіону проживання.

Використані джерела

1. Европейская база даних "Здоровье для всех" (HFA-DB-2012 г.) [Електронний ресурс]. – Режим доступа: http://data.euro.who.int/hfaddb/shell_ru.html
2. Земцова В. Здоров'я чоловічої популяції в Україні та світі: проблеми та підходи до вирішення / В. Земцова, Є. Зубковська // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2013. – № 2. – С. 22–31.
3. Изаак С.И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика [монография] / С. И. Изаак. – М., 2005. – 126 с.
4. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности / Б. Х. Ланда. – М., 2006. – 208 с.
5. Людський розвиток в Україні: соціальні та демографічні чинники модернізації національної економіки [колективна монографія] / Лібанова Е. М., Макарова О. В., Курило І. О. [та ін.]: за ред. Е. М. Лібанової. – К.: Ін-т демографії та соціальних досліджень ім. М. В. Птухи НАН України, 2012. – 320 с.
6. Регіональні особливості рівня здоров'я народу України (Аналітико-статистичний посібник). – К., 2011. – 165 с.
7. Семенов Л.А. Мониторинг кондиционной физической подготовленности в образовательных учреждениях / Л. А. Ланда. – М., 2007. – 168 с.
8. Статистичний щорічник України за 2009 рік. – К.: ДП "Інформаційно-аналітичне агентство України", 2010. – 657 с.
9. Томенко О. Взаємозв'язок між рівнем соматичного здоров'я, рухової активності та окремими показниками фізичної культури особистості школярів 8-11 класів / О. Томенко // Спортивний вісник придніпров'я. – 2013. – № 2. – С. 53–56.
10. World health statistics 2011. – France: World Health Organization, 2011. – 170 p.

Tsap M., Tsap I.

THE MOTIVE ACTIVITY, PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL PREPARATION IN THE SYSTEM OF MONITORING STATE OF THE SOMATIC HEALTH OF SCHOOLBOYS

Monitoring a physical status of schoolboys of different age is conducted resident in the mountain and flat locality Precarpatian region. It is shown, that not dependency upon region of resident between the physical preparation, the close intercommunication exists by indexes of state of somatic health, physical development and level of motive activity of schoolboys.

Key words: *motive activity, physical preparation, somatic health, schoolboys, climate-geography area.*

Стаття надійшла до редакції 28.06.2014 р.