

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-660-7-4>

## ASSESSMENT OF THE MORPHOFUNCTIONAL STATE OF CHILDREN WHO ARE ENGAGED IN SPORTS DANCE

## ОЦІНКА МОРФОФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ ДІТЕЙ, ЯКІ ЗАЙМАЮТЬСЯ СПОРТИВНИМИ ТАНЦЯМИ

**Diedukh M. O.**

*Doctor of Philosophy, Associate  
Professor, Associate Professor at the  
Department of Theory and Methodology  
of Physical Education  
National University of Physical  
Education and Sports of Ukraine  
Kyiv, Ukraine*

**Дєдх М. О.**

*доктор філософії, доцент, доцент  
кафедри теорії і методики фізичного  
виховання  
Національний університет фізичного  
виховання і спорту України  
м. Київ, Україна*

**Пonomarenko V. V.**

*Postgraduate Student at the Department  
of Theory and Methods of Physical  
Education  
National University of Physical  
Education and Sports of Ukraine  
Kyiv, Ukraine*

**Пономаренко В. В.**

*аспірант кафедри теорії і методики  
фізичного виховання  
Національний університет фізичного  
виховання і спорту України  
м. Київ, Україна*

Спортивні танці в молодшому шкільному віці є ефективним засобом комплексного фізичного та особистісного розвитку дитини. Зазначений віковий період характеризується високою пластичністю нервової системи, інтенсивним формуванням опорно-рухового апарату та активним розвитком координаційних здібностей, що створює сприятливі умови для засвоєння складних рухових дій і формування стійких рухових навичок [2, с. 110; 4, с. 69].

Систематичні заняття спортивними танцями позитивно впливають на морфофункціональні показники організму: сприяють розвитку сили м'язів, гнучкості, швидкісно-силових якостей, координації та загальної витривалості. Водночас відбувається вдосконалення діяльності серцево-судинної та дихальної систем, нормалізація маси тіла, формування правильної постави та профілактика порушень опорно-рухового апарату [1, с. 34]. Роботи науковців Чеверда А., Андреева О., Демідова О., Бодня В., Веселкіна С., Соронович І., Хом'яченко О. присвячені даній темі та мають широку популярність та актуальність.

**Метою статті** є дослідити морфофункціональний стан дітей 8–9 років, які займаються спортивними танцями.

Для досягнення мети нами були використані наступні **методи дослідження**: аналіз літературних джерел; педагогічні методи дослідження (спостереження, експеримент); методи оцінки фізичного та функціонального розвитку; методи математичної статистики.

У дослідженні взяли участь 48 дітей віком 8-9 років, з яких 28 дівчаток та 20 хлопчиків. Усі респонденти брали участь добровільно та зі згоди батьків, відповідали встановленим критеріям включення: всі віднесені до основної медичної групи, всі відвідують заняття спортивними танцями два роки поспіль.

Оцінка фізичного розвитку хлопчиків і дівчаток, які займаються спортивними танцями проводилася відповідно оціночних стандартизованих таблиць, дослідження проводилося з дотриманням всіх норм і вимог.

На таблиці 1 представлено результати дітей відповідно до фізичного розвитку.

Аналіз показників маси тіла дітей 8–9 років свідчить про відповідність середніх значень віковим особливостям фізичного розвитку. У віці 8 років середня маса тіла хлопчиків становить  $28,8 \pm 2,1$  кг, тоді як у дівчаток  $27,8 \pm 2,8$  кг. Різниця між показниками є незначною, що відповідає характерній для цього віку тенденції до відносної рівності антропометричних параметрів у хлопчиків і дівчаток. У 9 років спостерігається зростання маси тіла в обох статевих групах. У хлопчиків середнє значення становить  $32,1 \pm 3,4$  кг, у дівчаток  $29,5 \pm 1,6$  кг. При цьому у хлопчиків відмічається більш виражене збільшення маси тіла порівняно з 8 річними, а також більша варіативність показників, що може бути пов'язано з індивідуальними темпами росту та розвитку. У 8 річних хлопчиків середньостатистичні показники довжина тіла становлять  $134,6 \pm 7,4$  см, тоді як у дівчаток  $132,2 \pm 4,9$  см. Хлопчики мають дещо вищі середні значення, проте різниця не є суттєвою та відповідає фізіологічним нормам для цього віку. У 9 річних спостерігається подальше зростання показників. Середня довжина тіла хлопчиків становить  $135,4 \pm 7,3$  см, а дівчаток  $133,1 \pm 6,4$  см. Збільшення довжини тіла з віком є закономірним і свідчить про поступовий процес соматичного розвитку. Водночас у хлопчиків зберігається тенденція до дещо більших середніх значень та більшої варіативності показників.

Результати показників обхвату грудної клітки у дітей 8–9 років свідчить про позитивну вікову динаміку та незначні статеві відмінності у результатах. У 8 років середній показник ОГК у хлопчиків становить  $59,1 \pm 2,3$  см, тоді як у дівчаток  $57,9 \pm 1,2$  см. Хлопчики мають дещо більші значення, що відповідає особливостям соматичного розвитку в цьому віці. Варіативність показників у хлопчиків є більш вираженою.

У 9 річних спостерігається закономірне збільшення обхвату грудної клітки в обох групах: у хлопчиків  $62,3 \pm 1,6$  см, у дівчаток  $61,8 \pm 1,2$  см. Різниця між статями є мінімальною, що свідчить про відносно рівномірні темпи фізичного розвитку.

Таблиця 1

**Показники антропометричних вимірів дітей 8-9 років (n=48)**

№	Показники	Вік	Стать	$\bar{x}$	S
1.	Маса тіла (кг)	8 років	хлопчики (n=8)	28,8	2,1
			дівчатка (n=13)	27,8	2,8
		9 років	хлопчики (n=12)	32,1	3,4
			дівчатка (n=15)	29,5	1,6
2.	Довжина тіла (см)	8 років	хлопчики (n=8)	134,6	7,4
			дівчатка (n=13)	132,2	4,9
		9 років	хлопчики (n=12)	135,4	7,3
			дівчатка (n=15)	133,1	6,4
3.	ОГК (см)	8 років	хлопчики (n=8)	59,1	2,3
			дівчатка (n=13)	57,9	1,2
		9 років	хлопчики (n=12)	62,3	1,6
			дівчатка (n=15)	61,8	1,2

Крім того, нами було проаналізовано функціональний стан серцево-судинної та дихальної систем, оскільки саме ці показники є важливими індикаторами фізичного здоров'я та адаптаційних можливостей організму до фізичних навантажень на заняттях спортивними танцями (табл. 2).

У 8 річних хлопчиків частота серцевих скорочень становить  $74,6 \pm 3,5$  уд·хв<sup>-1</sup>, у дівчаток  $74,8 \pm 5,2$  уд·хв<sup>-1</sup>, що вказує на практично однаковий рівень серцевої діяльності в стані спокою. Систолічний артеріальний тиск у хлопчиків дорівнює  $111,3 \pm 5,2$  мм рт. ст., у дівчаток  $112,7 \pm 6,0$  мм рт. ст. Діастолічний тиск становить відповідно  $68,1 \pm 5,9$  мм рт. ст. та  $68,9 \pm 7,4$  мм рт. ст. Отримані значення перебувають у межах вікової норми. У 9 річних спостерігається тенденція до підвищення функціональних показників, а саме у хлопчиків ЧСС становить  $76,3 \pm 5,3$  уд·хв<sup>-1</sup>, у дівчаток  $79,0 \pm 4,3$  уд·хв<sup>-1</sup>. Систолічний артеріальний тиск у хлопчиків дорівнює  $119,6 \pm 10,3$  мм рт. ст., у дівчаток  $114,7 \pm 11,6$  мм рт. ст. Діастолічний тиск становить відповідно  $71,4 \pm 4,8$  мм рт. ст. та  $70,7 \pm 6,8$  мм рт. ст. Загалом показники серцево-судинної системи відповідають віковим нормам

та відображають закономірне підвищення артеріального тиску з віком, що пов'язано з процесами росту й функціонального дозрівання організму дітей 8–9 років.

Таблиця 2

**Середньостатистичні показники функціонального стану дітей молодшого шкільного віку (n=48)**

Вік	Стать	n	ЧСС, уд·хв <sup>-1</sup>		АТ <sub>сист.</sub> , мм.рт.ст.		АТ <sub>діаст.</sub> , мм.рт.ст.	
			$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S	$\bar{x}$	S
8 років	х	8	74,6	3,5	111,3	5,2	68,1	5,9
	д	13	74,8	5,2	112,7	6,0	68,9	7,4
9 років	х	12	76,3	5,3	119,6	10,3	71,4	4,8
	д	15	79,0	4,3	114,7	11,6	70,7	6,8

**Висновки.** Загалом отримані дані свідчать про закономірну позитивну динаміку маси тіла з віком та відображають особливості фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку. Середні значення відповідають показникам гармонійного фізичного розвитку дітей 8–9 років, що сприяє відвідуванню занять спортивними танцями. Заняття спортивними танцями позитивно впливають на гармонійний розвиток учнів молодшого шкільного віку, як видно з результатів систематичні тренування сприяють покращенню антропометричних показників, оптимізації функціонального стану серцево-судинної та дихальної систем, розвитку основних рухових якостей. Крім того, спортивні танці забезпечують комплексний вплив на особистість дитини, сприяючи формуванню дисциплінованості, відповідальності, емоційної стійкості та навичок соціальної взаємодії. Таким чином, включення спортивних танців у систему фізичного виховання молодших школярів є доцільним і ефективним засобом забезпечення їхнього повноцінного фізичного й особистісного розвитку.

**Перспективи подальших досліджень** направлені на розробку спеціальних комплексів вправ для розвитку рухових якостей для всіх вікових, також надання методичних рекомендацій для занять, що можливе для використання всім спеціалістам.

**Література:**

1. Бричук М., Дєдх М., Єфанова В., Дядюк Д. Вплив занять спортивними танцями на рівень фізичного здоров'я дітей 11–12 років. *Наук. час. Укр. держ. ун-ту імені Михайла Драгоманова. Серія 15.2023*. Вип. 11(171). С. 33–36. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11\(171\).07](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2023.11(171).07)
2. Москаленко Н., Демидова О., Бодня В. Вплив занять спортивними танцями на фізичний стан дітей молодшого шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. No 1. С. 105–118. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2019\\_1\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2019_1_14)
3. Соронович І., Хом'яченко О., Веселкіна С. Підвищення ефективності фізичної підготовки кваліфікованих спортсменів у спортивних танцях шляхом поєднання класичних підходів та інноваційних тренувальних тенденцій. *Теорія та методика фізичного виховання та спорту*. 2019. No 2. С. 13–19. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2019.2.13-19>
4. Чеверда А., Андрєєва О. Використання фітнес-програми з елементами спортивних танців для розвитку координаційних здібностей дітей старшого дошкільного віку. *Теорія та методика фізичного виховання і спорту*. 2022. No 1. С. 68–72. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2022.1.68-72>