

ПОКАЗАТЕЛИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ У СЛЕПЫХ И СЛАБОВИДЯЩИХ ДЕТЕЙ

Ахмедова С. М.

Ташкентская медицинская академия

Якубова Ф.

Ташкентская медицинская академия

Здоровье человека можно определить гармоничностью физического развития, показателями работы функциональных систем организма, уровнем развития физических качеств. Младший школьный возраст является одним из наиболее благоприятных возрастных периодов для развития и становления двигательных и функциональных возможностей, однако возможные нарушения зрения резко снижают адаптационный потенциал и функциональные резервы организма [5]. По данным Всемирной организации здравоохранения, около 1,3 миллиарда людей всех стран мира страдают различными нарушениями зрения. Количество лиц, которые имеют умеренные и тяжелые патологические состояния зрительного анализатора, – около 217 миллионов, а слепота выявлена у 36 миллионов. Однако следует отметить, что до 80% всех нарушений зрения можно было бы предотвратить при проведении своевременной коррекционной работы. Физическое развитие детей является индикатором благополучия общества, а также экологического состояния территории. Именно развитие в период роста определяет основные черты здоровья того или иного поколения в старших возрастах, включая потенциальное долголетие и передачу соответствующих качеств будущим поколениям.

С целью изучения физического развития у слепых детей школьников младшего возраста мы проводили антропометрическое исследование измерением роста, веса, окружности грудной клетки. Выяснилось, что у школьников с нарушением зрения с возрастом отмечается закономерный биологический рост и развитие. Но вместе с тем при сопоставлении данных со здоровыми школьниками того же возраста отмечаются некоторые различия. Как видно рост здорового школьника в 7 лет в среднем составляет $112,03 \pm 1,12$ см, тогда как у слепых $109,12 \pm 1,1$ см и у слабовидящих $111,2 \pm 0,95$ см, или же в возрасте 8 лет у здоровых $116,21 \pm 1,9$ см, у слепых $111,8 \pm 1,16$ см, слабовидящие $113,21 \pm 2,3$ см, в возрасте 9 лет $123,12 \pm 3,2$ см, у слепых $115,11 \pm 1,9$ и слабовидящих $118,2 \pm 2,2$ см, что говорит об отставании в росте детей с нарушениями зрения от своих сверстников того же возраста на 4-5 см. Наиболее выражены отклонения в росте учащихся старших классов. Длина тела у у к 10 годам меньше в среднем на 5-5,5 см по сравнению с контрольной группой. При определении массы тела, обнаружено наиболее выраженные отличия в 8 летнем возрасте, когда в группе контроля этот показатель

составляет $24,2 \pm 2,3$ кг, у слепых $20,9 \pm 1,9$ и слабовидящим $22,4 \pm 1,7$ кг. У здоровых детей 15 летнем возрасте вес составляет $45,6 \pm 1,4$ кг, а у слепых детей этот показатель составляет $41,5 \pm 1,3$ и слабовидящих также меньше чем у здоровых детей и составляет в среднем $41,9 \pm 2,23$ кг. Анализ этих данных показывает что вес у слепых и слабовидящих детей меньше, что говорит о недостаточной упитанности детей основной группы. Хотя показатели веса в 11 летнем возрасте мало отличаются во всех 3 группах ($29,61 \pm 1,76$; $29,16 \pm 1,51$ и $29,21 \pm 2,01$ кг). Показатель окружности грудной клетки при выдохе составляет у здоровых мальчиков в 10 летнем возрасте $69,51 \pm 2,52$ см, у слепых и слабовидящих соответственно $63,09 \pm 2,01$ и $64,01 \pm 2,02$ см. А в 14 летнем возрасте эти отличия резко выражены, где $78,17 \pm 2,45$ см у здоровых и детей с нарушениями зрения $72,67 \pm 2,44$ и $72,77 \pm 1,91$ см, что показывает о меньших размерах грудной клетки примерно на 4-5 см у детей с нарушениями зрения. Исследование силы дыхательных мышц и произвольной задержки дыхания у школьников общеобразовательных школ выявило неуклонный рост изучаемых показателей в процессе возрастного развития детей. Так у мальчиков сила дыхательных мышц на выдохе увеличивается с 96,8 мм рт ст (7-8 лет) до 175,6 мм рт ст (17-18 лет) и на выдохе соответственно с 72 до 120 мм рт ст, т.е. на 81,2 и на 66,6%. Для девочек этих же возрастных групп средние величины показателей силы дыхательных мышц увеличивается с 64,2 до 109,6 мм рт ст на выдохе и с 55 до 83 мм рт ст на выдохе. Сравнение указанных показателей обнаруживает, что во всех возрастных группах абсолютные величины силы дыхательных мышц у мальчиков выше, чем у девочек, причем эта разница повышается с возрастом. Наиболее интенсивное увеличение силы дыхательных мышц у слабовидящих школьников отмечалось в младшем школьном возрасте (7-10 лет), где прирост силы дыхательных мышц составил 23,2% у мальчиков и 32,1 у девочек. В среднем в возрасте 11-14 лет темпы прироста ниже, чем у учеников начальных классов. В пубертатном, т.е. в 15-18 летнем возрасте прирост силы дыхательных мышц у мальчиков составил 4,5%, в то же время как у девочек отмечалось снижение изучаемых показателей в 0,99% на выдохе и 0,97 на выдохе. Снижение темпов прироста силы дыхательных мышц у слабовидящих детей в старшем школьном возрасте, является следствием существенного сокращения объема двигательной деятельности по сравнению с младшим и средним школьными возрастами. Сопоставляя средние величины силы дыхательных мышц слабовидящих школьников с соответствующими показателями учащихся массовых школ, можно отметить отставание этих показателей на всем протяжении школьного возраста.

Использованная литература

1. Горохова Е.В. Анализ влияния занятий АФК на динамику физической подготовленности младших школьников с миопией слабой степени //Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2015. – №. 1 (119), 75-77.

2. Каёткина Е.В., Иванова Н.В., Кондратюк Г.И., Османова Л.Ш. Пути профилактики и лечения детей с нарушением зрения в специальной школе-интернате - Таврический медико-биологический вестник 2016, 19(1), 42-44.
3. Ланская О.В., Рощина Л.В. Уровень физического развития детей младшего школьного возраста с нарушением зрения //NovaInfo. Ru. – 2017. – Т. 1. – №. 59. – С. 33-41.
4. Синельников И.Ю. Состояние здоровья российских школьников: факторы влияния, риски, перспективы //Наука и школа. – 2016. – №. 3.
5. Poperekov V.S., Bandakov M.P., Kovyazina G.V., Ovsyannikova E.U. The development of coordination abilities of children diagnosed with myopia, as the basis of their physical rehabilitation - Оценка физического развития студентов с различным уровнем здоровья в педагогическом ВУЗе 2016, 275.