

## ВЛИЯНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УРОВЕНЬ РИСКА ИЗБЫТОЧНОЙ МАССЫ ТЕЛА МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Моргачёв О.В.<sup>1</sup>, Храмцов П.И.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, Москва, Россия;

<sup>2</sup>Национальный медицинский исследовательский центр здоровья детей Минздрава России, Москва, Россия

**Ключевые слова:** оценка риска; гигиена детей; физическое воспитание; дифференцированный подход

**Актуальность.** Малоподвижный образ жизни современных детей оказывает негативное влияние на рост, развитие и здоровье, способствуя появлению избыточной массы тела (ИМТ) и ожирению. **Цель:** дать гигиеническую оценку влияния дифференцированной по полу организации физического воспитания на уровень риска ИМТ младших школьников.

**Материалы и методы.** Обследованы 169 детей в возрасте 7–10 лет, обучающихся в условиях дифференцированной по полу (группа ДО) и традиционной (группа ТО) организации физического воспитания (ФВ). Проведена оценка физического развития детей в соответствии с Федеральными рекомендациями ФР РОШУМЗ-1-2014 «Скрининг-обследование обучающихся в образовательных организациях». Показатели риска ИМТ и его этиологическая доля рассчитаны с использованием четырёхпольных таблиц сопряжённости. От родителей детей получено добровольное письменное информированное согласие.

**Результаты.** В динамике учебного года у мальчиков обеих групп выявлен прирост длины тела (+4,0 см в группе ТО;  $p < 0,05$ ; +3,3 см в группе ДО;  $p < 0,05$ ). Средняя масса тела мальчиков возросла в группе ТО (+3,7 кг;  $p < 0,05$ ). В группе ДО средняя масса тела мальчиков не претерпела значимых изменений (+2,6 кг;  $p > 0,05$ ) в связи с тенденцией к снижению доли детей с ИМТ на 8,9% ( $p > 0,05$ ), в отличие от группы ТО, в которой выявлена тенденция к увеличению доли детей с ИМТ на 9,6% ( $p > 0,05$ ). У девочек из обеих групп выявлены прирост длины тела (+4,6 см в группе ТО,  $p < 0,001$ ; +3,5 см в группе ДО,  $p < 0,01$ ) и массы тела. Более существенно средняя масса тела девочек возросла в группе ТО — на 3,9 кг ( $p < 0,001$ ); в группе ДО — на 2,5 кг ( $p < 0,01$ ). Уровень риска ИМТ в динамике учебного года у мальчиков из группы ДО относительно группы ТО снизился на 0,34 — с 1,13 до 1,47. Этиологическая доля фактора условий организации ФВ у мальчиков из группы ДО составила в начале учебного года 11,1%, а в конце учебного года — 31,9%, что указывает на положительное влияние дифференцированной организации ФВ на уменьшение уровня риска ИМТ с учётом иных действующих факторов. У девочек обеих групп не выявлено существенных различий уровней риска ИМТ.

**Заключение.** Дифференцированная организация ФВ младших школьников способствует уменьшению уровня риска ИМТ у мальчиков, что следует учитывать при организации школьных уроков физической культуры.

\*\*\*