

Порівняльний аналіз методик для оцінки рівня фізичного здоров'я у молодших школярів

Вовченко І.І.

Житомирський державний університет імені І.Франка

Постановка проблеми

Погіршення стану здоров'я дітей України значною мірою залежить від таких чинників, як економічна нестабільність у державі, забруднення довкілля, неповноцінне харчування, недостатність медичної допомоги. Особливо значущим фактором є спосіб життя. Необхідність уваги до здоров'я дітей вимагає пошуків ефективних шляхів його покращення.

Найважливішим важелем зміцнення та збереження здоров'я дітей є оптимальна рухова активність, яка формується з раннього дитинства у сім'ї і закріплюється у школі.

Резерви дитячого організму дуже значні, і врахування індивідуальних можливостей кожного на заняттях фізичною культурою просто необхідні для забезпечення в подальшому житті належного рівня здоров'я, життєдіяльності та працездатності.

Кількісна оцінка індивідуального здоров'я залишається однією з актуальних задач сучасної медицини та оздоровчої фізичної культури. Вченими представлено багато різних методик оцінки рівня здоров'я: Г.Л. Апанасенка, Р.М. Баєвського, В.І. Белова, К.Купера, програма "Школяр", В.Н. Сергєєва, С.В.Попова та ін.

Аналіз літературних джерел з даної проблеми дозволяє припустити, що до цього часу немає чітких рекомендацій з комплексної оцінки рівня фізичного здоров'я молодших школярів з метою оптимізації процесу фізичного виховання. Ефективно керувати процесом оздоровлення можливо тільки тоді, коли є інформативні критерії оцінки здоров'я. У зв'язку з цим значний інтерес має обґрунтування критеріїв діагностики фізичного здоров'я дітей та шляхів їх застосування у процесі фізичного виховання, що надасть

можливість підібрати оптимальні засоби, диференціювати фізичне навантаження на уроках.

Аналіз останніх досліджень

Порівняльний аналіз різних методик оцінки рівня фізичного здоров'я досліджували вітчизняні науковці інституту суспільного здоров'я у школярів 11-14 років [2]. Дослідження російських науковців [3] у здорових та хворих з різними кількісними та якісними характеристиками втрати здоров'я встановили інформативність з ряду найбільш поширеніших методик валеометрії за критеріями чутливості специфічності, що максимальним індексом діагностичної ефективності володіє методика Г.Л.Апанасенка.

Метою даного дослідження є визначення інформативності різних методів оцінки рівня фізичного здоров'я у дітей молодшого шкільного віку.

Результати дослідження та обговорення

У наших дослідженнях для визначення рівня фізичного здоров'я у дітей молодшого шкільного віку використовували дві методики “Експрес-оцінку рівня соматичного здоров'я” [1] і інформаційно-діагностичну оздоровчу програму “Школяр” [4].

Для з'ясування інформативності метода були обстежені 180 школярів віком 7-10 років (хлопчиків –91, дівчаток –89). При цьому використовували метод парної кореляції між окремими показниками фізичного розвитку, фізичної підготовленості та фізичної працездатності з рівнем здоров'я, керуючись різними методиками оцінки фізичного здоров'я.

Між двома методами виявлена невідповідність у розподілі дітей за рівнями фізичного здоров'я (коефіцієнти кореляції r від $-0,502$ до $0,272$). Це говорить про те, що одні і ті ж діти за двома методиками мають різні рівні здоров'я. Щоб зробити порівняльну характеристику за рівнями здоров'я цих дітей, аналізували коефіцієнти кореляції і середні показники функцій у різних рівнях здоров'я, які обумовлені різними методами.

Виходячи з матеріалів, представлених у табл. 1, можна припустити, що рівні здоров'я за “Експрес-оцінкою” мають більш значимі коефіцієнти кореляції з показниками, які характеризують функціональний стан дітей молодшого шкільного віку.

Таблиця 1

Коефіцієнти кореляції між рівнем здоров'я і показниками функціонального стану у молодших школярів (n –180)

Методи	Ч СС	Ж І	СІ	І Роб.	І Р
“Експрес-оцінки”	- 0,648	0,4 90	0, 464	- 0,584	- 0,733
«Школяр»	0, 167	0,0 54	0, 136	0,2 90	0,0 60

Слід зауважити, чим вище рівень здоров'я, тим вище рівень показників стану серцево-судинної і дихальної систем дітей, яких обстежували.

У тесті на витривалість, який характеризує аеробні можливості організму дитини, помітний кореляційний взаємозв'язок рівнів здоров'я з цим показником за “Експрес-оцінкою” (r від $-0,431$ до $-0,814$). За програмою “Школяр” він не виявлений.

Кореляційний взаємозв'язок рівнів фізичного здоров'я з показниками фізичного розвитку не відмічається. Проте, за програмою “Школяр” виявлений взаємозв'язок з показниками зросту у 7-річних дівчаток $r=0,640$, у 10-річних дівчаток і хлопчиків: $r=0,409$ і $r=0,607$; з показниками ваги тіла у 7-річних дітей $r=0,645$ і $r=0,574$ у дівчаток і хлопчиків відповідно, 10-річних дівчаток і хлопчиків $r=0,563$ і $r=0,528$; з ОГК у 7-річних хлопчиків $r=0,672$. у

дітей 7 і 10 років відмічається кореляційний взаємозв'язок з індексом Кетле (r від 0,390 до 0,596).

Негативний значимий кореляційний зв'язок рівнів фізичного здоров'я з вагою тіла за "Експрес-оцінкою" говорить про те, що діти з більш високою вагою тіла не завжди мають хороші показники здоров'я, а навпаки, діти астеничного типу мають більш високі рівні здоров'я. Це ще раз стверджує, що за оцінкою фізичного здоров'я не можна обпиратися тільки на зростові показники.

Аналізуючи середні показники функцій у різноманітних рівнях здоров'я дітей 7-10 років, відмічається наступне: з підвищенням рівня здоров'я знижуються показники індексу Руф'є (ІР) та індексу Робінсона (І Роб), а також спостерігається підвищення життєвого індексу (ЖІ) у 7-10-річних дівчат і 9-10-річних хлопців, силового індексу (СІ) у 7-10-річних хлопців і 9-10-річних дівчат за методикою "Експрес-оцінки". За методикою "Школяр" виявили: з підвищенням рівня здоров'я, збільшення показників ЖІ та СІ у 9-10-річних хлопців, більш високі показники І Роб характеризували більш високий рівень здоров'я. Ця інформація дозволяє припустити, що "Експрес-оцінка" більш інформативна для оцінки фізичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку.

Висновки

Методика "Експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я" є однією з найбільш прикладних методик оцінки рівня фізичного стану в практиці фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Згадана методика включає більшість його параметрів, до яких відносяться показники фізичного розвитку, підготовленості, працездатності, основних функціональних систем організму.

Оцінюючи рівень здоров'я дітей за методиками різних авторів, ми помітили, що одна і та ж дитина потрапляє до різних рівнів здоров'я. Це вимагає пошуків підбору нового методу оцінки рівня здоров'я, який буде

більш інформативний і доступний для спеціалістів фізичного виховання, на що і спрямовуються подальші наші дослідження..

Список літератури

1. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология. – Киев: Здоров'я, 1998. – 248с.
2. Апанасенко Г.Л. та ін. Інформативність різних методів оцінки рівня здоров'я дітей і підлітків/ Г.Л. Апанасенко, Ю.В. Бушуєв, Л.М. Волгіна, М.В. Морозов // Стратегія формування здорового способу життя. Матеріали конф. - К., 2000. - С.152-155.
3. Безматерных Л.Э., Куликов В.П. Диагностическая эффективность методов количественной оценки индивидуального здоровья // Физиология человека. – 1998. –том 24. – №3. – С.79-85.
4. Шаповалова В.А. і співавт. Використання комп'ютерної інформаційно-діагностичної оздоровчої програми “Школяр” у роботі закладів охорони здоров'я та освіти: (Метод. рекомендації). - К., 1994. – 23 с.
(257)