

ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ 6-8 ЛЕТ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКОЙ

Шемякин А.А., Корельская И.Е.

*Северный (Арктический) федеральный университет имени М.В. Ломоносова,
Архангельск, Россия*

ASSESSMENT OF THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN 6-8 YEARS OLD ENGAGED IN CROSS-COUNTRY SKIING

Shemyakin A.A., Korelskaya I.E.

*Northern (Arctic) Federal University named after M. V. Lomonosov, Arkhangelsk,
Russia*

Несмотря на очевидную научно – практическую значимость, проблема возрастных особенностей физического развития девочек и мальчиков, в настоящее время ещё недостаточно изучена и требует дальнейшего углублённого изучения. Поэтому исследования в этом направлении являются, актуальными на современном этапе развития общества.

Одним из важнейших показателей здоровья, особенно детского, является физическое развитие. Известно, что установление нормативов физического развития у детей на сравнительно долгий период весьма затруднительно, т.к. на физическое развитие индивида, популяции постоянно оказывают влияние комплекс социальных факторов, воспитание, изменение условий окружающей среды, уровень научно-технического прогресса, медицинское обслуживание.

Физическое развитие ребенка представляет собой процесс биологического созревания клеток и тканей, органов и всего организма в целом. Физическое развитие связано с функциональным и нервнопсихическим развитием ребенка и представляет собой целостный процесс, который складывается из совокупности множества морфологических и функциональных в их динамике и взаимосвязи. При изучении физического развития, возможно выявить на ранних этапах различные нарушения и предотвратить их.

Проблема человеческого здоровья актуальна на всех этапах онтогенеза - от рождения и до последних дней жизни. Вопросы здоровья детского населения особенно актуальны в силу возрастных особенностей развития ребенка. Именно в период дошкольного возраста значительно меняется доминирующая роль генотипа в совершенствовании функциональных возможностей организма и возрастает роль двигательной активности [20].

По вопросу взаимообусловленности показателей физического развития и состояния здоровья детей высказывались многие авторы такие как П.Н.Башкиров, Г. Л. Апанасенко, В.Г.Властовский, В.Н.Кардашенко, Оберг, Л. Я. В.В.Шибя их мнения чрезвычайно разноречивы. Г. Л. Апанасенко, П.Н.Башкиров, В.Г.Властовский, указывают, что высокие соматометрические данные не всегда могут служить показателями хорошего здоровья. В то же время целый ряд авторов отмечают, плохое физическое развитие является первопричиной заболеваемости, определяя высокие ее уровни [1].

Разнообразие мнений по данному вопросу остаётся на сегодняшний день предметом пристального изучения как отечественных, так и зарубежных ученых, хотя при ближайшем рассмотрении всех этих материалов вырисовывается неоднородность методических подходов авторов к выявлению интересующей нас взаимосвязи.

Цель исследования - оценить физическое развитие детей 6-8 лет, занимающихся лыжной подготовкой.

В работе были поставлены следующие **задачи**:

1. Определить особенности физического развития детей.
2. Сравнить полученные результаты согласно возрастным особенностям развития младших школьников.

Организация исследования. В исследовании принимали участие 10 человек (мальчиков) в возрасте 6 – 8 лет. Для оценки физического развития школьников было проведено 3 среза и применялись антропометрические показания массы и длины тела, окружности грудной клетки, полученные в ходе медицинского осмотра в начале учебного года. Для оценки физического развития

применялся массо-ростовой показатель Индекс Кетле 2, который вычисляется по формуле:

$$\text{Индекс Кетле 2} = \frac{\text{масса тела (кг)}}{(\text{длина тела})^2 (\text{м}^2)},$$

Индекс Кетле 2 характеризует степень гармоничности физического развития.

Результаты исследования. В ходе исследования получены следующие результаты, которые сведены в таблицах, представленных ниже. Экспериментальная группа детей, которые занимаются в секции лыжных гонок, сравниваются с должными значениями.

В качестве основных показателей, для исследования оценки физического развития детей были взяты следующие показатели: длина тела, масса тела, окружность грудной клетки (пауза) (табл. 1). Эти показатели являются наиболее значимыми в процессе развития и легко подвергаются измерениям и анализу.

Таблица 1 - Показатели физического развития детей 6-8 лет

Показатели	Исследуемые			Должные
	Октябрь 2018 г $\bar{x} \pm m$	Апрель 2019 г $\bar{x} \pm m$	Март 2020 г $\bar{x} \pm m$	
	1 срез	2 срез	3 срез	
Длина тела (см)	134,44±3,26	135,67 ±3,20	138,33 ± 3,21	113-145
Масса тела (кг)	24,70±1,06	27,00±1,15	31,44 ± 1,61	22,56-44,94
ОГК (см)	61,67±1,00	62,89±1,14	64,00 ± 0,97	59,8-67,8
Индекс Кетле 2	13,72± 0,41	14,73±0,55	16,42±0,63	15,0-17,0

В результате проведенных измерений выяснили, что средняя длина тела детей экспериментальной группы в 2018 году составляет 134,44±3,26 см. А в апреле 2019 года средняя длина тела составляет 135,67 ±3,20. По данным 2020

года длина тела $138,33 \pm 3,21$. Показатель входит в коридор должных значений, что говорит о гармоничном развитии детей.

Средняя масса тела детей экспериментальной группы в 2018 году составляет $24,70 \pm 1,80$ кг. В апреле 2019 года масса тела увеличилась $27,00 \pm 1,15$. Масса тела в марте 2020 составляет $31,44 \pm 1,61$. По данному показателю выявлена положительная тенденция прироста показателей в дальнейшем.

Среднее ОГК детей экспериментальной группы в 2018 году составляет $61,67 \pm 1,0$. По результатам апреля 2019 года мы видим увеличение ОГК на $62,89 \pm 1,14$. В марте 2020 ОГК составляет $64,00 \pm 0,97$. Показатель входит в коридор должных значений, что говорит о гармоничном развитии детей.

При оценивании результатов физического развития по Индексу Кетле2 выявили неоднородность показателей весоростового индекса у детей. Всю выборку раздели по пяти уровням физического развития.

Выводы. Анализируя результаты показателей весоростового индекса Кетле2, выявили, что для детей 6-8 лет характерно гармоничное (-) и гармоничное развитие. Эти данные подтверждаются исследователями о том, что в этом возрасте происходит неравномерный рост и увеличение размеров тела детей, занимающихся циклическими нагрузками.

Список литературы:

1. Гневашева Т.В. Состояние здоровья детей и основные направления деятельности органов и учреждений здравоохранения Архангельской области. – Архангельск, 1997.

2. Годик М.А. Спортивная метрология: Учеб. для институтов (и вузов) физической культуры. – М., 1998

3. Черноземов В. Г. Методы физиологического исследования [Текст]: учебно-метод. пособие / В. Г. Черноземов, Н. В. Афанасенкова, И. А. Варенцова; Сев. (Аркт.) федер. ун-т им. М. В. Ломоносова – Архангельск, 2017. – 160 с.