

**МЕЖШКОЛЬНЫЕ СРАВНИТЕЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ
ЖИЗНЕННОЙ ЕМКОСТИ ЛЕГКИХ У ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ
КЛАССОВ ГОРОДА ТУРКЕСТАНА**

Аннотация. В статье приводятся межшкольные сравнительные данные по исследованию жизненной емкости легких у учеников старших классов некоторых школ г. Туркестана. По полученным результатам установлено, что жизненная емкость легких у мальчиков по сравнению больше чем у девушек.

Ключевые слова: ученики старших классов, жизненная емкость легких, юноши и девушки.

Tastemirova B.T

**Senior Lecturer of the Department of Human Morphology and Physiology
International Kazakh-Turkish University named after HA. Yasawi
(Turkestan, Kazakhstan)**

**INTERSCHOLASTIK COMPARATIVE FIGURES LUNG CAPACITY
AMONG SCHOOLCHILDREN TURKESTAN CITY HIGH SCHOOL**

Abstract. The paper presents comparative data on the inter-school study of lung capacity among high school students of some schools in Turkestan. According to the results found that the performance of boys lung capacity is greater than in girls.

Key words: high school students, lung capacity, boys and girls

Введение. В Республике Казахстан, особое внимание уделяется проблемам матери и ребенка, охране здоровья подрастающего поколения. Это потенциал здоровья нации и общества, приводит к социально-экономическому прогрессу общества. Сущность исследования здоровья ребенка и подрастающего поколения объясняется тем, что здоровый контингент необходим для трудовой деятельности, армии и создания семьи. [1,2,3,4,5].

Методы исследования. Жизненную емкость легких определяли методом спирометрии.

Результаты исследования и их обсуждение. Основным показателем функции легких является жизненная емкость легких, то есть, это максимально глубокий вдох, и объем максимально выдыхаемого воздуха. Жизненную емкость легких составляет объем вдоха и резервный объем выдоха. Даже после максимального выдоха в легких остается определенное количество воздуха, этот остаточный объем и жизненная емкость легких определяется с помощью прибора спирометра. Жизненная емкость легких зависит от типа дыхания, степени тренированности и каждые 5 см высоты роста увеличивается на 400 мл. Жизненная емкость легких у тренированных людей выше, чем у не тренированных. [6,7,8,9,10].

Приводим нормальные показатели объема жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у учеников старших классов средней школы №6 (рисунок 1,2):

У мальчиков (14-15 лет) 9 класса средний показатель жизненной емкости легких (ЖЕЛ) – 3,8 л, у девочек – 2,5 л.

Средний показатель жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у мальчиков 10 класса (15-16 лет) – 4,05 л, у девочек – 2,5 л.

Средний показатель жизненной емкости легких (ЖЕЛ) у мальчиков 11 класса (16-17 лет) – 3,9 л, у девочек – 2,4 л.

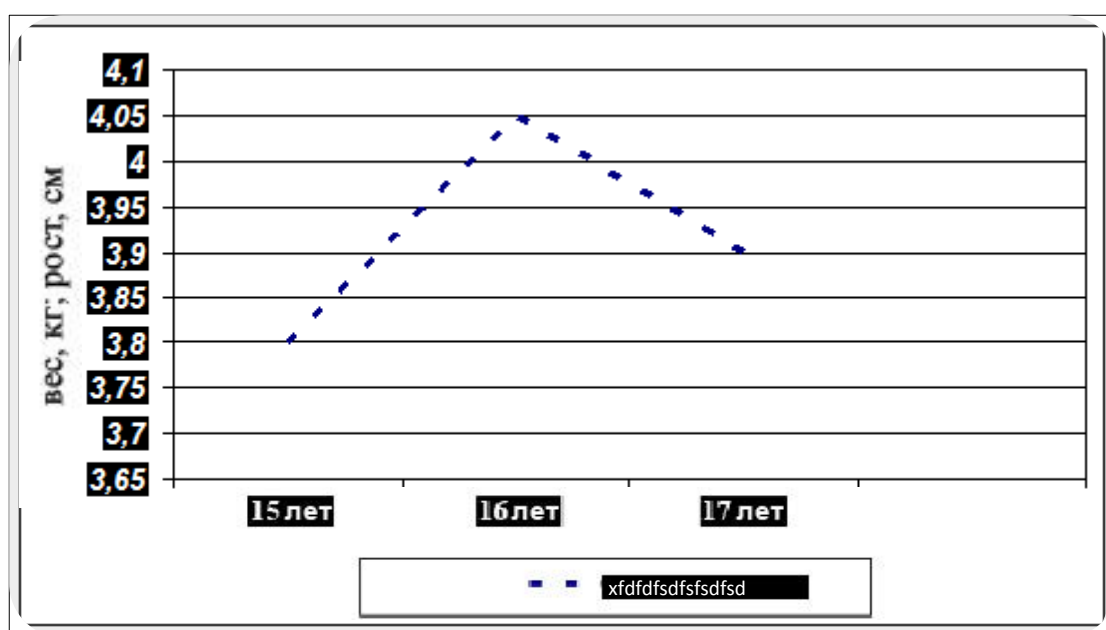


Рисунок 1 - нормальные показатели ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы № 6 (мальчики).

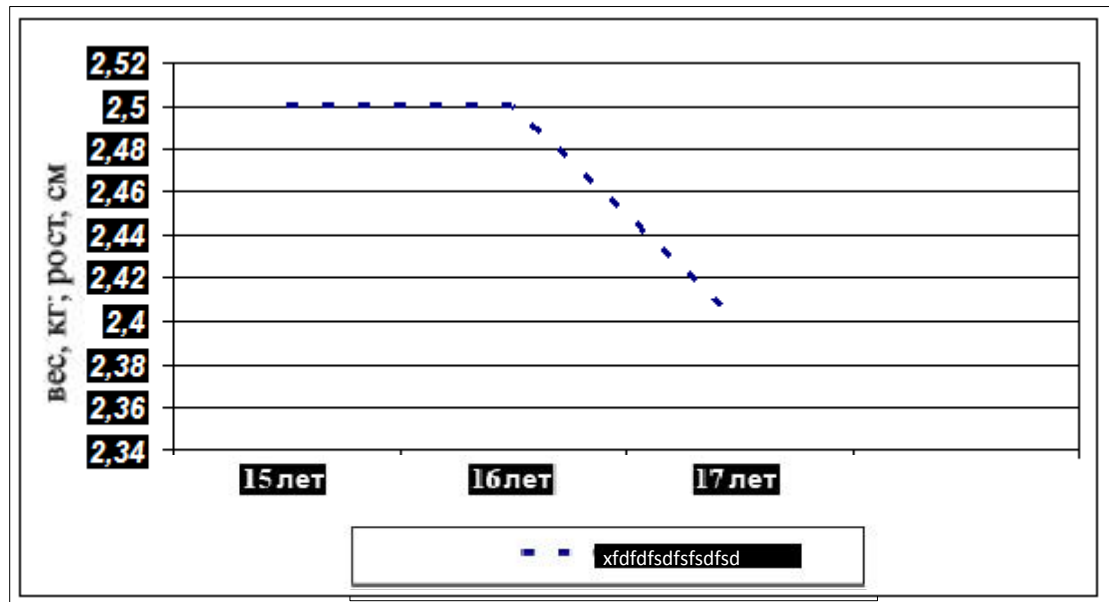


Рисунок 2 - нормальные показатели ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы № 6 (девочки).

Приводим нормальные показатели объема ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы №14 (рисунок 3,4):

У мальчиков (15 лет) 9 класса средний показатель ЖЕЛ – 3,9 л, у девочек – 2,6 л.

Средний показатель ЖЕЛ у мальчиков 10 класса (16 лет) – 4,2 л, у девочек – 2,8 л.

Средний показатель ЖЕЛ у мальчиков 11 класса (17 лет) – 4,0 л, у девочек – 2,6 л.

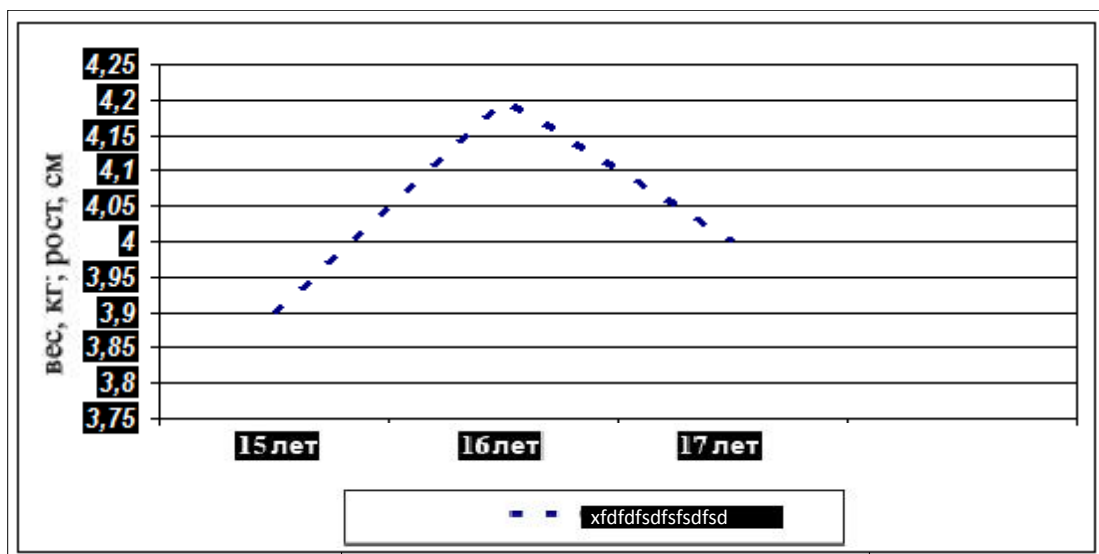


Рисунок 3 - нормальные показатели ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы № 14 (мальчики).

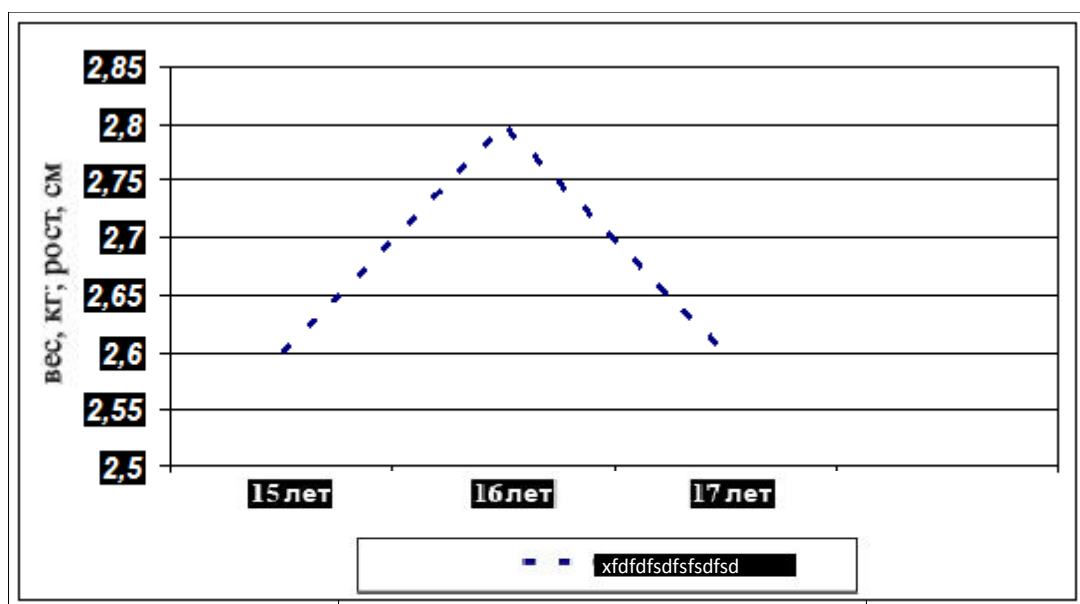


Рисунок 4 - нормальные показатели ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы № 14 (девочки).

Приводим нормальные показатели объема ЖЕЛ у учеников старших классов средней школы №2 (рисунок 5,6):

У мальчиков (15 лет) 9 класса средний показатель ЖЕЛ – 3,4 л, у девочек – 2,4 л.

Средний показатель ЖЕЛ у мальчиков 10 класса (16 лет) – 3,3 л, у девочек – 2,4 л.

Средний показатель ЖЕЛ у мальчиков 11 класса (17 лет) – 3,4 л, у девочек – 2,6 л.

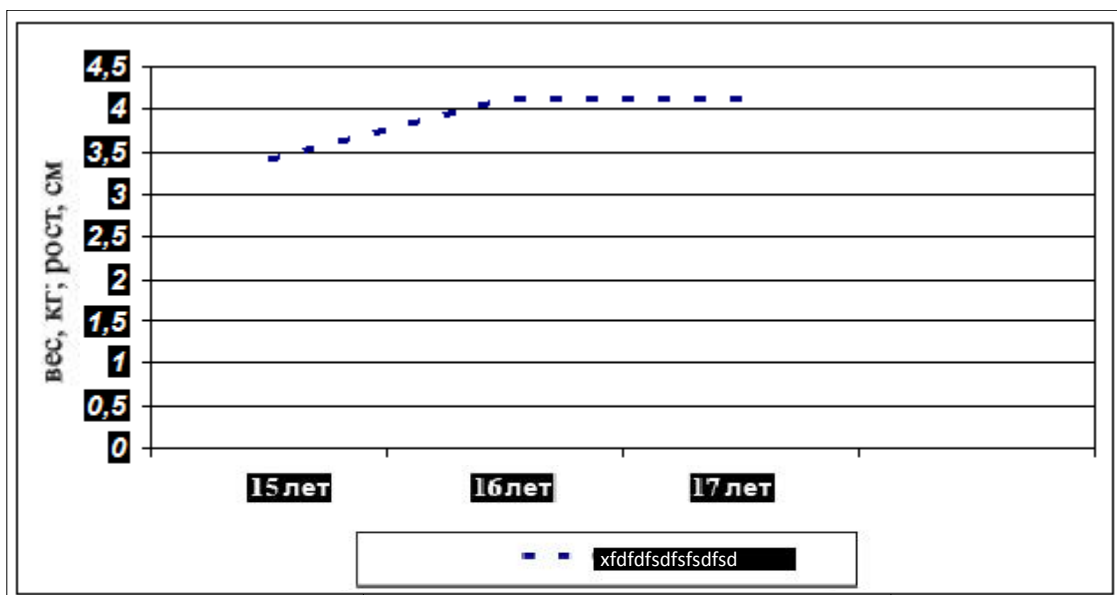


Рисунок 5 - нормальные показатели ЖЕЛ учеников старших классов средней школы № 21 (мальчики).

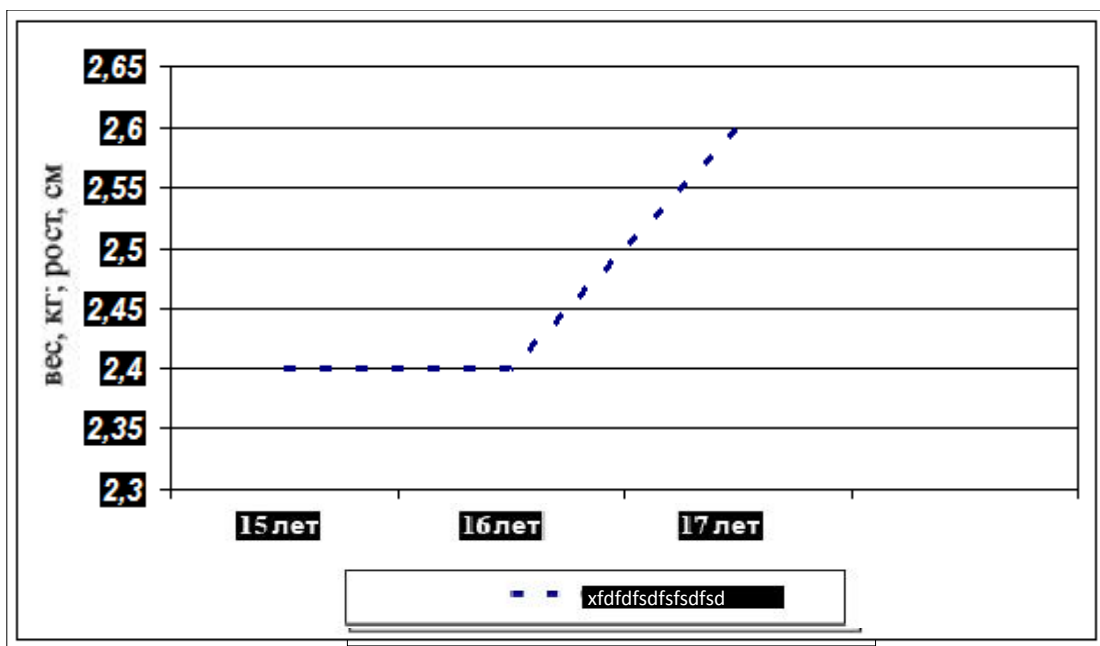


Рисунок 6 - нормальные показатели ЖЕЛ учеников старших классов средней школы № 2 (девочки).

Межшкольные сравнительные данные исследования нормальной ЖЕЛ у мальчиков и девочек (таблица 1).

Таблица 1. Межшкольные сравнительные данные исследования нормальной ЖЕЛ

Названия школы	9 класс (15 лет)		10 класс (16 лет)		11 класс (17 лет)	
	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки	мальчик и	девочки
№ 6 школа	3,8 л	2,5	4,05	2,5	3,9	2,4
№ 14 школа	3,9	2,6	4,2	2,8	4,0	2,6
№ 21 школа	3,4	2,4	3,3	2,4	3,4	2,6

Таким образом, в №6 школе у мальчиков 9 класса ЖЕЛ 1,35 раза, в 10 классе 1,62 раза, а в 11 классе 1,62 раза больше чем у девочек. По результатам

исследования у мальчиков трех классов ЖЕЛ в среднем на 1,52 раза больше чем у девочек.

В школе N14 в 9-классе у мальчиков ЖЕЛ 1,50 раза, 10-классе 1,50 раза, а в 11-классе 1,53 раза больше чем у девочек. По результатам исследования у мальчиков трех классов ЖЕЛ в среднем на 1,51 раза больше чем у девочек.

В школе N21 в 9-классе у мальчиков ЖЕЛ 1,41 раза, 10-классе 1,37 раза, а в 11-классе 1,30 раза больше чем у девочек. По результатам исследования у мальчиков трех классов ЖЕЛ в среднем на 1,36 раза больше чем у девочек.

Вывод. По полученным данным можно заключить, что во всех трех школах у мальчиков ЖЕЛ 1,46 раза выше, чем у девочек.

Использованные источники

[1] Мажибаев К.А., Тыныбеков А.С., Егорычев В.Е. Результаты первого общенационального исследования состояния здоровья детей старшего школьного возраста. //Материалы международной научно – практической конференции «Проблемы, опыт и перспективы развития программы проведения скрининга раннего выявления заболеваний динамичного наблюдения и оздоровления населения РК». – Астана–Алматы, 2004. – С. 19-21.

[2] Германюк Т.А., Аимбетова Г.Е. Профилактика инфекций, передаваемых половым путем, ВИЧ/СПИД, употребление вредных веществ среди детей, подростков и молодежи. // Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья. – 2003. - №3. – с. 44-45.

[3] Осипенко Е.В., Тозик О.В. Мониторинг физического состояния старших школьников г. Гомеля // Формирование здорового образа жизни, организация оздоровительной работы с населением: матер. Междунар. научн.-практ. конф. - Витебск, 2007. - С. 104-106.

[4] Хлебникова С.Н., Хлебникова О.Н., Тозик О.В. Оздоровительная физическая культура в структуре урока // Физическая культура в школе: научно-методический журнал. - 2007. - № 7. - 45-48 (список ВАК).

[5] Нарскин А.Г., Тозик О.В. Физические упражнения и формирование функциональной системы адаптации к неблагоприятным условиям окружающей среды // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: матер. XVIII научн.-практ. конф. по проблемам физического воспитания учащихся. - Коломна, 2008, С. 45-47.

- [6] Тозик О.В., Нарский Г.И., Нарский Г.И., Физическое состояние старшеклассников г. Гомеля // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: матер. XVIII научн.-практ. конф. по проблемам физического воспитания учащихся. - Коломна, 2008. - С. 75-77.
- [7] Тозик О.В. О роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни старшеклассников // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: матер. II Междунар. научн.-практ. конференции. - Мозырь: УО МГЛУ, 2008. - С. 247-249
- [8] Нарский Г.И., Тозик О.В, Ворочай Т.А., Оценка физического развития и физической подготовленности учащихся старших классов г. Гомеля // Матер. VII Міжнар. науково-практ. конференції. - Одеса: ПУ ДНУ ім. К.Д. Ушинського, 2008. - С. 314-317.
- [9] Ковалёва О.А., Тозик О.В., Ворочай Т.А., Новые подходы к уроку физической культуры и здоровья школьников старшего возраста // Опыт и современные технологии в развитии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма: матер. Междунар. научн.-практ. конференции. - Минск: УО БГУФК, 2009. - С. 314-317.
- [10] Тозик О.В., Осипенко Е.В., Использование гимнастики «Бодифлекс» на уроках по физической культуре и здоровью со старшими школьниками // Здоровый образ жизни - основа профессионального и творческого долголетия: матер. Междунар. научн.-практ. конф. (Минск, 29-30 января 2009 г.). - Мн.: ГУ «РУМЦ ФВН», 2009. - С. 199-201.