БІОЛОГІЧНІ НАУКИ

Василега П.А.
аспірант,
Сумський державний педагогічний університет
імені А.С. Макаренка

АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ДО ВИЗНАЧЕННЯ РІВНЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ У ДІТЕЙ 7-9 РОКІВ

Проблема дослідження рухової активності дітей, набуває особливої актуальності у зв'язку з значними змінами у реалізації навчально-виховного процесу та карантинними заходами, що обумовлені пандемією COVID-19. Особливої уваги в даному контексті заслуговують діти молодшого шкільного віку (7-9 років), що обумовлено віковими особливостями, та соціальною ситуацією розвитку. Так вирішення питання дослідження впливу ГРВІ захворювань на рівень рухової активності, можливе тільки при формуванні певної методологічної концепції, яка базується на визначенні рівня фізичного розвитку і соматичного здоров'я дітей. Практичною метою таких досліджень є формування оптимальної системи оздоровлення дитячого населення, компенсація прямих та опосередкованих наслідків поширення ГРВІ серед дитячого населення.

На сьогоднішній день в науковому дискурсі відмічається наявність декількох методичних підходів до визначення рівня здоров'я, які можуть бути застосовані у контексті визначення рівня рухової активності. Питання оцінки рівня здоров'я представлені в дослідженнях таких вітчизняних та закордонних дослідників: Апанасенка Г.Л., Баєвського Р.М., Бєлова В.І., Купера К., Сергєєва В.Н., Попова С.В. та інших дослідників [1; 2; 3].

На сьогоднішній день, найбільшого поширення набули дві моделі діагностики рівня здоров'я за прямими показниками: визначення біологічного віку та оцінка енергопотенціалу на рівні організму. Дані моделі характеризують біологічну функцію виживання організму – один з основних проявів здоров'я [1, с. 64].

Особливої уваги заслуговує методика скринінга запропонована Апанасенком Г.Л., яка базується на застосуванні законів термодинаміки

у аналізі ступеня стійкості біосистем, через показники енергопотенціалу. Методика включає діагностику важливих параметрів, до них відносять показники рівня фізичного розвитку, підготовленості, працездатності основних фізіологічних систем організму [2, с. 67]. У процесі аналізу враховується залежність енергопотенціалу біосистеми від об'єму фізіологічних резервів та раціональності використання функцій організму. Таким чином відмічається закономірність: чим вищий рівень фізичного здоров'я, тим менша можливість виникнення та розвитку патологічних процесів в організмі [3, с. 165].

Цікавою методикою дослідження рівня індивідуального здоров'я взагалі та рухової активності зокрема є тест Купера. Це ряд тестів спрямованих на визначення рівня фізичної підготовленості організму індивіда, вони створені американцем Кеннетом Купером у 1968 році і розроблялися для армії США. Тест базується на твердженні, що рівень фізичної працездатності – один з головних показників здоров'я індивіда. К. Купер запропонував характеризувати фізичну працездатність за допомогою 12-хвилинного тесту. В початковій формі тесту не враховувався факт напруженості функцій організму при виконанні тесту. Це обумовлювало подібність результатів, що в одних піддослідних досягався за рахунок надмірної мобілізації резервів організму, а у других при збереженні левової частки функціонального резерву. Даний недолік скорегований у модифікованому тесті Купера, що запропонували Юрімея Т.А., Віру Е.А. Маємо зауважити, що дана методика має певні вікові та фізіологічні обмеження для діагностики дітей молодшого шкільного віку [4, с. 113-114].

Ще одним діагностичним інструментом є інформаційно-діагностична оздоровча програма «Школяр», яка дає можливість отримувати кількісні характеристики рівня фізичного здоров'я молодших школярів. Також можна визначити фізіологічні системи, які лімітують можливість більш високих показники рівня фізичного здоров'я. Важливим є можливість реєстрації та виділення груп ризику дітей, за необхідності організувати оздоровчі заходи.

Акцентуємо увагу, що застосування певної методики можливе тільки в об'єктивній відповідності до можливостей організму дитини. Так варто враховувати аспект диференціації дітей на медичні групи допуску до фізичних занять.

Таким чином можемо підбити підсумки, що рухова активність є важливим показником та елементом індивідуального здоров'я дітей та

дорослих. Особливої уваги дослідження рухової активності набуває у зв'язку з поширенням ГРВІ та карантинними заходами. Для таких досліджень варто сформувати відповідні методологічні засади з урахуванням специфіки об'єкту дослідження. Було розглянуто деякі методики, які можуть бути застосовані у відповідному дослідженні.

Список використаних джерел:

1. Апанасенко Г.Л. Індивідуальне здоров'я: теорія і практика управління, інформаційні аспекти // Медична інформатика та інженерія. – 2009. – № 4. – С. 61-64.

2. Головата О. Визначення рівня фізичного розвитку і соматичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2012. – № 5(1). – С. 66-70.

3. Михайлюк О. Рівень соматичного здоров'я школярів // Молода спортивна наука України. – 2011. – Т. 2. – С. 164-168.

4. Сергиенко Л.П. Непрямые методы определения максимального потребления кислорода // Слобожанский науково-спортивний вісник. – 2015. – № 1(45). – С. 109-122.

Кучерак Т.І.
студент;
Волчовська-Козак О.Є.
кандидат біологічних наук, доцент,
Прикарпатський національний університет
імені Василя Стефаника

ВПЛИВ УМОВ ҐРУНТОВОГО ЖИВЛЕННЯ НА РІСТ І РОЗВИТОК МОРКВИ ПОСІВНОЇ (*DAUCUS CAROTA SUBSP. SATIVUS*)

Морква посівна – рослина, яка широко культивується в багатьох країнах світу як харчова рослина, зокрема і в Україні. Вона містить велику кількість поживних речовин та вітамінів. Як і будь-яка рослина, морква потребує певних умов зростання. Проте далеко не завжди ці умови є оптимальними для нормального росту і розвитку рослин, що, разом із проблемами в аграрному секторі, призводить до низької урожайності моркви в Україні.