

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

Ерёмов Н.Г., кандидат биологических наук, доцент, Белорусский государственный университет, Республика Беларусь
Брускова И.В., кандидат биологических наук, доцент, Белорусский государственный педагогический университет им. М.Танка, Республика Беларусь

Аннотация: рассмотрены вопросы, касающиеся закономерностей ростовых процессов определенной возрастной группы, физическое развитие в динамике, возможность влияния специфики обучения в различных вузах на антропометрические показатели.

Ключевые слова: акселерация, показатели физического развития, индекс массы тела.

Физическое развитие человека формируется, во-первых, вследствие естественного развития организма, определяемого наследственными факторами, и, во-вторых, под воздействием искусственной среды человека, основными составляющими которой являются условия быта, характер и условия труда, особенности питания. Показатели физического развития позволяют оценить индивидуальные данные человека, соответствие его показателей с должной либо средней величиной, проследить закономерности ростовых процессов в динамике определенной возрастной группы. Физическое развитие рассматривается и как состояние организма. В этом случае оно характеризуется комплексом признаков, определяющих морфофункциональный статус организма, и уровнем развития физических качеств и способностей для активной жизнедеятельности.

В данном случае речь идет об особой группе населения – студенческой молодежи, которая объединена определенными условиями жизни и подвержена действию сходных «новых» экологических факторов отбора, которые возникают у человека при переходе к социальной эволюции. К числу основных факторов относятся материальное обеспечение, вредные привычки, малоподвижный образ жизни и т.д. В этих условиях особенно интересен вопрос о процессах акселерации, рассматривая её, как адаптивную реакцию на социальные особенности жизни. В последние годы появились сообщения о торможении процессов акселерации в условиях урбанистической среды [1].

Объектом исследований стали студентки трех вузов г. Минска: Белорусского государственного университета, Белорусского государственного педагогического университета им. М.Танка и Белорусского государственного университета физической культуры, в возрасте 18-20 лет, за период времени с 2006 года по 2013 год.

Исследования проводились с помощью антропометрии (измерение тотальных размеров тела) по стандартной методике и спирометрии (функционального показателя - ЖЕЛ) [2]. Полученные данные обрабатывались в программе EXCELL для получения

средних значений и стандартного отклонения. Для оценки достоверности различий в расчетах использовали доверительный уровень значимости 0,95, принятый в биологических и медицинских исследованиях.

Полученные результаты представлены в таблице.

Анализ антропометрических данных, полученных на протяжении семи лет наблюдений, свидетельствует о соответствии роста студенток средним нормативам по республике. [3,4,5,6,7]. Показатели массы тела и окружности грудной клетки были несколько выше средних нормативов, однако эти различия недостоверны. Значения функционального показателя (ЖЕЛ) находились в диапазоне от 3161 мл до 3586 мл, то есть не имели значительных расхождений у обследованных девушек из разных вузов.

Наиболее интересными оказались данные по ИМТ (индекс массы тела), значения которого на протяжении всего периода наблюдений практически не менялись и колебались в пределах 21,5-22,3.

Оценивая полученные в процессе исследования показатели, можно сделать следующие выводы:

1. Антропометрические показатели студенток не отражают специфику ВУЗа
2. Результаты исследований подтверждают наблюдения других авторов о затухании процессов акселерации или их стабилизации.
3. Многолетние исследования данной группы молодежи дают возможность сузить диапазон значений такого важного морфометрического показателя, как ИМТ с 17-24, до 21-24.

Показатели физического развития студенток за 2006 -2013 гг.

Показатели	2006 г.	2008 г.	2010 г.	2013
Кол-во чел.	88	88	64	127
Рост, см	166,2 ± 6,2	166,6 ± 6,2	166,3 ± 6,5	167,3±8,4
Вес, кг	60,2 ± 8,5	60,4 ± 8,3	59,75 ± 8,5	61,7±7,6
Окружность грудной клетки, см	86,3 ± 5,0	86,5 ± 5,5	86,2 ± 4,75	87,2±4,8
Диаметр плечевой, см	29,8 ± 2,0	29,2 ± 2,0	29,0 ± 2,55	31,0±2,1
Жизненная емкость легких, мл	3405,0 ±377,9	3161,0 ±694,0	3264,1 ± 526,85	3583,0±522,3
ИМТ	21,77	21,51	21,77	22,23

- 1.Тегако Л.И.,Саливон И.И. Основы антропологии и экологии человека.//Л.И. Тегако, И.И Саливон/ Учебн.пособие.-Мн.:Тэхналогія,1997.- 328с.
- 2.Колосовская Л.А. Методы изучения оценки и коррекции физического развития студентов //Л.А.Колосовская .- Методические рекомендации.- Минск: МГМИ, 2001.- 12 с.
- 3.Тегако Л.И. Нормативные таблицы оценки физического развития населения Беларуси / Л.И.Тегако.- Минск ,1998.- 37с.
- 4.Брускова И.В., Ерёмов Н.Г. Гигиенические аспекты питания студентов- спортсменов при динамическом наблюдении. // И.В Брускова., Н.Г Ерёмов / Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре и спорту: материалы 1X Международной научной сессии БГУФК и НИИ физической культуры и спорта РБ по итогам НИР за 2005 г. Минск, 6-8 апреля 2006 г.- Минск, БГУФК, 2006.-С.299-304.
- 5.Брускова И.В. ГогунскаяЛ.В., Ерёмов Н.Г. Мониторинг физического развития студентов физкультурного вуза. // И.В. Брускова, Л.В.Гогунская, Н.Г.Ерёмов /Научное обоснование физического воспитания, спортивной тренировки и подготовки кадров по физической культуре, спорту и туризму: материалы XII международной научной сессии по итогам НИР за 2011 г., ч.2. - Минск, 12-20 апреля 2011. – Минск: БГУФК, 2011.- С.130-132.
- 6.Ерёмов Н.Г.Брускова И.В. Изучение состояния здоровья студентов различных вузов// Н.Г. Ерёмов, И.В. Брускова / Здоровье для всех: сб. матер. IV Междунар. науч.-практич. конф., 26–27 апр. 2012, г. Пинск – Пинск: ПолесГУ, 2012. – Ч. I. – С. 121-123.
7. Брускова И.В., Ерёмов Н.Г. Оценка некоторых показателей физического развития студентов // И.В Брускова., Н.Г Ерёмов / Оздоровительная физическая культура молодежи: актуальные проблемы и перспективы : сб. материал. Международной научно-практической конференции , , 25-26 апреля 2013 г., Минск, МГМУ, 2013.- С.23-24.