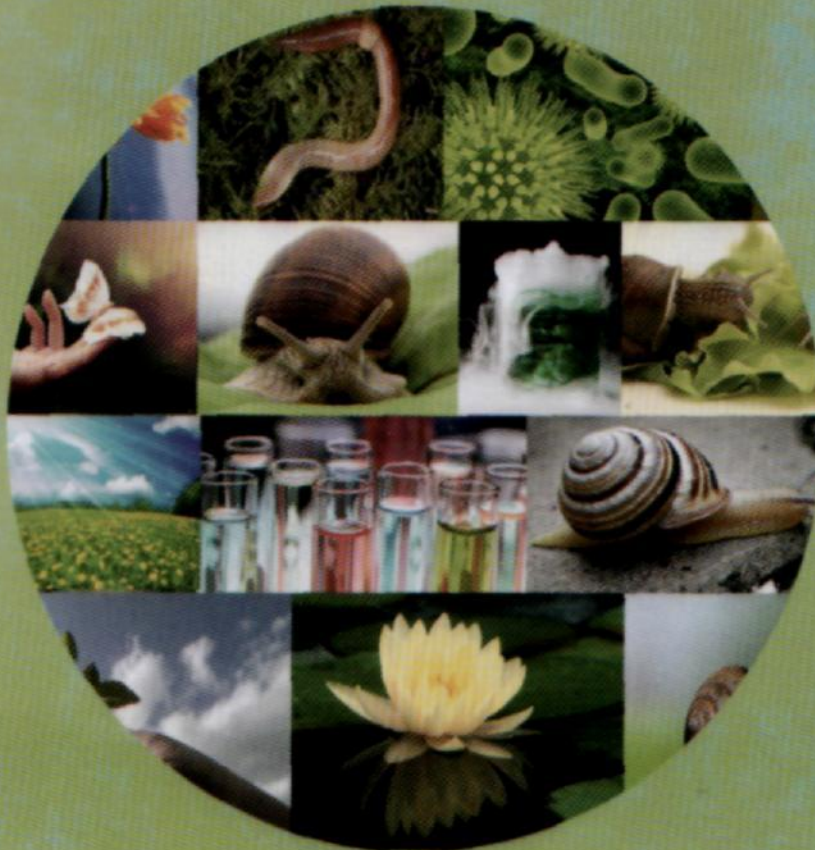


Житомирський державний університет імені Івана Франка
Інститут зоології НАН України
Інститут гідробіології НАН України
Українське наукове товариство паразитологів
Гідроекологічне товариство України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка
Житомирський національний агроекологічний університет

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

БІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ – 2016



Житомир - 2016

Міністерство освіти і науки України
Житомирський державний університет імені Івана Франка
Інститут зоології НАН України
Інститут гідробіології НАН України
Українське наукове товариство паразитологів
Гідроекологічне товариство України
Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка
Житомирський національний агроекологічний університет

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

БІОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ – 2016

Житомир - 2016
ІП "Рута"

УДК 612.6:572.087

ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЗА СОМАТОМЕТРИЧНИМИ ПОКАЗНИКАМИ.

Р. В. Безсмертний, М.З. Крук

Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. Велика Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна

Постановка проблеми. Однією із складових фізичного стану є фізичний розвиток. Фізичний розвиток — це процес становлення і змін біологічних форм і функцій організму людини. Він залежить від природних життєвих сил організму та його будови.

Фізичний розвиток оцінюється рівнем розвитку фізичних якостей, антропометричними і динамометричними показниками. Тенденція до погіршення фізичного розвитку населення свідчить про актуальність вивчення його показників і різних методів оцінювання рівня фізичного розвитку.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковці стверджують, що анатоמו-фізіологічні особливості є одним із головних факторів, що визначають рівень здоров'я, розвиток і прояв фізичних здібностей. Особливості фізичного розвитку дітей та студентів вивчали багато вчених, зокрема, О. Д. Дубогай (1995), Н. Ф. Денисенко (2008), С. М. Корнієнко (2001), І. В. Лущик (2007).

Метою статті є теоретичний аналіз соматометричного методу дослідження фізичного розвитку.

Результати досліджень та їх обговорення. Фізичний розвиток, поряд з народжуваністю, захворюваністю і смертністю, є одним з показників рівня здоров'я населення. Процеси фізичного і статевого розвитку взаємопов'язані і відображають загальні закономірності росту і розвитку, але в той же час істотно залежать від соціальних, економічних, санітарно-гігієнічних та інших умов, вплив яких в значній мірі визначається віком людини.

Історично склалося, що про фізичний розвиток судять головним чином за зовнішніми морфологічними характеристиками. Проте, цінність таких даних незмірно зростає в поєднанні з даними про функціональні параметри організму. Саме тому для об'єктивної оцінки фізичного

розвитку, морфологічні параметри слід розглядати спільно з показниками функціонального стану [2].

Фізичний розвиток характеризують соматометричні, фізіометричні та соматоскопічні величини або показники. Соматометрія – визначення довжини та маси тіла, окружності грудної клітки (ОГК) (в стані спокою, максимального вдиху та видиху – екскурсія (рух) грудної клітки), а фізіометрія – визначення життєвої ємності легень (ЖЄЛ), м'язової сили кисті, станової сили (м'язів – розгиначів спини).

Соматометрія (антропометрія) є основним методом дослідження фізичного розвитку і передбачає вимірювання розмірів частин людського тіла. За антропометричними даними визначається динаміка фізичного розвитку і дається оцінка розвитку у різні періоди. Антропометричне обстеження здійснюють стандартним інструментарієм за загальноприйнятою уніфікованою методикою[1].

Антропометрія включає виміри довжини (см) і маси тіла (кг), ОГК (см). Для виміру довжини тіла використовують антропометр (ростомір). Зріст вимірюється без взуття. Людина стоїть на платформі спокійно, опустивши руки, дотикаючись стійки вимірювача зросту трьома точками: п'ятками, сідницями, між лопатковою частиною спини. Горизонтальну планку опускають на тім'я і за шкалою визначають зріст.

Масу тіла визначають за допомогою медичних ваг. Під час зважування досліджуваній повинен стояти на середині площадки ваг. Маса тіла має істотне значення для оцінки впливу фізичних навантажень на організм. Тому зважування систематично здійснюється під час лікарсько-педагогічних досліджень.

При вимірі окружності грудної клітки вимірювальну стрічку на спині накладають під кутами лопаток і попереду над грудною залозою. Вимірюється вона в стані спокою, при максимальному вдиху і видиху сантиметровою стрічкою в сантиметрах. Стрічка проходить ззаду під кутом лопаток, а спереду по нижньому краю навколо соскових кружків у хлопчиків; у дівчаток (починаючи з перших стадій розвитку грудних залоз) стрічка спереду проходить на рівні верхнього краю 4 ребра. Різниця в об'ємі грудної клітки при максимальному вдиху та видиху становить екскурсію грудної клітки.

Висновки. Довжина і маса тіла, обхват грудної клітки є основними показниками фізичного розвитку організму, які визначаються за допомогою антропометричних методик. Результати антропометричного обстеження дозволяють не тільки визначити рівень фізичного розвитку, а й оцінити загальний стан здоров'я, що слід враховувати при організації процесу фізичного виховання.

Література

1. Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дошкільного віку: навч. посіб. – К.: ІЗМН, 1998. – 64 с. .
2. Дубогай О.Д., Завацький В.І., Короп Ю.О. Методика фізичного виховання студентів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи: Навчальний посібник. Луцьк: Надстир'я, 1995. –220с.