ИССЛЕДОВАНИЕ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ, УРОВНЯ БИОЛОГИЧЕСКОГО СОЗРЕВАНИЯ И ФИЗИЧЕСКОЙ РАБОТОСПОСОБНОСТИ ЗДОРОВЫХ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ 4–7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ДЕТСКИЙ САД

Козлов Александр Константинович

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет, Санкт-Петербург,ул.Литовская. д.2 Россия

E-mail: akkozlov@bk.ru

Ключевые слова: дети; возраст 4–7 лет; физическая работоспособность; физическое развитие; биологическое созревание

АктуальностьРезультаты исследований последних лет показывают, что уровень физического здоровья детей значительно снизился, а именно, показатели гармоничности физического развития (ФР), уровня биологического созревания (БС), вследствие чего наблюдается снижение физической работоспособности (PWC). Динамика физического развития детей и подростков отражает влияние физических упражнений на процессы роста, особенности телосложения и состояние функциональных систем организма. Одним из актуальнейших вопросов, привлекающих внимание представителей многих научно-практических дисциплин, является несоответствие между так называемым, паспортным и биологическим возрастом у детей и подростков. Это проблема всей педиатрии. Критериями биологического возраста могут быть морфологические, функциональные и биохимические показатели, диагностическая ценность которых меняется в зависимости от этапов постнатального онтогенеза.

Цель исследования. Целью нашего исследования является определение зависимости PWC детей от их ФР и уровня БС.

Материалы и методы. Исследование проводилось в детском саду №29, обследовано 22 мальчика и 23 девочки: 45 детей в возрасте от 4 до 7 лет. У детей определялись соматический тип телосложения, уровень БС, PWC. У каждого ребёнка определено 27 показателей, таким образом, мы получили 1215 значений. ФР оценивалось по центильным таблицам, а также с помощью фотометрии (антропометрическая сетка), индексов пропорциональности. БС оценивалось по длине тела, наличию постоянных зубов («Зубной возраст»), Филипинскому тесту, индексам пропорциональности. PWC определялась по методу энергометрии — восхождение на ступеньку (степ-тест).

Результаты. По соматическому типу развития дети разделились согласно нормативным значениям в популяции. Обращает на себя внимание большое количество дисгармоничных детей, в особенности среди мальчиков всех возрастов. Среди девочек 6 лет 50% дисгармоничных, 7 лет — 33%. По БС дети распределились таким образом: ретардантов — 17%, медиантов — 63%, акселератов — 20%, причём ретардантов больше среди мальчиков. Акселератов в 7 лет не наблюдается. Филиппинский тест положительный в 100% случаев среди детей 6–7 лет, что говорит о готовности детей к обучению в школе. Видно, что дети по PWC имеют связь с ФР. В одном возрасте, и у мальчиков, и у девочек, ФР и БС влияют на показатели PWC.

Выводы.

1. Полученные данные у детей от 4 до 7 лет показывают наличие зависимости PWC от показателей ФР (длина тела, масса тела, окружность грудной клетки) и уровня БС.
2. При оценке физического здоровья детей необходимо учитывать не только возраст и пол, но и соматический тип телосложения, уровень БС и показатели PWC.
3. PWC является следствием гармоничного ФР, а также уровня БС.

Конечно, нам хотелось бы, чтобы показатели PWC у детей от 4 до 7 лет были лучше, но здесь нужно действовать крайне осторожно, чтобы не навредить ребёнку. Надо обязательно учитывать его индивидуальные конституциональные особенности, физические нагрузки должны быть строго нормированы для каждого ребёнка с учётом его СТ и уровня БС.

Каждый ребёнок должен быть охвачен врачебно-педагогическими наблюдениями (ВПН). Которые значительно дополняют сведения, полученные при медицинском обследовании и составляют с ним единый целостный комплекс изучения здоровья ребёнка. Идеальный вариант: врач-педиатр и учитель физкультуры ДОУ. Основная цель совместных врачебно-педагогических наблюдений — оценить воздействие на организм ребёнка физических нагрузок, применяемых на уроках физкультуры, способствовать совершенствованию занятий физической культуры получению максимального гигиенического и оздоровительного эффекта от занятий физической культурой. Если бы у нас была возможность получить больше показателей, мы могли бы оценивать влияние внешних факторов на физическое здоровье.