

UDC 61: 613.9. 614.

MODERN PROBLEMS OF HEALTH OF SCHOOLCHILDREN

Shoyunusova Nargis Sharifovna

Assistant at the Department of Social Hygiene and Health Management
Andijan State Medical Institute, RUzbekistan

Summary: An analysis of modern literature was carried out, which reflects the peculiarities of the physical development of children depending on regional, climatic-geographical, some socio-economic factors, and nutrition.

Key words: pupils, dynamics of learning, schoolchildren, learning dynamics, physical development, disharmony, nutrients, excess body weight, deficiency, healthy eating, urbanization.

СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ

Резюме: проведен анализ современной литературы, где отражается особенность физического развития детей в зависимости от региональных, климато-географических, некоторых социально-экономических факторов, питания.

Ключевые слова: школьники, динамика обучения, физическое развитие, , дисгармония, нутриенты, избыток массы тела, недостаток, здоровое питание, урбанизация.

Актуальность. В настоящее время в литературных источниках появляется все больше публикаций об особенностях физического развития детей в зависимости от региональных и климатогеографических условий проживания, различных социально-экономических факторов. Важным показателем здоровья детей является гармоничность их физического развития. Согласно данным авторов, значительная часть школьников (около 30% и более), независимо от условий проживания, имеет дисгармоничное физическое развитие [1,2,3]. Чем значительнее нарушения в физическом развитии, тем больше вероятность наличия патологии. Материалы и методы исследования. Проведен анализ научных публикаций, для выявления взаимосвязи уровня физического развития школьников и факторов, влияющих на эти показатели. Физическое развитие детей и подростков – это рост и формирование организма ребенка включая темпы, стадии и критические периоды его созревания, унаследованные особенности, индивидуальная изменчивость, зрелость и связь с факторами внутренней и внешней среды [4,5].

Важно подчеркнуть, что для более результативной оценки нормативы физического развития должны быть основаны на антропометрических показателях конкретной популяции, то есть иметь региональный подход, так как в разных частях страны могут наблюдаться разные тенденции развития детей в зависимости от социально-экономического, климатогеографического, этнического и других факторов [6,7]. По данному направлению в 2022 г. коллективом авторов разработано пособие: «Оценка физического развития детей и подростков Российской Федерации: региональные шкалы регрессии массы тела по длине тела», в котором изложены современные региональные возрастно-половые нормативы физического развития детей в возрасте от 7 до 17 лет субъектов Российской Федерации в виде модифицированных шкал регрессии массы тела по длине тела [10].

Начало обучения в школе, сопровождающееся изменением режима дня, повышением интеллектуальных и психоэмоциональных нагрузок и мобилизацией физиологических резервов организма, является одним из критических периодов развития ребенка.

Дезадаптация, развивающаяся на фоне несоответствия физических и психологических возможностей ученика требованиям образовательной среды, негативно влияет не только на академическую успеваемость, но и на качество жизни ребенка, его здоровье и физическое развитие. Число первоклассников, успешно адаптированных к школе и не имеющих школьно-обусловленной патологии, согласно литературных данных, составляет 31 %, число детей с клиническими проявлениями вегетативной дисфункции растет с каждым годом обучения – от 42 % на первом году до 73 % на пятом [13].

Именно физическое развитие является важным индикатором изменений детского организма, возникающих под действием различных негативных факторов образовательной среды, а также критерием общего состояния здоровья детской популяции. В последние десятилетия отмечается тенденция к ухудшению показателей физического развития, особенно в экологически неблагоприятных сельскохозяйственных и промышленных регионах [6, 7].

Изучение физического развития учащихся старших классов общеобразовательных школ в южном регионе Республики Узбекистан г. Карши и Термеза показали, что показатели эти тесно связаны с урбанизацией, генетикой, погодными условиями, физической активностью, заболеваниями, а также факторами питания. Авторами полученные данные по физическому развитию учащихся старшеклассников противостоящих в других южных городах республики, имели значимые различия, несмотря на то, что эти города по некоторым экологическим условиям схожи [14]. Авторы считают, что их можно объяснить различиями местных обычаев, питания, социально-экономическим состоянием семьи, качеством питьевой воды и других условий [10].

Сравнительная оценка показателей физического развития учащихся общеобразовательных школ с разной формой организации питания, выявила, что отсутствие горячего питания в образовательных учреждениях негативно влияет на физическое развитие учащихся. Авторами отмечено, что отсутствие школьного горячего питания способствует увеличению числа детей с длиной тела ниже средних величин в 2,3 раза и более и со сниженной массой тела — в 1,4–1,7 раза у девочек; с избыточной массой тела — в 1,2–5 раза у мальчиков 7–10 лет. Следовательно, отсутствие горячего питания в общеобразовательных школах оказывает влияние на показатели физического развития детей, при этом отклонения от средних величин по длине тела чаще наблюдались у девочек, а по массе тела — у мальчиков [11].

На основе изучения и оценки уровня физического развития школьников г. Самарканда, авторами разработаны региональные показатели, согласно которых: нормальная масса тела школьников 7-10 лет составляла $75,6 \pm 1,7\%$, дефицит массы тела - $11,5 \pm 2,5\%$, избыток - $9,0 \pm 1,1\%$ и ожирение - $3,9 \pm 0,6\%$ [12].

Выводы. Изученная литература отечественных и зарубежных авторов подтверждает необходимость разработки региональных нормативов физического развития детей в различные периоды жизни и их систематическое обновление. Использование региональных нормативов является единым подходом к оценке физического развития детей региона.

Большинство исследований подтверждает, что изменения показателей физического развития детей и подростков по сравнению со стандартными показателями находятся в зависимости от природно-климатических, этнических, экологических условий и степени антропогенной нагрузки. Изучение состояния здоровья детей и подростков включает обязательную оценку физического развития, так как физическое развитие наглядно отражает влияние, как внутренних факторов, так и экзогенных гигиенических и социальных факторов окружающей среды на организм. Взаимосвязь влияния фактического питания на показатели физического развития показывает, что недостаточное потребление основных нутриентов, макро- и микронутриентов по отношению к возрастной норме отражается на показателях длины и массы тела. По данным литературы, ежегодно растет количество детей с дисгармоничными

вариантами физического развития, как за счет избытка массы тела, так и за счет недостатка. Для устранения их, необходимо, исходя из условий проживания, корректировать их условия жизни, здоровое питание, активную физическую деятельность, занятие с соответствующими видами спорта, улучшение экологических условий, устранение стресс факторов, связанных с учебой и повседневной жизнью.

ЛИТЕРАТУРА

1. Влияние отдельных факторов на состояние здоровья школьников / А.Т. Зулькарнаева, Е.А. Поварго, Т.Р. Зулькарнаев, Л.Б. Овсянникова, А.И. Агафонов // Здоровье населения и среда обитания. 2012. №8 (233). С. 2931.
2. Омарова М.Н., Оракбай Л.Ж., Жаркинов Е.Ж., Катчибаева А.С., Калимолдин М.М., Шарасулова Л.С. Физическое развитие детей как ведущий критерий комплексной оценки состояния здоровья (обзор литературы) // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2015. – № 12-4. – С. 645-649;
3. Баранов, А.А. Значение здоровья детей в формировании их гармоничного развития / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.М. Сухарева, И.К. Рапопорт // Гигиена и санитария. 2015. № 6. С. 5862.
4. Березин, И.И. Региональные аспекты гигиенической оценки физического развития детей и подростков на примере г.о. Новокуйбышевск / И.И. Березин, О.В. Сазонова, М.Ю. Гаврюшин // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. – 2015. Т. 17. № 2 (2). – С. 419421.
5. Гаврюшин, М.Ю. Антропометрические особенности физического развития школьников современного мегаполиса / М.Ю. Гаврюшин, И.И. Березин, О.В. Сазонова // Казанский медицинский журнал. 2016. Т. 97. № 4. С. 629633.
6. Каверин, А.В. Влияние факторов среды на физическое развитие и здоровье населения / А.В. Каверин, А.А. Щанкин, Г.И. Щанкина // Вестник Мордовского университета. – 2015. –Т. 25. № 2. – С. 8797.
7. Есауленко ИЭ, Настаушева ТЛ, Жданова ОА, Ми-накова ОВ, Логвинова ИИ, Ипполитова ЛИ. Регулярное питание в школе как фактор физического развития детей и подростков: результаты когортного исследования. Вопросы Современной Педиатрии. 2016;4:364-370.
8. Гаврюшин, М.Ю. Современное состояние физического развития школьников Пензенского региона / М.Ю. Гаврюшин // Здоровье и образование в XXI веке. – 2017. Т. 19 № 6. – С. 9497.
9. Умедова Ш.Н. Физическое развитие учащихся старших классов в южном регионе Республики Узбекистан (г. Карши, Узбекистан) Международный научный журнал «Вестник науки» № 1 (34) Т.3. 2021 г.С.180-184.
10. Милушкина О.Ю., Скоблина Н.А., Попов В.И. Оценка физического развития детей и подростков Российской Федерации: региональные шкалы регрессии массы тела по длине тела. Самара: Стандарт 2022.220с.
11. Камилова РТ, Носирова АР, Камилов ЖА, Исакова ЛИ. Сравнительная оценка показателей физического развития учащихся общеобразовательных школ с разной формой организации питания. Проблемы здоровья и экологии. 2022;19(4):111–119.
12. Рахимова Дурдона Джуракуловна, Шайхова Гули Исламовна Оценка физического развития школьников 7-17 лет, Журнал репродуктивного здоровья и уро-нефрологических исследований том 3,номер 4,2022, с.72-77.

INTERNATIONAL MULTIDISCIPLINARY JOURNAL FOR RESEARCH & DEVELOPMENT

SJIF 2019: 5.222 2020: 5.552 2021: 5.637 2022:5.479 2023:6.563 2024: 7,805
eISSN :2394-6334 <https://www.ijmrd.in/index.php/imjrd> **Volume 12, issue 02 (2025)**

13. Салиева, Манзура. "CORRECTION OF NUTRITION DISORDERS IN MODERN MAN." Международный мультидисциплинарный журнал исследований и разработок 1, no. 1 (2025): 30-34.
14. Khabibovna, Salieva Manzura, Yusupov Kahramon Mukhitdinovich, and Mirzaeva Makhpora Mamadalievna. "FEATURES OF ORGANIZING DIETARY NUTRITION IN STATIONARY INSTITUTIONS." Ethiopian International Journal of Multidisciplinary Research 11, no. 01 (2024): 218-224.
15. Сазонова О.В., Хамцова Р.В., Гаврюшин М.Ю., Абдалова С.Р. Роль физического развития в оценке школьной зрелости // Научное обозрение. Медицинские науки. – 2022. – № 6. – С. 76-81.