

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫНЫҢ ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ МИНИСТРЛІГІ  
ОҢТҮСТІК ҚАЗАҚСТАН МЕМЛЕКЕТТІК ФАРМАЦЕВТИКА АКАДЕМИЯСЫ  
*«Гигиена – 1, дене шынықтыру және валеология» кафедрасы.*

Пәні аты: «Балалар мен жасөспірімдер гигиенасы»  
Мамандық: 5В 110400- «Медициналық-профилактикалық іс»

**Дәріс №5**  
**Тақырыбы: Денсаулықтың негізгі**  
**көрсеткіші ретіндегі физикалық даму.**  
**Физикалық дамудың акселерациясы**  
**мен ретардациясы.**

Лектор: Жумадилова Ақмарал Рахматуллақызы

Шымкент 2014ж.

**Мақсаты:** Балалар мен жасөспірімдердің денсаулық жағдайымен денсаулық критериілерімен және балалардың денсаулық жағдайын кешенді бағалаумен таныстыру.

Физикалық даму денсаулықтың бастауыш көрсеткіштерінің бірі. Денсаулықтың басқа да көрсеткіштері физикалық даму деңгейіне тәуелді, Ф. ФЭрисман балалардың физиологиялық дамуынын көп бөлігін зерттеген алғашқы ғалым деп есептелінеді. 1879 жылы әр түрлі жастағы балалар мен жас өспірімдер арасында антропометриялық тексерулер жүргізіп, болашақ ұрпақтардың физикалық дамуы жөнінде алғашқы мәліметтер алды.

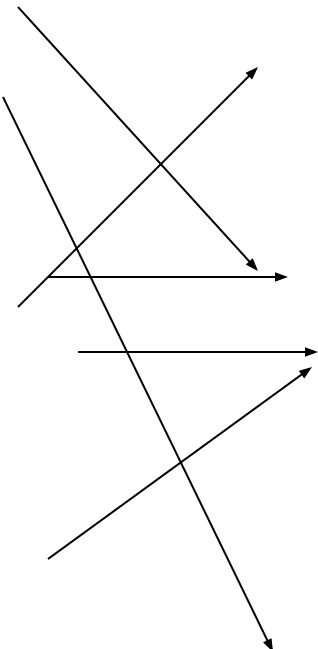
Қазіргі біздің заманымызда, физикалық даму деп, морфофункционалдық даму дәрежесін ғана емес, сонымен қатар, биологиялық дамуды да түсіндіреді. Баланың биологиялық жасы оның төлқұжат немесе хронологиялық жасына, яғни, баланың туған күнінен тексеріліп отырған күніне дейінгі өмір сүрген уақытына сәйкес келуі керек.

Бұнда бой ұзындығы, оның жылдық коспасы, тістерінің дамуы, жыныстың жетілуі есепке алынады. Бұндағы жыныстық жетілу, биологиялық дамудың ең дәлірек көрсеткіші болып есептелінеді. Ол екінші жыныстық белгілермен бағаланады: бетке, қолтық астында, шатқа шаш өсу, емшек безінің дамуы, жұтқыншақ пайда болуы, дауыстың өзгеруі, етеккір жасы (ер балалар мен қыз балаларға қатыстысы алынады).

Балалар мен жасөспірімдердің физикалық дамуы, морфологиялық және функционалдық жағдайының қасиеттері мен сапасы, сондай-ақ биологиялық дамуының дегейі - олардың биологиялықтың жасын көрсетеді.

Баланың өмірінің әрбір кезеңіндегі физикалық дамуы - бұл ағзасының биологиялық дамуда жеткен жасы мен жұмысқа қабілеттілігін сипаттайтын морфофункционалдық қасиеттерінің жиынтығы. Физикалық даму терміні жағдайдын сол уақыттағы сипатын емес даму динамикасын бейнелейлі. Бұл көзқарас бойынша физикалық даму дегенді бала ағзасының, дене өлшемдерінің, дене құрылысының, сыртқы келбетінің, бұлшықет күшінің және еңбек қабілетілігінің жасына сай болуымен түсіндіреді.

# Балалар мен жасөспірімдердің физикалық дамуының негіздері

Биологиялық даму деңгейі		Морфофункционалдық жағдайы
Бойы және оның жиындық қосылу /тұрақты тістер саны, жыныстық жетілу дәрежесі, дене құрылысының пропорциясының өзгеруі/		Дене салмағы, ӨТС кеуде клеткасының айналымы, қол бұлшықетінің күші
Жасына сай келеді		$M \pm \zeta_R$ және жоғары $\uparrow P_{25}-P_{75}$ аралығында бұлшықеттерінің дамуы есебінен $M-1,1 O_R$ ден $M-2,0 O_R$ дейін
Жасынан асады		$M-1,1 O_R$ ден $P_{25}$ ден аз $M-2,0 O_R$ дейін (май бөлінуінің жоғарылауы есебінен)
Жасынан қалып қояды		$M-2,1 O_R$ ден және $\downarrow$ $M-1,1 O_R$ ден және $\uparrow P_{25}$ ден аз (артық май бөлінуі есебінен)

# *Балалардың денсаулығы мен дұрыс дамуының гигиеналық негізі*

Балалардың және жасөспірімдердің гигиенасы - өсіп келе жатқан жас ұрпақтың денсаулығын нығайту мен сақтау туралы ғылым. Балалар мен жасөспірімдердің ағзасының дамуы мен денсаулығына жасанды және табиғи жағдайлардың әсерін зерттейді. Балалар мен жасөспірімдер, өсіп келе жатқан ұрпақтың өсуі мен дамуын, физикалық тәрбиесін гигиеналық негізге сай етіп қалыптастыру болып табылады. Осыларды орындау үшін:

- дені сау балалар мен жасөспірімдердің жағдайы өзгергендегі жалпы демографиялық көрсеткіші мен даму бағытын білу керек.
- медициналық тексерулерді толық түрде өз уақытында жүргізу керек.
- кешенді емді — алдын-алу жоспарын құрып, оның орындалуын қадағалап отыру керек.
- Сол аймақта жұқпалы аурулардың алдын- алу шараларын жүргізу керек.

Балалар мен жасөспірімдердің физикалық дамуы көптеген күрделі және көрсеткіштер жиынтығымен сипатталады. Физикалық дамуын зерттегенде тек **негізгі соматометриялық көрсеткіштерді**: денесінің ұзындығын және салмағын, кеуде қуысының айналымын ғана жиі қолданады.

Кеуде қуысының пішіні, арқасының, аяқ басының пішіні, бұлшық еттерінің жағдайы, май жиналу терісінің икемділік қасиеті, жыныстық жетілуі соматоскопиялық көрсеткіштерге жатады.

Өкпенің тіршілік сыйымдылығы, қол басыпың қысу күші - функционалды физиометриялық көрсеткіштері. Бұл көрсеткіштердің барлығы балалар мен жасөспірімдердің дамуын жан-жақты бағалау кезінде ескеріледі. И. М. Сеченов атындағы ММА балалар және жасөспірімдер гигиенасы кафедрасында физикалық дамуды жан-жақты бағалаудың әдістері өңделген және гигиеналық тәжірибеге енгізілген.

Дәрігер баланық биологиялық даму деңгейін, оның биологиялық жасы мен құжаттағы жасының сәйкес келу деңгейін анықтай білуі қажет. Сол үшін дене ұзындығын және оның жылдық қосындысын, тұрақты тістерінің санын, жыныстық жетілу деңгейін ескеру қажет. Бірақ биологиялық даму деңгейінің жасына сай келуін немесе сәйкес келмеуін ғана анықтау жеткіліксіз. Міндетті түрде морфофункционалдық жағдайына да баға беру қажет. Дене салмағының, кеуде қуысының, ӨТС, бұлшықет күшінің көрсеткіштеріне қарап морфофункционалдық гармониялық, дисгармониялық немесе жедел дисгармониялық екендігін анықтауға болады.



Физикалық даму деңгейі және оның үйлесімділігі.  
Психикалық даму деңгейі.

Физикалық даму антропомертлік өлшеулер жүргізіп,  
стандарттар және бағалау таблицаларын қолдану арқылы  
анықталады.

**Акселерация латынша (*accelerae*)** - жылдамдық деген сөзден шыққан. Акселерация қазіргі замандағы адамдардың биологиясындағы жалпы қарқындылықты көрсетеді, табиғаты көп факторлы болып келеді. Көптеген гигиенистердің пікірлері бойынша балалар мен жасөспірімдердің қызмет функцияларының үйлесімді дамуын бұзатын болғандықтан және қызмет қаблетін азайтатындықтан акселерация балалар организмі үшін қолайсыз болып табылады. Сондықтан, өсіп келе жатқан балалардың дене бітімінің дамуын бақылауға ерекше көңіл бөлінуі керек.

Организмнің өсіп, даму заңдылықтары балалар мен жасөспірімдердің қалыпты өсіп, дамуы үшін, қоршаған орта факторларын гигиеналық нормаландырудың теориялық негізі болып табылады. Бұл заңдылықтарды білу, балалар мен жасөспірімдер гигиенасы бөлімінің дәрігеріне жеке органдар мен жүйелердің баланың әртүрлі жас кезеңдерінде бүтін организм ретінде қызмет етуін, оның қоршаған ортамен байланысын анықтауға және осы жағдайдың мәнін тереңірек түсінуге мүмкіндік береді.

- Балалар мен жасөспірімдердің денсаулығын, даму жағдайын бақылау кезінде жиналған мәліметтерге, санитарлық дәрігер, өсіп келе жатқан организмнің жас ерекшеліктерін терең ескеру негізінде ғана дұрыс анықтама бере алады.
- Яғни, осы заңдылықтарды терең түсініп алмайынша балалардың күн тәртібін ұйымдастыру, тәрбиелеу, оқыту процесстеріне, тамақтану жағдайына ғылыми негізделген талаптар қою және санитарлық-эпидемиологиялық бақылау жүргізу мүмкін емес.

***НАЗАР  
АУДАРҒАНДАРЫҢЫЗҒА  
РАХМЕТ!***

