

Современные подходы к оценке уровня физического состояния школьников

А.Л. Благий, Е.Н. Ярмак

*Национальный университет физического воспитания и спорта Украины,
Киев, Украина*

Введение. В настоящее время одной из наиболее актуальных проблем физического воспитания является повышение уровня здоровья подрастающего поколения [3]. В связи с этим возникает потребность в создании новых программно-нормативных документов, которые отвечали бы современным отечественным и международным стандартам физического воспитания школьников. Они бы направлены на воспитание сознательной личности, для которой крепкое здоровье стало бы в будущем условием достижения морального и материального благополучия. Разработка научно-обоснованной концепции оздоровления школьников в процессе физического воспитания требует систематизации знаний в области оценки физического состояния.

Методы. Теоретический анализ специальной научно-методической литературы и документальных материалов, педагогические наблюдения.

Результаты и их обсуждение. Многочисленными клиническими и педагогическими исследованиями показано, что врачебно-педагогический контроль является одним из эффективных рычагов управления здоровьем подрастающего поколения. Управление процессом оздоровления школьников предполагает не только четкое знание состояния самого объекта управления, но и факторов, определяющих это состояние.

При выборе управляющих воздействий и оценке эффективности процесса физического воспитания школьников обязательным условием, на наш взгляд, является скрининг физического состояния. Физическое состояние, согласно определению международного комитета по стандартизации тестов, характеризует личность человека, состояние здоровья, телосложение и конституцию, функциональные возможности организма, физическую работоспособность и подготовленность. Показателями физического состояния являются уровень максимального потребления кислорода, уровень максимальной физической работоспособности, параметры деятельности функциональных систем организма, морфологического и психического статуса, физической подготовленности, состояние здоровья.

Согласно данным специальной литературы, наиболее информативными критериями оценки физического состояния являются результаты тестирования физической работоспособности [1]. Уровень развития максимальных аэробных возможностей регистрируется при проведении лабораторных исследований, поэтому в практике физического воспитания он не получил широкого распространения. В современной литературе предложены системы оценок, основанные на комплексе разнообразных показателей, имеющих положительные взаимосвязи с результатами исследований кислородотранспортной системы [1, 4].

Многие исследователи для характеристики физического состояния предлагают антропометрические показатели и индексы, статические и динамические характеристики опорно-двигательного аппарата, телосложение и конституцию [4].

Актуальным вопросом для практики физического воспитания является несоответствие между так называемым паспортным и биологическим возрастом. Критериями биологического возраста могут быть морфологические показатели, диагностическая ценность которых меняется в онтогенезе [2].

На основе изучения комплекса показателей биологического возраста подростков выявлены наиболее информативные из них. Предложены также схемы оценки

биологического возраста и экспресс-система для использования в практике физического воспитания [2]. В исследованиях отмечается также необходимость учета биологического возраста в оценке физического состояния.

Многие исследователи для характеристики физического состояния предлагают показатели физической подготовленности [5]. По мнению исследователей, тесты для оценки физической подготовленности должны выявлять уровень развития основных двигательных качеств. Ряд ученых при выборе упражнений для тестовых комбинаций отмечает необходимость включения требования к овладению навыками.

Для оценки физической подготовленности школьников предложено множество комплексных тестов. Они отличаются по количеству тестовых заданий, входящих в их состав, и предназначены для решения следующих задач: исследования динамики развития разных двигательных качеств и исследования структуры и оценки уровня физической подготовленности разных групп населения. Батареи тестов также могут быть использованы для получения информации об эффективности той или иной программы физического воспитания и процесса физического воспитания в целом. Одним из первых шагов модернизации системы физического воспитания в общеобразовательных учебных заведениях стало внедрение физкультурно-оздоровительного патриотического комплекса школьников Украины «Козацкий гарт».

Признавая отсутствие единой точки зрения о количественных признаках, характеризующих оптимальный уровень здоровья, критерии здоровья можно объединить в три группы, которые оценивают динамическое здоровье, статическое здоровье и заболеваемость. Широкое распространение в практике физического воспитания получила система экспресс-скрининг физического здоровья, предложенная профессором Г.Л. Апанасенко [1]. Предложены также способы оценки здоровья на основе оценки адаптационного потенциала. Накоплен определенный опыт диагностики донозологических состояний с применением методов математического анализа ритма сердца.

Таким образом, проведенный анализ свидетельствует о том, что наряду с многочисленными данными об оценке отдельных показателей физического состояния практически отсутствуют работы, посвященные оценке уровня физического состояния детей и подростков. Отсутствие единого подхода в разработке диагностических систем физического состояния затрудняет выбор из множества предложенных систем и тестов.

Выводы. Аналитический обзор данных литературы по оценке информативности различных тестов в оценке физического состояния школьников позволяет сделать заключение об отсутствии единства мнений в отношении надежности и объективности всех рассмотренных показателей.

Существующие скрининг-системы не охватывают весь постпубертатный период и не предусматривают разработки моделей должных норм физического состояния и функциональных характеристик промежуточных уровней, что обуславливает необходимость проведения дальнейших исследований.

1. Апанасенко, Г.Л. Медицинская валеология / Г.Л. Апанасенко, Л.А. Попова. – Киев: Здоров'я, 1998. – 248 с.

2. Ареф'єв, В.Г. Сучасна методика оцінювання біологічного віку дівчат підлітків / В.Г. Ареф'єв, Т.Ю. Круцевич, О.В. Андрєєва // Фізичне виховання в школі. – 2000. – № 1. – С. 21–24.

3. Вишневский, В.А. Здоровьесбережение в школе (Педагогические стратегии и технологии) / В.А. Вишневский. – М.: Теория и практика физической культуры, 2002. – 268 с.

4. Круцевич, Т.Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т.Ю. Круцевич, М.И. Воробьев. – Киев: Олимпийская литература, 2005. – 193 с.

5. Сергієнко, Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Л.П. Сергієнко. – Киев: Олімпійська література, 2001. – 440 с.