ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Автор: Усмонжонова Мубина

Аннотация: *В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты гигиенической оценки физического развития школьников. Подробно описаны методы антропометрии, критерии гармоничности развития, современные подходы к мониторингу здоровья учащихся. Подчеркивается значение систематической оценки для профилактики хронических заболеваний, а также адаптации образовательного процесса под индивидуальные особенности детей.*

Ключевые слова: *физическое развитие, школьники, гигиена, здоровье, антропометрия, мониторинг, гармоничность.*

Теоретическая основа понятия «физическое развитие»

Физическое развитие — это совокупность морфологических и функциональных признаков организма, отражающих рост, половое и биологическое созревание, уровень мышечного и костного развития, а также общее состояние здоровья. Оно зависит от множества факторов: генетических, биологических, социальных и экологических.

Цели и задачи гигиенической оценки

Основная цель гигиенической оценки — определить соответствие параметров физического развития школьников возрастным и половым нормативам, выявить отклонения и своевременно скорректировать условия обучения и воспитания.

Методы гигиенической оценки

Антропометрия включает измерение роста, массы тела, окружности грудной клетки и другие показатели. Также применяются соматоскопия и функциональные методы оценки состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Критерии оценки

По уровню физического развития: средний, ниже среднего, выше среднего. По степени гармоничности: гармоничное и дисгармоничное развитие.

Современные подходы и технологии

Современные технологии позволяют проводить автоматическую и дистанционную оценку с помощью цифровых платформ и электронных карт здоровья школьников.

Гигиеническое значение и практическое применение

Регулярная оценка физического развития помогает адаптировать учебный процесс, предупреждать заболевания и проводить индивидуальную профилактику среди детей.

Заключение

Гигиеническая оценка физического развития школьников — это основа профилактической медицины в образовательных учреждениях и важный элемент охраны здоровья подрастающего поколения.

Список литературы

1. Зубков А. И. Гигиена детей и подростков. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020.

2. Кучма В. Р., Солодун В. А. Медико-гигиеническая характеристика условий жизнедеятельности школьников. — М.: Медицина, 2019.

3. Приказ Минздрава РФ №1346н от 21.12.2020 г.

4. Смирнова Л. А. Современные методы оценки физического развития детей. // Педиатрия, 2023.

Муаллиф: ***Усмонжонова Мубина***

Аннотация: *В статье рассматриваются теоретические и практические аспекты гигиенической оценки физического развития школьников. Подробно описаны методы антропометрии, критерии гармоничности развития, современные подходы к мониторингу здоровья учащихся. Подчеркивается значение систематической оценки для профилактики хронических заболеваний, а также адаптации образовательного процесса под индивидуальные особенности детей.*

Ключевые слова*физическое развитие, школьники, гигиена, здоровье, антропометрия, мониторинг, гармоничность.*

Теоретическая основа понятия «физическое развитие»

Физическое развитие — это совокупность морфологических и функциональных признаков организма, отражающих рост, половое и биологическое созревание, уровень мышечного и костного развития, а также общее состояние здоровья. Оно зависит от множества факторов: генетических, биологических, социальных и экологических.

Цели и задачи гигиенической оценки

Основная цель гигиенической оценки — определить соответствие параметров физического развития школьников возрастным и половым

нормативам, выявить отклонения и своевременно скорректировать условия обучения и воспитания.

Методы гигиенической оценки

Антропометрия включает измерение роста, массы тела, окружности грудной клетки и другие показатели. Также применяются соматоскопия и функциональные методы оценки состояния сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Критерии оценки

По уровню физического развития: средний, ниже среднего, выше среднего. По степени гармоничности: гармоничное и дисгармоничное развитие.

Современные подходы и технологии

Современные технологии позволяют проводить автоматическую и дистанционную оценку с помощью цифровых платформ и электронных карт здоровья школьников.

Гигиеническое значение и практическое применение

Регулярная оценка физического развития помогает адаптировать учебный процесс, предупреждать заболевания и проводить индивидуальную профилактику среди детей.

Заключение

Гигиеническая оценка физического развития школьников — это основа профилактической медицины в образовательных учреждениях и важный элемент охраны здоровья подрастающего поколения.

Список литературы

1. Зубков А. И. Гигиена детей и подростков. — М.: ГЭОТАР-Медиа, 2020.

2. Кучма В. Р., Солодун В. А. Медико-гигиеническая характеристика условий жизнедеятельности школьников. — М.: Медицина, 2019.

3. Приказ Минздрава РФ №1346н от 21.12.2020 г.

4. Смирнова Л. А. Современные методы оценки физического развития детей. // Педиатрия, 2023.