

Министерство образования и науки РБ  
Бичурское районное управление образования  
МОУ Шибертуйская СОШ

***Сравнение и анализ  
уровня физического развития  
учащихся двух школ***

(МОУ Шибертуйская СОШ и МОУ Потанинская СОШ)

Шибертуй  
2008

## Введение

**Цель исследования:** изучить показатели физического развития (рост и массу тела) учащихся двух школ и сравнить данные исследования со среднестатистическими данными школьников России. Изучить определить количество детей, страдающих изменением массы и роста в зависимости от образа жизни.

### Задачи исследования:

- Изучить теоретический материал;
- Провести сравнение показателей физического развития школьников из двух школ со ср среднестатистическими;
- Изучить теоретический материал по проблеме изменения массы тела и роста;
- Установить, существует ли зависимость между образом жизни школьников и появлением избыточного веса и дефицита веса

**Объект исследования:** рост и масса тела у учащихся в МОУ Шибертуйская СОШ и в МОУ Потанинская СОШ

**Предмет исследования:** распространение изменений массы тела и роста среди учащихся МОУ Шибертуйская СОШ и в МОУ Потанинская СОШ

### **Методы исследования:**

- ♦ теоретический (изучение теоретической литературы);
- ♦ эмпирический (тесты, опросы и т.д.)
- ♦ статистический (обработка результатов)

**Практическая значимость:** результаты исследования заинтересуют классных руководителей, школьных психологов, социальных педагогов, заместителей директоров по ВР и медицинских работников.

**Актуальность** моей работы заключается в том, что школьники все чаще ведут малоподвижный образ жизни и это сказывается на здоровье и вести профилактическую работу.

**Новизна исследования:** я считаю, что тема моего исследования нова для района и двух школ: МОУ Шибертуйская СОШ и в МОУ Потанинская СОШ

**Гипотрофия** в переводе с латинского означает снижение массы тела, в медицинской терминологии гипотрофия – это снижение массы больше 10% от возрастной нормы, также встречается дефицит массы тела, что означает снижение меньше 10% от возрастной нормы. Но наше время детей с дефицитом веса в школах встречается все меньше. Все чаще встречаются дети с избыточным весом, и есть небольшой процент учащихся с ожирением.

**Ожирение** – это нарушения питания можно объяснить психологическими причинами, когда человек начинает есть «за троих» во время стрессов, депрессивных состояний, особенно характерных для жителей городов. Это объясняется тем, что сильные волнения могут снижать чувствительность центра насыщения в головном мозге, и человек начинает незаметно для себя принимать больше пищи. Аналогичная ситуация может быть следствием целого ряда психоэмоциональных факторов, таких как чувство одиночества, тревоги, тоски, а также может возникать у людей, страдающих неврозом.



## Процессы (факторы), «конструирующие» здоровье школьника:

- «воспроизводство» здоровья (состояние генофонда, репродуктивной функции родителей, здоровье родителей и др.);
  - «формирование» здоровья (образ жизни: уровень производства и производительности труда, степень удовлетворения материальных и культурных потребностей, общеобразовательный и культурный уровень, особенности питания, двигательной активности, вредные привычки и т.п.; состояние окружающей среды);
  - «потребление» здоровья (культура и характер обучения, состояния образовательной среды, социальная активность личности);
- восстановление здоровья (рекреация, лечение, коррекция, реабилитация)

## Диагностирование роста и массы тела:

В 1992 году Центр профилактической медицины МЗ России предложил **формулу идеального веса**.

### *Идеальный вес:*

- ◆ для мужчин  $MT = \text{длина тела} - 100 - (\text{длина тела} - 100) : 20$ ;
- ◆ для женщин  $MT = \text{длина тела} - 100 - (\text{длина тела} - 100) : 10$ .

Этот расчет справедлив для людей с нормокостным (нормастеническим) телосложением.

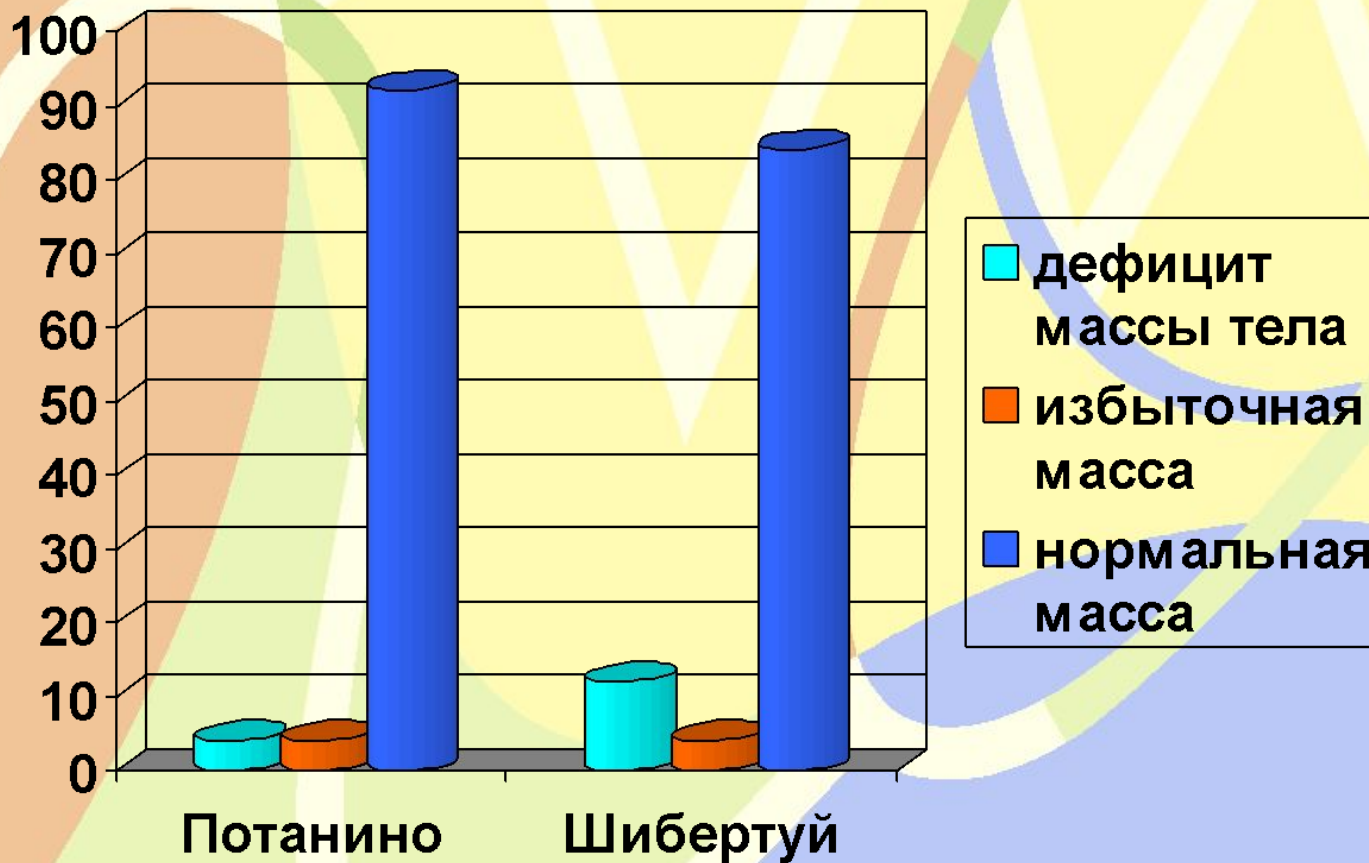
В ходе исследования мною проведена следующая работа: я протестировал 50 учащихся: 9-11 классов Шибертуйской школы и 50 учащихся 9-11 классов Потанинской школы (медицинские показатели взяты во врачебных амбулаториях данных сел).

Результаты исследования дали следующие результаты :

### Рост учащихся 8-11 классов двух школ



Диаграмма массы тела  
учащихся двух школ:

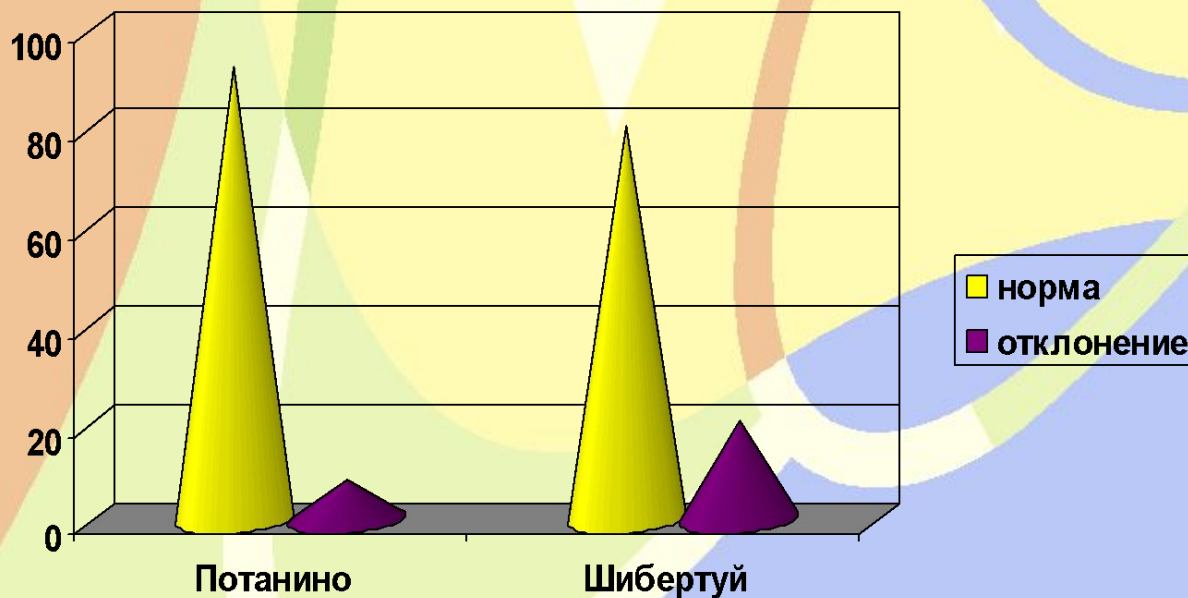




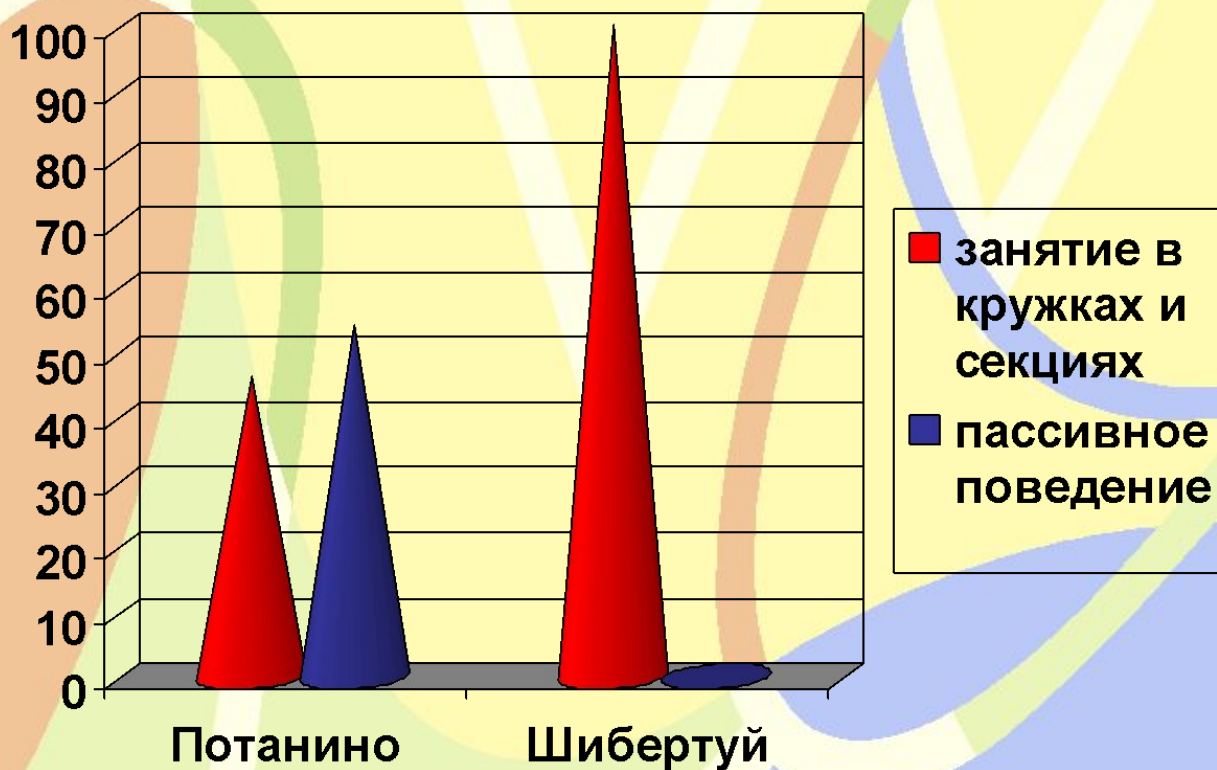
## Заключение

Проанализировав всю проделанную работу, я пришел к выводу, что на физическое развитие школьников влияют многие факторы: характер питания, наследственность, физическая активность и экология страны. Из-за этого многих школьников возникают физиологические изменения.

Выявлены следующие показатели учащихся с нормальным развитием и отклонением в развитии:



## Занятость учащихся двух школ в кружках и секциях:



## **Рекомендации:**

**Очень много девушек и юношей стали выше своих сверстников середины XX века, это показал сравнительный анализ. Он показал, что скорость роста возросла, и произошло абсолютное увеличение размеров и массы тела людей по сравнению с прошлым столетием. Значит, акселерация ещё не остановлена, это ускорение продолжается.**

**Поэтому я хочу порекомендовать всем учащимся заниматься спортом и вести здоровый образ жизни!**