

ОЦЕНКА АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ШКОЛ И СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ

Намозова Муниса Зиёдулло кизи

Бухарский государственный медицинский институт, кафедра гигиены № 2,
магистратура 2 курса

munisa170700@icloud.com

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17184772>

Аннотация. В данной статье изучены основные антропометрические показатели учащихся общеобразовательных школ и специализированных спортивных школ (рост, масса тела, окружность грудной клетки, индекс массы тела). Сравнительный анализ проведен с учетом возрастных и половых особенностей. Результаты показали, что показатели физического развития выше у детей, регулярно занимающихся спортом.

Ключевые слова: антропометрия, школьники, спортсмены, физическое развитие, ИМТ.

Введение

У детей школьного возраста происходят интенсивный рост и функциональное развитие организма. Физическая активность и спортивные занятия оказывают значительное влияние на морфологические показатели. Поэтому сравнительное изучение антропометрических показателей у детей, занимающихся спортом и не занимающихся, имеет важное значение для оценки их здоровья.

Цель исследования

Оценить и провести сравнительный анализ антропометрических показателей учащихся общеобразовательных школ и специализированных спортивных школ.

Материалы и методы

Исследование проведено в двух типах школ Бухарской области:

Общеобразовательные школы: 120 учащихся в возрасте 7–16 лет (60 мальчиков, 60 девочек).

Спортивные школы: 100 учащихся того же возраста (55 мальчиков, 45 девочек).

Измерялись показатели: рост (см), масса тела (кг), окружность грудной клетки (см), индекс массы тела (ИМТ, кг/м²).

Полученные данные подвергались статистическому анализу.

Результаты

Рост: у спортивных школьников показатели роста в возрасте 12–16 лет были выше, чем у учащихся общеобразовательных школ ($p < 0,05$).

Масса тела: у учащихся спортивных школ масса тела находилась в пределах нормы, случаи избыточного веса встречались редко. В общеобразовательных школах у части учеников ИМТ был выше нормы.

Окружность грудной клетки: у спортсменов показатели окружности грудной клетки и дыхательной динамики были значительно выше.

ИМТ: у спортсменов ИМТ чаще соответствовал «норме», тогда как у детей, не занимающихся спортом, встречались случаи избыточного и пониженного веса.

Обсуждение

Результаты исследования показали, что у детей, регулярно занимающихся спортом, морфофункциональные показатели развиты лучше. Это подтверждает важную роль спортивных занятий в формировании костно-мышечной системы, обменных процессов и общем физическом развитии организма.

Заключение

У учащихся спортивных школ антропометрические показатели выше, чем у их сверстников из общеобразовательных школ.

В общеобразовательных школах у некоторых учеников наблюдались отклонения в массе тела и ИМТ, в то время как у спортсменов такие случаи встречались значительно реже.

Физическая активность и спортивные занятия имеют важное значение для укрепления здоровья и морфологического развития детей.

Adabiyotlar, References, Литературы:

1. ВОЗ. Child growth standards. Geneva: WHO, 2020.
2. Malina R.M., Bouchard C., Bar-Or O. Growth, Maturation, and Physical Activity. Human Kinetics, 2004.
3. Cole T.J., Lobstein T. Extended international BMI cut-offs for thinness, overweight and obesity in children. *Int J Obes.* 2012; 36: 178–184.
4. Кадыров У., Тураев Ш. Спортивные занятия и физическое развитие детей. Ташкент: Фан, 2022.