

# **ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ВОЗМОЖНОСТИ ИХ ПОДГОТОВКИ К ШКОЛЕ В УСЛОВИЯХ ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ**

**А.И. Бураншеева**

*Санкт-Петербургский научно-исследовательский институт  
физической культуры, Санкт-Петербург*

**Л.Е. Голубева**

*ГБДОУ детский сад № 108 Фрунзенского района,  
Санкт-Петербург*

В последнее время отмечается неуклонное снижение здоровья детей и подростков. Оценивая заболеваемость детей до 18 лет, можно отметить, что имеются тенденции к росту хронической патологии, наличию нескольких заболеваний у одного ребенка. Все чаще среди детей выявляются заболевания щитовидной железы, сахарный диабет, онкопатология, гельминтозы. Отмечается рост на 20-30% нервно-психических заболеваний [5].

Согласно данным современных медико-психологических исследований, период поступления ребенка в школу характеризуется как особо сложный в плане его эмоционально-личностного развития.

В этой связи с каждым годом увеличение группы детей с признаками школьной дезадаптации, выражающейся в снижении учебной мотивации, в высокой школьной тревожности, «школьных неврозах» и негативном эмоциональном отношении к школе. По данным Научного центра здоровья детей и подростков РАМН, каждый третий ребенок 6-ти лет не готов к

систематическому обучению в школе. У 30% из них имеются нарушения сердечно-сосудистой и дыхательной систем, у 90% - отклонения в физическом и психическом развитии, 30-35% дошкольников страдают хроническими заболеваниями. К началу школьного периода только 1 из 3 детей остается здоровым. При анализе состояния здоровья первоклассников отмечены следующие неврологические отклонения: низкая произвольность внимания, сочетающаяся с избыточной активностью; эмоциональные расстройства; высокая утомляемость; нарушение сна [3].

В связи с этим в современных условиях обострилась проблема физического совершенствования и улучшения состояния здоровья детей с позиции стимулирования их двигательной активности. Вместе с тем решать эту проблему в настоящее время на базе установившихся в прошлом представлений о физическом воспитании подрастающего поколения, по нашему мнению, дело мало перспективное. Это объясняется, на наш взгляд, следующими причинами: во-первых, на данном этапе в системе образования происходят существенные изменения, а также уточнения целого ряда целевых установок, в том числе и в сфере физического воспитания детей; во-вторых, введены новые законодательные и нормативные акты, определяющие изменение государственной политики в области образования [4].

В то же время, по мнению ряда авторов, формирование здоровья ребенка управляемо, особенно с помощью целенаправленного воздействия средствами физического воспитания. Становится очевидным, что для каждого ребенка в зависимости от возраста, пола, исходного состояния иммунной системы и уровня физической подготовленности необходим оптимальный по дозировке набор средств и методов физического воспитания. Имеются данные, позволяющие говорить об эффективном воздействии систематических занятий оздоровительной физической культурой на нормальное развитие организма ребенка, и в результате чего

происходит улучшение состояния здоровья [1, 2, 3].

Появились работы, указывающие на то, что дозированные физические нагрузки могут оказывать существенное влияние не только на процесс морфофункционального совершенствования организма детей, но и на становление их иммунного статуса [1].

Поиск новых диагностических критериев контроля воздействием физических нагрузок на уровень физической подготовленности детей, очевидно, может привести к появлению еще одного перспективного направления в теории и практике физического воспитания дошкольников.

В ГБДОУ № 108 Фрунзенского района идет разработка методики физкультурно-оздоровительной работы в условиях детского сада, включающая в себя использование монитора сердечного ритма Polar, как нетрадиционного средства коррекции уровня развития их физических качеств и функциональных возможностей.

Внедрение в практическую работу этого нового метода контроля за дозированием физической нагрузки позволит обеспечить высокую эффективность физкультурно-оздоровительного процесса.

В возрастном аспекте будут определены оптимальные компоненты физических воздействий, с помощью которых педагоги могут влиять на процесс улучшения показателей физической подготовленности детей старшего дошкольного возраста.

Результаты проведенных экспериментов дополняют теорию и методику физкультурно-оздоровительной работы с детьми, а также будут свидетельствовать о возможности использования комплекса средств оздоровительной физической культуры у детей 5-7 лет. Дифференциация с учетом возраста, физического развития, средств и методов оздоровительной физической культуры, а также гибкое варьирование и коррекция величины физических нагрузок позволяет значительно повысить эффективность физического воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Контроль за дозированием нагрузки в процессе физического воспитания, даст более объективную информацию, как о состоянии здоровья, так и об эффективности воздействия физических упражнений на организм детей старшего дошкольного возраста.

### Литература

1. Дети с проблемами в развитии (комплексная диагностика и коррекция) // Под ред. Л.П. Григорьевой. - М.: ИКЦ "Академкнига". - 2002 - 415 с.
2. Максимова, С. Ю. Анализ возрастных проявлений физической подготовленности дошкольников с задержкой психического развития / С. Ю. Максимова, И.Д. Скрябина // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2011. – № 7 (77). – С. 113-117.
3. Матвейков Г.П. Справочник семейного врача / Г.П. Матвейков.- Минск. Беларусь, 1992.
4. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 13.07.2015). – Режим доступа: [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_140174/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/)(дата обращения: 12.09.2015).
5. Delange F. Elimination of Iodine Deficiency Disorders (IDD) in Central and Eastern Europe, the Commonwealth of Independent States, and the Baltic States. / F. Delange, A. Robertson, E. McLoughney et al. II Geneva: WHO, WHO/Euro/NUT/ 1998-P. 1-168.