

NEWS**OF THE NATIONAL ACADEMY OF SCIENCES OF THE REPUBLIC OF KAZAKHSTAN****SERIES OF BIOLOGICAL AND MEDICAL**

ISSN 2224-5308

Volume 2, Number 314 (2016), 183 – 188

**INTERSCHOLASTIK COMPARATIVE FIGURES
OF LUNG CAPACITY AMONG SCHOOLCHILDREN
OF TURKESTAN CITY HIGH SCHOOL**

I. A. Ishigov, R. B. Zhumabekova

International Kazakh-Turkish University named by Kh. A. Yeseniyev, Turkestan, Kazakhstan.
E-mail: Ibragim.49@mail.ru

Key words: high school students, lung capacity, boys and girls.

Abstract. The paper presents comparative data on the inter-school study of lung capacity among high school students of some schools in Turkestan. According to the results it is found that the performance of boys lung capacity is greater than in girls.

ӘОК 610. 736 5845

**ТҮРКІСТАН ҚАЛАСЫНДАҒЫ ЖОҒАРЫ СЫНЫП
ОҚУШЫЛАРЫНДА ӨКПЕНИҢ ТІРШІЛІК СИЫМДЫЛЫҒЫНЫҢ
МЕКТЕПАРАЛЫҚ САЛЫСТЫРМАЛЫ КӨРСЕТКІШТЕРІ**

И. А. Ишигов, Р. Б. Жумабекова

К. А. Ясауи атындағы Халықаралық қазак-түрік университеті, Түркістан, Қазақстан

Түйін сөздер: жоғарысынып оқушылары, өкпениң тіршілік сыйымдылығы, ұлдар және қыздар.

Аннотация. Мақалада Түркістан қаласындағы кейбір мектептердің жоғарысынып оқушыларында өкпениң тіршілік сыйымдылығының мектепаралық салыстырмалы көрсеткіштерінің нәтижелері көлтірілген. Алынған нәтижелер бойынша ұлдардың өкпениң тіршілік сыйымдылығы қыздарға қарағанда жоғары екендігі анықталған.

Кіріспе. Қазақстан Республикасында, басқа мемлекеттерде сияқты, ана мен баланы қорғау мәселелері, көп жылдар бойы мемлекет пен қоғамның назарында болып келеді, ал өскелен үрпақтың денсаулығын сақтау және қорғау әрдайым болашақ ұлттың денсаулығының, қоғам денсаулығының потенциалы ретінде, ал ол өз кезегінде қоғамның әлеуметтік-экономикалық прогрессіне экеледі. Балалар мен жасөспірімдердің денсаулық жағдайы зерттеудің маңыздылығы дәні сай контингенттің еңбекке, әскерге және отбасын құруға қажеттілігімен түсіндіріледі [1–5].

Зерттеу тәсілдері. Өкпениң тіршілік сыйымдылығы жалпыға мәлім спирометрия әдісімен анықталды.

Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау. Тыныс алушың негізгі өкпениң тіршілік функциялық сипаты өкпениң тіршілік сыйымдылығы болып саналады, яғни адамның алдын ала терең дем алып, дем шығару кезіндегі ауаның максималды дем көлемі. Өкпениң тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) дем алу көлемінен және дем шығару резервті көлемінен тұрады. Ал максималды дем шығарғаннан кейін де өкпеде ауа қалып қалады, ол қалдық ауа өкпениң тіршілік сыйымдылығы спирометр құралы арқылы анықталады. Өкпениң тіршілік сыйымдылығы бойдың әрбір 5 см өсуіне 400 мл жоғарлап отырады, организмнің тыныс алу түрі (тип) мен жаттығу дәрежесіне тәуелді

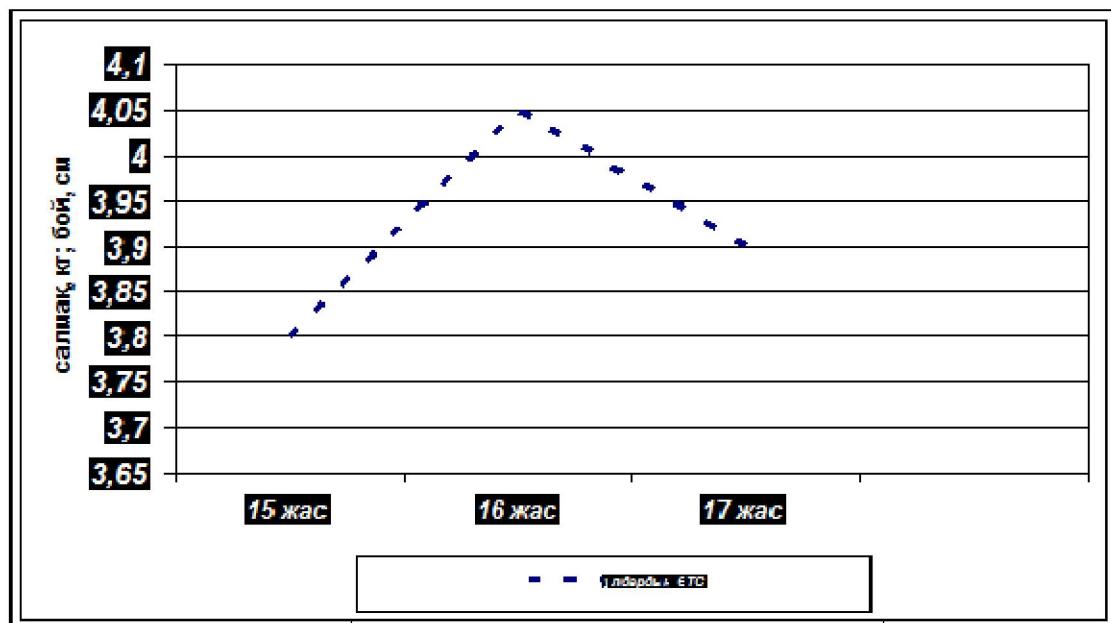
болады. Өкпенің тіршілік сыйымдылығы жас кезінен бастап спорт ойындарымен шұғылданған адамдарда жоғары болады [6–10].

№6 орта мектебінде оқытын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (1, 2-сурет):

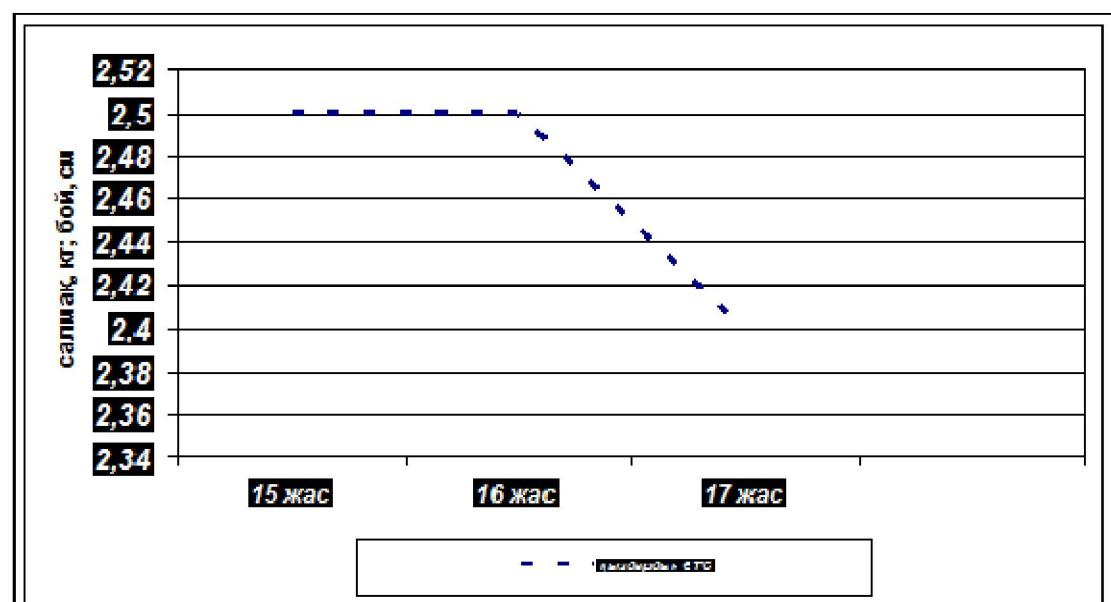
9 сыныптағы (14–15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,8 л, қыздарда – 2,5 л.

10 сыныптағы (15–16 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 4,05 л, қыздарда – 3,9 л.

11 сыныптағы (16–17 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,9 л, қыздарда – 2,4 л.



1-сурет – № 6 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (ұлдар)



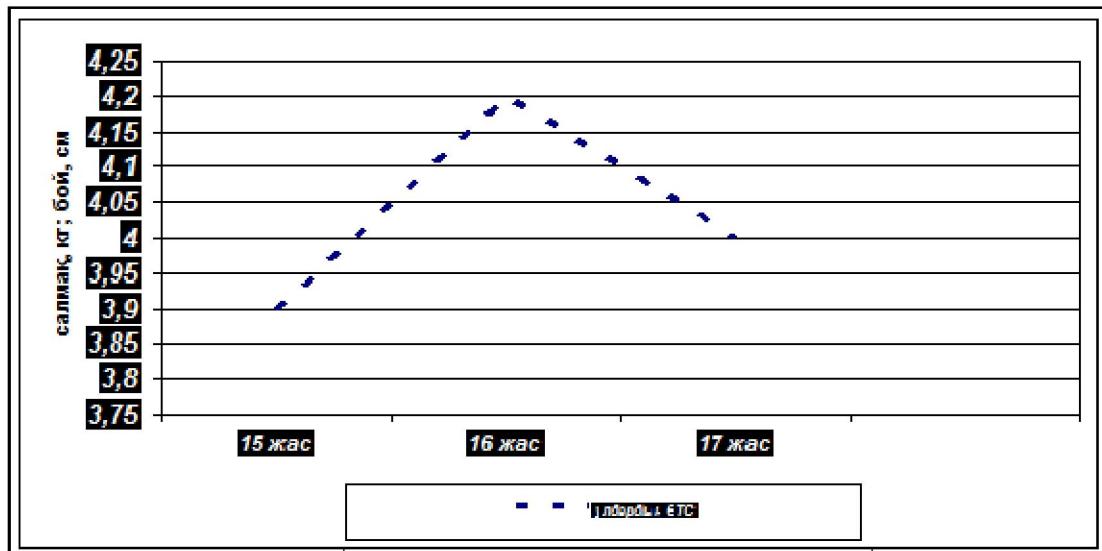
2-сурет – № 6 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (қыздар)

№14 орта мектебінде оқытын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (сурет 3,4):

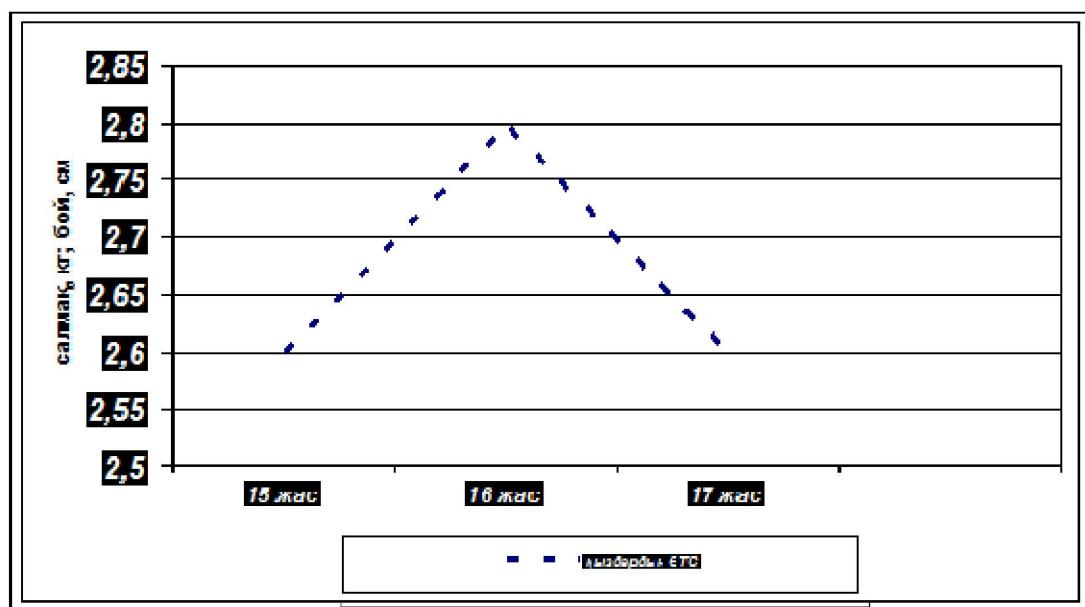
9 сыныптағы (15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,9 л, қыздарда – 2,6 л.

10 сыныптағы (16 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 4,2 л, қыздарда – 2,8 л.

11 сыныптағы (17 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 4,0 л, қыздарда – 2,6 л.



3-сурет – № 14 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (ұлдар)



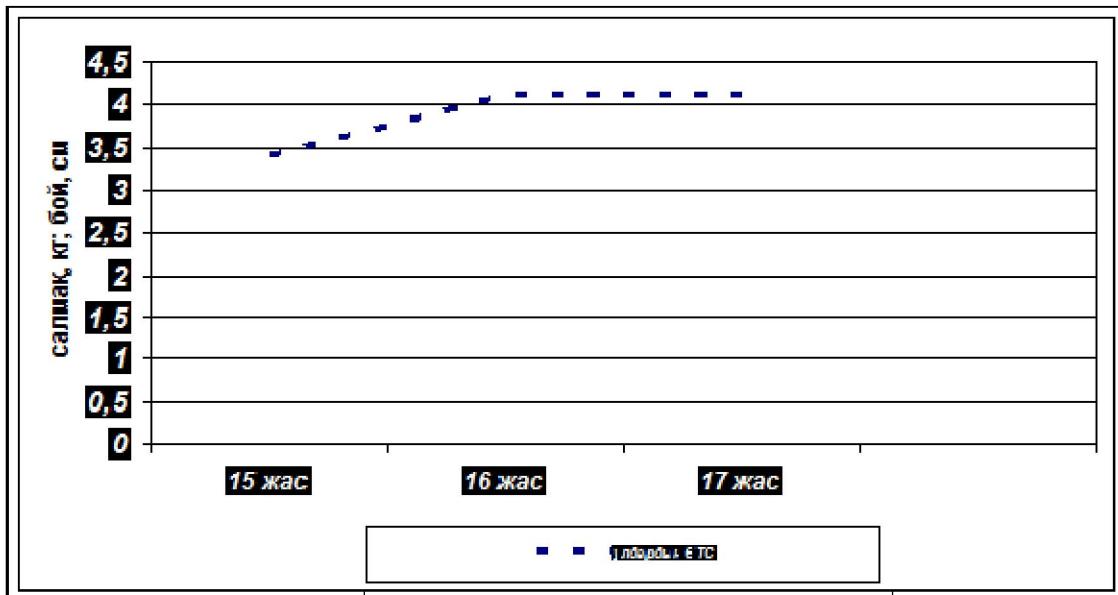
4-сурет – № 14 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (қыздар)

№21 орта мектебінде оқытын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (сурет 5, 6):

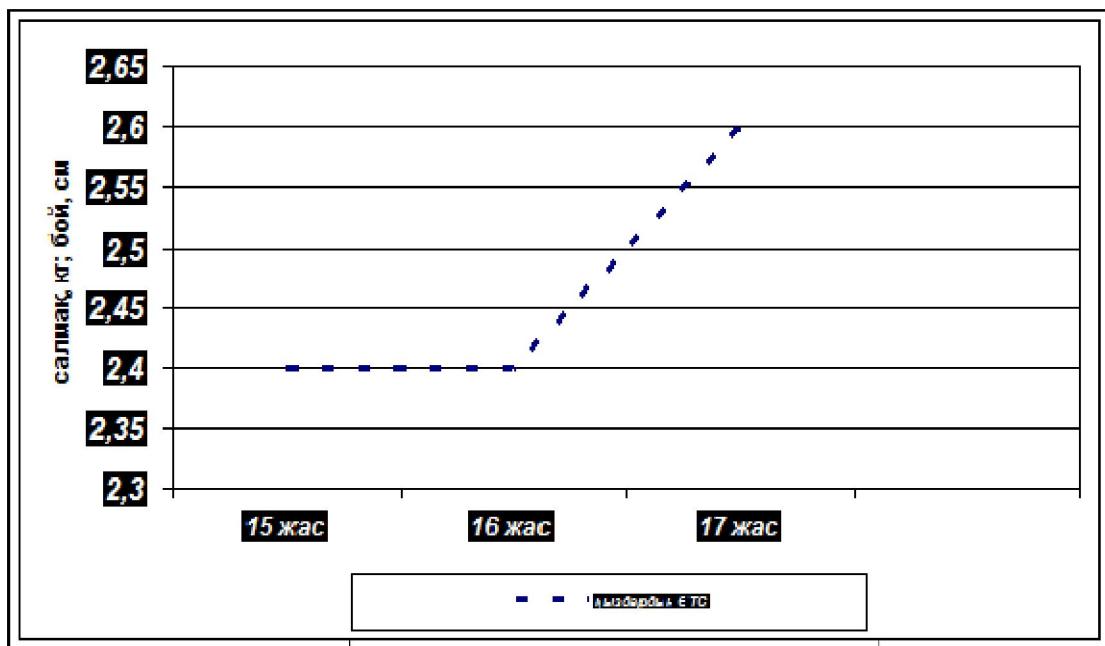
9 сыныптағы (15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,4 л, қыздарда – 2,4 л.

10 сыныптағы (16 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,3 л, қыздарда – 2,4 л.

11 сыныптағы (17 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сыйымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,4 л, қыздарда – 2,6 л.



5-сурет – № 21 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (ұлдар)



6-сурет – № 21 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (қыздар)

Мектеп арасындағы ұлдар мен қыздардың қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС) өлшемдері салыстырмалы түрде көрсетіледі (кесте).

Сөйтіп, 9-сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,35 есе, 10-сыныпта – 1,62 есе, ал, 11-сыныпта – 1,62 есе жоғары екені анықталды. Зерттелген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,52 есе жоғары.

Қалыпты жағдайдағы өкленің тіршілік сыйымдылығы (ӨТС)
өлшемдерінің мектепаралық салыстырмалық көрсеткіштері

Мектеп аты	9 сынып (15 жас)		10 сынып (16 жас)		11 сынып (17 жас)	
	Ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар	ұлдар	қыздар
№ 6 мектеп	3,8 л	2,5	4,05	2,5	3,9	2,4
№ 14 мектеп	3,9	2,6	4,2	2,8	4,0	2,6
№ 21 мектеп	3,4	2,4	3,3	2,4	3,4	2,6

№14 мектептің 9-сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,50 есе, 10-сыныпта – 1,50 есе, ал, 11-сыныпта – 1,53 есе жоғары екендігі анықталды. Зерттелген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,51 есе жоғары.

№21 мектептің 9-сыныбындағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,41 есе, 10-сыныпта – 1,37 есе, ал, 11-сыныпта – 1,30 есе жоғары екені анықталды. Зерттеу жүргізілген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,36 есе жоғары.

Осылайша №6 мектептің 9-сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,35 есе, 10-сыныпта – 1,62 есе, ал 11-сыныпта – 1,62 есе жоғары екені анықталды. Зерттелген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,52 есе жоғары.

№14 мектептің 9-сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,50 есе, 10-сыныпта – 1,50 есе, ал 11-сыныпта – 1,53 есе жоғары екені анықталды. Зерттелген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,51 есе жоғары.

№21 мектептің 9-сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда 1,41 есе, 10-сыныпта – 1,37 есе, ал, 11-сыныпта – 1,30 есе жоғары екені анықталды. Зерттеу жүргізілген үш сыныптағы ұлдардың ӨТС-ы қыздарға қарағанда орташа 1,36 есе жоғары.

Тұжырым. Жоғарыда келтірілген мәліметтерге талдау жасайтын болсақ, зерттеулер жүргізілген №6, №14 және №21 мектептерде оқытын ұлдардың ӨТС-ы сол мектептерде оқытын қыздардың ӨТС-ы мен салыстырғанда орташа 1,46 есе жоғары екені анықталды.

ӘДЕБИЕТ

- [1] Мажибаев К.А., Тыныбеков А.С., Егорычев В.Е. Результаты первого общенационального исследования состояния здоровья детей старшего школьного возраста // Мат-лы междунар. научно-практич. конф. «Проблемы, опыт и перспективы развития программы проведения скрининга раннего выявления заболеваний динамичного наблюдения и оздоровления населения РК». – Астана–Алматы, 2004. – С. 19-21.
- [2] Германюк Т.А., Аимбетова Г.Е. Профилактика инфекций, передаваемых половым путем, ВИЧ/СПИД, употребление вредных веществ среди детей, подростков и молодежи // Актуальные вопросы формирования здорового образа жизни, профилактики заболеваний и укрепления здоровья. – 2003. – № 3. – С. 44-45.
- [3] Осипенко Е.В., Тозик О.В. Мониторинг физического состояния старших школьников г. Гомеля // Формирование здорового образа жизни, организация оздоровительной работы с населением: матер. Междунар. научн.-практ. конф. – Витебск, 2007. – С. 104-106.
- [4] Хлебникова С.Н., Хлебникова О.Н., Тозик О.В. Оздоровительная физическая культура в структуре урока // Физическая культура в школе: научно-методический журнал. – 2007. – № 7. – С. 45-48 (список ВАК).
- [5] Нарскин А.Г., Тозик О.В. Физические упражнения и формирование функциональной системы адаптации к неблагоприятным условиям окружающей среды // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: матер. XVIII научн.-практ. конф. по проблемам физического воспитания учащихся. – Коломна, 2008. – С. 45-47.
- [6] Тозик О.В., Нарскин Г.И., Нарскин Г.И., Физическое состояние старшеклассников г. Гомеля // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: матер. XVIII научн.-практ. конф. по проблемам физического воспитания учащихся. – Коломна, 2008. – С. 75-77.
- [7] Тозик О.В. О роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни старшеклассников // Актуальные проблемы физического воспитания, спорта и туризма: матер. II Междунар. научн.-практ. конференции. – Мозырь: УО МГЛУ, 2008. – С. 247-249.
- [8] Нарскин Г.И., Тозик О.В., Ворочай Т.А. Оценка физического развития и физической подготовленности учащихся старших классов г. Гомеля // Матер. VII Межжнар. научово-практичной конференции. – Одеса: ПУ ДНУ ім. К. Д. Ушинського, 2008. – С. 314-317.
- [9] Ковалёва О.А., Тозик О.В., Ворочай Т.А., Новые подходы к уроку физической культуры и здоровья школьниц старшего возраста // Опыт и современные технологии в развитии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма: матер. Междунар. научн.-практ. конференции. – Минск: БГУФК, 2009. – С. 314-317.
- [10] Тозик О.В., Осипенко Е.В., Использование гимнастики «Бодифлекс» на уроках по физической культуре и здоровью со старшими школьниками // Здоровый образ жизни – основа профессионального и творческого долголетия: матер. Междунар. научн.-практ. конф. (Минск, 29–30 января 2009 г.). – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2009. – С. 199-201.

REFERENCES

- [1] Mazhibaev K.A., Tyntybekov A.S., Egorychev V.E. Rezul'taty pervogo obshchenacional'nogo issledovanija sostojanija zdorov'ja detej starshego shkol'nogo vozrasta // Materialy mezhdunarodnoj nauchno – prakticheskoy konferencii «Problemy, opty i perspektivy razvitiya programmy provedenija skrinininga rannego vyjavlenija zabolevanij dinamichnogo nabljudenija i ozdorovlenija naselenija RK». Astana–Almaty, 2004. S. 19-21.
- [2] Germanjuk T.A., Aimbetova G.E. Profilaktika infekcij, peredavaemyh polovym putem, VICh/SPID, upotreblenie vrednyh veshhestv sredi detej, podrostkov i molodezhi // Aktual'nye voprosy formirovaniya zdorovogo obraza zhizni, profilaktiki zabolevanij i ukrepleniya zdorov'ja. 2003. №3. P. 44-45.
- [3] Osipenko E.V., Tozik O.V. Monitoring fizicheskogo sostojaniya starshih shkol'nikov g. Gomelja // Formirovaniye zdorovogo obraza zhizni, organizacija ozdorovitel'noj raboty s naseleniem: mater. Mezhdunar. nauchn.-prakt. konf. Vitebsk, 2007. P. 104-106.
- [4] Hlebnikova S.N., Hlebnikova O.N., Tozik O.V. Ozdorovitel'naja fizicheskaja kul'tura v strukture uroka // Fizicheskaja kul'tura v shkole: nauchno-metodicheskij zhurnal. 2007. № 7. P. 45-48 (spisok VAK).
- [5] Narskin A.G., Tozik O.V. Fizicheskie uprazhnenija i formirovaniye funkcional'noj sistemy adaptacii k neblagoprijatnym uslovijam okruzhajushhej sredy // Chelovek, zdorov'e, fizicheskaja kul'tura i sport v izmenajushhemja mire: mater. XVIII nauchn.-prakt. konf. po problemam fizicheskogo vospitanija uchashchihsja. Kolomna, 2008. P. 45-47.
- [6] Tozik O.V., Narskin G.I., Narskin G.I. Fizicheskoe sostojanie starsheklassnikov g. Gomelja // Chelovek, zdorov'e, fizicheskaja kul'tura i sport v izmenajushhemja mire: mater. XVIII nauchn.-prakt. konf. po problemam fizicheskogo vospitanija uchashchihsja. Kolomna, 2008. P. 75-77.
- [7] Tozik O.V. O roli fizicheskoy kul'tury i sporta v formirovaniyi zdorovogo obraza zhizni starsheklassnikov // Aktual'nye problemy fizicheskogo vospitanija, sporta i turizma: mater. II Mezhdunar. nauchn.-prakt. konferencii. Mozyr': UO MGLU, 2008. P. 247-249.
- [8] Narskin G.I., Tozik O.V., Vorochaj T.A., Ocenka fizicheskogo razvitiya i fizicheskoy podgotovlennosti uchashchihsja starshih klassov g. Gomelja // Mater. VII Mlzhnar. naukovo-praktichnoj konferenci. Odesa: PU DNU im. K. D. Ushinskogo, 2008. P. 314-317.
- [9] Kovaljova O.A., Tozik O.V., Vorochaj T.A., Novye podhody k urokmu fizicheskoy kul'tury i zdorov'ja shkol'nic starshego vozrasta // Opty i sovremennyye tehnologii v razvitiu ozdorovitel'noj fizicheskoy kul'tury, sportivnyh igr i turizma: mater. Mezhdunar. nauchn.-prakt. konferencii. Minsk: UO BGUFK, 2009. P. 314-317.
- [10] Tozik O.V., Osipenko E.V., Ispol'zovaniye gimnastiki «Bodifleks» na urokah po fizicheskoy kul'ture i zdorov'ju so starshimi shkol'nikami // Zdorovyj obraz zhizni – osnova professional'nogo i tvorcheskogo dolgoletija: mater. Mezhdunar. nauchn.-prakt. konf. (Minsk, 29-30 janvarja 2009 g.). Minsk: GU «RUMC FVN», 2009. P. 199-201.

**МЕЖШКОЛЬНЫЕ СРАВНИТЕЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЖИЗНЕННОЙ ЕМКОСТИ ЛЕГКИХ
У ШКОЛЬНИКОВ СТРАШИХ КЛАССОВ ГОРОДА ТУРКЕСТАНА**

И. А. Ишигов, Р. Б. Жумабекова

Международный казахско-турецкий университет им. Х. А. Ясави, Туркестан, Казахстан

Ключевые слова: ученики старших классов, жизненная емкость легких, юноши и девушки.

Аннотация. В статье приводятся межшкольные сравнительные данные по исследованию жизненной емкости легких у учеников старших классов некоторых школ г. Туркестан. По полученным результатам установлено, что жизненная емкость легких у мальчиков больше чем у девушек.

Поступила 05.04.2016 г.