

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Астафурова Е.Ю.

Ключевые слова: дети старшего дошкольного возраста, физическое здоровье, физическое развитие, физическая подготовленность.

В последние годы работники здравоохранения, психологи, педагоги отмечают резкое ухудшение состояния здоровья детского населения. Неблагоприятная социально-экономическая обстановка, воздействие негативных факторов окружающей среды, интенсификация жизнедеятельности современного ребенка вызывают «синдром взаимного отягощения», когда одни факторы, понижая общую реактивность организма, повышают его чувствительность к действию других негативных средовых факторов различной природы [5].

Особенно подвержены влиянию неблагоприятных средовых факторов дети раннего и дошкольного возраста, функциональные системы организма и психика которых характеризуются интенсивным развитием. Именно в раннем детстве наблюдается наибольший рост числа заболеваний, нарушений физического и психического развития. За последние 10 лет число соматических и психических заболеваний у дошкольников увеличилось в 2,5 раза. До 20% детей рождаются уже физически и психически нездоровыми [1].

Нами в сентябре – октябре 2015 года было организовано и проведено пилотажное исследование состояния физического здоровья 80 детей (40 мальчиков и 40 девочек) 5-6 лет, посещающих Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Центр образования № 2».

При отборе диагностического инструментария мы опирались на понимание здоровья как состояния динамического равновесия развивающейся соматике, психике, личности ребенка как некоей целостности, способной не только адекватно осуществлять свое поведение в постоянно меняющейся окружающей действительности, но и адекватно отвечать на вызовы связанные с драматизмом становления человека личностью [1, 3].

Для оценки состояния физического здоровья дошкольников использовались методики, характеризующие физическое развитие и физическую подготовленность детей. Физическое развитие изучалось по соматическим (длина и масса тела) и физиометрическим (жизненная емкость легких, сила сжатия кисти) признакам. Физическая подготовленность анализировалась на основании анализа результатов, показанных детьми при выполнении контрольных упражнений: «Бег 10 м с ходу», «Бег на 30 м с высокого старта», «Челночный бег 3x5 метров», «Метание на дальность», «Прыжок в длину с места», «Бросок набивного мяча (1 кг) двумя руками из-за головы из исходного положения стоя».

Полученные в ходе исследования результаты испытуемых сравнивались с возрастными нормами. Затем определялся уровень физического развития и физической подготовленности: «низкий», «ниже среднего», «средний», «выше среднего», «высокий».

Анализ соматических признаков выявил, что у 55 % детей длина тела соответствует среднему уровню развития, у 35% испытуемых рост был ниже среднестатистической нормы, у 10% – выше средних значений. Масса тела 50% детей соответствовала возрастной норме, у 35% испытуемых она была ниже нормы, избыток масса тела наблюдался у 15% обследуемых.

Жизненная емкость легких (ЖЕЛ) у 40% дошкольников была ниже нормы, у 45% обследуемых соответствовала средневозрастным показателям, у 15% детей показатели ЖЕЛ были выше среднестатистических данных.

У половины обследуемых детей был выявлен средний уровень развития силы сжатия кисти правой и левой руки, у 45% – низкий уровень. Высокий уровень зафиксирован только у 5% испытуемых (рисунок 1).

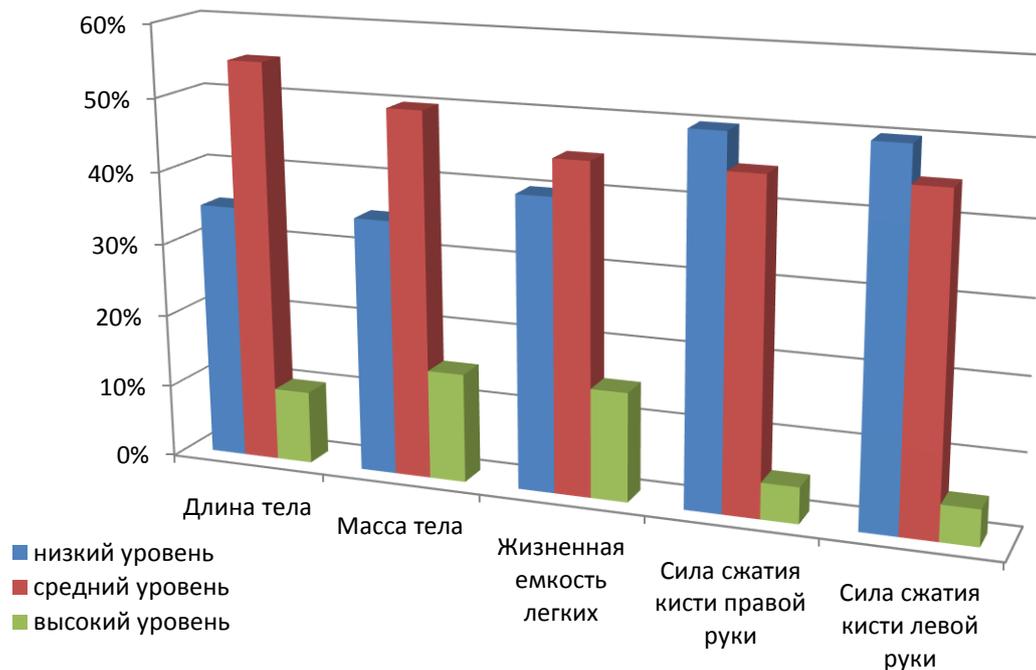


Рисунок 1. Оценка показателей физического развития детей 5-6 лет зареченского района г. Тулы (к-во детей в %)

В результате исследований уровня физической подготовленности мы получили следующие результаты. В контрольном упражнении «Бег 10 м с ходу» 60% испытуемых показали средний уровень подготовленности, 35 % – низкий, высокий уровень физической подготовленности зафиксирован у 5% обследуемых. В беге на 30 м с высокого старта показатели распределились следующим образом: средний уровень развития зафиксирован у 55% детей, низкий – у 30% и высокий – у 15%. В контрольном упражнении «Прыжок в длину с места» испытуемые показали примерно такие же результаты. Средний уровень физической подготовленности выявлен у 55%, низкий – 35%, и высокий – у 10% испытуемых.

При анализе результатов детей в контрольном упражнении «Челночный бег 3х5м» средний уровень развития зафиксирован у 45% испытуемых, низкий – у 45% и высокий – у 15%. В броске набивного мяча весом 1 кг двумя руками из-за головы у испытуемых преобладали показатели среднего и низкого уровня физической подготовленности. Высокий уровень наблюдался лишь у 10% испытуемых. В «Метание на дальность правой рукой из-за плеча мешочка весом 200 г у 55% дошкольников был выявлен средний уровень развития, у 30% – низкий, у 15% – высокий. Аналогичные показатели зафиксированы в метании детьми на дальность левой рукой (рисунок 2).

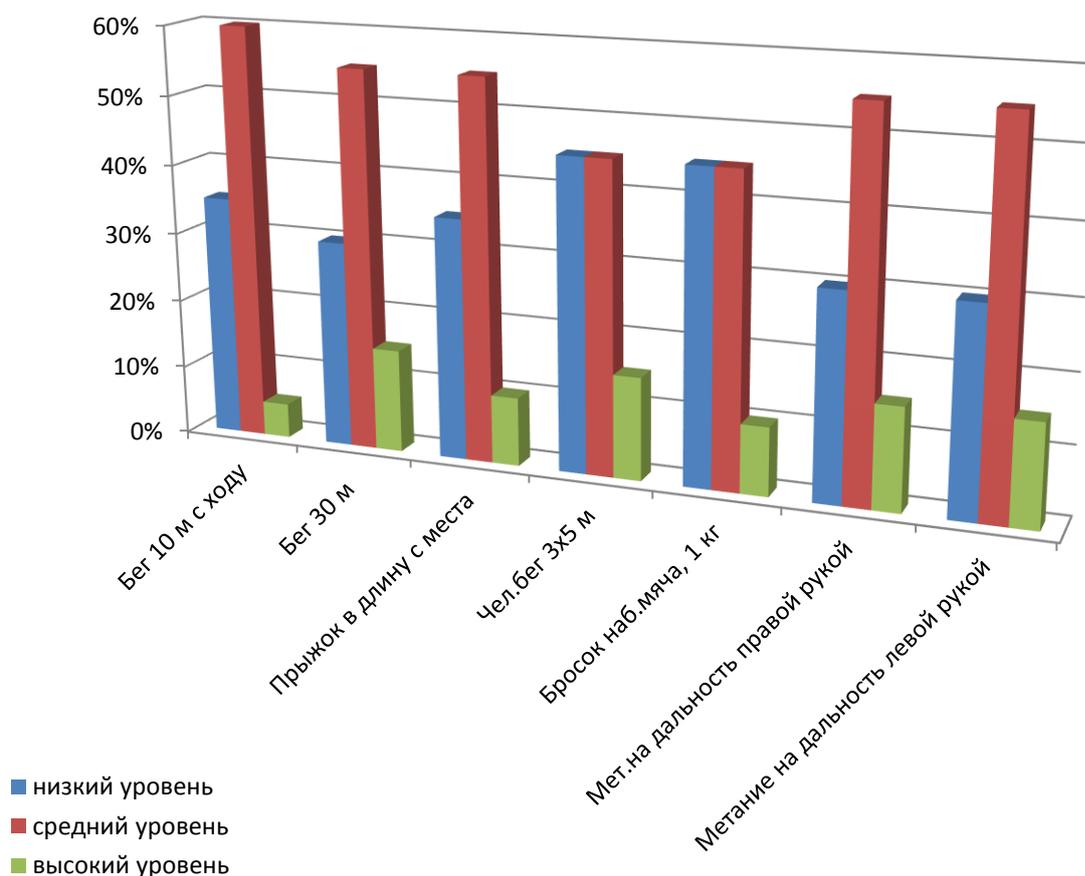


Рисунок 2. Оценка показателей физической подготовленности детей 5-6 лет зареченского района г. Тулы (к-во детей в %)

Обобщая полученные нами данные, отметим, что по большинству показателей физического развития и физической подготовленности выявлен средний и низкий уровень развития обследуемых. Детей с высоким уровнем развития зафиксировано значительно меньше (рисунок 1, 2).

Полученные нами данные являются основанием для дальнейшего изучения состояния физического здоровья детей, разработки психолого-педагогических условий его сохранения и укрепления в раннем детстве в условиях дошкольного образовательного учреждения.

Литература

1. Онищенко Г.Г. Актуальные санитарно-гигиенические задачи сохранения и укрепления здоровья детей и подростков. [Текст] / Г.Г. Онищенко // Детский доктор. – 2001. – №2. – С.13-18.
2. Перевертайло Е.А. Здоровье детей дошкольного возраста в условиях трансформации российского общества. Автореф. кандид. соц. наук. – М., 2012. – 25 с. [электронный ресурс] / <http://cheloveknauka.com/zdorovie-detey-doshkolnogo-vozrasta-v-usloviyah-transformatsii-rossiyskogo-obschestva#ixzz43bfVzSV4> (дата обращения: 30.03.2016).
3. Родин Ю.И. Азбука живого движения: Практическое руководство по физическому воспитанию детей дошкольного возраста [Текст] / Ю.И. Родин. – М.: Компания «Спутник+», 2008. – 146 с.

4. Степаненкова Э.Я. Теория и методика физического воспитания и развития ребенка: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений [Текст] / Э.Я. Степаненкова. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 368 с.
5. Фридлянд И.Г. Значение неблагоприятных производственных факторов в возникновении и течении некоторых заболеваний [Текст] / И.Г. Фридлянд. – М.: Медицина. – 1966. – 236 с.