

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования

«Брестский государственный университет

имени А.С. Пушкина»



БРЕСТ

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ФОРМИРОВАНИЯ
И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ**

ТЕЗИСЫ ДОКЛАДОВ

VII международной
научно-практической конференции,
посвященной 1000-летию Бреста

Министерство образования Республики Беларусь
Брестский государственный университет имени А.С. Пушкина (Беларусь)
Сибирский федеральный университет (Красноярск, Россия)
Российский государственный университет физической культуры, спорта,
молодежи и туризма (ГЦОЛИФК, Москва, Россия)
Университет имени Адама Мицкевича (Познань, Польша)
Белорусский государственный университет (Минск, Беларусь)
Барановичский государственный университет (Беларусь)
Управление по спорту и туризму Брестского облисполкома
Брестская областная ОСРГО «Белорусское общество «Знание»»

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ЗДОРОВЬЕ-2019

Тезисы докладов
VII Международной научно-практической конференции,
посвященной 1000-летию Бреста
24-26 октября 2019 года

Брест 2019

УДК 37.015.31:796(082)

ББК 74.200.55я43

C56

Редакционная коллегия:

кандидат биологических наук, доцент А. Н. Герасевич (гл. редактор);

кандидат педагогических наук, доцент А. В. Шаров

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор В. А. Коледа;

кандидат педагогических наук, доцент В. В. Трифионов

C56 Современные проблемы формирования и укрепления здоровья

[Электронный ресурс]: тез. докл. VII Междунар. науч.-практ. конф., посвящ. 1000-летию Бреста, Брест, 24–26 октября 2019 г. / редкол. : А. Н. Герасевич (гл. редактор), А. В. Шаров. – Брест : Издательство БрГТУ, 2019. – 105 с. – 1 опт. компакт-диск (CD-RW).

ISBN 978-985-493-472-3

В сборник включены тезисы докладов, представленные участниками из Беларуси, России, Украины, Латвии, Польши, Германии и Израиля на VII Международной научно-практической конференции «Здоровье-2019», посвященной 1000-летию Бреста. Материалы посвящены антропологическим аспектам физического развития, двигательной активности и здоровья детей дошкольного возраста, школьников и студентов, медико-биологическим и экологическим аспектам здоровьесформирующих технологий, физической культуры и массового спорта, психолого-педагогическим, культурологическим и социальным аспектам формирования здорового образа жизни, проблемам физической реабилитации и рекреации разных групп населения, научно-методическому обеспечению занятий по физической культуре, ЛФК и двигательной реабилитации с лицами разного возраста, имеющими отклонения в состоянии здоровья, а также проблемам подготовки специалистов с высшим образованием и кадров высшей научной квалификации в области физической культуры и спорта, оздоровительных технологий.

Материалы сборника предназначены для специалистов и преподавателей дошкольных учреждений, школ и вузов, врачей, валеологов, реабилитологов, научных работников, аспирантов, магистрантов и студентов.

Ответственность за оформление и содержание материалов несут авторы.

УДК 37.015.31:796(082)

ББК 74.200.55я43

ISBN 978-985-493-472-3

© БрГУ имени А.С. Пушкина, 2019

© Оформление. Издательство БрГТУ, 2019

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ

**ГАРМОНИЧНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ
И ПОДРОСТКОВ (ПО РЕЗУЛЬТАТАМ САМООЦЕНКИ)**

Скриган Г.В., Новик Е.А.

*Белорусский государственный педагогический университет
имени Максима Танка, Минск, Беларусь*

Цель. С целью установления существующих у детей и подростков представлений о гармоничности физического развития и особенностей оценки ими собственного тела исследовано 196 школьников 11-15 лет.

Методы. Сведения получены путем анкетирования. Определение гармоничности физического развития было выполнено на основании расчета индекса массы тела с использованием данных, указанных респондентами в анкетах. Оценка избыточности и недостаточности массы тела выполнена по рекомендациям ВОЗ. Для выявления изменений во времени в распределении детей и подростков в зависимости от гармоничности/дисгармоничности их физического развития использованы материалы исследования, проведенного в начале 2000-х годов (Hurbo et al., 2015).

Результаты. Если среди мальчиков распределение почти не изменилось, то среди девочек в самой старшей возрастной группе (15 лет) уменьшилась частота встречаемости школьников с излишним весом. Можно расценивать данный факт как положительный сдвиг, но, вместе с тем, возросла доля девочек с дефицитом массы тела. Отмечено сокращение с 11 до 15 лет доли детей и подростков, оценивающих свое тело как нормальное (у мальчиков более существенное, чем у девочек). В 15 лет половина мальчиков считает себя худыми или полными (группы представлены в равных долях), а пятая часть девочек отметила у себя излишнюю полноту. Определено также отношение подростков к изменению своего веса и диетам. Девочки чаще сообщали о поведении, направленном на снижение веса, чем мальчики. Среди 15-летних школьников доля мальчиков, предпринимающих действия по снижению веса, находится на уровне многих иных стран, а у девочек она ниже. Высока частота встречаемости подростков, которые не используют диеты, но считают, что вес нужно снизить.

Выводы. Таким образом, у современных девочек, относительно их сверстниц начала 2000-х годов, отмечено нарушение гармоничности физического развития за счет увеличения частоты встречаемости дефицита массы тела, что отражает напряженность функционирования их организма. Среди подростков довольно высока доля тех, кто желает снизить свой вес, а также предпринимает для этого определенные действия, что требует проведения просвещения в данной области с целью предупреждения нарушений здоровья подрастающего поколения. Низкая удовлетворенность телом не мотивирует на здоровый образ жизни, поэтому важным условием оптимизации массы тела является повышение удовлетворенности собой.