

УДК 796.011.3-053.6(477.82-2)

ФІЗИЧНИЙ РОЗВИТОК ТА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВЛЕНІСТЬ ПІДЛІТКІВ, ЯКІ МЕШКАЛИ У М. ЛУЦЬКУ В 30-І РОКИ МИНУЛОГО СТОЛІТТЯ ТА ЇХ СУЧАСНИХ ОДНОЛІТКІВ

Надія КОВАЛЬЧУК, Володимир САНЮК

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки

Анотація. В гімназії міста Луцька автори статті проаналізували окремі показники фізичного розвитку та фізичної підготовленості хлопців 12–15 років, які навчалися у 30-х роках минулого століття та сучасних підлітків. Порівняння результати виявило різницю в антропометричних показниках та фізичній підготовленості на користь сучасних підлітків.

Ключові слова: фізичний розвиток, фізична підготовленість, фізичне виховання, підлітки, гімназія, 30-ті роки ХХ століття.

Постановка наукової проблеми та її значення. Аналіз останніх досліджень і публікацій. У друкованих матеріалах наукових конференцій завжди є статті, присвячені здоров'ю та фізичній підготовленості школярів. Адже сучасні учні – це майбутнє нашої держави і яким йому бути – залежить від молодого покоління. А результати досліджень, на жаль, невтішні. Науковці [11] встановили, що в українських дітей (0–14 років) зберігається тенденція до зростання вперше виявлених захворювань на 12,97 % та всіх хвороб (поширеності) – на 13,8 %. За останні роки найбільше зросла захворюваність нервової системи (+29,2 %), новоутворення (+24,0 %), хвороби сечостатевої системи (+18,9 %), органів дихання (+17,1 %). Загалом рівень захворюваності міських дітей на 5,6 % вищий, ніж сільських.

Упродовж навчання в середніх загальноосвітніх закладах темпи зниження якості здоров'я дітей та підлітків прискорюються. Негативні зрушення, які відображають зростання захворювань серед учнів, виражені вже не у відсотках, як це відзначалося у 70–80-ті роки минулого століття, а в збільшенні у 3,5–10 разів. У шкільному віці виникають захворювання, що притаманні дорослому організму, зокрема остеохондрози, остеопатії, артеріальна гіпертензія, прояви атеросклерозу тощо. Тому лише 17–18 % міських дітей та 32–36 % сільських учнів за станом свого фізичного здоров'я спроможні виконувати передбачені навчальною програмою фізичні навантаження на уроках фізичної культури [5]. Оскільки соматичне здоров'я залежить від фізичного стану людини, одним із компонентів якого є фізична підготовленість, то в останні роки дедалі більша кількість школярів має її рівень нижчий за середній та низький.

Аналіз фізичної підготовленості учнів сільської школи 5–6 класів, який зроблений Н. Грабик [1] упродовж навчального року, показав відсутність достатніх змін, а в окремих випадках – погіршення показників фізичної підготовленості. Це ще раз підтверджує, що з кожним роком динаміка приросту рівня фізичної підготовленості дітей знижується. Що ж є причиною таких негативних змін? Адже в нашій країні постійно відбувається реформування освіти, змінюється навчальна програма з фізичної культури, введено низку нормативно-правових документів, які проголошують її пріоритетне значення. Вжиті на державному рівні заходи суттєво не поліпшують фізичного стану школярів. Тому науковці й далі намагаються розкрити причини та знайти вихід із ситуації, що склалася в галузі фізичної культури [9, 13]. Окремі автори [7, 8, 12] вивчають історичний досвід впровадження в життя різних систем фізичного виховання дітей і молоді. Опрацьовані матеріали свідчать про досить високий рівень зацікавленості населення Східної і Західної України фізичною культурою в період 20–30-х років минулого століття.

Дані про фізичний розвиток та фізичну підготовленість школярів того періоду в науковій літературі відсутні, що й визначило мету нашого дослідження – вивчити питання організації фізичного виховання у Луцькій гімназії та порівняти окремі показники фізичного розвитку і фізичної підготовленості хлопців 12–15 років, які навчалися в Луцьку в 1929–1930 рр., та їх сучасних однолітків.

Методи та організація дослідження. Проаналізовано й узагальнено науково-методичні статті та архівні документи за проблемою дослідження. Антропометричне вимірювання й тести фізичної підготовленості проводилися за загальноприйнятою методикою. Для опрацювання результатів використовувався метод математичної статистики. Дані підлітків (хлопців) 12–15 років 1929–1930 навчального року порівнювалися з даними підлітків (хлопців) такого самого віку 2011–2012 навчального року Луцької ЗОШ № 23.

Виклад основного матеріалу. Сучасна Волинь до 1939 р. належала до складу Польщі. На той час у Луцьку існувала державна гімназія гуманітарного типу ім. Тадеуша Костюшка, заснована 1918 року. Газета „Українська нива” (15 липня 1934 р.) [2] у статті „3 життя української гімназії в Луцьку” повідомляє, що біля приміщення гімназії є досить велика площа для гімнастики, ігор і забав. Мова викладання – українська. 50 % учнів гімназії становили діти селян, решта – діти священників, учителів, урядовців тощо. Персонал гімназії в 1933–1934 рр. складався із 17 осіб, серед яких було по одному вчителю релігії, латині, німецької та французької мов, співів і по два вчителі з польської та української мов, ручної праці й гімнастики. У хлопців уроки гімнастики та розваг проводив Броніслав Кондратовіч, а в дівчат – Наталія Некрасова.

При гімназії працювало 2 лікарів, один із них – дантист. У звіті про стан здоров'я учнів гімназії за 1930 р., який подавався до кураторіуму Волинського шкільного округу в Рівному, повідомляється, що в 1929/1930 н. р. шкільний лікар надав 1649 допомог [3].

Аналіз зазначеного звіту свідчить, що учні гімназії в 1929/1930 н. р. хворіли на різні хвороби (табл. 1).

Таблиця 1

Захворювання учнів гімназії у 1929/1930 навчальному році

Захворювання	Кількість обстежених учнів		
	хлопці	дівчата	разом
	234	135	369
Погане травлення	4	7	11
Збільшення зовнішніх лімфатичних вузлів	15	52	67
Викривлення хребта	62	31	93
Плоскостопість	53	20	73
Вади серця	9	1	10
Пахова грижа	4	–	4
Туберкульоз	1	–	1
Дихання ротом	1	2	3
Зіпсовані зуби	172	52	224
Вади вимови	2	–	2
Вади зору	10	34	44
Вади слуху	3	2	5
Часті кровотечі з носа	9	12	21
Головний біль	14	12	26
Інваліди	12	2	14
Разом	477	298	179

Кількість хворих майже у два рази більша, ніж учнів. Це свідчить про те, що один учень мав декілька хвороб.

Крім названих вище хвороб, значна кількість учнів перенесла інфекційні хвороби (табл. 2).

У кінці звіту повідомляється, що смертельних випадків у гімназії не було, але трапилося 5 нещасних випадків із хлопцями.

Архівні документи свідчать про те, що в гімназії піклувалися і про стан зубів учнів. За звітний рік дантист гімназії заклав 246 пломб, вирвав 28 пнів, усунув 32 зубних камені, виликував запалення нервів у 65 учнів.

Таблиця 2

Випадки захворювань на інфекційні хвороби

Назва хвороби	Кількість обстежених учнів		
	хлопці	дівчата	разом
	234	135	369
Скарлатина	2	–	2
Кір	9	4	13
Вітрянка	5	5	10
Коклюш	1	2	3
Свинка	35	11	46
Черевний тиф	1	–	1
Ангіна	25	24	49
Запалення легень	7	11	18
Грип	15	26	41
Малярія	6	1	7
Разом	106	84	190

Пропаганда гігієни в гімназії відбувалася через популярні виклади у всіх класах та показу відповідних таблиць. Крім того, в старших класах лікар знайомив молодь обох статей із засобами запобігання туберкульозу та алкоголізму. Отже, у 30-х роках ХХ ст. стану здоров'я учнів гімназії приділено значну увагу.

Спортивно-масові заходи в гімназії проходили згідно з Програмою роботи Міжшкільної комісії вчителів фізичного виховання на 1929/1930 навчальний рік, яка затверджена на загальних зборах [4]. Міжшкільні змагання проводилися з вересня до серпня із таких видів спорту: баскетбол, волейбол, футбол, пінг-понг, народні ігри, гімнастика, легка атлетика, лижі (біг, фігурна їзда), хокей на льоду, плавання. До програми також входило міжшкільне свято, яке передбачало виступи жіночих і чоловічих команд та показові секції у формі гри й гімнастики. Як бачимо, спортивне життя гімназії було насиченим.

Звіти, які надсилалися попечителю Волинського шкільного округу і військово-фізичної підготовки учнів, містять списки хлопців 12–15 років, їхні зросто-вагові дані, результати їх випробувань із бігу на 60 м, стрибків у висоту та довжину з розбігу, а також метання м'ячика обома руками.

Показники зросту та ваги (табл. 3), свідчать про те, що сучасні хлопці 12–15 років вищі від хлопців 30-х років минулого століття. У середньому ця різниця становить у 12-річних – 4,2 см, у 13-річних – 7,2 см, у 14-річних – 7,2 см, у 15-річних – 5,2 см. Варіативність даних зросту у підлітків минулого висока, особливо у 12- та 14-річних, а в сучасних підлітків результати значно щільніші.

За масою тіла підлітки 30-х років значно легші від сучасних хлопців: 12-річні – на 2,4 кг, 14-річні – на 5,8 кг. Особливо вражає різниця ваги тіла у віці 13 років (учні минулого легші на 10 кг) та 15-річних (вони легші на 12,5 кг). Порівнюючи досліджувані результати з антропометричними стандартами фізичного розвитку хлопчиків і юнаків [6; 24], ми засвідчуємо, що сучасні хлопці 12–15 років відстають у рості на 1 рік, а хлопці 30-х років майже на 2 роки.

Вага 13-річних хлопців сучасності співпадає зі стандартом, а 15-річних навіть перевищує його, 12- та 14-річні значно відстають від вище зазначеної норми (табл. 3).

За сучасним стандартним мірилом підлітки 30-х років мають значний дефіцит маси тіла, яка становить у 12-річних – 6 кг, 13-річних – 10,5 кг, 14–15-річних – 13,5 кг.

Незважаючи на те, що антропометричні результати двох груп підлітків значно відрізняються, вірогідна відмінність існує лише між вагою 15-річних ($p < 0,05$).

Результати бігу на 60 м (табл. 4), свідчать про те, що сучасні хлопці швидше долають цей відрізок. Найбільша різниця між результатами 12- та 14-річних, а найменша – між 15-річних. Вірогідно відрізняються між собою лише результати 13-річних підлітків.

Таблиця 3

Росто-вагові показники підлітків 30-х років ХХ століття та сучасних

Показник	Досліджувані хлопці, їх вік і відмінність результатів												
		12 років n ¹ – 16 n ² – 14	Різниця	Вірогідність (р) відмінностей	13 років n ¹ – 21 n ² – 26	Різниця	Вірогідність (р) відмінностей	14 років n ¹ – 29 n ² – 30	Різниця	Вірогідність (р) відмінностей	15 років n ¹ – 15 n ² – 14	Різниця	Вірогідність (р) відмінностей
Зріст (см)	¹ підлітки 30-х років	142,2±17	4,2	>0,05	146,1±8	7,2	>0,05	153±16	8,6	>0,05	161±5	5,2	>0,05
	² сучасні підлітки	146,4±6		>0,05	153,3±2		>0,05	161,6±3		>0,05	166,2±4		>0,05
Вага (кг)	¹ підлітки 30-х років	33,3±9	2,4	>0,05	35,3±7	10	>0,05	40,2±10	5,8	>0,05	46,4±5	12,5	<0,05
	² сучасні підлітки	35,7±4		>0,05	45,3±3		>0,05	46,2		>0,05	58,9±4		<0,05

Таблиця 4

Показники фізичної підготовленості підлітків

Вік (років)	Показник	Біг 60 м (с)	Різниця	Стрибки у довжи- ну з розбігу (см)	Різниця	Стрибки у висоту з розбігу (см)	Різниця	Метання м'яча (м)			Вага м'яча
	Досліджувані							Права рука	Ліва рука	сума	
12	Підлітки 30-х років n = 16	11,1±0,3	0,6	273±11,2	4	83,7±7	1,4	12,4±8	7,4±4	19,8	350 г
	Сучасні підлітки n = 14	10,5±0,2		277±13		85,1±6		25±5	–	–	150 г
13	Підлітки 30-х років n = 21	10,5±0,1	0,4*	290,9±10	19,1	90,5±5	1,1	15±5	9,9±3	24,9	350 г
	Сучасні підлітки n = 26	10,1±0,1		310±8		91,6±4		33,5±5	–	–	150 г
14	Підлітки 30-х років n = 29	10,4±0,5	0,6	322±11	0	97,4±10	2,1	19,2±8	12,7±6	31,9	350 г
	Сучасні підлітки n = 30	9,8±0,3		322±5		99,5±11		36±3	–	–	150 г
15	Підлітки 30-х років n = 15	9,8±0,2	0,1	338,2±4	37* *	108,1±3	2,9	19,5±3	14,5±2	34	350 г
	Сучасні підлітки n = 14	9,7±0,1		375±5		111±6		43±4	–	–	150 г

Примітки: * – вірогідність відмінності, p<0,05;

** – вірогідність відмінності p<0,01.

Показники швидкості та швидко-силових якостей у сучасних хлопців в середньому вищі на один рівень від показників хлопців 12–15 років 30-х років минулого століття.

Порівнюючи ці результати з орієнтовними навчальними нормативами [10; с. 20–22], відзначаємо, що показники з бігу на 60 м сучасних учнів відповідають достатньому рівню. Серед підлітків минулого цьому рівню відповідають результати 13- та 15-річних, у інших вони низькі.

Результати стрибків у довжину з розбігу сучасних підлітків відповідають рівню підготовленості вищому за достатній. У підлітків 30-х ХХ ст. це випробування виконано на рівні вищому за середній. Результати 14-річних хлопців збігалися, а результати 15-річних мають високу статистичну відмінність ($p < 0,01$).

За результатами стрибків у висоту з розбігу відмінність у підлітків сучасного й минулого незначна (від 1,1 см до 2,9 см). У 12-річних хлопців 30-х років результати дещо нижчі за достатній рівень. Достатній рівень підготовленості у цьому випробуванні показали сучасні підлітки 12 років та обидві групи хлопців 13 років, а вищому за достатній – усі учні 14 і 15 років.

За шкільною програмою [10] сучасні підлітки виконують метання малого м'яча вагою 150 г. Цей тест хлопці 12–13 років виконали на достатньому рівні, а хлопці 14–15 років – на високому рівні.

Підлітки 30-х років минулого століття метали м'ячик вагою 350 г. Фіксувався результат правої та лівої руки, а також їх сума. Очевидно ставилося за мету розвинути навичку метання двома руками, а сума вважалася за навчальний норматив.

Висновок. Архівні матеріали свідчать про те, що в 30-х роках минулого століття у Луцькій гімназії ім. Тадеуша Костюшка здоров'ю та фізичному вихованню молодого покоління приділялася певна увага. Керівництво гімназії звітувало про проведену роботу, висвітлювалося це і в пресі.

Дослідженням виявлено, що сучасні підлітки 12–15 років важчі за своїх однолітків 30-х років. В останніх був наявним значний дефіцит маси тіла.

Подальші дослідження спрямовуватимуться на пошуки матеріалів змісту та якості уроків школярів 30-х років ХХ ст.

Список літератури

1. *Грабик Н.* Стан фізичної підготовленості учнів 5–6 класів сільської школи / Н. Грабик // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 260–262.
2. Державний архів Волинської області. Фонд 70, справа № 90, арк. 4.
3. Державний архів Волинської області. Фонд 70, справа № 318, арк. 1.
4. Державний архів Волинської області. Фонд 70, справа № 467, арк. 7.
5. *Кедровський Б.* Ефективність використання проби Руф'є під час розподілу учнів на групи для занять фізичною культурою / Б. Кедровський, І. Маляренко, Ю. Ромасевич // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 280–285.
6. *Круцевич Т. Ю.* Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. – К. : Нац. ун-т фіз. вих. і спорту України, 2005. – 195 с.
7. *Лемешко О.* Культура у міжвоєнній Галичині (за матеріалами спортивної періодики 20–30-х рр. ХХ ст.) / О. Лемешко, С. Самойлик, Р. Дудник // Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія № 15 „Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт)” : [зб. наук. пр.] / за ред. Г. М. Арзютова. – К., 2011. – Вип. 13. – С. 298–302.
8. *Лук'янченко М.* Теорія й практика фізичного виховання в спадщині вітчизняних педагогів другої половини ХІХ – початку ХХ ст. / М. Лук'янченко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 24–30.
9. *Марчик В.* Суспільний запит на фізичну культуру / В. Марчик, В. Андріанов, О. Порохненко // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 30–33.

10. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи / за заг. ред. С. М. Дятленка. – К. : Літера, ЛТД, 2009. – 176 с.
11. *Поташнюк Р.* Стан здоров'я дітей та підлітків у контексті сучасних тенденцій розвитку освіти в Україні / Р. Поташнюк, І. Поташнюк, І. Поташнюк // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук. пр. – Рівне, 2007. – Вип. 5. – С. 304–314.
12. *Соколов Н.* Розвиток системи фізичного виховання в навчальних закладах України у 30-х роках ХХ ст. / Н. Соколов // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 46–51.
13. *Шиян Б.* Передумови й перспективи формування національної системи фізичного виховання школярів / Б. Шиян // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. ВНУ ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 4 (20). – С. 344–351.

**ФИЗИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ И ФИЗИЧЕСКАЯ ОДГОТОВЛЕННОСТЬ ПОДРОСТКОВ,
КОТОРЫЕ ЖИЛИ В Г. ЛУЦКЕ В 30-Е ГОДЫ ПРОШЛОГО СТОЛЕТИЯ
И ИХ СОВРЕМЕННЫХ СВЕРСТНИКОВ**

Надежда КОВАЛЬЧУК, Владимир САНЮК

Восточноевропейский национальный университет имени Леси Украинки

Аннотация. В гимназии города Луцка авторы статьи проанализировали отдельные показатели физического развития и физической подготовленности подростков 12–15 лет, которые учились в 30-х годах прошлого века и современных подростков. Сравнение их результатов, обнаружено разницу в антропометрических показателях и физической подготовленности в пользу современных подростков.

Ключевые слова: физическое развитие, физическая подготовленность, физическое воспитание, подростки, гимназия, 30-ые годы ХХ века.

**PHYSICAL DEVELOPMENT AND PHYSICAL PREPAREDNESS
OF LUTSK TEENAGERS OF THE THIRTIES OF THE XX-TH CENTURY
AND CONTEMPORARY ONES**

Nadiya KOVAL'CHUK, Volodymyr SANYUK

Eastern European National University named after Lesya Ukrainka

Abstract. The article deals with the problem of physical training in Lutsk gymnasia in the thirties of the XX-th century. The authors have analyzed certain indexes of physical development and physical preparedness of the boys of 12–15 years, which studied in the thirties of the last century, and modern teenagers. After comparing their results it has been ascertained some differences in the indexes of their anthropometry and physical preparedness in favor of contemporary teenagers.

Key words: physical development, physical preparedness, physical training, teenagers of 12–15 years, a gymnasia, the thirties of the XX-th century.