

S. A. Ajaev, B. T. TastemirovaInternational Kazakh-Turkish university named H. A. Yasavi, Turkestan, Kazakhstan.
E-mail: bibka-087@mail.ru**INTERSCHOLASTIK COMPARATIVE FIGURES LUNG CAPACITY
AMONG SCHOOLCHILDREN TURKESTAN CITY HIGH SCHOOL**

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 found that the performance of boys lung capacity is greater than in girls.

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

ӨОК 616.24

С. А. Ажаев, Б. Т. Тастемирова

Қ. А. Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті, Түркістан, Қазақстан

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

Аннотация. Мақалада Түркістан қаласындағы кейбір мектептердің жоғары сынып оқушыларында өкпенің тіршілік сиымдылығының мектепаралық салыстырмалы көрсеткіштерінің нәтижелері келтірілген. Алынған нәтижелер бойынша ұлдардың өкпенің тіршілік сиымдылығы қыздарға қарағанда жоғары екендігі анықталған.

Түйін сөздер: жоғары сынып оқушылары, өкпенің тіршілік сиымдылығы, ұлдар және қыздар.

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

Зерттеу тәсілдері. Өкпенің тіршілік сиымдылығы жалпыға мәлім спирометрия әдісімен анықталды.

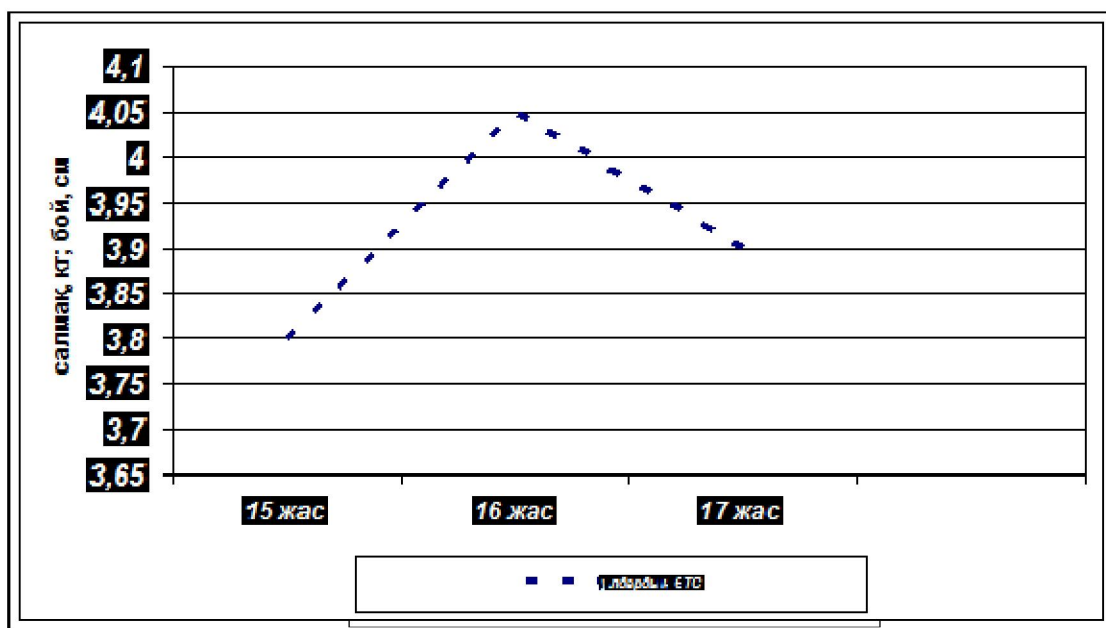
Зерттеу нәтижелері және оларды талқылау. Тыныс алудың негізгі өкпенің тіршілік функциялық сипаты өкпенің тіршілік сиымдылығы болып саналады, яғни адамның алдын ала терең дем алып, дем шығару кезіндегі ауаның максималды дем көлемі. Өкпенің тіршілік сиымдылығы (ӨТС) дем алу көлемінен және дем шығару резервті көлемінен тұрады. Ал максималды дем шығарғаннан кейін де өкпеде ауа қалып қалады, ол қалдық ауа өкпенің тіршілік сиымдылығы спирометр құралы арқылы анықталады. Өкпенің тіршілік сиымдылығы бойдың әрбір 5 см өсуіне 400 мл жоғарлап отырады, организмнің тыныс алу түрі (тип) мен жаттығу дәрежесіне тәуелді болады. Өкпенің тіршілік сиымдылығы жас кезінен бастап спорт ойындарымен шұғылданған адамдарда жоғары болады [6].

№6 орта мектебінде оқитын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (1, 2-суреттер):

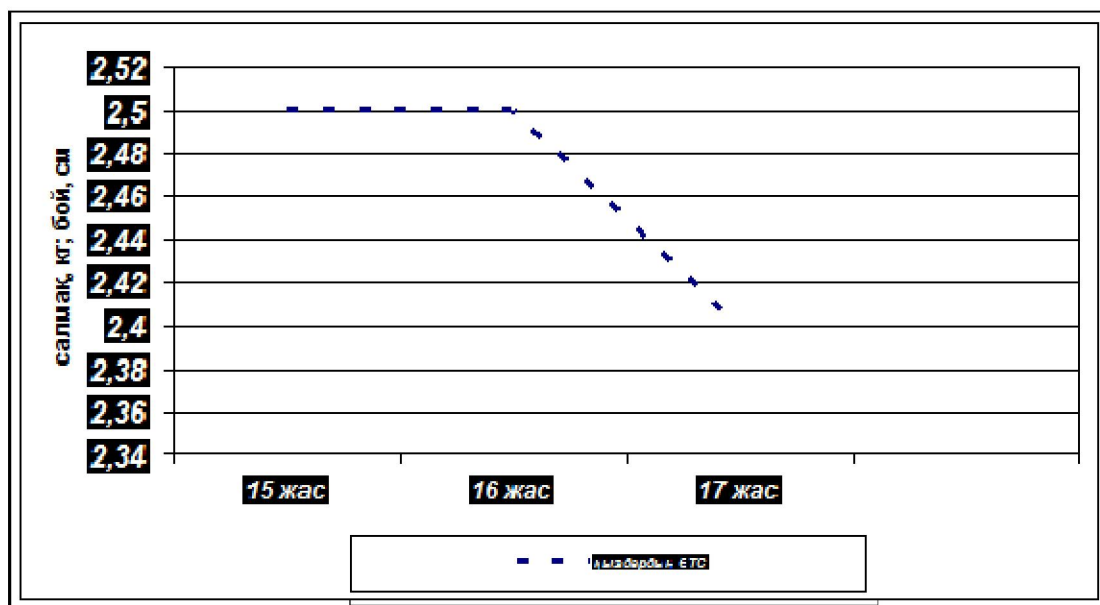
9 сыныптағы (14-15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,8 л, қыздарда – 2,5 л.

10 сыныптағы (15-16 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 4,05 л, қыздарда – 2,5 л.

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



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



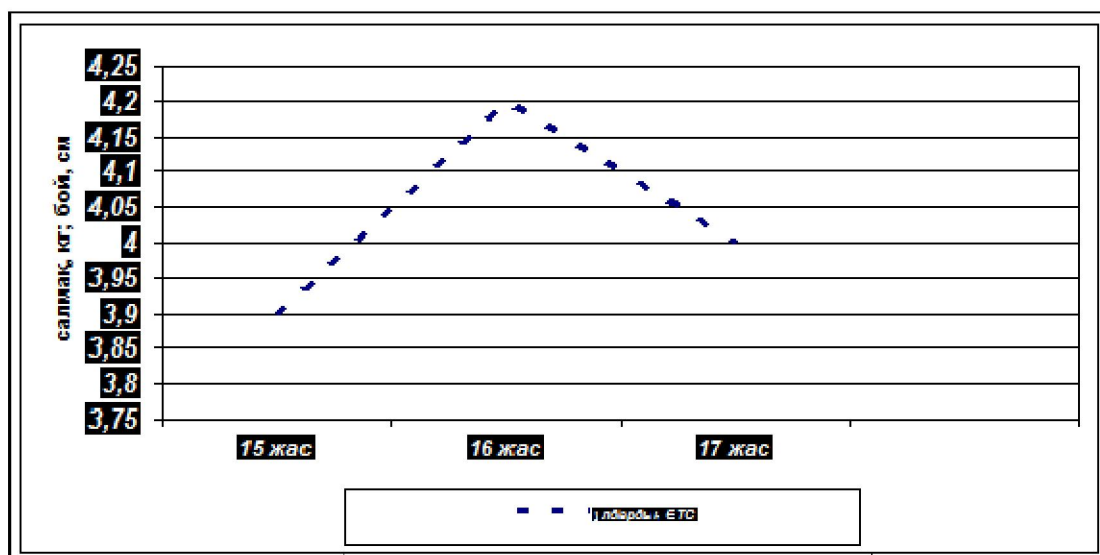
2-сурет – № 6 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (қыздар)

№14 орта мектебінде оқитын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сиымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (3, 4-суреттер):

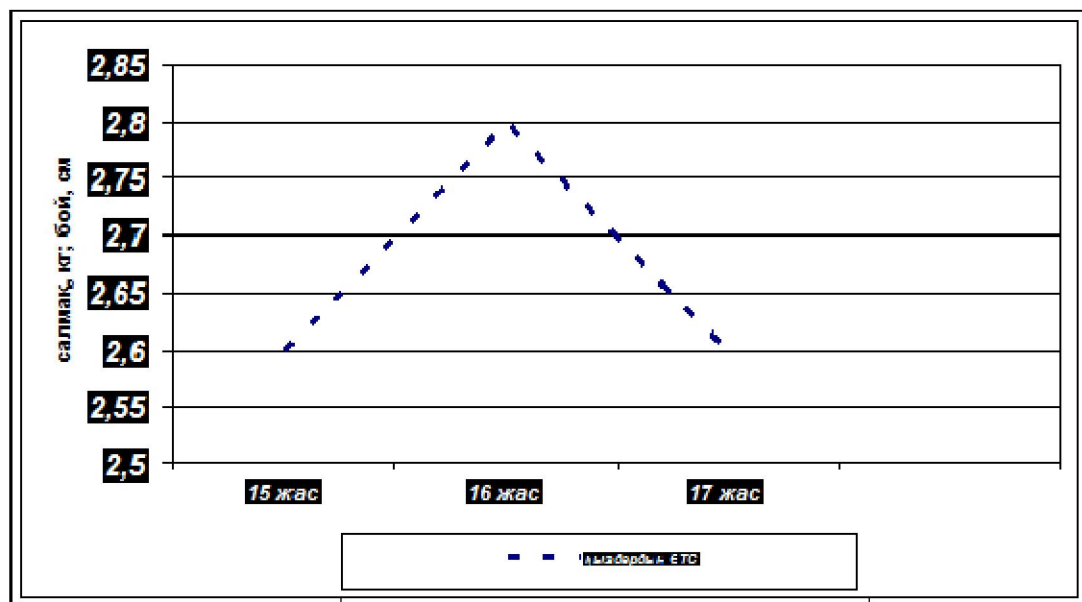
9 сыныптағы (15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сиымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,9 л, қыздарда – 2,6 л.

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

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



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



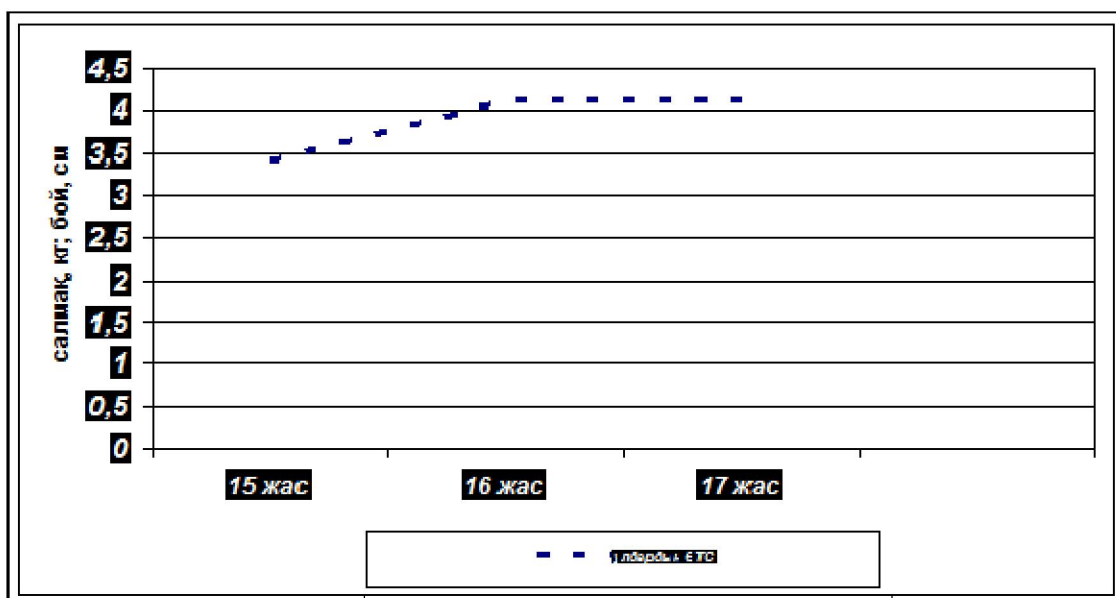
4-сурет – № 14 орта мектебі жоғары сынып оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сиымдылығы (ӨТС) көрсеткіштері (қыздар)

№21 орта мектебінде оқитын оқушыларының қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сиымдылығы (ӨТС) өлшемдері көрсеткіштерін келтіреміз (5, 6-суреттер):

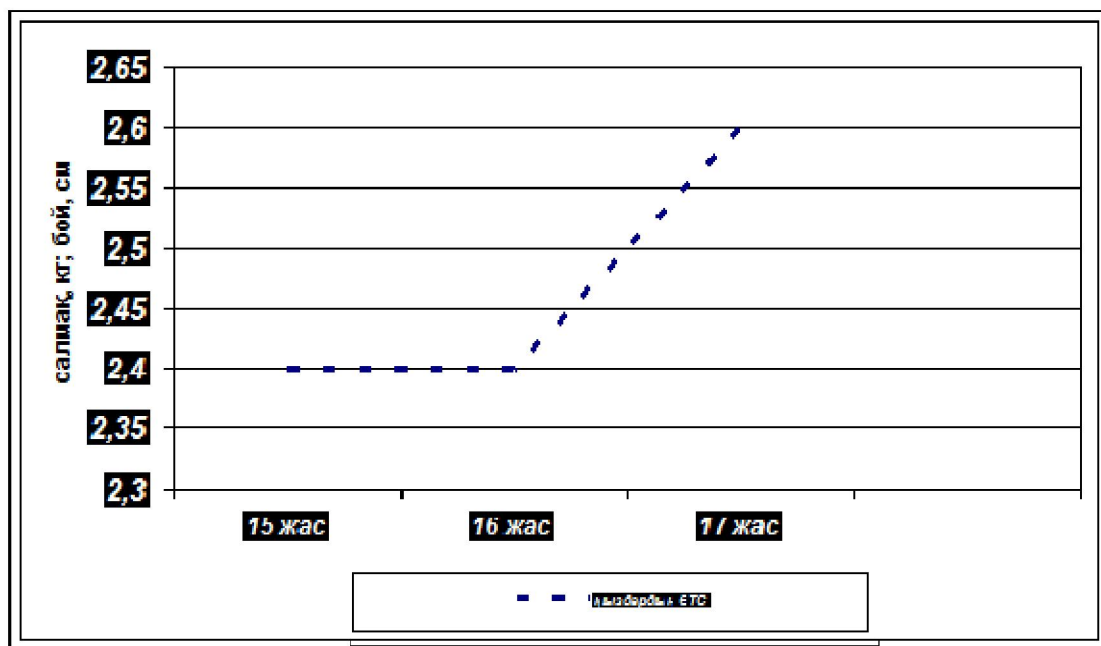
9 сыныптағы (15 жас) ұлдардың өкпенің тіршілік сиымдылығының (ӨТС) орташа көрсеткіштері – 3,4 л, қыздарда – 2,4 л.

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

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



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



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

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

Қалыпты жағдайдағы өкпенің тіршілік сымдылығы (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

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.

№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 оқитын ұлдардың ӨТС-ы сол мектептерде оқитын қыздардың ӨТС-ы мен салыстырғанда орташа 1,46 есе жоғары екені анықталды.

ӘДЕБИЕТ

[1] Мажигаев К.А., Тыныбеков А.С., Егорычев В.Е. Результаты первого общенационального исследования состояния здоровья детей старшего школьного возраста // Мат-лы междунар. научно-практ. конф. «Проблемы, опыт и перспективы развития программы проведения скрининга раннего выявления заболеваний динамического 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: мат-лы 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.

[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: мат-лы 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: мат-лы 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: мат-лы II междунар. научн.-практ. конференции. – Мозырь: УО МГЛУ, 2008. – С. 247-249

[8] Нарский Г.И., Тозик О.В., Ворочай Т.А., Оценка физического развития и физической подготовленности учащихся старших классов г. Гомеля // Мат-лы VII междунар. научно-практической 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 школьников старшего возраста // Опыт и современные технологии в развитии оздоровительной физической культуры, спортивных игр и туризма: мат-лы междунар. научн.-практ. конф. – Минск: УО 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: мат-лы междунар. научн.-практ. конф. (Минск, 29–30 января 2009 г.). – Минск: ГУ «РУМЦ ФВН», 2009. – С. 199-201.

REFERENCES

[1] Mazhibayev K.A., Tynybekov A.S., Yegorichev V.E. Summarize the results of the first comprehensive study of the health of the elders in the high school // The international scientific-practical conference "Problems, perspectives and perspectives of the development of the program of studying the dynamics of the periodicals and their improvement in the Republic of Kazakhstan". Astana-Almaty, 2004. P. 19-21.

[2] Germaniyak T.A., Aimbetova G.E. Prevention of infections, transmitted infections, HIV/AIDS, childbearing, and childbearing, childbirth and adolescence // Actual questions of forming the healthy way of life, prevention of sickness and health. 2003. N 3. P. 44-45.

[3] Osipenko E.V., Tozik O.V. Monitoring the physical condition of senior schoolchildren in Gomel // Forming a healthy lifestyle, organization of health work with the population: mater. Intern. scientific-practical. conf. Vitebsk, 2007. P. 104-106.

[4] Khlebnikova S.N., Khlebnikova O.N., Tozik O.V. Improving physical culture in the structure of the lesson // Physical culture in school: a scientific and methodical journal. 2007. N 7. P. 45-48.

[5] Narskin A.G., Tozik O. Physical exercises and the formation of a functional system of adaptation to unfavorable environmental conditions // Man, health, physical culture and sport in a changing world: Mater. XVIII scientific-practical. Conf. on the problems of physical education of students. Kolomna, 2008. P. 45-47.

[6] Tozik O.V., Narskin G.I., Narskin G.I. Physical condition of Gomel senior pupils // Human, Health, Physical Culture and Sport in a Changing World: Mater. XVIII scientific-practical. conf. on the problems of physical education of students. Kolomna, 2008. P. 75-77.

[7] Tozik O.V. About the role of physical culture and sport in the formation of a healthy lifestyle of senior pupils // Actual problems of physical education, sport and tourism: mater. II Intern. scientific-practical. conference. Mozyr: UO MSLU, 2008. P. 247-249.

[8] Narskin G.I., Tozik O.V., Vorochay T.A. Evaluation of physical development and physical readiness of high school students in Gomel, Mater. VII Междунар. scientific and practical conference. Odessa: PU DNU ім. К. Д. Ушинский, 2008. P. 314-317.

[9] Kovalyova O.A., Tozik O.V., Vorochay T.A. New approaches to the lesson of physical culture and health of schoolgirls of older age // Experience and modern technologies in the development of health-improving physical culture, sports games and tourism: mater. Intern. scientific-practical. conference. Minsk: UO BGUFK, 2009. P. 314-317.

[10] Tozik O.V., Osipenko E.V. Use of gymnastics "Bodyflex" in lessons on physical culture and health with senior schoolchildren // Healthy lifestyle is the basis of professional and creative longevity: mother. Intern. scientific-practical. conf. (Minsk, January 29–30, 2009). Minsk : GU "RMTС FVN", 2009. P. 199-201.

С. А. Ажаев, Б. Т. Тастемирова

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

МЕЖШКОЛЬНЫЕ СРАВНИТЕЛЬНЫЕ ПОКАЗАТЕЛИ ЖИЗНЕННОЙ ЕМКОСТИ ЛЕГКИХ У ШКОЛЬНИКОВ СТАРШИХ КЛАССОВ ГОРОДА ТУРКЕСТАНА

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 девочек.

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

Сведения об авторе:

Тастемирова Бибигуль Турсынбековна – преподаватель кафедры морфологии и физиологии человека медицинского факультета им. Х. А. Ясави, Туркестан, Казахстан