

DOI 10.31909/26168812.2020-(48)-2

УДК 378.172/.178

Оксана БАШТОВЕНКО*

Генадій ЯРЧУК

ТЕОРЕТИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ВАЖЛИВОСТІ І НЕОБХІДНОСТІ ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ТА ПІДЛІТКІВ В ІЗМАЇЛЬСЬКОМУ РЕГІОНІ

Стаття розкриває стан вивчення питання про рухову активність, як чинник, що генерує та стимулює систему здорового способу життя, вдосконалює фізичний розвиток, робить його гармонійним, виступаючи засобом профілактики різноманітних вад. Проблеми, пов'язані зі збереженням здоров'я і фізичним розвитком сучасної молоді вже давно стали актуальними тому, що в повній мірі відображаються науковим розвитком країни.

Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року спрямована на переформування особистості дітей та молоді, що повинно сприяти глибоким змінам у їхній свідомості, з результатами у покращенні духовного, психічного й фізичного здоров'я.

Огляд наукових досліджень дозволив виявити проблеми, пов'язані зі збереженням здоров'я і фізичним розвитком сучасної молоді. Показники фізичного здоров'я визначено індикаторами соціального благополуччя суспільства. Фізичний розвиток та ступінь його гармонійності визначається як динамічний, безперервний процес, що супроводжується біологічними (морфологічними та функціональними) змінами організму, які можуть бути удосконаленими, при правильному користуванні засобами фізичного виховання. Оскільки питання моніторингу фізичного здоров'я дітей і молоді та аналіз факторів, що впливають на нього вивчені недостатньо, пропонується провести дослідження фізичного розвитку дітей шкільного віку.

Ключові слова: збереження здоров'я, фізичний розвиток, оздоровча рухова активність, фізична культура.

Актуальність проблеми. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» покликана створити сприятливі умови для зміцнення здоров'я власних громадян, як першої державної цінності, створити умови реалізації та усвідомлення правової необхідності оздоровчої рухової активності, здійснювати і забезпечувати різноспрямовану оздоровчу активність через рухові дії із залученням бюджетних коштів¹ (Ukaz prezidenta, 2016).

Багато країн світу, а саме: Фінляндія, Японія, Канада, Австралія та інші високо розвинуті країни, у другій половині попереднього століття, посилили напрямок оздоровчої рухової активності. Внаслідок дії низки негативних для здоров'я факторів: зменшенню компоненту рухової активності в повсякденному житті та у сфері діяльності через автоматизацію багатьох виробничих функцій, підвищення обсягу розумової праці у різних сферах діяльності, підвищення залежності від транспортних засобів, технічне удосконалення побуту, розвиток комунальної сфери, ці країни вчасно і успішно почали

*Баштовенко О. – кандидат біологічних наук, доцент, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, Україна, e-mail: osiabasht@i.ua; Ярчук Г. – кандидат філософських наук, доцент, Ізмаїльський державний гуманітарний університет, Україна, e-mail: gennadiu1310@gmail.com

¹ Указ Президента України. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>

вирішувати завдання для поліпшення рухового компоненту життєдіяльності через широке впровадження у повсякденне життя різних форм активного руху. Разом з тим не залишилися поза увагою питання, що присвячені умілому вихованню культури харчування, боротьби з шкідливими звичками та формування екологічної свідомості. Результати ми бачимо досить наглядно. Внаслідок умілої соціальної політики в цих країнах смертність молодих людей та жителів середнього віку скоротилась у декілька разів, середня тривалість життя збільшилася до 20 років, населення стало набагато життєздатніше, що реально забезпечило ріст економіки та рівень життя.

Гіпокінезія (малорухомий спосіб життя) є характерним станом для більшості дорослого населення України. До цього підводить популярний серед молоді малорухомий спосіб проведення вільного часу дитячих років. Виросло покоління, яке vzнало світ гаджетів з раннього віку. Вже залишилися у минулому рухомі ігри на свіжому повітрі. Лежачі з смартфоном, або сидячі за комп'ютером підлітки рухаються віртуально. Віртуальні види спорту набирають популярності. Азарт тоталізаторів заміщує справжній спортивний азарт. Фотошоп надає тілу привабливості без розвитку м'язової системи та впливу формують вправ.

Наше несвідоме відношення до власного здоров'я, як найвищої цінності, наявність соціально-економічної нестабільності, недосконала система охорони здоров'я – це шлях людства у зворотному напрямку. Збереження того, що маємо є набагато ефективнішим, ніж проведення діагностики та лікування. Навіть, надається показник – у п'ять разів.

Аналіз останніх наукових досліджень. Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) вирахувала співвідношення витрат та прибутків від впровадження програм по здоровому способу життя. Вони співвідносяться як 1 до 8.

Те, що рухова активність є складовою здорового способу життя, та впливає на його підтримання вже доведено неодноразово та не викликає ніякого сумніву, та ще, деколи, зменшує негативні впливи на організм людини шкідливих звичок, підвищує адаптацію та опір до нервових зрушень, знижує ризики девіацій. Хочеться знову повернутись до досліджень ВООЗ, що визначила рухову активність як таку, що сприяє розвитку економіки і суспільства загалом. За інформацією, що надається в Національній стратегії з оздоровчої рухової активності – держава зазнає економічні збитки у розмірі 150-300 євро в перерахунку на одну особу за рік у разі відсутності оздоровчої рухової активності її громадян².

Мало визнати, що рівень рухової активності у нашому суспільстві недостатній, що тривалість життя наших громадян в середньому складає 68 років, що серед 193 країн ми займаємо 138 місце за тривалістю життя, нарешті наше суспільство дійшло розуміння, що на початку нового століття недостатній рівень оздоровчої рухової активності (менше 4-5 занять на тиждень тривалістю 30 хвилин) мають близько 97% населення від 16 до 74 років. Такий обсяг навантаження рекомендує ВООЗ. Але, навіть цей мінімум навантаження, який необхідний для підтримання нормальної фізичної працездатності не входить до повсякденної потреби наших співвітчизників. Нагадуємо, що в оздоровчу фізичну культуру в Україні залучено близько 14% населення (у країнах Скандинавії – 85%), за рівнем здоров'я населення наша країна посідає 99-те місце у світі та 138 місце за тривалістю життя.

Мета роботи. На основі огляду наукової літератури обґрунтувати дію рухової активності, як чинника, що генерує та стимулює систему здорового способу життя, вдосконалює фізичний розвиток, робить його гармонійним, виступаючи засобом профілактики надмірної ваги тіла, захворювань серця і судин, вад опорно-рухового апарату, депресії і, навіть, окремих онкологічних захворювань. Визначити необхідність

² Указ Президента України. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>

вивчення фізичного здоров'я і фізичного розвитку дітей і молоді. Окреслити перспективи щодо покращення негативної ситуації у питанні здоров'язбереження школярів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проблеми, пов'язані зі збереженням здоров'я і фізичним розвитком сучасної молоді вже давно стали актуальними тому, що в повній мірі відображаються науковим розвитком країни.

Ми з нетерпінням чекаємо, коли стратегія соціально-економічного розвитку вплине на переформування особистості дітей та молоді, призведе до глибоких змін у їхній свідомості, з результатами у покращенні духовного, психічного й фізичного здоров'я. Але ситуацію, яка склалася останніми десятиріччями у країні і регіоні не можна назвати сприятливою про що стверджують автори – науковці. Шушпанов Д. Г. визначає показники очікуваної тривалості життя одеської області, як найнижчі у країні³. Голяченко А.О та співавтори вивчаючи процеси депопуляції в Україні, підтверджують прогнози вимираючої України⁴.

У зв'язку з формуванням тенденції над смертності людей працездатного віку, з огляду на сучасну кризову медико-демографічну ситуацію в Україні, погляду на здоров'я, як один з найважливіших пріоритетів нації, Чепелевська Л.А. наголошує на необхідності поліпшення здоров'я, яке має бути кінцевою метою проведення соціально-економічних реформ⁵. Антипкін Ю.Г., Волосовець О.П., Майданник В.Г. проаналізувавши рівень захворюваності за класами хвороб Одеської області за даними Державної служби статистики України, визначили ситуацію з захворюванням дитячого населення як несприятливу та негативну⁶.

Хвороби системи кровообігу є основною причиною смертності серед населення України. Це вже триває протягом багатьох десятиліть, новоутворення впевнено на другій позиції серед причин смерті, інші причини, спричинені зовнішніми діями – на третій. Особливим є те, що надсмертність зачіпає саме активних людей працездатного віку, переважно чоловіків, вони помирають у три рази частіше, ніж жінки та у 2-3 рази перевищує показник розвинутих країн світу. З огляду на це, Україна потребує першочергового спрямування саме на збереження та поліпшення здоров'я – це має бути кінцевою метою проведення соціально-економічних реформ⁷.

Серед «Глобальних цілей сталого розвитку до 2030 року», визначених Організацією Об'єднаних Націй, одними з головних є «добре здоров'я та благополуччя дітей» – професор М. Burlea на Europaediatrics 2017 (м. Бухарест, Румунія, 2017).

На сьогоднішній день необхідно врахувати недоліки у вивченні питання здоров'язбереження, спираючись на позитивний досвід, тенденції у використанні різних видів рухової активності, сприяти виконанню Національної стратегії: «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація».

Відповідно до цілей, перед державою стоять завдання по формуванню у суспільстві умов, що сприятимуть оздоровчій руховій активності, формуватимуть здоров'я громадян засобами здорового способу життя. Це потребує документальної розробки та затвердження рекомендацій з оздоровчої рухової активності. Цей документ повинен містити конкретні науково-обґрунтовані рекомендації що стосуються обсягів, інтенсивності, форм і видів рухової активності. Певні вказівки для осіб різного віку та

³ Шушпанов Д. Г. (2015). Територіальний розвиток та регіональна економіка. Socio-economic problems of the modern period of Ukraine. *Регіональний профіль здоров'я населення України: стан, тенденції, детермінанти*. Випуск 5 (115). С. 77-82.

⁴ Голяченко А.О. (2016). Українська людність вимирає. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. N 4ЕБ. С. 23-27.

⁵ Чепелевська Л.А. (2018). Тенденції медико-демографічних показників України у XXI столітті. *Україна. Здоров'я нації*. С. 48-53.

⁶ Антипкін Ю.Г. (2018). Состояние здоровья детского населения - будущее страны (часть 2). *Здоровье ребенка*. 13(2). С. 142-152.

⁷ Чепелевська Л.А. (2018). Тенденції медико-демографічних показників України у XXI столітті. *Україна. Здоров'я нації*. С. 48-53.

статі. Наголошується на важливості оцінення рівня фізичного здоров'я різних груп населення⁸. Дуже обнадійливим є акцентування необхідності сприяння створенню всеукраїнського фонду розвитку рухової активності та здорового способу життя «Активна Україна – здорова нація».

Необхідна інфраструктура сучасних спортивних споруд за умов доступності за місцем проживання, у місцях відпочинку, у загальноосвітніх навчальних закладах, адаптована для різних верств населення, насамперед малозабезпечених громадян, буде привабливою та матиме неабиякий попит. Це допоможе формувати ціннісне ставлення юнацтва до власного здоров'я. Обов'язкова адаптація до сучасних видів спорту: скейт парки та вело-доріжки, сквош- та гольф-майданчики та ін. Результат – покращення фізичного розвитку та фізичної підготовленості, що у майбутньому матиме позитивний вплив на професійні успіхи. Важливого значення набуває розвиток рекреації населення. Збільшення та урізноманітнення спортивних заходів для сімейного активного проведення відпочинку може також допомогти у вирішенні проблеми формування фізичного здоров'я різновікового населення. Сімейний «спорт» завжди матиме більший успіх, він найдовше тримає пріоритети та схильності до здорового способу життя.

Держава повинна сприяти удосконаленням законодавства щодо підтримки та стимулювання сфери фізичної культури і спорту, для спрямування діяльності на заохочення людей до оздоровчої рухової активності. До цього також повинно долучитися все громадянське суспільство, особливо дитячі організації. Погляди майбутніх спеціалістів у сфері фізичної культури повинні бути сформовані на основі професійних здоров'язберігаючих компетенцій та спрямовані на модернізацію системи фізичного виховання. Забезпечення належного рівня рухової активності; медико-педагогічного контролю за фізичним розвитком дітей у загальноосвітніх навчальних закладах повинно стати першоосновою. Майбутні фахівці у сфері фізичної культури повинні навіть стати консультантами з питань здорового способу життя.

Рухова активність, як засіб первинної профілактики хронічних неінфекційних захворювань та фізичної реабілітації вже давно запроваджена у практику та призначається лікарями, у тому числі сімейними. Місцева інфраструктура також потребує удосконалення. Без місць для активного відпочинку – парків, майданчиків, велосипедних доріжок неможна планувати житлові масиви. У засобах масової інформації, на телебаченні, соціальних мережах висвітлювати переваги оздоровчої рухової активності для зниження ризику неінфекційних захворювань, а також пізнавальних програм для осіб різного віку з питань використання рухової активності в процесі життєдіяльності.

Фізкультурно-спортивну спрямованість повинні мати всі сфери життя. Але все це не матиме значення, коли не буде створено комплексну систему оцінювання показників рівня фізичного здоров'я різних верств населення у динаміці.

Показники фізичного здоров'я вже давно визначено як індикатори соціального благополуччя суспільства. Найважливішим і інформативнішим є фізичний розвиток – це антропометричні показники, та їх динаміка у процесі онтогенезу, ступінь гармонійності розвитку, тощо. Як правило, фізичний розвиток, є процесом динамічним, безперервним, що супроводжується біологічними (морфологічними та функціональними) змінами організму, причому, ці зміни можуть бути не просто зрушеннями, а удосконаленнями, при правильному користуванні засобами фізичного виховання. Зіставивши показники досліджуваних з нормативними значеннями, які мають вікову та територіальну зумовленість, можна визначити вплив факторів соціально-економічних, екологічних та інших умов, що впливають на формування профілю фізичного розвитку дитини.

Досягнутий рівень фізичного розвитку та ступінь його гармонійності є важливими критеріями стану здоров'я школярів. Сучасна медицина визначила фізичні вправи, як такі,

⁸Указ Президента України. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>

що одночасно впливають на ріст і розвиток організму, крім покращання здоров'я, здійснюють загальнооздоровчу дію, є неперевершеним засобом при багатьох захворюваннях. Рівень фізичного розвитку та ступінь його гармонійності є важливим критерієм успішної адаптації учнів початкової школи⁹.

С.Ю. Герасименко, Е.О. Жигульова надають результати вибіркового дослідження за якими 36,4% учнів загальноосвітніх шкіл України мають низький рівень фізичного здоров'я, 33,5% – нижче середнього, 22,6% – середній і лише 6,7% – вище середнього, а 0,8% – високий¹⁰. Автори наголошують на необхідності вивчення показників фізичного розвитку у зв'язку з негативною тенденцією стану здоров'я школярів. Наступне цілеспрямоване застосування програм їх удосконалення буде як найактуальніше на теперішній час. Стан здоров'я впливає на працездатність і саме фізичний розвиток надасть інформативні відомості про це. На думку авторів¹¹, антропометрія повинна стати визначаючою долікарського скринінгу в дитячих колективах, для своєчасного виявлення або попередження порушень фізичного розвитку, тим паче у в умовах прогресуючого збільшення дітей з різноманітними вадами. У ході дослідження було визначено, що більшість обстежуваних школярів (учні 10 х класів) знаходяться поза межами безпечного рівня соматичного здоров'я. Серед дівчат вищий за середній рівень фізичного розвитку було виявлено у 2,56 % осіб. Серед юнаків, таких осіб не виявлено. Зрозуміло, що такі показники потребують покращення і зробити це можливо тільки шляхом впровадження заходів оздоровчої спрямованості в процес фізичного виховання школярів. Гербутом К.В., Хоменко В.Г було проведено дослідження фізичного стану здоров'я старшокласників міста Чернівці, яке виявило збільшення числа підлітків з дисгармонійним статусом.

Володимир Захожий, Олег Дикий вважають: «Розв'язання проблеми збереження здоров'я й забезпечення гармонійного розвитку особистості в навчальних закладах – досить актуальне питання, що викликає великий практичний інтерес»¹². Їх дослідження здійснювалось на у загальноосвітніх навчальних закладах м. Луцька, серед 385 учнів старшого шкільного віку не виявлено випадків негармонійності розвитку за показниками довжини й маси тіла, обводів частин тіла, проте автори відмічають зниження величин екскурсії грудної клітки.

Але, якщо в учнів старших класів вже фізичний розвиток і його профіль можна вважати майже сформованим, то у молодших школярів саме відбуваються процеси його формування. Дослідження О.Саїнчук особливостей динаміки показників фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку в процесі фізичного виховання м. Київ свідчать про невідповідність процесів росту і розвитку функцій організму відповідно до віку. Про наявність певного дисбалансу, навіть попри покращення показників ОГК, що пропонується усунути засобами фізичної культури.

Фізичний розвиток та рівень здоров'я дітей середнього шкільного віку з урахуванням урбанізації досліджувався І. Сосонкою, Х. Гурінович¹³. Їх дослідження підтверджують занепокоєння багатьох дослідників про незадовільний стан здоров'я школярів, та недостатньою кількістю досліджень цього напрямку, особливо у сільській місцевості. Виявлено випередження міськими школярами однолітків сільської місцевості за показниками росту, ваги, обводом грудної клітки. Дослідження індексів Кетле, Піньє та пондерального показали дисгармонійність маси тіла його довжині з переважанням

⁹ Ареф'єв В.Г. (1999). Сучасні стандарти фізичного розвитку школярів. К.: Венса. 256 с.

¹⁰ Герасименко С.Ю. (2016). Визначення фізичного розвитку і соматичного здоров'я школярів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Випуск 9. С. 98-107.

¹¹ Вакуленко О. Стан здоров'я дітей і молоді України. URL: <http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf>

¹² Захожий В. (2016). Особливості фізичного розвитку та фізичної підготовленості старшокласників. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць*. № 3 (35). С. 53-59.

¹³ Сосонка І. (2008). Фізичний розвиток та рівень здоров'я дітей середнього шкільного віку з урахуванням урбанізації досліджувався. *Львівський державний університет фізичної культури. Молода спортивна наука України*. С. 209-213.

астенічного типу. Визначення рівня здоров'я за методикою Апанасенка Г.Л. підтвердило тенденцію до його зниження. Автори пропонують проведення подальших досліджень з огляду на процеси акселерації та урбанізації.

Фізичний розвиток дітей багато років привертає увагу різнопрофільних спеціалістів. Погіршення стану здоров'я підростаючого покоління пояснюють постійними соціально-економічними змінами, несприятливими екологічними умовами життя людини¹⁴. Своєчасне і адекватне динамічне спостереження за розвитком дитини дозволяє вчасно виявити особливості її фізичного розвитку, визначити адекватність дозрівання, темпи і гармонійність розвитку. І саме фізичний розвиток може стати тим діагностичним показником, за яким можна визначити вади і ризики розвитку та вчасно провести профілактику.

Бабиенко В.В., Михайленко В.Л., Герасименко Е.А. здійснили соціально-гігієнічний моніторинг здоров'я дитячого населення півдня України (Одеська область). Виявили у своїх дослідженнях відсутність методичних підходів при спостереженні за дитячим населенням, що не дозволяє виявити ранні порушення фізичного розвитку. Встановлено, що з обстежених 1987 дітей більше половини у віці 11-15 років, були розвинуті дисгармонійно. Основною причиною була надлишкова вага та непропорційність розвитку грудної клітки¹⁵.

Надлишкова вага також була предметом дослідження Величко В.І. Автором було проведено ретроспективний аналіз медичної звітної документації ОУОЗМК Одеської області який показав, що рівні захворюваності на аліментарно конституційне ожиріння та його поширеність в регіоні є відносно високі. По м.Ізмаїл показник поширеності 13, 82 – у трійці найвищих, а захворюваність – на 2 місці – 5,81¹⁶.

Отже, фізичний розвиток є одним з найважливіших критеріїв в оцінці стану здоров'я. Він може бути всебічним і гармонійним, середнім, слабо вираженим, недостатнім і поганим. Але фізичний розвиток – це процес, яким можна і потрібно керувати, під впливом певних дій, його можна спрямовувати у напрямку покращання рухових якостей, вдосконалення форми тіла, підвищення функціональних можливостей окремих систем і органів.

Фізичний розвиток людини значною мірою визначається її руховою активністю і набагато вищий, у осіб, які займаються фізичною культурою та спортом.

Майбутні спеціалісти галузі фізичного виховання та спорту повинні бути першими після батьків, хто повинен приділити пильну увагу фізичному розвитку дітей. Сформовані поняття про моніторинг фізичної складової здоров'я, розвинуті навички правильного формування власного здоров'я – необхідні складові основної компетентності педагога – здоров'язберігаючої. Такі спеціалісти здатні здійснити переломні позитивні зрушення у стані здоров'я нашого молодого покоління. Під час навчання у вищих навчальних закладах, вивчаючи профільні дисципліни, майбутні вчителі, фахівці фізичної культури опановують різноманітні методи досліджень людського тіла. Серед них – методики оцінки фізичного розвитку дітей і підлітків на підставі визначення соматоскопічних (антропоскопічних), соматометричних (антропометричних) та фізіометричних показників з можливістю їх подальшої інтерпретації за допомогою методу сигмальних відхилень, шкалами регресії, та з використанням даних таблиць комплексного та центильного методів.

¹⁴ Весельский В.Л. (2013). Оценка физического развития и индивидуального здоровья детей в практике семейного врача. *Семейная медицина*. №5 (49). С. 144-148.

¹⁵ Бабиенко В.В. (2015). Социально-гигиенический мониторинг здоровья детского населения юга Украины (на примере Одесской области). *Журнал Гродненского государственного медицинского университета*. № 2. С.81-83.

¹⁶ Величко В.І. (2011). Особливості епідеміології дитячого ожиріння в умовах півдня України. *Здоров'я дитини*. С.52-56.

Соматометричні показники є найбільш доступними та зручними для дослідження. Довжина і вага тіла, обвід грудної клітки та інші обводи (обводи голови, плеча, стегна тощо), легко визначити за використання спеціальних антропометричних точок.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Аналіз науково-методичної літератури показав, що здоров'я школярів та їх фізичний розвиток є важливою науковою проблемою, яка неповністю висвітлена у регіональному контексті. Зваживши на думку багатьох науковців, про те, що «найважливішими параметрами здоров'я, адекватними індикаторами соціального благополуччя суспільства та чинниками економічного процвітання є показники фізичного розвитку людини, врахувавши, що досягнутий рівень фізичного розвитку та ступінь його гармонійності є важливими критеріями стану здоров'я дітей та молоді, а заняття фізичною культурою і спортом слід вважати найважливішими засобами удосконалення фізичного розвитку учнів, визначивши, що саме у дитячому віці формується фізичне та психічне здоров'я людини, її стійкість до впливу несприятливих чинників навколишнього середовища та соціалізація особистості, що в перспективі забезпечить підвищення показників здоров'я дорослого населення ми дійшли висновку про необхідність визначення та вивчення фізичного розвитку дітей та підлітків з аналізом факторів, що впливають на його формування в Ізмаїльському регіоні. Динамічне та тривале спостереження за фізичним розвитком, гармонійністю його профілю дозволить виявити та сформулювати найбільш сприятливі умови його формування.

Оскільки питання моніторингу фізичного здоров'я дітей і молоді та аналіз факторів, що впливають на нього потребують вивчення в нашому регіоні, пропонуємо провести дослідження фізичного розвитку дітей шкільного віку середніх загальноосвітніх шкіл та дитячих спортивних закладів. Провести порівняльну характеристику профілю фізичного розвитку та окреслити перспективи щодо покращення негативної ситуації у питанні здоров'язбереження школярів.

Література

Указ Президента України. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>

Шушпанов Д. Г. (2015). Територіальний розвиток та регіональна економіка. Socio-economic problems of the modern period of Ukraine. *Регіональний профіль здоров'я населення України: стан, тенденції, детермінанти*. Випуск 5 (115). С. 77-82.

Голяченко А.О. (2016). Українська людність вмирає. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. N 4ЕБ. С. 23-27.

Чепелевська Л.А. (2018). Тенденції медико-демографічних показників України у XXI столітті. *Україна. Здоров'я нації*. С. 48- 53.

Антипкин Ю.Г. (2018). Состояние здоровья детского населения – будущее страны (часть 2). *Здоровье ребенка*. 13(2). С. 142-152.

Ареф'єв В.Г. (1999). Сучасні стандарти фізичного розвитку школярів. К.: Венса. 256 с.

Герасименко С.Ю. (2016). Визначення фізичного розвитку і соматичного здоров'я школярів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. Випуск 9. С. 98-107.

Вакуленко О. Стан здоров'я дітей і молоді України. URL: <http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf>

Захожий В. (2016). Особливості фізичного розвитку та фізичної підготовленості старшокласників. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць*. № 3 (35). С. 53-59.

Сосонка І. (2008). Фізичний розвиток та рівень здоров'я дітей середнього шкільного віку з урахуванням урбанізації досліджувався. *Львівський державний університет фізичної культури. Молода спортивна наука України*. С. 209-213.

Весельский В.Л. (2013). Оценка физического развития и индивидуального здоровья детей в практике семейного врача. *Семейная медицина*. №5 (49). С. 144-148.

Бабиенко В.В. (2015). Социально-гигиенический мониторинг здоровья детского населения юга Украины (на примере Одесской области). *Журнал Гродненского государственного медицинского университета*. № 2. С. 81-83.

Величко В.І. (2011). Особливості епідеміології дитячого ожиріння в умовах півдня України. *Здоров'я дитини*. С. 52-56.

REFERENCES

Ukaz Prezidenta Ukrainy. O Natsional'noy strategii po ozdorovitel'noy dvigatel'noy aktivnosti v Ukraine na period do 2025 goda "Dvigatel'naya aktivnost' - zdorovyy obraz zhizni - zdorovaya natsiya <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/42/2016#n14>

Shushpanov D. G.(2015) *Territorial'noye razvitiye i regional'naya ekonomika. Socio-economic problems of the modern period of Ukraine* [Regional'nyy profil' zdorov'ya naseleniya Ukrainy: sostoyaniye, tendentsii, determinanty]. Vol 5 (115), pp. 77-82 [in Ukrainian].

Golyachenko A.A.(2016) *Ukrainskiy naseleniye vymirayet* [Vestnik sotsial'noy gigiyeny i organizatsii zdavookhraneniya Ukrainy], N 4EB, pp.23-27[in Ukrainian].

Chepelevskiy L.A.(2018) *Tendentsii mediko-demograficheskikh pokazateley Ukrainy v XXI veke* [Ukraina. Zdorov'ye natsii], pp.48- 53 [in Ukrainian].

Antipkin YU.G.(2018)*Sostoyaniye zdorov'ya detskogo naseleniya - budushcheye strany (chast' 2)* [Zdorov'ye rebenka]. Vol 13 (2), pp.142-152 [in Ukrainian].

Aref'yev V.G.(1999) *Sovremennyye standarty fizicheskogo razvitiya shkol'nikov*, M .: Vensa, - 256 p. [in Ukrainian].

Gerasimenko S.YU. (2016) *Opredeleniye fizicheskogo razvitiya i somaticheskogo zdorov'ya shkol'nikov* [Vestnik Kamenets-Podol'skogo natsional'nogo universiteta imeni Ivana Ogiyenko. Fizicheskoye vospitaniye, sport i zdorov'ye cheloveka] Vol 9, pp. 98-107[in Ukrainian].

Vakulenko A. *Sostoyaniye zdorov'ya detey i molodezhi Ukrainy* // Rezhim dostupa: <http://www.health.gov.ua/publ/conf.nsf> [in Ukrainian].

Zakhozhiy V. (2016) *Osobennosti fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti starsheklassnikov* [Fizicheskoye vospitaniye, sport i kul'tura zdorov'ya v sovremennom obshchestve: sbornik nauchnykh trudov]. Vol 3 (35), pp. 53-59[in Ukrainian].

Sosenka I.(2008) *Fizicheskoye razvitiye i uroven' zdorov'ya detey srednego shkol'nogo vozrasta s uchetom urbanizatsii issledovalsya* [L'vivs'kiy gosudarstvennyy universitet fizicheskoy kul'tury. Molodaya sportivnaya nauka Ukrainy], pp. 209-213[in Ukrainian].

Vesel'skiy V.L.(2013) *Otsenka fizicheskogo razvitiya i individual'nogo zdorov'ya detey v praktike semeynogo vracha* [Semeynaya meditsina]. Vol 5 (49), pp. 144-148[in Ukrainian].

Babiyenko V.V.(2015) *Sotsial'no-gigiyenicheskiy monitoring zdorov'ya detskogo naseleniya yuga Ukrainy* (na primere Odesskoy oblasti) [Zhurnal Grodnenskogo gosudarstvennogo meditsinskogo universiteta]. Vol 2, pp.81-83 [in Ukrainian].

Velichko V.I. (2011) *Osobennosti epidemiologii detskogo ozhireniya v usloviyakh yuga Ukrainy* [Zdorov'ye rebenka]. pp.52-56 [in Ukrainian].

Bashtovenko O., Yarchuk G. Theoretical substantiation of importance and necessity of research of physical development of children and adolescents in the Ismail region.

The article reveals the state of studying the issue of motor activity as a factor that generates and stimulates a healthy lifestyle, improves physical development, makes it harmonious, acting as a means of preventing various defects. The problems associated with maintaining the health and physical development of modern youth have long since become relevant because they are fully reflected in the scientific development of the country.

The National Strategy for Wellness Movement Activity in Ukraine until 2025 aims at reforming the personality of children and young people, which should contribute to profound changes in their minds. As a result, spiritual, mental and physical health should be improved.

A review of the research has revealed problems. These problems are related to maintaining the health and physical development of today's youth. Physical health indicators are indicators of social well-being in society. Physical development and the degree of its harmony is defined as a dynamic, continuous process, which is accompanied by biological (morphological and functional) changes in the body.

They can be improved. Physical education should be used correctly. The issue of monitoring the physical health of children and young people has not been sufficiently studied. Factors affecting physical health have not been sufficiently studied and analyzed. Therefore, it is proposed to conduct a study of the physical development of school-age children, which is important for controlling and shaping the health of the young generation.

Key words: *health preservation, physical development, health motor activity, physical culture.*