

ID: 2021-10-4343-T-19420

Тезис

Аурбиева К.С.

Исследование уровня физической работоспособности у детей с эндокринологическими заболеваниями

ФГБОУ ВО Саратовский ГМУ им. В.И. Разумовского Минздрава России

Научный руководитель: к.п.н. Герасимов П.Е.

Актуальность. В настоящее время проблема физического воспитания детей занимает центральное место в современном обществе. Состояние здоровья детей и подростков в значительной степени связано с их физической дееспособностью. Оптимальный двигательный режим играет большую роль в укреплении здоровья подрастающего поколения и профилактике неспецифических хронических заболеваний, способствует гармоничному и своевременному физическому развитию.

Цель исследования: исследовать уровень физической работоспособности и подготовленности у детей с эндокринологическими заболеваниями, оценить функциональное состояние сердечно-сосудистой, дыхательной и других систем организма.

Материал и методы. Было обследовано 20 детей от 7 до 17 лет, находившихся на лечении в детском эндокринологическом отделении. Исследование проводилось посредством анонимного опроса, проведения функциональных проб.

Результаты. При анализе полученных данных с анонимного опроса выявлено: 55% детей занимаются ФА (прогулки, бег, плавание) 1-2 раз в неделю, 30% 3-4 раз в неделю, длительность ФА за день у 10% менее 10 мин, у 32% детей 10-20 мин, у 44% 20-30 мин, у 14% детей 30-60 мин; в среднем за компьютером проводят более 5 часов в день 20% детей, 3-5 часов в день 41%. Функциональные пробы: проба по Шалкову – неблагоприятная реакция у 41% детей, благоприятная у 49% детей, проба Штанге – у 52% детей показатель ниже среднего, у 48% соответствовал норме, проба Генча – у 45% детей нормальный показатель, у 55% ниже среднего, проба Руфье – хорошее функциональное состояние ССС у 7% детей, среднее 34%, удовлетворительное 42%, неудовлетворительное 14%, ортоклиностагическая проба – адекватная реакция у 43% детей, неадекватная реакция у 47%, степ-тест – физическая работоспособность оценивалась как «плохая» в 24%, «ниже средней» в 47%.

Выводы. В результате проведенного обследования выявлено, что более половины детей обладают низким уровнем физической работоспособности, редко соблюдают режим питания, функциональное состояние организма неудовлетворительное в 41-55% случаев, что должно учитываться при проведении лечебно-реабилитационных мероприятий. По рекомендациям ВОЗ физической активностью необходимо заниматься не менее 3 раз в неделю, лучше ежедневно, общая продолжительность ФА школьного возраста — не менее 60 минут в день.

Ключевые слова: физическая активность, питание, функциональные пробы