

Фізичний розвиток дітей молодшого шкільного віку*Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені Степана Дем'янчука (м. Рівне)*

Постановка проблеми й аналіз останніх досліджень і публікацій. У XXI столітті набула поширеності проблема формування в учнів фізкультурних знань, культури рухів, які повинні займати одне з провідних місць у системі ціннісних орієнтацій людей різних соціальних і вікових груп, формування пріоритету здоров'я як найвищої людської цінності й на основі цього покращення загального фізичного стану організму [4, 55].

Успішне вирішення цієї проблеми можливе лише за умови цілеспрямованого, комплексного розв'язання завдань усебічного фізичного розвитку, починаючи з раннього віку й упродовж усього життя.

Шляхи покращення процесу фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку висвітлені в дослідженнях багатьох учених. Багато уваги приділено анатомо-фізіологічному обґрунтуванню методики фізичного виховання дітей 6–10 років [1, 32].

Однак, незважаючи на досить широкий спектр досліджень, у педагогічній практиці проблема всебічного фізичного розвитку, збереження та зміцнення здоров'я учнів, у тому числі й учнів молодшого шкільного віку, вирішується недостатньо. За даними вибіркового досліджень 36,4 % учнів загальноосвітніх шкіл України мають низький рівень фізичного здоров'я; 33,5 % – нижче за середній; 22,6 % – середній і лише 6,7 % – вище за середній, а 0,8 % – високий [2; 3; 5].

Змінити ситуацію на краще можна через удосконалення змісту, форм та методів фізичного виховання, надання йому особистісно-орієнтованого характеру, що можливе завдяки глибокому врахуванню анатомо-фізіологічних, вікових особливостей фізичного розвитку молодших школярів.

Недостатній рівень фізичної підготовленості школярів і, як наслідок, низький рівень фізичного здоров'я спонукав нас до глибокого вивчення особливостей фізичного розвитку, що визначило об'єкт, предмет і мету дослідження.

Мета дослідження – вивчити особливості фізичного розвитку молодших школярів, порівняти показники фізичного розвитку учнів перших класів сільських і міських шкіл.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проведені дослідження засвідчують, що маса тіла першокласників дослідних груп фактично не відрізняється від належних величин, оскільки різниця – у межах загальноприйнятого допуску $\pm 15\%$ (див. табл. 1, табл. 2).

*Таблиця 1***Належні й фактичні величини маси тіла першокласників, які проживають у місті та селі****(♂ – n = 54; ♀ – n = 53)**

Стать	Фактична величина маси тіла (власні дослідження)	Належна величина маси тіла	Різниця між фактичною масою й індексом (%)
<i>Міські школярі</i>			
♂	23,98	23,53	+1,9
♀	23,85	25,63	-7
<i>Сільські школярі</i>			
♂	23,7	23,6	+0,4
♀	23,83	25,33	-6

Таблиця 2

Морфофункціональні показники сільських школярів перших класів (♂ – n = 20; ♀ – n = 23)

Показник		Перший клас	
		$M_x \pm S_x$	$X_{max} - X_{min}$
Маса тіла, кг	♂	23,7 ± 0,52	26–19
	♀	23,83 ± 0,56	26–19
Зріст, см	♂	123,6 ± 1,29	26–19
	♀	125,3 ± 0,81	26–19
ОГК, см	♂	61,2 ± 0,93	48–63
	♀	60,0 ± 76	46–65

Якісне оцінювання фізичного розвитку проводилася шляхом зіставлення довжини й маси тіла. Цей показник дає можливість судити про ступінь гармонійності фізичного розвитку і є важливим для діагностування рівня соматичного здоров'я дітей. Під час аналізу встановлено, що серед хлопчиків, які проживають у місті, не виявлено ніяких відхилень від норми. У дівчаток, які проживають у місті, є загроза ожиріння, а в окремих випадках спостерігається й ожиріння.

Аналіз цих же показників сільських школярів виявив ту ж саму тенденцію, що і в міських дітей.

На нашу думку, тенденція до зростання маси тіла в сучасних дітей спричинена збільшенням вуглеводів у їх раціоні та зменшенням рухової активності.

Життєві прояви характеру сільських дітей, їх поведінка істотно не відрізняються від ідентичних показників міських школярів.

Отже, проведене дослідження дає підставу констатувати, що істотної різниці в морфологічних показниках дітей, які проживають у місті та селі, немає.

Щорічний приріст морфологічних показників обстежених учнів 1–3 класів відповідає даним, наведеним у спеціальній літературі. Так, щорічний приріст зросту обстежених учнів становить 3,5 см, маси тіл – 2,2 кг, окружності грудної клітки – 1,8 см. Такі показники відповідають даним, які були отримані іншими дослідниками в різних регіонах України останнім часом. Зіставлення результатів із даними, наведеними в науковій літературі попередніх років також свідчить про відсутність суттєвих відмінностей.

Підтверджені також дані про те, що немає істотних відмінностей у зрості й вазі тіла у хлопчиків та дівчаток. Більш суттєвими є відмінності в окружності грудної клітки. У середньому окружність грудної клітки на 2–2,3 см більша у хлопчиків.

Приріст зросту маси тіла в учнів другого класу достовірно менший, ніж в учнів третього класу. Можливо, це пов'язано з тим, що у першокласників сповільнюються темпи приросту морфологічних показників у зв'язку з додатковими стресогенними чинниками, які впливають на них із приходом у школу. Впродовж року відбувається адаптація до нових умов, і показники фізичного розвитку вирівнюються із середньо статистичними.

Висновки. Отримані дані свідчать, що морфологічні показники молодших школярів дослідних груп фактично не відрізняється від належних величин, оскільки різниця знаходиться в межах загальноприйнятого допуску ±15 %.

Аналіз показує, що серед хлопчиків, які проживають у місті, не виявлено ніяких відхилень від норми. Серед дівчаток, які проживають у місті, є загроза ожиріння, а в окремих випадках спостерігається й ожиріння.

Аналіз цих же показників сільських школярів виявив ту ж саму тенденцію, що і в міських дітей.

На нашу думку, тенденція до зростання маси тіла в сучасних дітей спричинена збільшенням вуглеводів у їх раціоні та зменшенням рухової активності.

Отож сільські діти повинні мати кращий рівень здоров'я порівняно з міськими, оскільки вони, по-перше, більше перебувають на свіжому повітрі, по-друге, залучаються до фізичної роботи в господарстві (тобто руховий режим у них більший), по-третє, краще харчуються. Проте істотних відмінностей між ними не виявлено.

Література

1. Андрощук Н. В., Дзюбановський А. Б., Леськів А. Д. Радість руху.– Т.: СМП "Астон", 1999.– 114 с.
2. Ареф'єв В. Г., Столітенко В. В. Фізичне виховання в школі: Навч. посіб.– К: ІЗМН, 1997.– 152 с.

3. Аросьев Д. А. Как увлечь физической культурой // Физ. культура в шк.– 1987.– № 5.– С. 8–12.
4. Борисенко А. Ф., Цвек С. Ф. Руховий режим учнів початкових класів: Навч. посіб.– 2-ге вид., переробл. і доп.– К.: Рад. шк., 1989.– 190 с.
5. Иванов В. С. Основы математической статистики.– М.: ФиС, 1990.– 178 с.

Анотації

У статті висвітлено особливості фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку й порівняно результати дослідження першокласників міських і сільських шкіл.

Ключові слова: *фізичний розвиток, морфологічні й функціональні показники, діти молодшого шкільного віку.*

В статті описано особливості фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку і сопоставлено результати досліджень першокласників міських і сільських шкіл.

Ключевые слова: *физическое развитие, морфологические и функциональные данные, дети младшего школьного возраста.*

The article deals with the peculiarities of the junior pupils' physical development. Testing results of the urban pupils of the first form and rural pupils of the first form are compared.

Key words: *physical development, morphological and functional indices, junior pupils.*