

1Н.Г. Ерёмов, канд. биол. наук, доц., **2И.В. Брускова**., канд. биол. наук, доц.

¹УО «Белорусский государственный университет»

²УО « Белорусский государственный педагогический университет имени М. Танка»

ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ, КАК ОДИН ИЗ КРИТЕРИЕВ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА

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. В Беларуси на протяжении последнего столетия интенсифицировался процесс урбанизации, т.е. рост численности населения в городах в связи с развитием промышленных комплексов и обусловленными этим процессом изменениями экологии и образа жизни: доля городского населения с 1913 по 2009 гг. возросла с 14,3 до 73,9 %. Темпы урбанизации в 1990-х гг. заметно сократились, но рост городов и повышение удельного веса городского населения в стране продолжается до настоящего времени. Таким образом, сферой жизни человека становится техносреда. Новые, социально- экологические условия, в которые поставила человека эволюция, имеют определяющее значение в онтогенезе. Их изменение или нарушение вызывает мобилизацию физиологических механизмов адаптации. Поэтому рассмотрение вопросов, связанных с условиями жизни человека, является основной проблемой, которая решается в рамках экологии человека.

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 2013год.

Исследования проводились с помощью антропометрии (измерение тотальных размеров тела) по стандартной методике и спирометрии (функционального показателя

- ЖЕЛ) [2]. Полученные данные (таб.) 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.

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 отметить тенденцию к росту и сузить диапазон значений такого важного морфометрического показателя, как ИМТ с 17-24, до 21-24.

Таблица – 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

Литература

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.Тевако.- 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. Гогунская Л.В., Ерёмов Н.Г. Мониторинг физического развития студенток 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.

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ