

# PECULSARITIES OF DAY ROUTINE AMONG SENIOR AGED SCHOOLCHILDREN

Polka N.S., Yatskovska N.Ya., Platonova A.G., Dzhurinska S.N., Shkuro V.V., Shkarban Ye.S., Saienko G.M., Khutchenko O.N.

## ОСОБЛИВОСТІ РЕЖИМУ ДНЯ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ



**ПОЛЬКА Н.С.,  
ЯЦКОВСЬКА Н.Я.,  
ПЛАТОНОВА А.Г.,  
ДЖУРИНСЬКА С.М.,  
ШКУРО В.В., ШКАРБАН К.С.,  
САЄНКО Г.М., ХУТЧЕНКО О.М.**

ДУ "Інститут гігієни та медичної екології ім. О.М. Марзєєва НАМН України", м. Київ, Вінницька обласна СЕС

УДК 613.956:371.2

**Ключові слова:** режим дня, учні старшого шкільного віку, загальноосвітні навчальні заклади різних типів.

гігієнічної точки зору важливою складовою процесу життєдіяльності дітей є добовий режим, який має забезпечувати розподіл часу на усі види діяльності та відпочинку з урахуванням вікових особливостей. Фізіологічно раціональний режим є важливим чинником, який забезпечує своєчасний гармонійний фізичний і психічний розвиток дітей, оптимальний рівень працездатності, а також попереджає розвиток стомлення та підвищує загальну резистентність організму. Раціональний режим дня сприяє створенню рівного, бадьорого настрою, інтересу до навчальної та творчої діяльності.

**Метою роботи** було встановити тривалість та розподіл окремих видів діяльності і відпочинку у загальному балансі режиму дня учнів старшого шкільного віку, що навчаються у загальноосвітніх навчальних закладах різних типів.

**Матеріали і методи.** Вивчення тривалості та розподіл окре-

мих видів діяльності і відпочинку у загальному балансі режиму дня школярів старшого шкільного віку здійснювалися шляхом анкетування учнів 9-11 класів обох статей, що навчаються у ліцеях та гімназіях (285 осіб), міських загальноосвітніх навчальних закладах (293 особи) та сільських загальноосвітніх навчальних закладах (244 особи) Київської та Вінницької областей, м. Києва та м. Вінниці. Нами було розроблено анкету опитувальник для визначення середньої тривалості окремих видів діяльності (сну, перебування на відкритому повітрі, учбової діяльності, занять за власним вибором) протягом доби та режиму харчування. Опитування проводилося конфіденційно.

Результати було оброблено в електронних таблицях Excel за допомогою методик варіаційної статистики [1].

**Результати.** Найважливішим моментом режиму дня є достатній сон. Саме повноцінний сон забезпечує функціональне

### ОСОБЕННОСТИ РЕЖИМА ДНЯ УЧЕНИКОВ СТАРШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

**Полька Н.С., Яцковская Н.Я., Платонова А.Г., Джуринская С.Н., Шкуро В.В., Шкарбан Е.С., Саенко Г.М., Хутченко О.Н.**

*ГУ "Институт гигиены и медицинской экологии им. А.Н. Марзеева НАМН Украины", г. Киев, Винницкая областная СЭС*

С гигиенической точки зрения важной составляющей процесса жизнедеятельности является суточный режим, в процессе которого обеспечиваются все виды деятельности и отдыха детей с учетом их возрастных особенностей.

**Цель работы:** установить продолжительность и распределение отдельных видов деятельности и отдыха в общем балансе режима дня учащихся старших классов разных типов общеобразовательных учреждений.

**Материалы и методы.** Проводилось анкетирование учащихся 9-11 классов обоего пола, обучающихся в лицеях и гимназиях (285 человек), городских (293 человека) и сельских (244 человека) общеобразовательных учреждениях Киева и Винницы, Киевской и Винницкой областей.

**Результаты.** Выявлено сокращение

продолжительности ночного сна, недостаточное пребывание на свежем воздухе, низкая двигательная активность, значительная продолжительность компьютерной игровой деятельности и просмотра телепередач, а также существенные нарушения организации режима питания у значительного процента школьников старшего школьного возраста.

Перечисленные режимные моменты существенно нарушают гигиенические принципы организации режима дня подростков, что не способствует сохранению и укреплению их здоровья. Изменение структуры свободного времени школьников, перераспределение баланса досуга с активных форм отдыха на пассивные, что фактически проявляется в сокращении удельного веса занятий физической культурой и спортом, пребывания на открытом воздухе, что, в свою очередь, приводит к гиподинамии и должно расцениваться как фактор риска развития хронических неинфекционных заболеваний.

**Ключевые слова:** режим дня, ученики старшего школьного возраста, разные типы образовательных учреждений.

© **Полька Н.С., Яцковська Н.Я., Платонова А.Г., Джуринська С.М., Шкуро В.В., Шкарбан К.С., Саєнко Г.М., Хутченко О.М.** СТАТТЯ, 2013.

PECULSARITIES OF DAY ROUTINE AMONG SENIOR AGED SCHOOLCHILDREN

**Polka N.S., Yatskovska N.Ya., Platonova A.G., Dzhurinska S.N., Shkuro V.V., Shkarban Ye.S., Saienko G.M., Khutchenko O.N.**

*State Institution "A.N. Marzeiev Institute for Hygiene and Medical Ecology, Academy of Medical Sciences of Ukraine", Kiev, Vinnitsa Region Sanitary-and-Epidemiological Station*

From the hygienic point of view a day routine, providing all kinds of children's activity and rest, taking into account their age peculiarities, is an important component of the process of children's vital functions. Task of the work was determination of the duration and the dissemination of the separate kinds of activity and rest in a whole routine balance of a day routine for senior grades of different school types. **Methods:** questioning of the 15-17-th grades' pupils of both genders studying at the lyceums and the gymnasia's (285 pupils), urban (293 pupils) and rural (244 pupils)

secondary schools of the cities of Kyiv, Vinnitsa, the Kyiv and the Vinnitsa regions.

**Results.** Reduction of a night sleep duration, insufficient staying in a fresh air, a low motor activity and a long duration of TV programs among a significant percentage of the senior aged schoolchildren has been revealed.

The mentioned routine issues disturb significantly the hygienic principles of the organization of the schoolchildren's day routine. It doesn't favor preservation and strengthening of their health. Structure changes in a free time of schoolchildren, redistribution of leisure time balance and active rest forms into passive ones are exhibited factually in a decrease of a density of physical training and sports, staying in a fresh air, and in their turn, lead to a hypodynamia and should be assessed as a risk factor in the development of chronic non-infectious diseases.

**Keywords:** day routine, senior aged schoolchildren, different school types.

відновлення усіх систем організму. Аналіз даних анкетування показав, що тривалість сну школярів 15-17 років менша за рекомендовану і становить 8,3-7,0 годин (табл. 1).

5,2% учнів ліцеїв та гімназій, у 83,4 ± 5,4% учнів міських ЗОНЗ та у 75,6 ± 4,5% учнів сільських ЗОНЗ.

Важливою складовою режиму дня учнів є шкільні заняття, які

регламентуються навчальним планом. Тривалість перебування учнів у навчальних закладах, в яких проводилось опитування, суттєво не відрізнялась і становила у ліцеях та гімназіях 5,4 ± 0,3 астрономічних годин, а у міських та сільських ЗОНЗ коливалася від 5,3 ± 0,6 до 5,4 ± 0,5 астрономічних годин.

Певний інтерес викликало порівняння зацікавленості до навчальних предметів школярів, що навчаються у ліцеях та гімназіях і сільських ЗОНЗ. Згідно з даними опитування найбільший відсоток дітей, що навчаються у ліцеях та гімназіях, зацікавлені у вивченні іноземної мови — 21,5% хлопців та майже третина дівчат (рис. 2).

Водночас найбільший відсоток дівчат (25,3%), що відвідують сільські ЗОНЗ, віддають перевагу вивченню української мови і літератури. У 41,4% хлопців, які навчаються у

Таблиця 1

Тривалість нічного сну школярів (години)

Клас	Стать	Тип навчального закладу					
		Ліцеї і гімназії		ЗОНЗ міські		ЗОНЗ сільські	
		М	m	М	m	М	m
9	Хлопці	8,2	0,1	8,1	0,1*3	8,6	0,1*2
	Дівчата	7,9	0,2	8,0	0,1#	8,3	0,2
10	Хлопці	8,2	0,1	8,1	0,4	8,0	0,2
	Дівчата	8,1	0,1	7,9	0,1*3	8,2	0,1*2
11	Хлопці	7,8	0,1	7,9	0,3*3	7,3	0,2*2
	Дівчата	7,2	0,2#	7,0	0,2*3#	7,4	0,1*2

Примітки до таблиць 1 і 2:

\*1 — відмінності вірогідні порівняно з ліцеями і гімназіями ( $\leq 0,05$ );

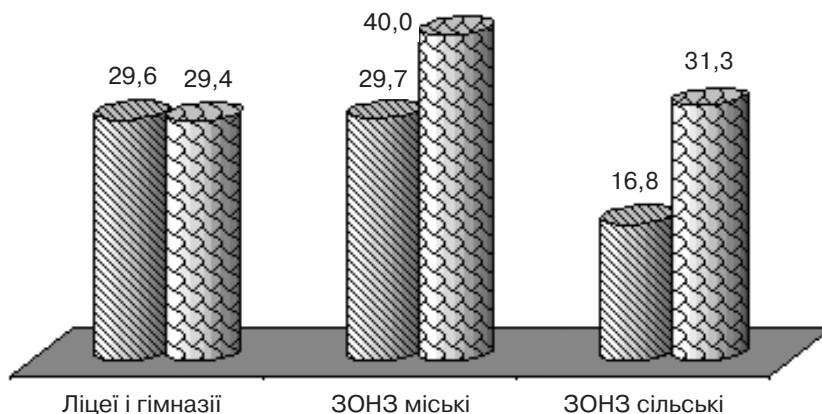
\*2 — відмінності вірогідні порівняно з міськими ЗОНЗ ( $\leq 0,05$ );

\*3 — відмінності вірогідні порівняно з сільськими ЗОНЗ ( $\leq 0,05$ );

# — відмінності вірогідні порівняно з хлопцями ( $\leq 0,05$ ).

Індивідуальний аналіз свідчить, що лише у 16,4% учнів ліцеїв та гімназій, у 16,8% учнів міських ЗОНЗ та у 14,8% учнів сільських ЗОНЗ тривалість сну відповідає віковим нормам. Решта дітей має дефіцит сну різного ступеня вираженості. Занепокоєння викликає той факт, що від 16,8% до 40,0% учнів недосипають від 1 до 2,5 годин на добу (рис. 1). Привертає увагу те, що дефіцит сну дівчат, які навчаються у міських та сільських ЗОНЗ, більша, ніж в їхніх однокласників ( $\leq 0,05$ ). Причиною недостатньої тривалості нічного сну є порушення гігієнічних рекомендацій щодо часу відходу до сну у 59,6 ±

Рисунок 1  
Питома вага дітей, тривалість сну яких менша за рекомендовану на 1-2,5 години (%)



сільських ЗОНЗ, найбільший інтерес викликають уроки фізкультури. Цей предмет у хлопців, що відвідують ліцеї і гімназії, посідає II рангове місце, йому віддають перевагу 20,0% респондентів. На відміну від хлопців у сільських дівчат і у вихованок ліцеїв уроки фізкультури навіть не увійшли до п'ятірки найулюбленіших шкіль-

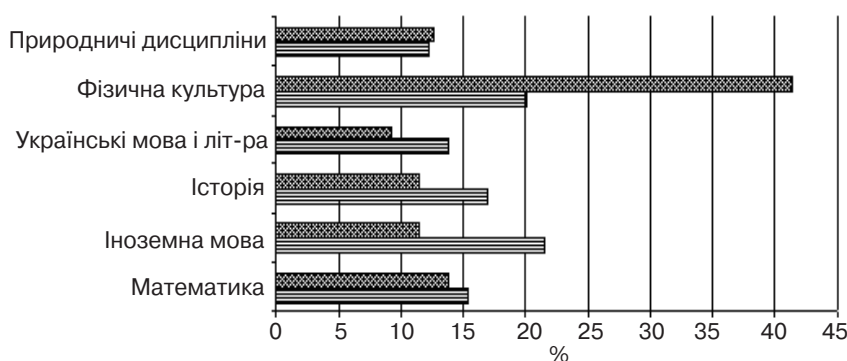
зала, що 71,9% хлопців і 48,1% дівчат ліцеїв та гімназій, 71,4% хлопців і 71,1% дівчат міських шкіл та 66,2% хлопців і 44,0% дівчат сільських шкіл витрачають на цей вид діяльності до 4 годин (табл. 2), що не перевищує допустимих норм для даної вікової групи [2].

Додатковий час на виконання домашніх завдань потрібен

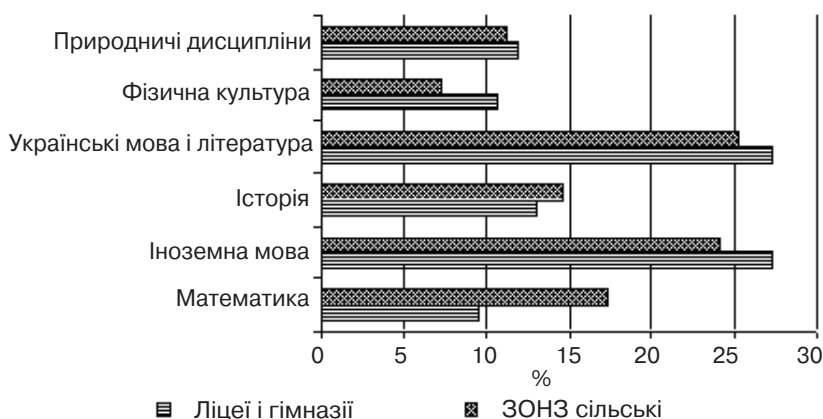
Рисунок 2

**Розподіл учнів ліцеїв та гімназій і сільських ЗОНЗ за зацікавленістю (мотивацією) до навчальних предметів (%)**

**Хлопці**



**Дівчата**



них предметів. У дівчат, що навчаються у ліцеях та гімназіях, друге рангове місце належить урокам української мови і літератури (27,4%). У сільських дівчат II місце посідають уроки іноземної мови (24,2%), а у хлопців, їхніх однокласників, — математика (13,8%). Третє рангове місце у сільських дівчат та хлопців і дівчат-ліцеїсток посідає вивчення історії (14,6%, 16,9% та 13,1% відповідно), а у сільських хлопців — природничих дисциплін (12,6%).

Оцінка тривалості виконання домашніх завдань учнями старшого шкільного віку пока-

майже третині хлопців та 51,9% дівчат, що відвідують ліцеї та гімназії, майже третині учнів міських ЗОНЗ та 33,8% хлопців і 56,0% дівчат сільських ЗОНЗ.

Прогулянки на свіжому повітрі є найбільш ефективним видом відпочинку, який дозволяє забезпечити загартування організму та підвищити рухову активність. За даними анкетування, загальна тривалість прогулянок у респондентів, що відвідують ліцеї, гімназії та міські ЗОНЗ, становить 2,1 ± 0,1 години, а в учнів сільських ЗОНЗ — 2,0 ± 0,1 години на добу.

Від 28,8% до 71,9% школярів перебувають на відкритому повітрі протягом терміну, рекомендованого фахівцями профілактичного напрямку гігієни дитинства (рис. 3).

Особливо суттєвий дефіцит перебування на відкритому повітрі спостерігається серед дівчат, що навчаються у ліцеях (62,7%) та сільських загальноосвітніх навчальних закладах (71,2%). У 13,9% учнів ліцеїв та гімназій, у 10,8% учнів міських ЗОНЗ та у 23,6% учнів сільських ЗОНЗ тривалість прогулянок на 1,5-2 години менша за рекомендовану. Слід відзначити, що 2,0% учнів ліцеїв та гімназій, 3,3% учнів міських ЗОНЗ та 4,0% учнів сільських ЗОНЗ не гуляють в учбові дні взагалі.

Організація вільного часу дітей належить до найважливіших сфер їхньої життєдіяльності. Характер використання вільного часу має тісний зв'язок з показниками адаптаційних ресурсів організму і є важливим фактором підвищення працездатності і збереження здоров'я.

Серед школярів 15-17 років переважають уподобання до статичних варіантів відпочинку,

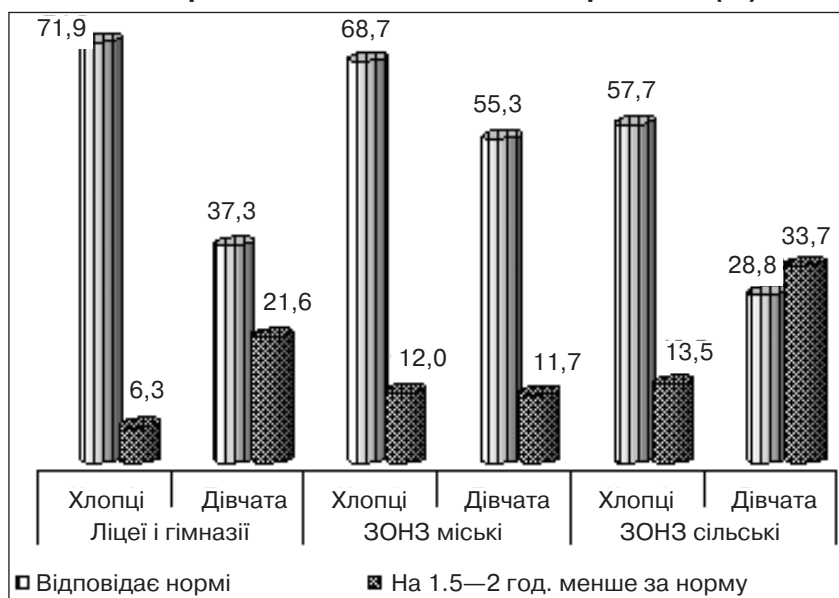
Таблиця 2

**Розподіл старшокласників за тривалістю виконання домашніх завдань (%)**

Тривалість виконання	Стать	Тип навчального закладу					
		Ліцеї і гімназії		ЗОНЗ міські		ЗОНЗ сільські	
		М	м	М	м	М	м
2 години	Хлопці	18,75	9,01	10,71	10,31	15,77	13,46
	Дівчата	0,00	4,09 #	14,43	9,39	1,00	1,68
3 години	Хлопці	25,00	8,66	19,05	9,82	23,46	12,90
	Дівчата	11,54	9,41	25,77	8,75	9,01	18,62
4 години	Хлопці	28,13	8,48	41,67	8,33	26,92	11,85
	Дівчата	36,54	7,97	30,93	8,44	34,00	14,24
Понад 4 години	Хлопці	28,13	8,48	28,57	9,22*3	33,85	9,42*2
	Дівчата	51,92	6,93*2#	28,87	8,56*1,3	56,00	9,67*2

Рисунок 3

**Питома вага дітей, тривалість прогулянок на свіжому повітрі яких менша за гігієнічні нормативи (%)**



таких як комп'ютерна ігрова діяльність, перегляд телепередач та читання книг. Лише у хлопців, що навчаються у ліцеях, гімназіях та сільських ЗОНЗ, найулюбленишим способом проведення вільного часу є відвідання спортивних секцій (26,0% та 33,0% відповідно), тоді як у міських хлопців цей вид діяльності посідає III рангове місце (16,5%). Перше місце у хлопців міських ЗОНЗ (26,4%) належить грі на комп'ютері вдома. На II рейтинговому місці у міських (20,1%) та сільських хлопців (23,0%) — перегляд телепередач та відеофільмів, а у лицеїстів і гімназистів — гра на комп'ютері вдома (22,1%). III місце у хлопців, що навчаються у ліцеях і гімназіях, посідає читання книг (16,7%), а в учнів сільських ЗОНЗ — гра на комп'ютері вдома (18,0%). Серед дівчат усіх типів навчальних закладів мають перевагу домашні способи проведення дозвілля: перегляд телевізійних передач (I рангове місце), читання книг (II рангове місце) та гра на комп'ютері (III рангове місце) (рис. 4).

Оскільки попередніми дослідженнями доведено виражений негативний вплив на психосоматичний статус дітей комп'ютерної ігрової діяльності [3, 4], певний інтерес мало вивчення поширення серед старшокласників даного виду проведення дозвілля. Як свідчать дані табл. 3, від 78,65% до 88,46% хлопців та від 57,14% до 65,00% дівчат грають у

комп'ютерні ігри вдома або у комп'ютерних клубах.

Від 51,9% до 72,9% хлопців та 33,3-60,6% дівчат, незалежно

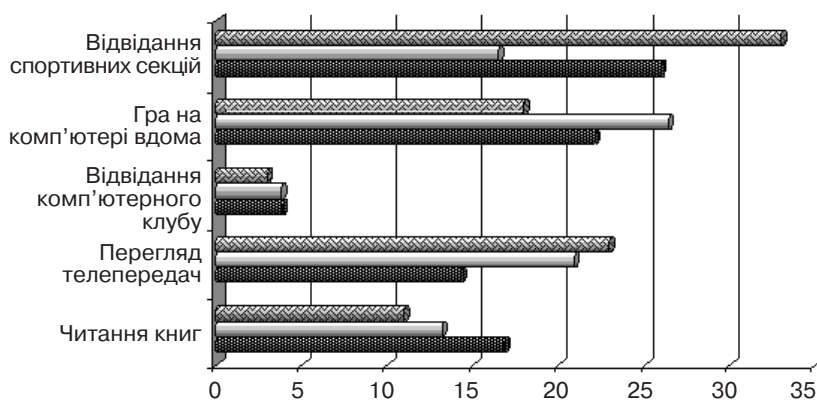
від закладу, в якому вони навчаються, проводять за екраном комп'ютера понад годину на добу (рис. 5). Тобто тривалість їхньої ігрової діяльності перевищує тривалість, визначену гігієністами як безпечну для організму підлітків [5].

Зважаючи на те, що у структурі вільного часу у 58,2% хлопців та у 82,3% дівчат лідирує щоденний перегляд телепередач та відеофільмів як найбільш доступна й універсальна форма проведення дозвілля, нами було з'ясовано тривалість цього виду позаучбової діяльності у добовому бюджеті часу. Встановлено, що переважна більшість підлітків обох статей груп проводить біля телевізора 2-2,5 години, це 76,7% лицеїстів і гімназистів, 59,7% учнів міських ЗОНЗ та 69,0% дітей із сільських ЗОНЗ. Водночас у 9,0% учнів лицеїв та гімназій, у 23,4% учнів міських ЗОНЗ та у 22,0% учнів сільських ЗОНЗ тривалість перегляду

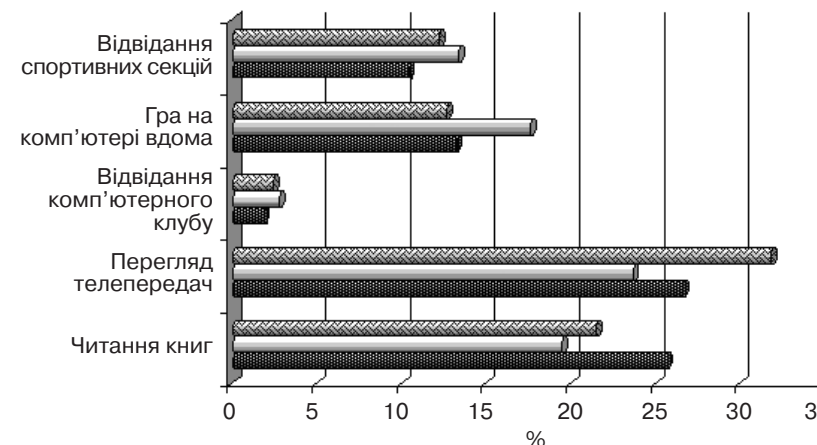
Рисунок 4

**Розподіл старшокласників за видом діяльності у позаурочний час (%)**

**Хлопці**



**Дівчата**



телепередач та відеофільмів перевищує визначену гігієністами як безпечну для здоров'я дітей (рис. 6).

Щодо режиму харчування старшокласників, то незалежно від закладу, де вони навчаються, постійно харчуються тричі на добу 28,0% хлопців та 24,0% дівчат (у цій групі школярів — більше половини відзначили наявність "перекусів" між основними прийомами їжі).

Кількість хлопців та дівчат, які регулярно харчуються більше трьох разів на день, не перевищує 14,5%, тобто у такій кілько-

сті родин харчуванню приділяється достатньо уваги. У 39,0% учнів спостерігається одно-дворазовий режим харчування, причому таке харчування має постійний характер, з них підлітків, які снідають та вечеряють або обідають та вечеряють — 63,0%, снідають та обідають — близько 30,0%, лише вечеряють — 6,5%, а тільки снідають — майже 4,0%. Більше половини учнів-підлітків харчуються тоді, коли відчувають "сильний голод".

Такий режим харчування призводить до формування у

переважної більшості школярів старшого віку хибного стереотипу харчової поведінки та є підґрунтям для виникнення функціональних розладів у роботі шлунково-кишкового тракту, а також до появи та хронізації захворювань.

#### Висновки

1. Проведені дослідження дозволили виявити недотримання значною кількістю школярів старшого шкільного віку, незалежно від типу навчального закладу, в якому вони навчаються, раціонального з гігієнічної точки зору режиму дня, що є фактором ризику розвитку хронічних неінфекційних захворювань.

2. Порушення основних режимних моментів проявляється у недостатній тривалості нічного сну (у 83,6% учнів ліцеїв та гімназій, у 83,2% учнів міських ЗОНЗ та у 85,2% учнів сільських ЗОНЗ) за рахунок несвоєчасного відходу до сну (59,6% учнів ліцеїв та гімназій, 83,4% учнів міських ЗОНЗ та 75,6%

#### Питома вага школярів, які грають у комп'ютерні ігри вдома або у комп'ютерних клубах (%)

Стать	Тип навчального закладу					
	Ліцеї і гімназії		ЗОНЗ міські		ЗОНЗ сільські	
	М	м	М	м	М	м
Хлопці	84,38	5,99	78,65	4,90	88,46	4,71
Дівчата	63,46	4,38#	65,00	4,92#	57,14	4,61#

Примітка: # — відмінності вірогідні порівняно з хлопцями ( $\leq 0,05$ ).

Таблиця 3

#### Розподіл старшокласників за кількістю часу, протягом якого вони грають у комп'ютерні ігри вдома або у комп'ютерних клубах (%)

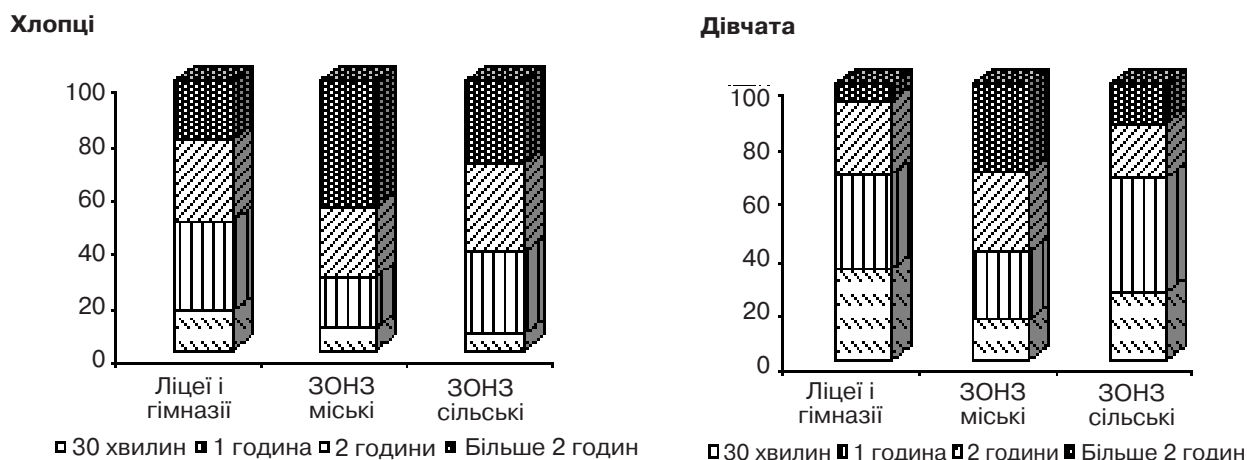


Рисунок 5

#### Розподіл старшокласників за кількістю часу, протягом якого вони переглядають телепередачі або відеофільми (%)

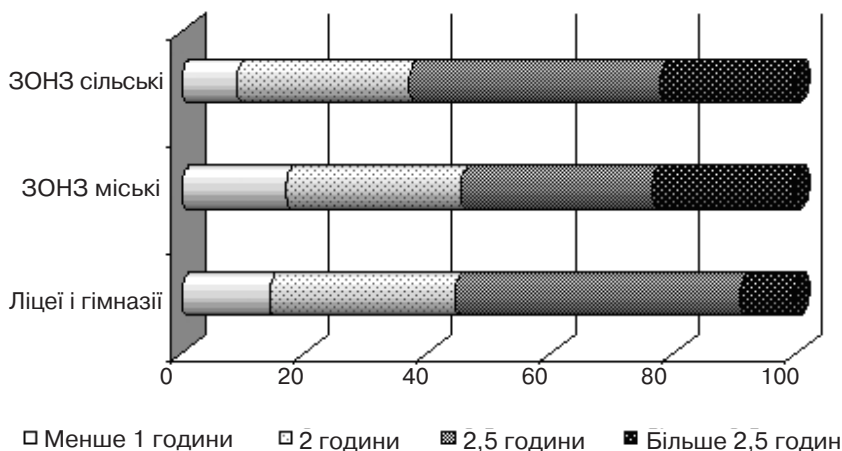


Рисунок 6

учнів сільських ЗОНЗ), значної тривалості виконання домашніх завдань (додатковий час на виконання домашніх завдань потрібен 40,0% вихованців ліцеїв і гімназій, 28,7% учнів міських шкіл та 44,9% сільських школярів), недотримання режиму харчування (85,5% дітей). Тривала дія даних факторів може призвести до розвитку низки психосоматичних розладів, таких як кардіологічний синдром, функціональна аритмія, судинна дистонія, абдомінальні розлади тощо.

3. Виявлено зміну структури вільного часу хлопців та дівчат, а саме: перерозподіл балансу

дозвілля з активних форм відпочинку на пасивні, що виражається у недостатній тривалості перебування на свіжому повітрі (від 28,1% до 72,2% школярів), у надмірному захопленні комп'ютерною ігровою діяльністю (57,1-88,5% школярів обох статевих груп) та переглядом телепередач (58,2% хлопців та 82,3% дівчат).

4. Виявлена серед 62,4% хлопців та 47,0% дівчат, незалежно від їхнього закладу навчання, тривалість комп'ютерної ігрової діяльності перевищує визначену гігієністами як безпечну для організму підлітків.

5. Тривалість перегляду телепередач та відеофільмів у 9,0% учнів ліцеїв та гімназій, у 23,4% учнів міських ЗОНЗ та у 22,0% учнів сільських ЗОНЗ перевищує рекомендовану гігієністами, що є додатковим навантаженням на зорову та нервову системи дітей.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Лапач С.Н. Статистические методы в медико-биологических исследованиях с использованием Excel / С.Н. Лапач, А.В. Чубенко, П.Н. Бабич. — К.: Морион, 2000. — 320 с.

2. Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організація навчально-виховного процесу: ДСанПін 5.5.2.008-01. — К., 2001. — 54 с.

3. Критерії гігієнічної оцінки і регламентів організації позашкільної діяльності підлітків у комп'ютерних клубах — основа збереження їхнього фізичного і психічного здоров'я / Н.С. Полька, В.Я. Акіменко, Н.Я. Яцковська та ін. // Наукові засади Міжгалузевої комплексної програми "Здоров'я нації" / За ред. А.М. Сердюка. — К.: Деркул, 2007. — Вип. 1. — С. 169-195.

4. Яцковська Н.Я. Вплив тривалості комп'ютерної ігрової діяльності на психофізіологічний стан організму дітей / Н.Я. Яцковська, О.В. Добрянська, С.М. Джурицька // Гігієна населених місць. — К., 2009. — Вип. 54. — С. 317-322.

5. Сергета И.В. Офтальмо-гигиенические аспекты современного визуального окружения детей, подростков и молодежи: монография / И.В. Сергета, Л.В. Подригало, Н.В. Малачкова. — Винница: Дело, 2009. — 176 с.

Надійшла до редакції 14.09.2012.

## THE PHYSICAL DEVELOPMENT FEATURES OF SCHOOLCHILDREN GROWING UP IN SOCIAL REHABILITATION INSTITUTIONS AND IN FAMILY

Kulakova E.V., Bogomolova E.S., Dernova N.I.

### ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ВОСПИТЫВАЮЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ И СЕМЬЕ

**В**

онец XX века и начало третьего тысячелетия характеризуются углублением демографического кризиса, снижением качества жизни и негативными тенденциями в динамике состояния здоровья детей и подростков. Отмечается ухудшение показателей физического развития детского населения: замедление роста, появление большого процента детей с дисгармоничным развитием за счет низкой и высокой массы тела, замедление темпов полового созревания, снижение функциональных возможностей. Состояние физического развития детей — один из важнейших обобщающих параметров здоровья, так как снижение скорости роста, изменение соотношения массы и длины тела ребенка, остановка роста могут быть основными или даже единственными про-

**КУЛАКОВА Е.В.,  
БОГОМОЛОВА Е.С.,  
ДЕРНОВА Н.И.**

ФГБУ "Нижегородский НИИ детской гастроэнтерологии" Минздрава России, ГБОУ ВПО Нижегородская государственная медицинская академия Министерства здравоохранения Р Ф, Нижегородское областное отделение Общероссийского общественного фонда "Российский детский фонд", Россия

УДК 613.955:371.7

**Ключевые слова: дети школьного возраста, дети-сироты, физическое развитие.**

**ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬСЯ У СОЦІАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНИХ ЗАКЛАДАХ І РОДИНІ**  
**Кулакова О.В., Богомоллова О.С., Дернава Н.І.**

**ФГБУ "Нижньгородський НДІ дитячої гастроентерології" Міністерства охорони здоров'я Росії.**

**ГБОУ ВПО Нижньгородська державна медична академія Міністерства охорони здоров'я Російської Федерації, Нижньгородське обласне відділення Загальноросійського суспільного фонду "Російський дитячий фонд"**

**Мета.** Дослідження фізичного розвитку дітей шкільного віку, які належать до соціально відмінних груп.

**Матеріали і методи.** Оцінка фізичного розвитку здійснювалася за регіональними оціночними таблицями на основі центильного методу. Програмою дослідження передбачено скринінгову оцінку фізичного розвитку, визначення темпового соматотипу і біологічного віку.

**Результати.** Порівняльний аналіз центильних оцінок тотальних розмірів тіла дітей, які виховуються у родині, показав істотні відмінності від дітей, які перебувають у соціально-реабілітаційних закладах. Оцінка фізичного розвитку за результатами скринінг-тесту свідчить, що лише 61,7% дітей, позбавлених батьківського піклування, мають нормальний фізичний розвиток, у той час як цей показник для школярів сімейного виховання склав 72,9%. Практично 40% дітей, які виховуються у сиротинцях, мають відставання біологічного розвитку, що майже у чотири рази вище від аналогічного показника у школярів із звичайних родин.

**Висновок.** Одержані результати дозволяють зробити висновок, що діти-сироти, які виховуються у соціально-реабілітаційних закладах, мають гірші показники фізичного розвитку і проблеми у формуванні здоров'я, що відрізняють їх від однолітків, які ростуть у родині.

**Ключові слова:** діти шкільного віку, діти-сироти, фізичний розвиток.

© Кулакова О.В., Богомоллова О.С., Дернава Н.І.  
СТАТТЯ, 2013.