

ID: 2014-05-35-T-3725

Тезис

Морева В.О.

О нарушениях опорно-двигательной системы человека

МАОУ Лицей №36, г. Саратов

Научный руководитель: Грачева Л.В.

В последние годы наблюдается огромный интерес к проблеме индивидуального здоровья человека. Особую обеспокоенность вызывает здоровье детей, ибо здоровье нации и прогрессивная динамика всего общества связаны со здоровьем нового человека XXI века и будущим России

Заболевания ОДС могут являться как следствием, так и первопричиной соматических заболеваний.

Цель работы: рассмотреть опорно-двигательный аппарат, его структуру и функции, и определить, какое внимание надо уделять, чтобы обеспечить ему нормальное функционирование.

Задачи работы:

- Рассмотреть скелет как часть ОДС;
- Изучить наиболее распространенные заболевания ОДС в разных возрастных группах;
- Рассмотреть причины заболеваний, рассказать о профилактических мероприятиях;
- Привести статистические исследования патологии ОДС по МАОУ «Лицей №36» и ДС №177 Ленинского района г. Саратова
- Сделать выводы.

Позвоночник играет важную роль в здоровье человека. Даже небольшие нарушения в позвоночнике могут отрицательно сказаться на состоянии других частей тела.

В работе я рассмотрела разные заболевания позвоночника и другие нарушения ОДС, причины развития, меры профилактики и лечение.

Путем систематизации и обобщения информации из разных источников, подробно изучена опорно-двигательная система, доказательной частью стали, полученные статистические данные, что позволило прийти к следующим выводам:

Формирование изгибов позвоночника продолжается до возраста 20-25 лет. Не стоит недооценивать важность нашего позвоночника. За нашей опорно-двигательной системой нужен такой же уход, как и за лицом. Достаточно всего лишь 20 минут в день для поддержания тонуса скелетных мышц!

Преподаватели в школе, а также воспитатели должны проводить регулярную пересадку учащихся по рядам, а также контролировать осанку ученика, проводить регулярно «физминутки» особенно в начальных классах во избежание повышения динамики заболеваемости позвоночника.

Ключевые слова: опорно-двигательная система, скелет. структура