

Өвөрмонголын бага сургуулийн монгол сурагчдын бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийг судалсан байдал

Liu. Batu

Өвөрмонголын Үндэстний Их Сургуулийн

Хураангуй

Өвөрмонгол орны монгол хүүхэд, залуучуудын бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн судалгааны ихэнх нь их, дээд сургуулийн оюутны бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн судалгаа голлож байдаг. Харин бага, дунд сурагчдын судалгаа хомс байна. Сургуулийн бага насанд хүүхдийн бие бялдрын бүх талын хөгжлийн суурь тавигддаг, хүний нэг насны хөдөлгөөний дадал бий болж төлөвших үе шат мөн. Энэ насны сурагчдын олж авсан биеийн тамирын боловсрол, эрүүл мэнд, амьдралын дадал зэрэг нь тэдгээрийн насан туршийн өв хөрөнгө болдог учраас чухал байр суурийг эзэлдэг байна.

Хүүхдийн биеийн эрүүл чийрэг өсөлт бойжилтыг түүний бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийн түвшингээр тодорхойлж болно.

Энэхүү өгүүллээр өвөрмонголын бага сургуулийн монгол сурагчдын бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийн судалсан байдлыг тоймлон өгүүлж цаашдын судалгааны арга зүйг болон онолын сууриа тавихыг хүссэн билээ.

Түлхүүр үг

Өвөрмонгол, монгол сурагчид, бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилт

Судлагдсан байдал

Өвөрмонголын өөртөө засах орон нь Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын зүүн хойноос баруун хойд хүртэл 1,183,000 км² өргөн уудам нутаг дэвсгэртэй монгол үндэстний орон юм. Бүгд Найрамдах Хятад Ард улс дахь Монгол үндэстэн нь зургаан сая гаруй хүн амтай. Үүний 70%-аас дээш монголчууд нь Өвөрмонгол оронд тархан суурьшсан. Тухайлбал, Өвөрмонголын зүүн хойд оршдог Тонляо хотод Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын бүх Монголчуудын 1/4, Өвөрмонгол орны нийт Монголчуудын 1/3 нь төвлөрсөн байдаг. Монгол сурагчдын судалгаа нь бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийг судлахад чиглэгдэж байснаас биш хүн амын тархалт, газар орны аж ахуйн хөгжлийн онцлог, амьдралын ёс заншил зэрэг шалтгаалж болох хүчин зүйлүүд төдийлөн судлаагүй байсан.

Сурагчдын бие бялдрын хөгжил, эрүүл мэндийн байдал нь хүн төрөлхтний хамгийн чухал асуудлын нэг болоод байгаа билээ. Иймээс Бүгд Найрамдах Хятад Ард улс “Хүн амын бие бялдрын түвшин тогтоох сорил”-ыг таван жилд нэг удаа улсыг төлөөлж чадах 31 мужийг сонгон, бүх насны сурагчдын бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийг үнэлдэг.

21-р зуунаас биеийн тамирын хичээлд оролцох сурагчдын идэвх суларснаас тэдгээрийн бие бялдрын чадавх илэрхий буурах, таргалалтай сурагчдын тоо эрс нэмэгдэх хандлага бий болсон. Иймээс Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын сурган

хүмүүжүүлэх хэлтсээс 2007 онд “Сурагчдын бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн сорил”-ыг жилд нэг удаа үнэлэх болсноор сурагчдын биеийн тамираар хичээллэх идэвх дээшилсэн байна. 2014 оноос энэхүү нормативд бага ангийн сурагчдын *бие бялдрын хөгжлийг* биеийн өндөр (ясны хөгжлийг), биеийн жин (хоолны шим тэжээлийг), цээжний тойрог (цээжин хөндийн их бага ба өвчүүний булчингийн хөгжлийг), уушгины амьдралын багтаамжийн (уушгины хий нэвтрэх ба тэлэх чадварыг) үзүүлэлтээр, харин *бие бялдрын бэлтгэлжилтийг* нэг минутын дээш үсрэлт, нэг минут тулж суусан байдлаас босож суух дасгалаар хүчний тэсвэрийг, 8 удаа х 50 м зайд хэрж гүйх гүйлтээр тэсвэрийг, суугаа байдлаас урагш бөхийлтөөр уян хатныг, 50 м гүйлтээр хурдны чадавхыг тус тус тодорхойлох өөрчлөлтийг оруулжээ (Зан И Хун, 2017, х.45-48).

Одоогоор Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын сурагчдын бие махбодын эрүүл мэндийг судалсан судалгаа олон байдаг ч ихэнх нь сурагчдын бие бялдрын хөгжил, бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшинг харьцуулсан судалгаа болно. Тэдгээр судалгаа нь Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын нийгмийн хурдацтай хөгжил ба хүмүүсийн амьдралын нөхцөл дээшлэхэд харин эсрэгээр сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшин доошлох хандлагатай байна гэсэн дүгнэлтэд хүрлээ. Бодитой илрэл нь сурагчдын биеийн өндөр ба биеийн жин жилээс жилд нэмэгдэж,

хэвийн жингээс илүүдэлтэй тарган сурагчдын тоо олширч, сурагчдын хүч, хурд, уян хатны чадавх буурсан (Жао Хун Лин Заоюн Хай, 2000) нь өнөөгийн тулгамдсан асуудлын нэг болох нь харагдаж байна.

Судалгааны арга зүй

Өвөрмонголын сургуулийн бага насанд хүүхдийн бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн онцлогийг илрүүлэх зорилгоор баримт бичиг, эх зохиолд дүн шинжилгээ хийх аргыг ашигласан болно.

Судалгааны хэсэг

Бага боловсролд тулгамдаж байгаа асуудлын нэг бол сүүлийн жилүүдэд хэвийн хэмжээнээс хэтэрсэн илүүдэл жинтэй сурагчдын тоо ихээр нэмэгдэж байгаа тухай юм. Үүнийг биеийн тамирын боловсролтой уялдуулж биеийн жинг хэвийн байдалд оруулах боломжтой.

Бид сургуулийн бага насанд хүүхдийн бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийн судалсан гадаад, дотоодын эрдэмтдийн бүтээлийг судлан, судалгааны ажилдаа баримтлах онол, арга зүй, чиг хандлагаа тодорхойлох үүднээс судлагдсан байдлыг тоймлон авч үзлээ.

Өвөрмонголын сургуулийн бага насанд хүүхдийн бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилт чухал байр суурь эзэлдэг болохыг нотолсон судалгааны ажлууд цөөнгүй байна. Тухайлбал,

Бие бялдрын хөгжлийн талаар:

- Анхны өгүүлэл 1965 онд нийтлэгдсэн байдаг (Пэн Т, 1965, х.41-43).
- 1984 онд Хөлөнбуйр хошууны буриад монголын 7-16 насны сурагчдын биеийн өндөр, биеийн жин, суугаа өндөр ба цээжний тойргийн судалсан боловч харьцуулсан судалгаа хийгдээгүй байна (Пэн и. 1965, х.41-43).
- Харин 1989 онд “Монгол хүүхдийн бие бялдрын хөгжлийн судалгаа” өгүүлэлд тухайн үеийн Жирим аймаг (Одоогийн Тонляо хот) ба Шилийн гол аймгийн 4747 монгол сурагчдаас биеийн өндөр, биеийн жин, суугаа өндөр, цээжний тойргоос гадна мөрний, аарцагны өргөнийг нэмж хэмжсэн байна. 7-18 насны Хятад ба Өвөрмонголын (хөх хотын монгол үндэстний) ижил насны сурагчдын үзүүлэлтийг харьцуулахад Монгол сурагчдын биеийн өндөр Хятад сурагчдынхаас бага, харин биеийн жин Хятад сурагчдынх илүү байна гэсэн дүгнэлтийг хийжээ. Мөн тус өгүүлэлд 1962 оны Хөх

хотын монгол сурагчдын бие бялдрын хөгжлийн үзүүлэлтийг харьцуулахад 1962-1985 онуудад 23 жилийн хугацаанд Монгол сурагчдын биеийн өндөр өнгөрсөн оныхоос хөвгүүдийнх 4.3 см, охидынх 3.0 см-ээр, биеийн жингийн хөвгүүдийнх 3.1 кг, охидынх 2.6 кг-аар нэмэгдсэн байна.

- Өвөрмонгол орны аймаг, хошууны бага, дунд сургуулийн сурагчдын бие бялдрын хөгжлийн судалгаа жил ирэх тусам нэмэгджээ. Тухайлбал, өмнөд хошууны бага дунд сургуулийн Монгол сурагчдын бие бялдрын хөгжлийн 17 жилийн өмнө 7-16 насны Монгол сурагчдын үзүүлэлттэй харьцуулбал охидын биеийн өндөр 3.63 см-ээр, биеийн жин 1.72 кг-аар, цээжний тойрог 3.19 см-ээр нэмэгдсэн бол хөвгүүдийн биеийн өндөр 4.09 см-ээр, биеийн жин 2.10 кг-аар, цээжний тойрог 3.33 см-ээр нэмэгдсэн байна (Жао Лиан, Зан Юүн Пэй. 1999, ху 112-112).
- 1985-2000 оны 15 жилийн хугацаанд Өвөрмонголын Тонляо хотын 6-18 насны монгол сурагчдын биеийн жин огцом нэмэгдэж, тарган сурагчдын тоо нэмэгдсэн нь Бүгд Найрамдах Хятад Ард улс чөлөөт бодлогыг хэрэгжүүлсний үр дүнд хүмүүсийн амьдралын нөхцөл сайжирч, хоолноос авах энергийн хэмжээ, биед хадгалагдах өөхний хэмжээ нэмэгдэнтэй холбоотой гэж дүгнэжээ. Лин Зэ, Бүрэнбат. 2012, ху 102-104).
- Бугат хотын бага, дунд сургуулийн сурагчдын тухайн насанд байх ёстой хэвийн жингээс 26,30% нь илүүдэл жинтэй, 13,15% нь хэт таргалалттай сурагчид эзэлж байна.
- 2017 онд Монгол, Хотон, Уйгар, Солонгос, Зон үндэстний 7-18 насны сурагчдын дунд таргалалттай сурагчдыг судлахад хамгийн их таргалалттай үндэстэн нь 12.72%-иар Солонгос, дараа нь 7.10%-иар Монгол үндэстэн орсон байна (Гуу Лин, Ма Зүн. 2017, х.338-341).
- Монгол сурагчдын уушигны амьдралын багтаамжийг судалсан судалгааны тоо цөөхөн ч нийтэлсэн өгүүлэл байна. Тухайлбал, 1985-2005 онуудад (20 жил) Монгол хүүхдийн уушигны амьдралын багтаамжийн дундаж үзүүлэлт хөвгүүдийнх 188.33 мл, охидынх 349.94 мл-ээр буурсан байна.
- Судлаачдын дээрх бүтээлүүд Өвөрмонголын бага ангийн Монгол сурагчдын бие бялдрын хөгжлийг харьцуулах чиглэлээр хийгдсэн байна. Монгол сурагчдын биеийн жин, биеийн өндрийн үзүүлэлт жил бүр нэмэгдэж, ялангуяа хэвийн хэмжээнээс хэтэрсэн

илүүдэл жинтэй сурагчдын тоо ихээр нэмэгдэж байна гэсэн дүгнэлтэд хүрлээ. Энэ нь бидний судалгааны ажлын судлах асуудал болж байна.

Бие бялдрын бэлтгэлжилтийн талаар:

- Өвөрмонголын бага сургуулийн Монгол сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн судалгааны ажил хорьдугаар зууны сүүлээс аажмаар нэмэгдэж ирсэн. Тухайлбал, 1998 онд Өвөрмонголын бага сургуулийн монгол хятад сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийг харьцуулахад монгол сурагчдын хүч ба хурдны чадавх хятад сурагчдаас илүү, харин хятад сурагчдын уян хатан, хөдөлгөөний чадавх нь монгол сурагчдаас илүү байна гэсэн дүгнэлтийг хийжээ (Чэн Юүн Шэн, 1998, х.83-83)
- Хятадын эрдэмтэн Фү Кэ И Тонляо хотын бүх хошууны бага, дунд сургуулийн монгол сурагчдын 1985-2000 оны судалгаанд бүх сурагчдын хүч хурд, уян хатан чадавх нь сайжрах, тэсвэр хүч нь буурах хандлагатай байгаа бага сургуулийн сурагчдын биеийн тамирын хөдөлгөөний идэвх буурч, биеийн илүүдэл жинтэй сурагчдын тоо нэмэгдсэнтэй холбож дүгнэсэн байна (Фү кэ и., Ван бао сия. 2003, х.564-566).
- Хятадын эрдэмтэн Лян Шао Шан 1985-2000 онд Тонляо хотын 7-12 насны монгол сурагчдын 1 минутанд турникэнд сунаих үзүүлэлт хотын эрэгтэй сурагчдын дундаж 3.24 удаа, хөдөөгийнх 0.75 удаагаар нэмэгдсэн. 50 м х 8 удаа гүйсэн үзүүлэлт хотын эрэгтэй сурагчдын 27.76 с-ээр, хөдөөнийх 11.0 с-ээр, хотын эмэгтэй сурагчдын 24.01 с, хөдөөний 19.21 с-ээр тус тус буурсан байна. Суугаа байдлаас урагш бөхийлтийн үзүүлэлт хотын эрэгтэй сурагчдынх 1.05 см-ээр, хөдөөнийх 2.87 см-ээр, хотын эмэгтэй сурагчдынх 1.83 см-ээр, хөдөөнийх 0.69 см-ээр тус тус нэмэгдсэн байна. Энэ нь Монгол сурагчдын хүч ба уян хатны чадавх сайжирч, тэсвэрийн чадавх буурсан байна.
- Хятадын судлаач Чи Ли Сияа 2000-2005 онуудад Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын таван цөөн тоот үндэстний бага, дунд сургуулийн сурагчдын бие бялдрын чадавх монгол сурагчдын 50 м гүйсэн үзүүлэлт бусад дөрвөн үндэстнээс муу, харин байрнаас уртын харайлт, 50 м хэрж гүйх гүйлт, турникэнд сунайлтын үзүүлэлт таван жилийн өмнөхөөс дээшилсэн (Чи Ли Сияа, 2010, х.64).
- Хятадын эрдэмтэн Зао Хун Линий 2010 онд

хийсэн судалгаанд Өвөрмонголын монгол сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилт нь Хятад сурагчдынхаас доогуур байна гэж дүгнэжээ.

Дээрх бүтээлүүд Өвөрмонголын бага ангийн Монгол сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн талаарх судалгаа байна. Ялангуяа сүүлийн жилүүдэд системтэй хийсэн судалгаа дутмаг, бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшинг тодорхойлох шинжлэх ухааны үндэслэлтэй судалгааны нэгдсэн аргачлал хангалтгүй байна (Чи Ли Сияа, 2010, х.64). Иймээс энэхүү аргачлалыг илүү боловсронгуй болгосноор Монгол сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилт түүнд нөлөөлөх хүчин зүйлийг илрүүлж, Монгол хүүхдийн бие махбодыг эрүүл чийрэг хөгжүүлэх арга зүй болж чадна гэж үзэж байна.

Дүгнэлт

- Хүүхэд, залуучуудын эрүүл мэндийн асуудал аль эртнээс чухалчлагдаж ирсэн.
- Бүгд Найрамдах Хятад Ард улсын засгийн газраас сурагчдын бие бялдрын чадавхыг дээшлүүлэхийн тулд “Улсын биеийн тамирын боловсролын сорил”, “Их сургуульд орох элсэлтийн шалгалт”, “Бага, дунд сургуулийн сурагчдын биеийн тамирын шалгалт”, “Сурагчдын бие бялдрын чийрэгжилтийн сорил”, “Анги дэвшихэд өгөх биеийн тамирын шалгалт” зэрэг дүрэм тогтоолуудыг боловсруулж, хэрэгжүүлсэн байна.
- Улсын хэмжээнд таван жилд нэг удаа “Бүх сурагчдын бие бялдрын чийрэгжилтийн түвшинг тогтоох сорил”-ыг, 2 жилд нэг удаа “Сурагчдын бие бялдрын чадавхыг хянах сорил”-ыг, жилд нэг удаа “Сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшин тогтоох сорил” зэрэг сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтэд тавих хяналтын тогтолцоог бий болгосон. Гэвч сургууль, гэр бүлийн хүмүүжлийн онцлог, амьдралын ёс заншил зэргээс шалтгаалж, сурагчдын бие бялдрын чадавхын хөгжил харилцан адилгүй байна.
- Өвөрмонголын сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн судалгаа нь хэсэг бүс нутгаар голлох байдал ажиглагдаж байна. Тухайлбал, Хөх хотын сурагчдын судалгаа олон харин Хянган, Хөлөнбуйрын сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн судалгаа харьцангуй цөөн байна. Энэ нь Өвөрмонголын бүх аймаг хошууны газар зүйн байрлал, аж ахуйн хөгжил, амьдралын ёс заншил өөр өөр байхад, хэсэг газрын сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн түвшингээр Өвөрмонголын

бүх сурагчдыг төлөөлүүлэн дүгнэж байгаа нь тохиромжгүй. Иймээс Өвөрмонгол орны газарзүйн байрлалаар судалгааны ажлын хүрээг өргөтгөхөд илүү анхаарах хэрэгтэй байна.

- Бага ангийн сурагчдын бие бялдрын хөгжил ба бэлтгэлжилтийг харьцуулсан судалгаа голлож байгаа, харин сурагчдын бие бялдрын хөгжил, бэлтгэлжилтийг дээшлүүлэх, сайжруулах арга зүйн судалгаа дутмаг байгаа нь харагдлаа.
- Биеийн тамирын сургалтын арга зүйг заадаг багшийн хувьд Өвөрмонголын монгол сурагчдын бие бялдрын чадавхыг дээшлүүлэх арга зүйн судалгааг чухалчлан хийвэл, сая бид эрүүл чийрэг бие махбодтой улсын залгамжлагчийг хүмүүжүүлэн, улс ба үндэстнийхээ ирээдүйн хөгжилтөд хувь нэмрээ оруулж чадна гэж үзэж байна.

Ашигласан материал

- Пэн, И. (1965). *Хөх хотын Монгол Үндэстний сурагчдын бие бялдрын хөгжлийн судалгаа. Хятад улсын эрүүл мэнд сэтгүүл*, 10
- Жао Лиан., Зан Юүн Пэй. (1999). *Отгог хошууны монгол бага дунд сургуулийн бага ангийн сурагчдын 17 жилийн хугацаан дахь өсөлт хөгжлийн өөрчлөлт. Хятад улсын сургуулийн сурагчдын эрүүл мэнд сэтгүүл*. 20
- Жао Хун Лин., Заоюн Хай. (2005). 2000 оны *Тонляо хотын монгол сурагчдын хоол тэжээлд нөлөөлөх хүчин зүйлс. Чөлөөлөх цэргийн урьдчилан сэргийлэх эмнэлгийн ухаан сэтгүүл*. 23
- Лин Зэ., Бүрэнбат. (2012). *6-18 насны монгол сурагчдын биеийн өндөр, жингийн өсөлтийн хөгжилд хийсэн дүн шинжилгээ*. 28
- Гуу Лин, Ма Зүн. (2007). *991-2010 оны Хятадын 5 цөөхөн тоот Үндэстний 7-18 насны сурагчдын таргалалтын байдал*.
- Чэн Юүн Шэн. (1993). *Монгол Хятад үндэстний сурагчдын ялгаа*
- Фү Кэ И., Ван Бао Ся. (2003). *Тонляо хотын бага дунд сургуулийн сурагчдын биеийн чадавхын өөрчлөлтийн онцлог ба ялгаа*. 18.
- Чи Ли Ся. (2010). *2000-2005 оны Хятадын баруун орны 5 цөөхөн тоот үндэстний 7-18 насны сурагчдын биеийн чадавхын харьцуулалт*.
- Зан И Хун. (2017). *Улс ардын биеийн чадавхын хэмжилт ба үнэлгээ*. Шинжлэх ухаан хэвлэлийн хороо. х.45-48
- Тус өгүүлэл нь “Эрүүл чийрэг хятад ард улс”-ын өвөрмонголын тариалах малжих орны бага, дунд сургуулийн сурагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийн сурган хүмүүжүүлэх тухай (Зөвшөөрлийн дугаар ВМА170028) судалгааны сэдвийн шатанд чанартай бүтээл болно.

Study on the Physique Development and Preparation of Mongolian Students in Mongolian Primary Schools in Inner Mongolia

Liu. Batu

Inner Mongolia University For Nationalities professor

Abstract

The orientation of studies in the physical development and trainings of youth in Inner Mongolia have mostly considered students of higher education. Precisely, the study involved primary and secondary school children is still rare. All of the basic development of physical sportsmanship skills in human being like a dynamic speed and power started to shape at their early childhood age. So it is a human development period that we must focus on their sportsmanship skills more. It is important because at their young ages children set up own physical, health and lifestyle educations that form their lifelong physical capacity.

As defining the level of physical development and training of children at their early young age we can measure and describe how healthy their physical development is growing up.

In this article we will introduce a review of our research among the primary school children in Inner Mongolia aimed to define their development of sportsman skills and find out an appropriate theory and methodology can use in our next study.

Key word

Inner Mongolia, Mongolian students, physical development and preparation