

**ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ
ХУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.27.06.2017.Tib.30.03 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

**САНИТАРИЯ ГИГИЕНА ВА КАСБ КАСАЛЛИКЛАРИ
ИЛМИЙ-ТАДҚИҚОТ ИНСТИТУТИ**

ИСАКОВА ЛОЛА ИСАКОВНА

**ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН БОЛАЛАР-ЎСМИРЛАР СПОРТ
МАКТАБЛАРИ ВА ОЛИМПИЯ ЗАҲИРАЛАРИ КОЛЛЕЖЛАРИ
ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ САЛОМАТЛИК ҲОЛАТИНИ МАЖМУАВИЙ
ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ**

14.00.07 – Гигиена

**ТИББИЁТ ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

ТОШКЕНТ – 2018

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси автореферати мундарижаси

Оглавление автореферата диссертации доктора философии (PhD)

Contents of dissertation abstract of doctor of philosophy (PhD)

Исакова Лола Исаковна

Ихтисослаштирилган болалар-ўсмирлар спорт мактаблари ва олимпия захиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолатини мажмуавий гигиеник баҳолаш 3

Исакова Лола Исаковна

Комплексная гигиеническая оценка состояния здоровья учащихся специализированных детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва 23

Isakova Lola Isakovna

Comprehensive hygiene assessment of the health state of children and youth specialized sports schools and olympic reserve colleges pupils 43

Эълон қилинган ишлар рўйхати

Список опубликованных работ
List of published works 47

**ТОШКЕНТ ТИББИЁТ АКАДЕМИЯСИ
ХУЗУРИДАГИ ИЛМИЙ ДАРАЖАЛАР БЕРУВЧИ
DSc.27.06.2017.Tib.30.03 РАҚАМЛИ ИЛМИЙ КЕНГАШ**

**САНИТАРИЯ ГИГИЕНА ВА КАСБ КАСАЛЛИКЛАРИ
ИЛМИЙ-ТАДҚИҚОТ ИНСТИТУТИ**

ИСАКОВА ЛОЛА ИСАКОВНА

**ИХТИСОСЛАШТИРИЛГАН БОЛАЛАР-ЎСМИРЛАР СПОРТ
МАКТАБЛАРИ ВА ОЛИМПИА ЗАҲИРАЛАРИ КОЛЛЕЖЛАРИ
ЎҚУВЧИЛАРИНИНГ САЛОМАТЛИК ҲОЛАТИНИ МАЖМУАВИЙ
ГИГИЕНИК БАҲОЛАШ**

14.00.07 – Гигиена

**ТИББИЁТ ФАНЛАРИ БЎЙИЧА ФАЛСАФА ДОКТОРИ (PhD)
ДИССЕРТАЦИЯСИ АВТОРЕФЕРАТИ**

ТОШКЕНТ – 2018

Фалсафа доктори (PhD) диссертацияси мавзуси Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамаси ҳузуридаги Олий аттестация комиссиясида В2017.2.PhD/Tib241 рақам билан рўйхатга олинган.

Диссертация Санитария гигиена ва касб касалликлари илмий-тадқиқот институтида бажарилган.

Диссертация автореферати икки тилда (ўзбек, рус, инглиз (резюме)) Илмий кенгаш веб-саҳифасида (www.tma.uz) ва «ZiyoNet» Ахборот таълим порталида (www.ziynet.uz) жойлаштирилган.

Илмий раҳбар:

Камилова Роза Толановна
тиббиёт фанлари доктори, профессор

Расмий оппонентлар:

Худайберганов Анатолий Сагатбаевич
тиббиёт фанлари доктори, профессор

Мавлянова Зилола Фархадовна
тиббиёт фанлари номзоди, доцент

Етакчи ташкилот:

Тошкент педиатрия тиббиёт институти

Диссертация ҳимояси Тошкент тиббиёт академияси ҳузуридаги DSc.27.06.2017.Tib.30.03 рақамли Илмий кенгашнинг 2018 йил « ____ » _____ соат ____ даги мажлисида бўлиб ўтади. (Манзил: 100109, Тошкент ш., Фаробий кўчаси, 2 уй. Тошкент тиббиёт академиясининг 1-ўқув бино мажлислар зали. Тел./факс: (99871) 150-78-25, e-mail: tta2005@mail.ru).

Диссертация билан Тошкент тиббиёт академиясининг Ахборот-ресурс марказида танишиш мумкин (№ _____ рақам билан рўйхатга олинган). (Манзил: 100109, Тошкент ш., Фаробий кўчаси, 2 уй. Тошкент тиббиёт академиясининг 2-ўқув бино «Б» корпуси, 1-қават, 7-хона. Тел./факс: (99871) 150-78-14).

Диссертация автореферати 2018 йил « ____ » _____ куни тарқатилди.

(2018 йил « ____ » _____ даги _____ рақамли реестр баённомаси).

Г.И. Шайхова

Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш раиси, тиббиёт фанлари доктори, профессор

Н.Ж. Эрматов

Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш илмий котиби, тиббиёт фанлари доктори, доцент

Ф.И. Саломова

Илмий даражалар берувчи илмий кенгаш қошидаги илмий семинар раиси, тиббиёт фанлари доктори, доцент

КИРИШ (фалсафа доктори (PhD) диссертацияси аннотацияси)

Диссертация мавзусининг долзарблиги ва зарурати. Жисмоний тарбия-спорт ҳаракати байналминал хусусият касб этиб, глобал кўламга эгадир. Ушбу ҳаракат ўсиб келаётган авлодни ўзига тобора кўпроқ жалб қилмоқда ҳамда миллий маданиятимизнинг ўзига хос жиҳатларига ва жамиятимизнинг маънавий кадриятларига боғлиқ ҳолда ривожланиб бормоқда. Ўзбекистонда болалар спортини ҳар томонлама ривожлантириш болаларни, айниқса қизларни мунтазам спорт машғулотларига кенг жалб қилиш, болалар спорт таълими сифатини ошириш барча вилоятларда, жумладан олис қишлоқларда болалар спорт объеклари тармоғини янада кенгайтириш йўли билан олиб борилмоқда. Бугунги кунда спорт билан доимий рившда мунтазам шуғулланувчи болалар сони ўсиб бормоқда ва уларнинг сони 2,5 миллион нафарни ташкил этади¹.

Жаҳонда болаларнинг саломатлигини муҳофаза қилишга қаратилган профилактик чора-тадбирларнинг самарали тизимини ишлаб чиқиш мақсадида қатор илмий тадқиқотлар олиб борилмоқда. Булар ёш спортчиларнинг турмуш шароити, тарбияси ва дам олишининг санитар-гигиеник тавсифларини ўрганиш йўли билан амалга оширилмоқда. Бунда спорт билан шуғулланишнинг жисмоний ривожланиш ва организмдаги асосий тизимларнинг функционал ҳолатига, ёш динамикасига кўрсатадиган таъсирини баҳолашга жисмоний юкламалар ҳажмининг боланинг ёши, жинси ва саломатлик ҳолатига мослигини аниқлашга, ёш спортчиларнинг касалланиши ва уларнинг тиббий фаоллик даражасини пасайтириш, касалликлар ва жароҳатларни эрта аниқлаш ҳамда олдини олиш бўйича тадбирларни ишлаб чиқишга, тиббий касбий маслаҳатлар бериш ва болаларнинг спортни танлашини амалга оширишга алоҳида аҳамият касб этади.

Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлатнинг бошқарув тизимини тубдан такомиллаштириш, аҳоли, айниқса ёшлар орасида соғлом турмуш тарзини кенг тарғиб қилиш мақсадида, шунингдек, 2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегиясида² белгиланган вазифаларга мос равишда «... асосий вазифалардан бири жисмоний тарбия ва спорт соҳасида аҳоли кенг қатламларининг спорт билан шуғулланишига ва соғлом турмуш тарзини олиб боришига, ўсиб келаётган жисмонан соғлом авлодни тарбиялашга, спорт саноати ва инфратузилмасини ривожлантиришга, мамлакатимизнинг халқаро спорт ареналарида юқори натижаларни кўрсатиб, муносиб ўринларни эгаллашини таъминлашга қаратилган ягона давлат сиёсатини бажариш зарурлиги ...»³ амалга оширишни тақоза этади. Мамлакатимизда жисмоний тарбия ва спорт соҳасида ягона давлат сиёсатини амалга оширишда инновацион технологияларни қўллаш асосида замонавий спорт соғломлаштирувчи чора-тадбирлар ишлаб чиқиш ва бажариш бугунги кунда ечимини кутаётган долзарб вазифалардан бири бўлиб ҳисобланади.

¹ «Ўзбекистон Республикаси жисмоний тарбия ва спорт давлат Кўмитаси тўғрисидаги низомни тасдиқлаш ҳақида» Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг Қарори 2017 йил 16 мартдаги 148-сонли.

² «2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегияси» Ўзбекистон Республикаси Президентининг Фармони 2017 йил 7 февралдаги ПФ-4947-сонли.

³ «Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида» Ўзбекистон Республикаси Президентининг Фармони 2018 йил 5 мартдаги ПФ-5368-сонли.

Ўзбекистон Республикасининг «Аҳолининг санитария-эпидемиологик осойишталиги тўғрисида»ги ва «Жисмоний тарбия ва спорт тўғрисида»ги Қонунлари, Ўзбекистон Республикаси Президентининг 2017 йил 7 февралдаги ПФ-4947-сонли «2017-2021 йилларда Ўзбекистон Республикасини ривожлантиришнинг бешта устувор йўналиши бўйича Ҳаракатлар стратегияси тўғрисида»ги ва 2018 йил 5 мартдаги ПФ-5368-сонли «Жисмоний тарбия ва спорт соҳасида давлат бошқаруви тизимини тубдан такомиллаштириш чора-тадбирлари тўғрисида» Фармонларида, Ўзбекистон Республикаси Вазирлар Маҳкамасининг 2017 йил 16 мартдаги 148-сонли «Ўзбекистон Республикаси жисмоний тарбия ва спорт давлат қўмитаси тўғрисидаги низомни тасдиқлаш ҳақида»ги Қарорида ҳамда мазкур фаолиятга тегишли бошқа меъёрий-ҳуқуқий ҳужжатларда белгиланган вазифаларни амалга оширишда мазкур диссертация тадқиқоти муайян даражада хизмат қилади.

Тадқиқотнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг асосий устувор йўналишларига боғлиқлиги. Мазкур тадқиқот республика фан ва технологиялар ривожланишининг VI. «Тиббиёт ва фармакология» устувор йўналиши доирасида бажарилган.

Муаммонинг ўрганилганлик даражаси. Болалар организмининг ўсиши ва ривожланиши жараёнига спорт машғулотларининг тизимли таъсири ва ҳаракат-мушак тизимининг функционал имкониятларининг ривожланишига оид масалалар билан қатор узоқ хориж олимлари шуғулланмоқдалар (Best J.R., 2010; Iivonen K.S. et al., 2013; Saris, 2002; Zeng N. et al., 2017). Узоқ хорижлик муаллифларнинг илмий ишларида спорт билан шуғулланувчи болаларнинг касалланиши мониторинги натижалари акс эттирилган ҳамда спорт тури ва жисмоний юклама хажмига боғлиқ ҳолда касалланиш структурасининг ўзига хос жиҳатлари ўрнанилган (Claudino J.G. et al., 2016; Gabbett T.J., 2016; Halson S.L., 2014; Jones C.M. et al., 2017). Узоқ хорижлик олимларнинг таъкидлашича, интенсив жисмоний машқлар ва ноадекват жисмоний юкламалар жароҳатланиш таҳликасини оширади (Claudino J.G. et al., 2018). Шу нарса исботландики, жароҳатларнинг салмоғи жисмоний тайёргарлик даражаси ва спорт турига боғлиқ экан (Bergeron M.F., et al. 2011; Poston W.S.C., et al., 2016). Спорт билан шуғулланишнинг ақлий меҳнат қобилятига ижобий таъсири аниқланган (Booth J.N. et al., 2013; Davis E.E. et al., 2011; Moher D. et al., 2015), айтилиши вақтда бир қатор узоқ хорижлик олимлар жисмоний юкламалар ақлий қобилятни пасайтиради деб ҳисоблайдилар (J. van der Fels I.M. et al., 2015). Болаликда жисмоний фаолликнинг юқори бўлиши ўсмирлик даврида ҳаракат ва билиш борасидаги устунликни таъминлайди (Cox E.P. et al., 2016; Fedewa A.L. et al., 2011; Khan N.A., Hillman C.H., 2014). Иқтидорли ёшларни танлаб олишнинг айрим тамойиллари ишлаб чиқилган (Lidor R. et al., 2009; Mokkink L.B. et al., 2010; Robertson S. et al., 2014; Thomas S., Paskus A. 2012). Кўплаб МДҲ давлат олимлари етарлича бўлмаган ҳаракат фаоллигининг ҳамда ҳаддан ташқари жисмоний юкламаларнинг касалликкача бўлган ҳолатларнинг ривожланишига ва сурункали юкумсиз касалликларнинг юзага келишига,

функционал имкониятларнинг бузилишига, жисмоний ривожланишга, жисмоний ва ақлий меҳнат қобилиятига таъсирини ўрганиш билан шуғулланмоқдалар (Баранов А.А., Кучма В.Р., 2013; Джангирия Н.А., Габибов А.Б., 2016; Калининченко И.А., 2018; Соколовская Т.А., 2017; Прокопьев Н.Я., Романова С.В., 2016; Усков Г.В., Возницкая О.Э., 2013). Қатор илмий ишлар ўқув-машқ жараёнини ташкиллаштириш ва оптималлаштиришни гигиеник баҳолашга, машқ машғулоти тари технологиясини рационаллаштиришга бағишланган (Охапкина С.А., Левина Е.П., 2018; Скиба О.А., 2018; Самоненко С.Б., 2014). Яқин хориж мамлакатлари олимларининг илмий асарлари болаларнинг соғлом турмуш тарзига бўлган ижобий муносабатларига, жисмоний тарбия ва спортга қизиқишларини оширишга жисмоний тарбия ва спорт муҳитининг кўрсатадиган таъсирини ўрганишга бағишланган (Баталов И.С., Асланов В.А., 2016; Берулава Б.З. ва бошқ., 2016; Дуркин П.К., Лебедева М.П., 2014; Касьяненко А.Н., 2016; Мацкевич Д.И., 2018; Смурыгина Л.В., 2015). МДХ мамлакатлари олимлари спорт танлови ва йўналиши тизимига, ёш спортчиларнинг ўз-ўзини аниқлаш масалаларига услубий ёндошувларни ишлаб чиқиш билан шуғулланган (Бальсевич В.К., 2006; Бареев О.Н., Агабекова Т.П., 2016; Воронов Ю.С., 2005; Неверкович С.Д., 2003).

Мамлакатимиздаги олимларнинг илмий ишлари мактабгача тарбия ёшидаги болаларни, ўқувчи ҳамда ёшларнинг ёшга оид хусусиятлари ва қонуниятларини, жисмоний ривожланиши, жинсий етилишини, функционал ҳолати ва жисмоний тайёргарлигини ижтимоий-гигиеник, тиббий-биологик, иқлимий-географик ва экологик омилларга боғлиқ ҳолда аниқлашга ҳамда болалар ва ўсмирлар саломатлигини муҳофаза қилишга оид меъёрий-услубий ҳужжатларни ишлаб чиқишга йўналтирилган (Алимарданова М.А., 2011; Атаев О.Р., 2010; Бекбаулиева Г.Н., 2004; Искандарова Г.Т., 2007; Камилова Р.Т. ва бошқ., 2016; Кувандикова Д.Э., 2004; Ниязова Г.Т., 2008; Саломова Ф.И., 2009; Шайхова Г.И., 2004; Эрматов Н.Ж., 2011).

Шунингдек мамлакатимизда ёш спортчиларнинг жисмоний тарбия билан шуғулланиш ва дам олиш тартибини рационаллаштириш, ҳаракат фаоллиги даражасини оптималлаштириш ҳамда врач кўригига қадар ўтказиладиган скрининг-кўрикни, жисмоний тарбия ва спорт бўйича касбга йўналтиришни, касбий танлаш ҳамда врачларнинг касбий маслаҳатларини ташкиллаштириш бўйича илмий асосланган тавсияларнинг мавжуд эмаслиги, жисмоний ривожланишнинг минтақавий стандартлари ишлаб чиқилмаганлиги ушбу масалаларни ҳал қилиш бўйича тадқиқотларнинг зарурлигини қайд этади.

Тадқиқотнинг диссертация бажарилган илмий-тадқиқот муассасасининг илмий-тадқиқот ишлари режалари билан боғлиқлиги. Диссертация тадқиқоти Санитария, гигиена ва касб касалликлари илмий-тадқиқот институтининг АТСС-24.3 «Ихтисослаштирилган болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ва олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолати кўрсаткичларини баҳолашнинг илмий-асосланган мезонлари асосида болалар ва ўсмирларни тиббий касбий танлаш ва касалликларнинг олдини олишнинг янги услубларини ишлаб чиқиш» (2012-2014 йиллар) амалий грант лойиҳаси режасига мувофиқ бажарилган.

Тадқиқотнинг мақсади касбий йўналтирилган ўқувчи-спортчиларда касалланиш, функционал ва жисмоний ривожланиш мезонларини илмий асослаш асосида болалар саломатлик ҳолати бузилишининг олдини олишга қаратилган профилактик чора-тадбирларнинг самарали тизимини ишлаб чиқишдан иборат.

Тадқиқот вазифалари:

ҳар хил турдаги спорт-таълим муассасаларининг мажмуавий санитар-гигиеник текширишдан ўтказиш, спортчи ўқувчиларнинг машқ машғулотлари тартибини ҳамда яшашининг ижтимоий-маиший шароитларини баҳолаш;

спорт-таълим муассасаларида ўқувчиларнинг спорт турлари бўйича тақсимланишига миқдорий тавсиф бериш;

спортчи ўқувчилар саломатлик ҳолати кўрсаткичларининг субъектив баҳосига машқ машғулотларининг таъсирини аниқлаш;

спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган болаларнинг жисмоний ривожланиши, нафас ва ҳаракат-мушак тизимлари функционал ҳолати кўрсаткичларига қиёсий баҳо бериш;

спортчи ўқувчиларнинг касалланиш даражасини скрининг-тест маълумотлари ва чуқурлаштирилган тиббий кўрик натижалари бўйича ўрганиш, уларнинг тиббий фаоллик даражасини аниқлаш;

спортчи ўқувчиларнинг касбга йўналтирилганлигини баҳолаш, уларнинг мойилликлари ва қизиқишларини аниқлаш;

болаларнинг саломатлик ҳолатидаги силжишларнинг олдини олиш, машқ машғулотларини жисмоний тарбия ва спортга касбий йўналтиришни, касбий танлаш ва болаларга шифокорнинг касбий маслаҳатини оқилона ташкил этиш бўйича профилактик тадбирларни ишлаб чиқиш.

Тадқиқотлар объекти бўлиб Тошкент шаҳри, Тошкент ва Сирдарё вилоятларида жойлашган 30 та спорт-таълим муассасалари, 14 та умумтаълим мактаби, касб-ҳунар коллежлари ва академик лицейларнинг ўқувчилари ҳамда Тошкент шаҳри, республикамизнинг 12 та вилояти ва Қорақалпоғистон Республикасининг ўқув-таълим муассасаларидаги 19606 нафар боланинг асосий антропометрик кўрсаткичлари бўйича электрон маълумотлар базаси ҳисобланади.

Тадқиқотнинг предмети спорт-таълим муассасаларининг санитар-гигиеник ҳолати, машқ машғулотларининг шароити ва тартиби; яшашнинг ижтимоий-маиший шароити, спорт билан шуғулланишнинг жисмоний ривожланиш, функционал ҳолати ва касалланиш даражасига таъсири, ўқувчи-спортчиларнинг касбга йўналтирилганлиги, мойилликлари ва қизиқишларидан иборат.

Тадқиқот усуллари. Қўйилган вазифаларни ҳал этиш ва мақсадга эришиш учун сўровнома ва тест ўтказилган, гигиеник, соматометрик, физиометрик, анамнестик, таҳлил ва статистик усуллардан фойдаланилган.

Тадқиқотнинг илмий янгилиги қуйидагилардан иборат:

спорт мактаби ва олимпия заҳиралари коллежи ўқувчиларининг ўзлаштириши лозим бўлган спорт тури асосида дарсдан ташқари фаолияти, ўқув машғулоти, болалар саломатлик ҳолати, дам олиш, таълим ва тарбия шароитларининг тизими такомиллаштирилган;

мамлакатимиз ҳудудларининг антропометрик, морфофункционал кўрсаткичлари асосида мактаб ёшидаги болалар ва ўсмирларнинг жисмоний ривожланишини янги ёш-жинс стандартлари ишлаб чиқилган;

гиподинамик ҳолати ва асаб-эмоционал зўриқишни пасайтириш, ўқувчиларнинг кунлик жисмоний юкласини оптималлаштириш натижасида ҳаракат фаоллигининг гигиеник меъёрлари ишлаб чиқилган;

аниқ танланган спорт тури бўйича таълим муассасаси турига мос равишда спортчи ўқувчиларни касалланиш кўрсаткичлари асосида шифокоргача бўлган скрининг кўрик ўтказиш мезонлари, шифокор касбий маслаҳати, касб танлаш, жисмоний тарбия ва спорт бўйича касбга йўналтириш мезонлари ишлаб чиқилган.

Тадқиқотнинг амалий натижалари қуйидагилардан иборат:

болалар ва ўсмирларнинг саломатлик ҳолатини гигиеник баҳолаш бўйича самарали профилактик тадбирлар тизими ишлаб чиқилган;

ёш спортчиларни ўқитишнинг ҳамда жисмоний тайёргарлигининг шарт-шароитларни, ўқув, машқ ва бўш вақтини оқилона ташкил этишни назорат қилиш;

болаларни жисмоний тарбиялаш, уларнинг саломатлигини жисмоний маданият ва спорт воситасида муҳофаза қилиш масалалари бўйича мутахассисларни тайёрлашнинг савияси ва сифатини яхшилаш;

ўз вақтида диспансеризация қилиш учун спортчи болаларнинг шифокор кўригига қадар скрининг кўригини ўтказишни, жисмоний ривожланиши ва функционал ҳолатидаги нуқсонларни эрта аниқлашни амалга ошириш;

болаларни жисмоний тарбия ва спортга касбий йўналтириши ва шифокорнинг касбий маслаҳатлар беришини босқичма-босқич ўтказиш.

Тадқиқот натижаларининг ишончлилиги оқилона назарий ёндошув ва усулларнинг қўлланганлиги; етарлича миқдорда текширувдан ўтказилган болалар сонидан фойдаланган; ўзаро бир-бирини тўлдирувчи замонавий гигиеник, соматометрик, физиометрик, анамнестик, аналитик ва статистик тадқиқот усулларининг қўлланиши; хориждаги ҳамда мамлакатимиздаги муаллифлар илмий ишларининг қиёсий таҳлили ўтказилганлиги билан тасдиқланади; хулоса ва олинган натижалар ваколатли тузилмалар томонидан тасдиқланган. Барча рақамли маълумотлар, жумладан болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ҳамда олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолатини мажмуавий баҳолаш натижаларига замонавий компьютер технологияларидан фойдаланган ҳолда ишлов берилган.

Тадқиқот натижаларининг илмий ва амалий аҳамияти Ишнинг назарий аҳамияти спорт билан шуғулланишнинг ёш спортчилар жисмоний ривожланиши ва функционал ҳолатига, касалланиш ва жароҳатланиш даражасига кўрсатадиган таъсирини аниқлаш билан изоҳланади.

Тадқиқотларнинг илмий аҳамияти шу билан белгиланадики, ўқув дастури, ўқув-услубий қўлланма ҳамда 3 та услубий тавсияномалар кўринишида тайёрланган монография ва ишлаб чиқилган ўқув-услубий ҳужжатларидан тиббий ходимларга ҳамда болаларнинг саломатлиги, ўсиши ва ривожланиши динамикасини баҳолаш билан шуғулланувчи бошқа мутахассисларга ўз амалий фаолиятида фойдаланиш имконини беради. Ишлаб чиқилган ўқув-услубий ҳужжатлардан болалар ва ўсмирлар гигиенаси бўйича мутахассисларни тайёрлашда фойдаланиш мумкинлиги билан изоҳланади.

Тадқиқот натижаларининг жорий қилиниши. Ихтисослаштирилган болалар-ўсмирлар спорт мактаблари ва олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолатини мажмуавий гигиеник баҳолаш бўйича олинган илмий натижалар асосида:

«Ўзбекистон Республикасида 7-17 ёшдаги мактаб ўқувчилари жисмоний ривожланишининг баҳолашнинг меъёрий жадваллари» услубий қўлланмаси тасдиқланган (Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2018 йил 18 майдаги 8н-д/114-сон маълумотномаси). Мазкур услубий қўлланма мамлакатимизда истиқомат қилаётган мактаб ёшидаги болалар ва ўсмирлар орасида жисмоний ривожланишнинг меъёрий кўрсаткичлари асосида жисмоний ривожланишни баҳолаш, унинг асосида ўқувчилар фаолиятининг гигиеник меъёрларини ишлаб чиқиш ва улар ёрдамида саломатлик ҳолатини баҳолаш имконини берган;

«Ўқувчиларни жисмоний тарбиялаш ва ҳаракат фаоллигининг гигиеник меъёрлари» услубий қўлланмаси тасдиқланган (Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2018 йил 18 майдаги 8н-д/114-сон маълумотномаси). Мазкур услубий қўлланма болалар ва ўсмирлар орасида ақлий ва жисмоний ривожланишининг уйғунлигини таъминлаш мақсадида жисмоний тарбия ва ҳаракат фаоллигини таъминловчи гигиеник меъёрлар ишлаб чиқиш ва улар ёрдамида саломатлик ҳолатини таъминлаш имконини берган;

«Ўқув тарбия муассасалари тиббий ҳамширалари учун шифокорларгача скрининг-кузатув қўлланмаси» услубий қўлланмаси тасдиқланган (Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2018 йил 18 майдаги 8н-д/114-сон маълумотномаси). Мазкур услубий қўлланма ўқув тарбия муассасаларида ўқувчиларни тиббий ҳамширалар томонидан саломатлик ҳолати, жисмоний ва функционал ҳолатидаги ўзгаришларини эрта аниқлаш ва уларнинг олдини олиш мақсадида коррекцияловчи чора-тадбирлар ишлаб чиқиш имконини берган;

ихтисослаштирилган болалар-ўсмирлар спорт мактаблари ва олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолатини мажмуавий гигиеник баҳолаш самарадорлигини оширишга қаратилган илмий тадқиқот натижалари соғлиқни сақлаш амалиётига, жумладан, Тошкент тиббиёт академияси, Тошкент врачлар малакасини ошириш институти,

Болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ходимларининг малакасини ошириш ва қайта тайёрлаш маркази, Республика, Тошкент шаҳар ва Тошкент вилояти давлат санитария-эпидемиология назорати марказлари амалиётига жорий қилинган (Соғлиқни сақлаш вазирлигининг 2018 йил 14 июндаги 8н-з/128-сон маълумотномаси). Олинган тадқиқот натижаларни жорий этиш ўқувчи-спортчиларни жисмоний тайёргарликнинг гигиена шароитларини назорат қилишни яхшилашга имкон берган.

Тадқиқот натижаларининг апробацияси. Мазкур тадқиқот натижалари 16 та илмий-амалий анжуманларда, жумладан 8 та халқаро ва 8 та республика илмий-амалий анжуманларида муҳокамадан ўтказилган.

Тадқиқот натижаларининг эълон қилинганлиги. Диссертация мавзуси бўйича жами 48 та илмий иш чоп этилган бўлиб, шулардан Ўзбекистон Республикаси Олий аттестация комиссиясининг фалсафа доктори (PhD) даражаси диссертациялари асосий илмий натижаларини чоп этиш тавсия этилган илмий нашрларда 7 та мақола, жумладан, 6 таси республика ва 1 таси хорижий журналларда нашр этилган.

Диссертациянинг тузилиши ва ҳажми. Диссертация таркиби кириш, етти та боб, хулосалар, фойдаланилган адабиётлар рўйхати ва иловалардан иборат. Диссертациянинг ҳажми 120 бетни ташкил этган.

ДИССЕРТАЦИЯНИНГ АСОСИЙ МАЗМУНИ

Кириш қисмида мавзунинг долзарблиги ва зарурати асосланган, тадқиқотларнинг мақсади ва вазифалари, объекти ва предмети шакллантирилган, тадқиқотларнинг республика фан ва технологиялари ривожланишининг устувор йўналишларига мослиги кўрсатилган, тадқиқотларнинг илмий янгилиги ва амалий натижалари баён этилган, ишнинг назарий ва амалий аҳамияти очиб берилган, олинган маълумотларнинг ишончлилиги асосланган, тадқиқот натижаларини амалиётга жорий этиш, чоп этилган илмий ишлар ва диссертациянинг тузилиши бўйича маълумотлар келтирилган.

Диссертациянинг «**Спорт билан мунтазам шуғулланишнинг болалар саломатлиги ҳолатига кўрсатадиган таъсирининг замонавий муаммолари**» деб номланган биринчи бобида болаларга таълим бериш ва жимсоний тарбиялаш тартиби гигиеник тавсифи, жисмоний юкламалар миқдорининг ўқувчиларнинг жисмоний ривожланишига, функционал ҳолати ва касалланиш даражасига таъсири, болаларнинг тиббий жисмоний тарбия ва спортни танлашининг аҳамияти ёритилган масалалари бўйича илмий нашрларнинг маълумотлари келтирилган.

Диссертациянинг «**Ёш спортчиларнинг саломатлиги ва касбий йўналтирилганлигини шакллантиришнинг гигиеник жиҳатлари**» деб номланган иккинчи бобида тадқиқотларнинг объекти, ҳажми ва тадқиқот усуллари келтирилган.

Тадқиқотлар Тошкент шаҳри, Тошкент ва Сирдарё вилоятларида жойлашган 30 та спорт-таълим муассасалари, 14 та умумтаълим мактаби, касб-хунар коллежлари ва академик лицейларнинг ўқувчилари орасида ўтказилган.

36 та спорт-таълим муассасасининг спорт заллари, жумладан 6 та янгидан қурилган спорт заллари ва майдончалари санитар-гигиеник текширувдан ўтказилган. Микроиқлим ва ёритилганлик параметрлари ўрганилган: спорт залларида ўлчашлар йилнинг ҳар хил вақтида (машғулотларнинг боши ва охирида) ва йилнинг ҳар хил фаслида (қиш-баҳор ва ёз-куз фаслларида) ўтказилган; спорт майдончаларида ўлчашлар бир марта машғулотлар вақтида, йилнинг қиш-баҳор ва ёз-куз мавсумида ўтказилган. Ўлчаш натижалари махсус ишлаб чиқилган «Спорт-таълим муассасаларини мажмуавий санитар-гигиеник ва эпидемиологик текшириш» картасида қайд этилган. Микроиқлим ва ёритилганлик кўрсаткичларини ўлчаш «Метеоскоп-М» ва «Аргус-01» электрон ўлчагичлар ёрдамида амалга оширилган.

Спортчи ўқувчиларнинг спорт тури бўйича тақсимланиши, уларнинг спортдаги стажи ва машқ машғулотлари тартибини ўрганиш 1538 нафар спортчи ўқувчилар орасида махсус ишлаб чиқилган «Спортчи ўқувчининг спортдаги фаоллигини ўрганиш картаси» дан фойдаланган ҳолда сўровнома усули билан аниқланди. Яшашнинг ижтимоий-маиший шароитининг қиёсий таҳлилини амалга ошириш учун 956 нафар ўқувчи спортчилар (1-гурух) ва спорт билан шуғулланмаётган 1820 нафар ўқувчи (2-гурух) орасида махсус ишлаб чиқилган «Ўқувчилар яшашининг ижтимоий-гигиеник шароитини ўрганиш бўйича сўровнома» асосида ўтказилди.

Жисмоний ривожланишни аниқлаш учун тананинг оғирлиги ва бўйи, кўкрак қафасининг айланаси ва экскурсияси (КҚА ва КҚЭ) ўрганилди. Нафас тизимининг функционал ҳолатини аниқлаш учун ўпканинг ҳаётий сиғими (ЎХС) «ВТЛ-08 Spiro» спирометридан фойдаланган ҳолда ўрганилди ва зарур бўлган ЎХСни ҳисоблаш ўтказилди. Ҳаракат-мушак тизимининг функционал ҳолати мушак кучи ва мушак бардошлилиги ўнг (МК₁, МБ₁) ҳамда чап (МК₂, МБ₂) қўл панжаларнинг кўрсаткичлари бўйича ДРП-90 ва ДРП-120 типидagi қўл динамометридан фойдаланган ҳолда ўрганилди. Орқанинг мушак кучи ДС-200 ва ДС-500 гавда динамометр ёрдамида ўлчанди.

Жисмоний ривожланиш ва функционал ҳолатни қиёсий баҳолаш спорт мактабларининг 11 дан 15 ёшгача бўлган 529 нафар ўқувчиси (1-гурух) ва умумтаълим мактабларининг жисмоний тарбия дарсларига қатнашадиган, аммо спорт билан шуғулланмайдиган 1009 нафар ўқувчи (2-гурух), шунингдек, олимпия захиралари коллежларининг 13 дан 17 ёшгача бўлган ўқувчилари (956 нафар бола – 1-гурух) ва уларнинг ҳаракат фаоллиги жисмоний тарбия дарслари билан чекланган тенгдошлари (1217 нафар бола - 2-гурух) орасида ўтказилди. Соматометрик ва физиометрик параметрларнинг қийматлари махсус ишлаб чиқилган «Ўқувчиларнинг жисмоний ривожланиши ва функционал ҳолати кўрсаткичларини қайд этиш шахсий картаси»га киритилган.

Жисмоний ривожланишнинг минтақавий ёш-жинс меъёрий миқдорлари (стандартлари)ни ишлаб чиқиш учун Ўзбекистон Республикасининг Тошкент шаҳри, 12 та вилояти ва Қорақалпоғистон шароитида яшайдиган, умумтаълим мактаблари, касб-хунар коллежлари ва академик лицейларда таҳсил олаётган 19606 нафар боланинг асосий антропометрик кўрсаткичлари бўйича электрон маълумотлар базаси таҳлил қилинган.

Касалланиш ва тиббий фаоллик даражасини ўрганиш учун махсус ишлаб чиқилган «Спортчи ўқувчининг саломатлик ҳолатини ўрганиш картаси» ёрдамида 800 нафар ёш спортчида скрининг-тест ўтказилди ва тор мутахассислик шифокорларини жалб қилган ҳолда чуқурлаштирилган тиббий кўрик амалга оширилди. Оёқ кафтларининг морфологик ҳолатини ўрганиш 503 нафар спортчи ўқувчилар орасида А.В.Сидорованинг плантография усули бўйича; плантограммаларни баҳолаш В.А.Яралова-Яральянц (Москва, 1968) усули бўйича ўтказилди. Чуқурлаштирилган тиббий кўрик натижалари махсус ишлаб чиқилган «Спортчи ўқувчининг тиббий амбулатор картаси»га қайд этилди. Касалликнинг синфи ва нозологик бирликлари бўйича алоҳида касалликларни гуруҳлаш ХКТ-10 га мувофиқ ўтказилди.

Махсус ишлаб чиқилган «Ёш спортчиларнинг бўлажак касбларини танлаш бўйича касбий мақсадини аниқлаш учун сўровнома» асосида олимпия захиралари коллежларида шуғулланаётган, 12 дан 15 ёшгача бўлган 158 нафар ўқувчи билан сўров ўтказилган. Касбий қизиқиш ва мойилликларни аниқлаш учун Е.А.Климовнинг табақалаштирилган ташҳислаш саволномасидан (ТТС) А.А.Азбелнинг (Санкт-Петербург, 2004) модификациясида фойдаланилган бўлиб, у 30 та муқобил фикрлашлардан ташкил топган.

Биз ишлаб чиққан ва юқорида санаб ўтилган барча сўровнома ва карталар Санитария, гигиена ва касб касалликлари ИТИнинг Илмий кенгашида кўриб чиқилган ва тасдиқланган (2012 йил 20 мартдаги 3-сонли баённома).

Тадқиқот маълумотларига статистик ишлов беришда вариацион статистик миқдорларни (M), ўртача арифметик миқдорларнинг хатосини ($\pm m$) ва нисбий миқдорларни (частота %) ҳисоблаб чиққан ҳолда фойдаланилган. Ўртача миқдорларни таққослашда ҳосил бўлган ўзгаришларнинг статистик аҳамияти ҳатолик эҳтимоли (P) ни ҳисоблаб чиққан ҳолда Стъудент мезони (t) бўйича аниқланган. Статистик жиҳатдан аҳамиятли бўлган ўзгаришлар учун $P < 0,05$ ишончлилиқ даражаси қабул қилинган.

Диссертация «Спорт таълим муассасаларининг санитар-гигиеник тавсифи ва ўқувчилар яшашининг ижтимоий-маиший шароитлари» деб номланган учинчи бобида спорт заллари ва спорт майдончаларини санитар-гигиеник текширув натижалари ҳамда спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган ўқувчилар яшашининг ижтимоий-маиший шароитини ўрганиш натижалари келтирилган.

Шу нарса аниқланганки, спорт-таълим муассасалари спортнинг алоҳида турлари билан шуғулланишга мўлжалланган, битта спортчи ўқувчи учун ҳисоблаб чиқилган (7 дан 75 м² гача), 8 дан 62 нафаргача бўлган ўқувчилар учун ўтказиш қобилятига эга бўлган очик текисликдаги спорт иншоотлари ва залларнинг майдонига; уларнинг жойлашув ўрнига, ҳудуднинг кўкаламзорлаштирилишига (ер участкасининг 30-35% ҳисобида) ва ички тузилишининг планировкаси ҳамда ёрдамчи хоналарнинг тузилишига;

ёритилишига (100 дан 510 лк гача), вентиляцияга (табiiй ва тортувчи-итарувчи) ва иситиш кўйилган талабларга жавоб беради. Аниқланишича, Тошкент шаҳрида спорт залларининг 2 фоизи, вилоятдаги шаҳарларда ва қишлоқ жойларда эса 60 фоизга яқини марказлаштирилмаган иситиш тизимга эга экан.

Спорт залларидаги микроклим параметрлари муайян спорт турига ва спорт машғулотларининг тавсифига боғлиқ бўлмаган, аммо йил фаслларига боғлиқ бўлган: йилнинг иссиқ фаслида ҳавонинг ҳарорати ва намлиги ўртача $32,1 \pm 1,17^\circ\text{C}$ ва 40-45% ни, совуқ фаслларда эса $18,8 \pm 2,1^\circ\text{C}$ ва 50-55% ни ташкил этган; ҳавонинг ҳаракатланиш тезлиги 0,1 дан 0,5 м/с гача ораликда бўлган. Очiq спорт иншоотларида энгил атлетика билан шуғулланишга мўлжалланган югуриш йўлакчалари, сакраш ва ядрони улоктириш учун майдончалар ҳамда ўйин майдончалари (волейбол, баскетбол, регби, футбол ва ҳ.к.)ни текшириш шуни кўрсатдики, деярли барча спорт-таълим муассасаларида уларнинг йўналишига, хавфсизлик ҳудудларига, қоплаш учун ишлатиладиган материалларга ва уларнинг ўлчамларига, шунингдек фойдаланиладиган ускуналарнинг материаллари ва конструкцияларига тегишли бўлган санитар-гигиеник талабларга риоя қилинмоқда (0352-17-сонли СанҚваМ). Спорт-таълим муассасаларини текшириш натижасида аниқланишича 17 дан 25 гача номдаги асосий спорт ускуналари, анжомлари ва инвентарларидан фойдаланилади; миқдор жиҳатидан энг яхши жиҳозланган спорт муассасалари Тошкент шаҳрига тегишлидир.

Спортчи ўқувчиларнинг тиббий таъминоти масалаларини ўрганиш натижасида аниқландики, спорт-таълим муассасаларида ўрта тиббий ҳодимларнинг штат бирликлари тўлиқ шакллантирилган, аммо 60% ҳолатларда шифокор лавозими кўзда тутилмаган; тиббиёт кабинетлари зарур мебеллар, дори-дармонлар ва уларни сақлаш учун совуткичлар билан (100% Тошкент шаҳрида, 50% - вилоят шаҳарлари ва қишлоқ жойларда); бўй ўлчагичлар билан (100% ҳолатларда) жиҳозланган, аммо спирометр ва динамометрлар мавжуд эмас. Демак, спортчи ўқувчиларнинг бўй-оғирлик кўрсаткичларидаги динамик ўзгаришларни назорат қилиш тўлиқ ҳажмда ўтказилмаган, нафас ва мушак-ҳаракат тизимлари аниқланмаган.

Маълум бўлишича, Республика олимпия заҳиралари коллежининг бутун контингентидан 48% ўқувчилар Тошкент шаҳрида, Чирчиқ олимпия заҳиралари коллежининг деярли 50% ўқувчилари Чирчиқ шаҳрида яшайди; респондентлар (сўров иштирокчилар)нинг 30-32 фоизи вилоятлардаги шаҳарларда, 20 фоизи эса республикамизнинг қишлоқ жойларида туғилиб ўсган. Бу республикасизнинг вилоятларидаги шаҳарларда ва қишлоқ туманларида яшайдиган ёш ўғил ва қиз болалар орасида спортнинг тобора оммалашиб бораётганидан далолат беради.

Қиёсий таҳлил шуни кўрсатадики, спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган болаларнинг яшаш шароити (яшаш жойининг тури, майдонининг ўлчами, коммунал таъминот) ва овқатланиш тартиби бир-биридан фарқ қилмаган.

Ота-оналарнинг маълумоти даражаси ва ижтимоий мавқеи жиҳатидан ишончли фарқлар мавжудлиги аниқланган; спорт билан шуғулланадиган болалар гуруҳида олий маълумотли ота-оналар сони спорт билан шуғулланмайдиган болаларнинг ота-оналарига нисбатан 1,6 баробарга кўп бўлган ($23,3 \pm 0,99$ га қарши $37,2 \pm 1,56\%$), «хизматчилар» деган ижтимоий ҳолатига эга бўлганлар сони 1,4 баробар кўп ($26,7 \pm 1,06$ га қарши $37,6 \pm 1,57\%$) ва вақтинча ишламаётганлар сони 1,2 баробар кам ($28,1 \pm 1,05$ га қарши $24 \pm 1,38\%$) бўлган ($P < 0,05 - 0,001$). Олимпия заҳиралари коллежи ўқувчиларининг турар жой ва маиший шароитини ўрганиш шуни кўрсатадики, 70% гача бўлган спортчи ўқувчилар қулай тура жой шароитида (1 кишига тўғри келадиган турар жой майдони 9 м^2 дан ортиқ, коммунал қулайликлар мавжуд бўлган) яшаган. Ёш спортчиларнинг 50%га яқини чиниқтириш муолажаларига рисоладагидек эътибор қаратмаслиги, 16% эса шахсий гигиена ва спорт пойафзали гигиенасига риоя қилмаслиги аниқланган.

Диссертациянинг «**Спорт-таълим муассасаларида ўқувчиларнинг спорт турлари бўйича тақсимланишининг миқдорий тавсифлари ва машқ машғулотлари тартиби**» деб номланган тўртинчи бобда олимпия заҳиралари коллежлари ва спорт мактаблари ўқувчиларининг спорт турлари ва машқлар тартиби бўйича тақсимланиши келтирилган, машқ машғулотларининг спортчи ўқувчилар саломатлиги ҳолатини субъектив баҳолашга кўрсатадиган таъсири аниқланган.

Спортчи ўқувчиларнинг миқдорий тақсимооти шуни кўрсатадики, олимпия заҳиралари коллежида ўғил болалар 16 хил, қизлар эса 14 хил спорт тури билан, спорт мактабларида мос равишда 42 ва 39 хилдаги спорт тури билан шуғулланганлар. Спорт турлари гуруҳларининг биз томонимиздан модификациялаштирилган таснифига мувофиқ, спортчи ўқувчилар қуйидагича тақсимланган: спорт мактабларида 82% ўғил болалар спортнинг жамоавий турлари ва якка кураш билан, 90% қизлар мураккаб мувофиқлаштириладиган ва жамоавий турлар билан, олимпия заҳиралари коллежларида 80,7% ўғил болалар якка кураш, ациклик ҳамда бошқарувли турлари билан ва 62% қизлар ациклик, мураккаб мувофиқлаштириладиган ва ҳар хил яккакураш турлари билан шуғулланганлар, спорт мактабларида шуғулланадиган ва текширувдан ўтган болаларнинг умумий сонидан эркак жинсга мансуб шахслар қизларга нисбатан 2,2 баробар кўп (31 га қарши 69%), олимпия заҳиралари коллежларининг ўқувчилари орасида эса 3,2 баробар кўп ($23,8$ га қарши $76,2\%$) бўлганлиги туфайли ота-оналар, тарбиячилар, педагоглар, мураббийлар, жисмоний тарбия ўқитувчилари ва тиббий ходимларнинг саъий-ҳаракатларини қиз болаларни мунтазам равишда спорт билан шуғулланишга жалб қилишга йўналтириш зарур. Қиз болалар ўғил болаларга нисбатан эртароқ, яъни 4-6 дан ёшдан бошлаб спорт билан мунтазам равишда шуғулланишга киришадилар ($11,3$ га қарши $31,1\%$) ва тенгдош спортчилардан фарқ қилган ҳолда деярли 3 баробар кўпроқ спорт устаси ва спорт устаси номзоди разрядларига эгадирлар. Бу ҳолат қиз болалар муваффақиятга эришишга кўпроқ интиладилар, улар учун ҳар қандай фаолиятда, жумладан спортда ҳам биринчи бўлиш муҳим, деган фикрни тасдиқлайди.

Сўровнома ўтказиш натижасида спорт билан мунтазам шуғулланиш ўқувчиларнинг кун тартибида анчагина вақтни эгаллаши ва спорт билан шуғулланишнинг давомийлиги уларнинг ёшига боғлиқ. Олимпия захиралари коллежларида мунтазам шуғулланишнинг ўртача давомийлиги 5 йилдан 8 йилгача ва ундан ортиқ вақтни, машқ машғулотлари сони ҳафтасига 4-6 мартани, кунлик машғулотнинг давомийлиги 1,5-6 соатни ташкил қилади. Спорт мактабининг ўқувчилари спорт билан мунтазам равишда 1-4,5 йил шуғулланадилар. Тошкент шаҳридаги болаларнинг кўпчилиги спорт мактабларида кунига 2-4 соатдан ҳафтада 5-6 марта, вилоятлардаги шаҳарларда эса кунига 1-3,5 соатдан ҳафтасига 3-5 марта шуғулланганлар. Шундай қилиб жисмоний юктамаларнинг ҳафталик ҳажми анча юқори бўлиб, бу ҳолат айниқса Тошкент шаҳридаги спортчи ўқувчиларда кўпроқ кузатилади.

Спортчи ўқувчилар орасида ўтказилган сўров натижалари таҳлили шуни кўрсатадики, машқ машғулотларининг мураккаблиги ва умумтаълим дастури бўйича уйга берилган топшириқлар ҳажмининг катталиги спортдаги ютуқларнинг натижавийлигига салбий таъсир кўрсатмоқда. Машқлар болаларнинг жаҳлдорлиги, кўрқув ва ваҳима ҳиссининг пасайишига, диққат-эътиборнинг ошишига ва уйқунинг меъёрлашувига кўмаклашади. Машқ машғулотлари вақтида ўқувчиларнинг катта ёшли гуруҳлари орасида, кўпроқ қиз болаларда тажовузкорликнинг намоён бўлиш тенденцияси кузатилган бўлиб, спорт соҳасидаги психологларнинг фикрига кўра бу спортчи учун муҳим хусусият ҳисобланади.

Диссертациянинг «**Спорт билан шуғулланишнинг ўқувчиларнинг жисмоний ривожланиши ва организмнинг функционал ҳолати даражасига таъсири**» деб номланган бешинчи бобида спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган ўқувчиларнинг жисмоний ривожланиши, нафас ва ҳаракат-мушак тизимларининг функционал ҳолати кўрсаткичларига қиёсий баҳо берилган; республиканинг турли минтақаларидаги болалар жисмоний ривожланишининг алоҳида стандартларини ишлаб чиқиш зарурати исботланган.

Спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган болалар ўртасида тананинг узунлиги кўрсаткичлари орасида ишончли тафовутлар мавжуд эмаслиги аниқланган, аммо спортчи болалар орасида (1-гуруҳ) тананинг оғирлиги ва кўкрак қафаси айланаси миқдорларининг ўртача қийматлари (тинч ҳолатда, чуқур нафас олиш ва нафас чиқаришда) спорт билан шуғулланмайдиган тенгдошлариникига (2-гуруҳ) нисбатан ишончли тарзда юқорироқ бўлган ($P < 0,05-0,001$) (1-жадвал). Бу ҳолат жисмоний юктамаларнинг тананинг мушак оғирлиги ва кўкрак қафаси мушакларининг ривожланишига ижобий таъсир кўрсатишидан далолат беради.

Соғлиқни сақлаш вазирлиги фармойишига мувофиқ (17.07.2013 йилдаги 1065-сонли фармойиш) ўқитилган мутахассислар томонидан биз ишлаб чиққан ўқув дастури (Тошкент, 2013) бўйича морфофункционал ўлчашларни ўтказишга унификациялашган ёндашув умумтаълим мактаблари, касб-хунар коллежлари ва лицейларининг 19606 нафар ўқувчиларининг антропометрик параметрлари бўйича ишончли маълумотларни тўплашга хизмат қилган.

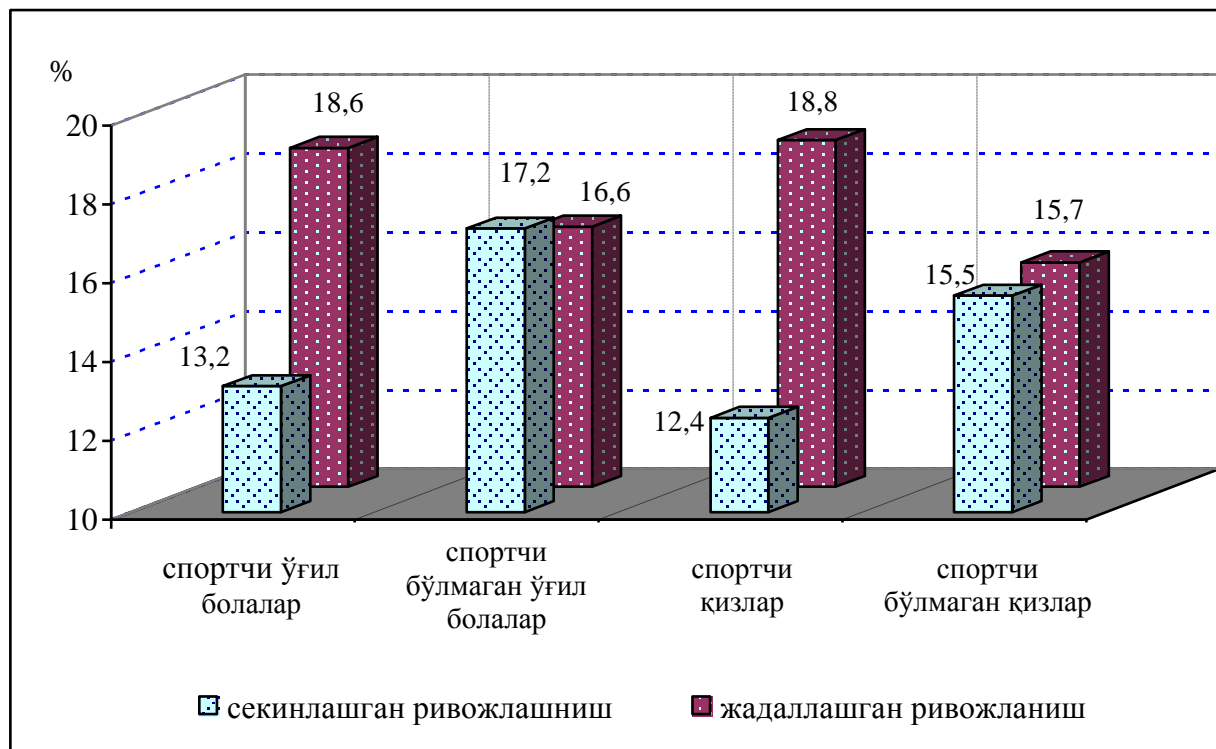
Олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларининг ва уларнинг спорт билан шуғулланмайдиган тенгдошларининг бўй узунлиги, тана вазни ва кўкрак қафаси айланаси кўрсаткичларининг ўртача ўлчамлари, $M \pm m$

Ёши, йил	Ўғил болалар					Қиз боллар				
	1-гуруҳ		2-гуруҳ		P	1-гуруҳ		2-гуруҳ		P
	M	$\pm m$	M	$\pm m$		M	$\pm m$	M	$\pm m$	
бўй узунлиги, см										
13	153,3	1,28	151,8	0,49	-	149,0	1,38	152,9	0,77	*
14	158,3	1,19	158,0	0,65	-	155,4	1,19	158,3	0,75	*
15	164,2	0,85	166,0	0,52	-	160,3	1,36	159,0	0,78	-
16	168,5	1,06	169,1	0,71	-	160,3	1,42	160,1	0,45	-
17	171,4	1,04	171,0	0,6	-	162,8	1,16	160,0	0,51	*
тана вазни, кг										
13	43,1	0,99	40,4	0,41	*	39,1	1,22	42,8	0,52	*
14	47,9	1,12	45,8	0,6	-	44,5	1,64	48,5	0,66	*
15	53,1	1,02	52,3	0,68	-	49	1,82	48,4	0,78	-
16	57,9	1,05	56,2	0,65	-	57,3	1,87	52,1	0,59	*
17	62,7	1,23	59	0,52	**	56,2	0,94	53,1	0,52	**
тинч ҳолатдаги КҚА, см										
13	76,2	0,71	71,2	0,41	***	73,4	1,23	72,4	0,64	-
14	79,3	0,77	73,9	0,52	***	78,6	1,56	77,2	0,62	-
15	83,3	0,83	78,9	0,61	***	84,4	1,28	77,6	0,52	*
16	86,4	0,91	82,3	0,58	***	82,9	0,98	78,9	0,53	**
17	88,5	0,8	84,5	0,54	***	83,7	0,71	81,1	0,74	*

Изоҳ: * - 1- ва 2-гуруҳлар ўртасидаги тафовутлар аҳамиятли даражада ишончли
* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$; *** - $P < 0,001$

Ушбу антропометрик параметрларга сататистик ишлов бериш қиёсий жиҳатдан болаларнинг ёши, жинси ва яшаш жойига кўра жисмоний ривожланиш кўрсаткичларининг ўзига хом хусусиятларини аниқлаш имконини берди. Ўзбекистон вилоятларининг шаҳарларида ва қишлоқ жойларида яшайдиган болалар жисмоний ривожланишининг қиёсий таҳлили, ўтказилганда асосий соматометрик кўрсаткичлари (тананинг узунлиги, оғирлиги ва КҚА) бўйича ишончли тафовутлар аниқланмаган. Аини вақтда Қорақалпоғистондаги ўқувчиларнинг жисмоний ривожланиш кўрсаткичлари билан Тошкент шаҳри ва Ўзбекистон Республикасининг бошқа минтақаларидаги болаларнинг худди шундан кўрсаткичларини солиштириш шуни кўрсатдики, таққосланадиган кўрсаткичлар статистик жиҳатдан бир-биридан фарқ қилади. Тошкент шаҳрида болаларнинг жисмоний ривожланиш кўрсаткичларининг Ўзбекистон вилоятларидаги шаҳарларда ҳамда Қорақалпоғистонда яшайдиган тенгдошлариникидан ишончли тарздаги фарқлари Тошкент шаҳри, Қорақалпоғистон ва Ўзбекистон вилоятларининг шаҳарлари ҳамда қишлоқ жойларининг болалари учун жисмоний ривожланишнинг алоҳида баҳолаш жадваллари (стандартлари)ни ишлаб чиқиш учун асос бўлди.

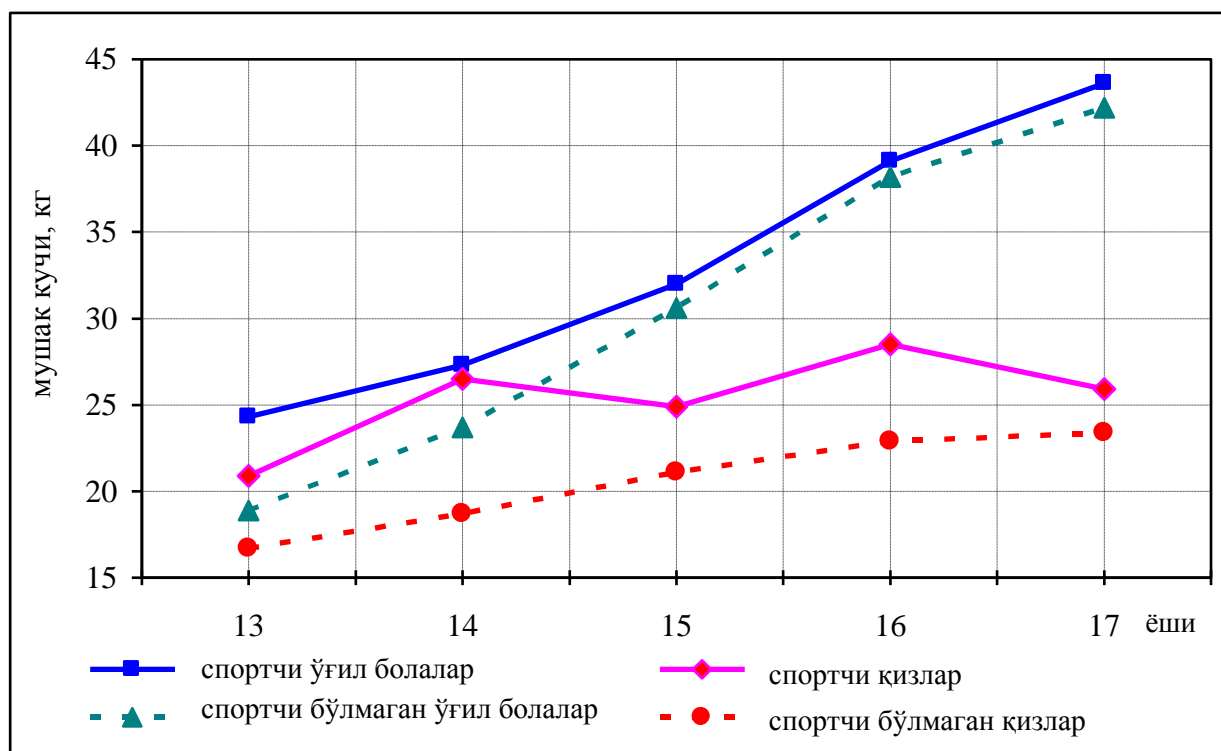
Спортчи ўқувчилар орасида жисмоний ривожланиш даражаси секинлашган (паст ва ўртадан паст) болалар сони спорт билан шуғулланмайдиган тенгдошлариникига нисбатан камроқ бўлганлиги (ўғил болаларда 17,2 га қарши 13,2%, қиз болалар - 15,5 га қарши 12,4%) ва мутаносиб ривожланаётган болалар, айниқса ўғил болалар сони кўпроқ эканлиги қайд этилган (ўғил болалар 82,1 га қарши 87,2%, қизлар – 81 га қарши 83,3%) (1-расм).



1-расм. Ўқувчиларнинг жисмоний ривожланиш даражаси, %

Ўқувчиларнинг нафас ва ҳаракат мушак тизимларининг функционал имкониятларини уларнинг ҳаракат фаоллиги билан боғлиқ ҳолда ўрганиш натижасида ёш бўйича гуруҳларнинг аксарият қисмидаги ўғил болаларда ЎҲСнинг қийматлари қиз бола тенгдошлариникига нисбатан ишончли тарзда юқорироқ эканлиги аниқланган ($P < 0,05-0,001$), аммо ЎҲС миқдорининг ЎЗҲС миқдоридан оғишлари йўл қўйилиши мумкин бўлган қийматлар доирасида чиқмайди; ёш бўйича гуруҳларнинг аксарият қисмида спортчи қизларнинг ЎҲС ва КҚЭ кўрсаткичлари спорт билан шуғулланмайдиган тенгдошлариникига нисбатан ишончли тарзда юқорироқ бўлган, яъни спортчи қизларнинг нафас аъзолари функционал жиҳатдан яхшироқ ривожланган. Спортчи ўқувчилар орасида мушак кучи миқдорининг ўртача қийматлари ёш-жинс гуруҳларининг каттагина қисмида спорт билан шуғулланмайдиган тенгдошлариникига нисбатан ишончли тарзда юқорироқ бўлган ($P < 0,05-0,001$). Бу қўл панжаларининг мушак кучи информативлиги далолат беради, у интенсивлик даражасига кўра турлича бўлган ҳаракат режимларининг ўқувчилар организмнинг ёш бўйича динамикасига кўрсатадиган таъсирини акс эттиради.

13 ёшдан 17 ёшгача бўлган спортчи болалар орасида ўнг қўл панжаларининг мушак кучи ва мушак бардошлилигининг аҳамиятли даражадаги ўсими суяк-мушак аппаратининг жисмоний юкламалар таъсирида рўй бераётган морфологик ўзгаришларнинг хусусиятлари билан боғлиқ. Бунда мушак кучининг ўсими ўғил болаларда 79,4% ва қиз болаларда - 23,9%га, мушакнинг бардошлилиги ўғил болаларда 79,4% ва қиз болаларда - 53,1% га тенг (2-расм).



2-расм. Спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган ўқувчилар ўнг қўл панжаларининг мушак кучи, кг

Диссертациянинг «Спортчи ўқувчилар касалланиш даражасининг тавсифи» деб номланган олтинчи бобда спортчи ўқувчиларнинг скрининг-тест ва чуқурлаштирилган тиббий кўрик натижалари келтирилган.

Скрининг-тест маълумотларига кўра ўқувчи спортчи ўқувчиларнинг касалланиш даражаси қуйидагича тавсифланган: 1-ўринда I синф касалликлари (айрим инфекцион ва паразитар касалликлар - 492,5%), 2-ўринда XIX синф касалликлари (жароҳатлар, заҳарланишлар ва ташқи сабаблар таъсирининг бошқа айрим оқибатлари - 452,5%) ва 3-ўринда X синф касалликлари (нафас аъзоларининг касалликлари - 392,5%) турар экан. Чуқурлаштирилган тиббий кўрик маълумотларига кўра спорт мактаблари ва олимпия захиралари коллежлари ўқувчиларининг касалланиши даражаси ва таркибида тафовутлар бўлмаган ва дастлабки 3-ўринни овқат ҳазм қилиш аъзоларининг касалликлари (847,5 га қарши 823,9%), тери ва териости клечаткасининг касалликлари (368,8 га қарши 333,3%) ва жароҳатлар (198,6 га қарши 138,4%) эгаллаган.

Мамлакатимиздаги муаллифларнинг спортчи ўқувчиларни касалланиш даражаси бўйича материаллари билан биз томонимиздан олинган натижаларнинг қиёсий таҳлили ўтказилганда шу нарса аниқландики, умумтаълим мактаблари ва лицейларининг ўқувчилари орасида дастлабки 3-ўринни қулоқ ва сўрғичсимон ўсимтанинг касалликлари (VIII синф), овқат ҳазм қилиш аъзоларининг касалликлари (VIII синф), тери ва териости клечаткаси касалликлари (XII синф) эгаллаган. Бизнинг аниқлашимизча, касалланишнинг умумий таркибида XIX синф касалликлари (жароҳатлар, заҳарланишлар ва ташқи сабабларнинг айрим бошқа оқибатлар) спортчи ўқувчилар скрининг тест натижарининг маълумотлари бўйича 2-ўринни, чуқурлаштирилган тиббий кўрик натижалари бўйича 3-ўринни эгаллаган; умумтаълим мактаблари ва лицейларнинг ўқувчилари орасида эса XIX синф касалликлари 7-ўринда бўлган (Эрматов Н.Ж., 2011). Демак, тиббий ходимлар, мураббийлар ва ўқитувчиларнинг саъий-ҳаракатларини спортчи ўқувчилар орасида жароҳатларнинг олдини олишга йўналтириш керак.

Спорт мактаблари ва олимпия заҳиралари коллежлари ўқувчиларида овқат ҳазм қилиш касалликларининг таркиби асосан тишлар кариеси ҳисобидан шакллантирилган (мос ҳолда 826,2 ва 805,2%), стоматологик текширувлар таҳлили шуни кўрсатдики, олимпия заҳиралари коллежларининг ўртача битта ўқувчисига $3,2 \pm 0,1$ та, спорт мактаблариникига эса $2,9 \pm 0,2$ та кариес билан зарарланиш ҳолати тўғри келган. Стоматолог кўригида болаларда кариес билан зарарланишнинг тарқалганлиги билан бир қаторда пародонтит, ҳар хил турдаги тиш-жағ аномалиялари, тишлардаги юмшоқ ва қаттиқ тошлар аниқланганлигини инобатга олсак, 90% спортчи ўқувчилар стоматологик ёрдамга муҳтож деган хулосага келиш мумкин.

Диссертациянинг **«Спортчи ўқувчиларнинг касбий йўналтирилганлиги, мойилликлари ва қизиқишларини баҳолаш ҳамда спортга касбий йўналтириш, шифокор маслаҳати ва спортни танлаш»** деб номланган еттинчи бобида спортчи ўқувчиларнинг касбга йўналтирилганлиги, мойилликлари ва қизиқишларининг тавсифи ҳамда спортга касбий йўналтириш, шифокор маслаҳати ва спортни танлашнинг биз ишлаб чиққан тамойиллари келтирилган.

Анкетали сўров натижасида барча спортчи ўқувчилар мактабдан бўш вақтларини спорт машғулотларига сарфлашлари ва спортда аниқ натижаларга эришишга интилишлари маълум бўлган.

Табақалаштирилган ташҳислашга оид савол-жавоб бўйича тест синовини ўтказиш шуни кўрсатдики, олимпия заҳиралари коллежларининг атиги 47% ўқувчилари кўпроқ одамлар орасидаги мулоқот ва уларнинг бир-бирига таъсири билан боғлиқ бўлган касб турларига йўналтирилган. Ўқувчиларнинг 60% эса ўзлари учун мураббийлик касбини ва спортчилик касби устаси (профессионал) бўлишни хоҳлашини эътироф этган, яъни 13% спортчи ўқувчилар касб танлашда хато қилган. Айни вақтда савол-жавобда қатнашганларнинг 21,3% бирон-бир касбга яққол мойиллик ва қизиқишларни намоён қилмаган (2-жадвал).

Спортчи ўқувчиларнинг касб тури бўйича миқдорий тақсимоти, %

Касб тури	Ёш гуруҳ (n=158)				
	12 ёш	13 ёш	14 ёш	15 ёш	жами
Инсон - Жамият	15,9	15,4	11,4	23,8	16,6
Инсон - Инсон	33,3	25,6	22,9	38,1	30,0
Инсон - Табиат	7,9	10,3	8,6	-	6,7
Инсон - Техника	14,3	5,1	5,7	-	6,3
Инсон - Белгилар тизими	6,4	5,1	20,0	28,6	15,0
Инсон - Бадий қиёфа	3,2	7,7	5,7	-	4,2
Ноаниқ тури	19,1	30,8	25,7	9,5	21,3

Спортчи ўқувчилар орасида танланган касбнинг касбий қизиқиш ва мойилликларга тўғри келмаслиги, айрим синф касалликлари бўйича юқори даражали касалланиши ва жароҳатланиши ўз-ўзини касбий аниқлаш даражасининг пастлигидан далолат беради. Олинган натижалар болаларнинг шахсий хусусиятларига энг кўп жавоб берадиган спорт турини танлаш йўли билан уларнинг саломатлик ҳолатидаги бузилишларнинг олдини олишга қаратилган жисмоний тарбия ва спортга йўналтиришни, касбий танлаш ва шифокор маслаҳатини ташкиллаштириш бўйича тадбирларни ишлаб чиқиш учун асос бўлади.

ХУЛОСА

«Ихтисослаштирилган болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ҳамда олимпия захиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлик ҳолатини мажмуавий гигиеник баҳолаш» мавзусида бажарилган диссертация бўйича олиб борилган тадқиқотлар натижасида қуйидаги хулосалар тақдим этилди:

1. Ўрганилган барча очик спорт майдончалари (n=39) ва спорт залларида (n=48) спорт иншоотларидан фойдаланишга ва уларнинг тузилишига қўйиладиган гигиеник талабларга риоя қилинган, уларда 17 дан 25 гача бўлган номдаги асосий спорт жиҳозлари, анжомлари ва инвентарлардан фойдаланиладиган спорт иншоотларининг қурилиши ва ишлатилишига қўйилган гигиеник талабларга риоя қилинмоқда; спорт-таълим муассасалари ёш спортчиларнинг функционал ҳолатидаги динамик ўзгаришларни назорат қилиш учун лаборатория жиҳозлари билан таъминланмаган.

2. Спорт билан шуғулланадиган ва шуғулланмайдиган болаларнинг яшаш шароити ва овқатланиш тартиби бир-биридан фарқ қилмаган; оналарининг маълумот даражаси ва ижтимоий ҳолатида ишончли тафовутлар аниқланган ($P < 0,05-0,001$): олий маълумотлилар сони 1,6 баробар кўп ($23,3 \pm 0,99$ қарши $37,2 \pm 1,56\%$), хизматчилар сони 1,4 баробар кўп ($26,7 \pm 1,04$ га қарши $37,6 \pm 1,57\%$) ва вақтинча ишламаётганлар сони 1,4 баробар кам ($28,1 \pm 1,05$ га қарши $24 \pm 1,38\%$). Спортчи ўқувчиларнинг 50% га яқини чиниқтириш муолажаларига етарлича эътибор қаратмайдилар ва 16% шахсий гигиена ҳамда спорт пойафзали гигиенасига риоя қилмайдилар.

3. Ўғил болаларга нисбатан қиз болалар спорт билан деярли 3 баробар кам шуғулланадилар (72,6% га қарши 27,4%), эрта ёшдан (4-6 ёшдан) бошлаб мунтазам машқларга 3 баробар кам киришадилар (11,3 га қарши 31,1%), 3 баробар кўп спорт устаси номзоди ва спорт устаси разрядларига (12,1 га қарши 33,3%) ҳамда катта ёшли гуруҳларда спорт борасидаги муҳим сифат-тажовузкорликнинг яққолроқ намоён бўлиши тенденциясига эга.

4. Спорт турлари гуруҳларини биз томонимиздан модификацияланган таснифлашга мувофиқ, спорт мактабларидаги ўғил болаларнинг 80% дан ортиғи спортнинг жамоавий турлари ва яккакураш билан, олимпия заҳиралари коллежларида - яккакураш, ациклик ва бошқарувли турлари билан; спорт мактабларида 90% қизлар мураккаб ва жамоавий турлар билан, олимпия заҳиралари коллежларида 62% ациклик, мураккаб мувофиқлаштириладиган спорт турлари ва ҳар хил якка кураш турлари билан шуғулланган.

5. Спорт ўқувчиларнинг кун тартибида мунтазам машқлар анчагина вақтни эгаллайди, жисмоний юкларнинг ҳафталик ҳажми ҳам юқори; олимпия заҳиралари коллежларида машқлар сони ҳафтасига 4-6 марта бўлиб, кунига 1,5 дан 6 соатни; спорт мактабларида ҳафтада 5-6 мартани ва кунига 2-4 соатни (Тошкент шаҳрида) ва 1-3,5 соатдан ҳафтасига 3-5 марта (вилоятлардаги шаҳарлар ва қишлоқ жойларда) ташкил этади.

6. Республикамиз ўқувчиларининг соматометрик кўрсаткичларини қиёсий баҳолашнинг ўтказилиши Тошкент шаҳри ва вилоятлардаги шаҳарларнинг, қишлоқ жойлардаги ва алоҳида Қорақалпоғистонлик болалар учун жисмоний ривожланишнинг алоҳида стандартларини ишлаб чиқиш учун асос бўлди. Спортчи ўқувчилар орасида жисмоний ривожланиш даражаси секинлашганлар сони спортчи бўлмаган болаларга нисбатан камроқ (16,4 га қарши 12,8%) ва мутаносиб ривожланаётганлар болалар сони кўпроқ (81,6 га қарши 85,3%) бўлган; тананинг оғирлиги, кўкрак айланаси ва қўл панжаларининг мушак кучи (иккала жинс спортчиларида), ҳаётий сиғим ва ўпка экскурсияси миқдорининг ўртача қийматлари (спортчи қизларда) ишончли тарзда юқори бўлган ($P < 0,05-0,001$).

7. Чуқурлаштирилган тиббий кўрик натижалари скрининг тест маълумотлари бўйича олинган касалланиш таркиби тўғрисидаги тасаввурларни ўзгартирган, тест натижаларига кўра 1-ўринни инфекция ва паразитар касалликлар (492,5%), 2-ўринни жароҳатлар (392,5%) ва 3-ўринни нафас аъзолари касалликлари (392,5%) эгаллаган, тиббий кўрик материаллари бўйича эса дастлабки 3-ўринни овқат ҳазм қилиш аъзоларининг касалликлари (837,5%), тери ва териости клеткасининг касалликлари (351,1%) ва жароҳатлар (168,5%) эгаллади.

8. Текширилган болаларнинг кўпчилиги 12 ёшдан бошлаб ўзлари учун касб танлайдилар, аммо табақалаштирилган ташхислаш саволномаси ва сўровнома натижалари шуни кўрсатдики, олимпия заҳиралари коллежларининг 13% ўқувчилари касб танлашда хатога йўл қўйган, 21,3% да эса бирор-бир касбга нисбатан қизиқиш ва мойилликлар мавжуд эмаслиги болаларнинг ўз-ўзини касбий аниқлаш даражаси пастлигидан далолат беради.

**НАУЧНЫЙ СОВЕТ DSc.27.06.2017.Tib.30.03
ПО ПРИСУЖДЕНИЮ УЧЕНЫХ СТЕПЕНЕЙ ПРИ
ТАШКЕНТСКОЙ МЕДИЦИНСКОЙ АКАДЕМИИ**

**НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ ИНСТИТУТ САНИТАРИИ,
ГИГИЕНЫ И ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ**

ИСАКОВА ЛОЛА ИСАКОВНА

**КОМПЛЕКСНАЯ ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ
ЗДОРОВЬЯ УЧАЩИХСЯ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННЫХ
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИХ СПОРТИВНЫХ ШКОЛ И КОЛЛЕДЖЕЙ
ОЛИМПИЙСКОГО РЕЗЕРВА**

14.00.07 – Гигиена

**АВТОРЕФЕРАТ ДИССЕРТАЦИИ ДОКТОРА ФИЛОСОФИИ (PhD)
ПО МЕДИЦИНСКИМ НАУКАМ**

ТАШКЕНТ – 2018

Тема диссертации доктора философии (PhD) по медицинским наукам зарегистрирована в Высшей аттестационной комиссии при Кабинете Министров Республики Узбекистан за № B2017.2.PhD/Tib241.

Диссертация выполнена в Научно-исследовательском институте санитарии, гигиены и профессиональных заболеваний.

Автореферат диссертации на двух языках (узбекский, русский, английский (резюме)) размещен на веб-странице Ташкентской медицинской академии (www.tma.uz) и в Информационно-образовательном портале «ZiyoNet» (www.ziyo.net).

Научный руководитель: **Камилова Роза Толановна**
доктор медицинских наук, профессор

Официальные оппоненты: **Худайберганов Анатолий Сагатбаевич**
доктор медицинских наук, профессор

Мавлянова Зилола Фархадовна
кандидат медицинских наук, доцент

Ведущая организация: **Ташкентский педиатрический медицинский институт**

Защита состоится « ____ » _____ 2018 г. в ____ часов на заседании Научного совета DSc.27.06.2017.Tib.30.03 при Ташкентской медицинской академии. (Адрес: 100109, г.Ташкент, ул.Фараби, дом 2. Зал заседания 1-го учебного корпуса Ташкентской медицинской академии. Тел./факс: (+99871) 150-78-25, e-mail: tta2005@mail.ru).

С диссертацией можно ознакомиться в Информационно-ресурсном центре Ташкентской медицинской академии (зарегистрирован № ____). (Адрес: 100109, г.Ташкент, ул.Фараби, дом 2. Ташкентская медицинская академия, 2 учебный корпус, «Б» крыло, 1 этаж, 7 кабинет. Тел./факс: (+99871) 150-78-14).

Автореферат диссертации разослан « ____ » _____ 2018 года.

(реестр протокола рассылки № ____ от « ____ » _____ 2018 года).

Г.И.Шайхова

Председатель научного совета по присуждению учёных степеней, доктор медицинских наук, профессор

Н.Ж.Эрматов

Ученый секретарь научного совета по присуждению учёных степеней, доктор медицинских наук, доцент

Ф. И.Саломова

Председатель научного семинара при научном совете по присуждению учёных степеней, доктор медицинских наук, доцент

ВВЕДЕНИЕ (аннотация диссертации доктора философии (PhD))

Актуальность и востребованность темы диссертации. Физкультурно-спортивное движение является интернациональным и имеет глобальные масштабы. Это движение привлекает к себе все больше подрастающее поколение и развивается в зависимости от особенностей национальной культуры и духовных ценностей общества. Всемирное развитие детского спорта в Узбекистане проводится путем широкого вовлечения детей, особенно девочек, в регулярные занятия спортом, повышения качества детского спортивного образования, дальнейшего расширения сети детских спортивных объектов во всех регионах, включая сельские и отдаленные районы. Число детей, регулярно занимающихся спортом, постоянно возрастает и на сегодняшний день составляет более 2,5 миллионов¹.

В мире осуществляется ряд научных исследований по разработке эффективной системы профилактических мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, путем изучения санитарно-гигиенической характеристики условий быта, воспитания и отдыха юных спортсменов. Особое значение придается: оценке влияния занятий спортом на возрастную динамику физического развития и функционального состояния основных систем организма; определению соответствия объема физических нагрузок возрасту, полу и состоянию здоровья; изучению заболеваемости юных спортсменов и уровня их медицинской активности; разработке мероприятий по снижению влияния факторов риска, раннему выявлению и предупреждению заболеваний и травматизма; осуществлению медицинской профессиональной консультации и спортивного отбора детей.

В целях коренного совершенствования системы государственного управления в области физической культуры и спорта, широкой пропаганды здорового образа жизни среди населения, особенно молодежи, а также в соответствии с задачами, определенными в Стратегии действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах² «... одной из основных задач является реализация единой государственной политики в области физической культуры и спорта, направленной на приобщение широких слоев населения к занятиям спортом и ведению здорового образа жизни, воспитание физически здорового подрастающего поколения, развитие спортивной индустрии и инфраструктуры, обеспечение достойного представления страны в области спорта высших достижений на международной спортивной арене ...»³. На сегодняшний день одной из основных задач в стране является реализация единой государственной политики в области физической культуры и спорта, путем разработки и внедрения современных спортивно-оздоровительных мероприятий на основе применения инновационных технологий.

¹ Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан №148 «Об утверждении положения о государственном Комитете Республики Узбекистан по физической культуре и спорту» от 16.03.2017 г.

² Указ Президента Республики Узбекистан УП-4947 «Стратегия действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах» от 07.02.2017 г.

³ Указ Президента РУз УП-5368 «О мерах по коренному совершенствованию системы государственного управления в области физической культуры и спорта» от 5.03.2018 г.

Данное диссертационное исследование в определенной степени способствует решению задач, предусмотренных Законами Республики Узбекистан «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» и «О физической культуре и спорте», Указами Президента Республики Узбекистан №УП-4947 от 7 февраля 2017 г. «О Стратегии действий по пяти приоритетным направлениям развития Республики Узбекистан в 2017-2021 годах» и №УП-5368 от 5 марта 2018 г. «О мерах по коренному совершенствованию системы государственного управления в области физической культуры и спорта», Постановлением Кабинета Министров Республики Узбекистан №148 от 16 марта 2017 г. «Об утверждении Положения о Государственном комитете Республики Узбекистан по физической культуре и спорту», а также других нормативно-правовых документов, принятых в данной сфере.

Соответствие исследования приоритетным направлениям развития науки и технологий Республики Узбекистан. Работа выполнена в соответствии с приоритетными направлениями развития науки и технологий Республики Узбекистан по разделу VI. «Медицина и фармакология».

Степень изученности проблемы. Вопросами влияния систематических занятий спортом на процессы роста и развития детского организма и на развитие функциональных возможностей двигательной системы занимаются многие авторы дальнего зарубежья (Best J.R., 2010; Iivonen K.S. et al., 2013; Saris, 2002; Zeng N. et al., 2017). В научных работах авторов дальнего зарубежья отражены результаты мониторинга заболеваемости детей, занимающихся спортом и установлены особенности структуры заболеваемости от объема физических нагрузок и видов спорта (Claudino J.G. et al., 2016; Gabbett T.J., 2016; Halson S.L., 2014; Jones C.M. et al., 2017). Учеными дальнего зарубежья подтверждается, что интенсивные тренировочные занятия и неадекватные физические нагрузки увеличивают риск травматизма (Claudino J.G. et al., 2018). Доказано, что удельный вес травм зависит от уровня физической подготовленности и вида спорта (Bergeron M.F., et al. 2011; Poston W.S.C., et al., 2016). Выявлено положительное влияние занятий спортом на умственную работоспособность (Booth J.N. et al., 2013; Davis E.E. et al., 2011; Moher D. et al., 2015), тогда как другие авторы дальнего зарубежья считают, что физические нагрузки снижают интеллектуальные способности (J. van der Fels I.M. et al., 2015). Доказано, что повышенная физическая активность в детстве может обеспечить двигательные и познавательные преимущества в юности (Cox E.P. et al., 2016; Fedewa A.L. et al., 2011; Khan N.A., Hillman C.H., 2014). Разработаны некоторые принципы отбора будущих юных талантов (Lidor R. et al., 2009; Mokkink L.B. et al., 2010; Robertson S. et al., 2014; Thomas S., Paskus A. 2012). Изучением влияния недостаточной двигательной активности и чрезмерных физических нагрузок на возникновение риска развития донозологических состояний и хронических неинфекционных заболеваний, нарушение функциональных возможностей, физического развития, физической и умственной работоспособности занимаются многие ученые стран СНГ (Баранов А.А.,

Кучма В.Р., 2013; Джангирян Н.А., Габибов А.Б., 2016; Калиниченко И.А., 2018; Соколовская Т.А., 2017; Прокопьев Н.Я., Романова С.В., 2016; Усков Г.В., Возницкая О.Э., 2013). Ряд исследований посвящен гигиенической оценке организации и оптимизации учебно-тренировочного процесса, рационализации технологий тренировочных занятий (Охупкина С.А., Левина Е.П., 2018; Скиба О.А., 2018; Самоненко С.Б., 2014). Изучению влияния физкультурно-спортивной среды на активно-позитивное отношение детей к здоровому стилю жизни и повышению мотивации к урокам физической культуры и спорту посвящены труды ученых стран ближнего зарубежья (Баталов И.С., Асланов В.А., 2016; Берулава Б.З. и др., 2016; Дуркин П.К., Лебедева М.П., 2014; Касьяненко А.Н., 2016; Мацкевич Д.И., 2018; Смурыгина Л.В., 2015). Разработкой методологических подходов к системе спортивного отбора и ориентации, вопросами профессионального самоопределения юных спортсменов занимались ученые стран СНГ (Бальсевич В.К., 2006; Бареев О.Н., Агабекова Т.П., 2016; Воронов Ю.С., 2005; Неверкович С.Д., 2003).

Работы отечественных ученых направлены на выявление возрастных особенностей и закономерностей физического развития, полового созревания, функционального состояния и физической подготовленности детей дошкольного возраста, учащихся и молодежи, в зависимости от социально-гигиенических, медико-биологических, климатогеографических и экологических факторов, а также на разработку нормативно-методических документов по охране здоровья детей и подростков (Алимарданова М.А., 2011; Атаев О.Р., 2010; Бекбаулиева Г.Н., 2004; Искандарова Г.Т., 2007; Камилова Р.Т. и др., 2016; Кувандикова Д.Э., 2004; Ниязова Г.Т., 2008; Саломова Ф.И., 2009; Шайхова Г.И., 2004; Эрматов Н.Ж., 2011).

В связи с тем, что в республике отсутствуют научно-обоснованные рекомендации по рационализации режимов физического воспитания и отдыха юных спортсменов, оптимизации уровня двигательной активности и организации доврачебного скрининг-осмотра, физкультурно-спортивной профориентации, профотбора и врачебной профконсультации детей; отсутствуют новые региональные стандарты физического развития, то это констатирует необходимость решения задач в данном направлении.

Связь исследования с планами научно-исследовательских работ учреждения, где проводятся исследования. Диссертационное исследование выполнено в соответствии с планом НИИ санитарии, гигиены и профзаболеваний по прикладному грантовому проекту АТСС-24.3 «Разработка новых методов профилактики заболеваний и медицинского профессионального отбора детей и подростков на основе научно обоснованных критериев оценки показателей состояния здоровья учащихся специализированных детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва» (2012-2014 годы).

Цель работы заключается в разработке эффективной системы профилактических мероприятий по предупреждению нарушений в состоянии здоровья детей, на основе научно обоснованных критериев оценки физического и функционального развития, заболеваемости и профессиональной направленности учащихся-спортсменов.

Задачи исследований:

провести комплексное санитарно-гигиеническое обследование спортивно-образовательных учреждений разного типа, дать гигиеническую оценку режимам тренировочных занятий и социально-бытовым условиям проживания учащихся-спортсменов;

дать количественную характеристику распределения учащихся спортивно-образовательных учреждений по видам спорта;

определить влияние тренировочных занятий на субъективную оценку показателей состояния здоровья учащихся-спортсменов;

дать сравнительную оценку показателей физического развития и функционального состояния дыхательной и двигательной систем детей, занимающихся и не занимающихся спортом, определить уровень и гармоничность их физического развития;

изучить заболеваемость учащихся-спортсменов, по данным скрининг-тестирования и результатам углубленного медицинского осмотра, определить уровень их медицинской активности;

оценить профессиональную направленность, выявить склонности и интересы учащихся-спортсменов;

разработать профилактические мероприятия по предупреждению нарушений в состоянии здоровья детей, рациональной организации режимов тренировочных занятий, физкультурно-спортивной профориентации, профотбора и врачебной профконсультации детей.

Объектом исследований явились учащиеся 30-ти спортивно-образовательных учреждений, 14-ти общеобразовательных школ, профессиональных колледжей и академических лицеев, расположенных в г.Ташкенте, Ташкентской и Сырдарьинской областях; электронная база данных по основным антропометрическим показателям 19606 детей учебно-образовательных учреждений г.Ташкента, 12-ти областей республики и Каракалпакстана.

Предметом исследований явились санитарно-гигиеническое состояние спортивно-образовательных учреждений, условия и режим тренировочных занятий; социально-бытовые условия проживания; влияние занятий спортом на физическое развитие, функциональное состояние и заболеваемость; профессиональная направленность, склонности и интересы учащихся-спортсменов.

Методы исследования. Для решения поставленных задач и достижения цели проведено анкетирование и тестирование, использованы гигиенические, соматометрические, физиометрические, анамнестический, аналитический и статистические методы исследований.

Научная новизна исследования заключается в следующем:

усовершенствованы методы изучения влияния режимов обучения, тренировочных занятий и отдыха на состояние здоровья детей, предназначенные для оптимизации учебно-тренировочного процесса, внеучебной деятельности учащихся спортивных школ и колледжей олимпийского резерва, с учетом осваиваемого ими вида спорта;

разработаны новые региональные возрастно-половые стандарты физического развития детей и подростков школьного возраста на основе изучения антропометрических параметров;

разработаны гигиенические нормы двигательной активности учащихся с целью оптимизации суточной физической нагрузки, устранения гиподинамии и снижения нервно-эмоционального напряжения;

получены данные об уровне заболеваемости учащихся, занимающихся в спортивно-образовательных учреждениях разного типа, усовершенствованы принципы проведения доврачебного скрининг-осмотра, врачебной профконсультации и профессионального отбора детей для занятий физкультурой и конкретным видом спорта.

Практические результаты исследования заключаются в:

разработке эффективной системы профилактических мероприятий по гигиенической оценке состояния здоровья детей и подростков;

проведении контроля за условиями обучения и физической подготовки, рациональной организации учебного, тренировочного и свободного времени юных спортсменов;

улучшении уровня и качества подготовки специалистов по вопросам физического воспитания, охраны здоровья детей средствами физической культуры и спорта;

осуществлении доврачебного скрининг-осмотра, раннего выявления отклонений в физическом развитии и функциональном состоянии детей-спортсменов для своевременной их диспансеризации;

проведении поэтапной физкультурно-спортивной профориентации и врачебной профконсультации детей.

Достоверность результатов исследования подтверждается применением рациональных теоретических подходов и методов; использованием достаточным числом обследованных детей; применением современных взаимодополняющих гигиенических, соматометрических, физиометрических, анамнестического, аналитического и статистических методов исследования; проведением сравнительного анализа с данными научных трудов зарубежных и отечественных авторов; заключение и полученные результаты подтверждены полномочными структурами. Весь цифровой материал результатов комплексной гигиенической оценки состояния здоровья учащихся детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва обработан с использованием современных компьютерных программ.

Научная и практическая значимость результатов исследования. Теоретическая значимость работы обусловлена установлением влияния занятий спортом на физическое развитие и функциональное состояние, заболеваемость и травматизм юных спортсменов.

Практическая значимость исследований определяется тем, что подготовленная монография и разработанные учебно-методические документы, в виде учебной программы, учебно-методического пособия и 3-х методических рекомендаций, позволяют использовать их в практической деятельности медицинских работников и других специалистов, занимающихся оценкой динамики здоровья, роста и развития детей. Разработанные учебно-методические документы могут быть использованы при профессиональной подготовке специалистов по гигиене детей и подростков.

Внедрение результатов исследования. На основе полученных научных результатов по комплексной гигиенической оценке состояния здоровья учащихся специализированных детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва:

утверждены методические рекомендации «Нормативные оценочные таблицы физического развития детей 7-17 лет Республики Узбекистан» (Заключение Министерства здравоохранения 8н-д/114 от 18 мая 2018 г.). Данные методические рекомендации позволили проводить оценку физического развития детей и подростков с помощью нормативных величин, осуществлять мониторинг состояния здоровья и физического развития детей школьного возраста;

утверждены гигиенические нормы двигательной активности учащихся, в виде методических рекомендаций «Физическое воспитание и гигиенические нормы двигательной активности учащихся» (Заключение Министерства здравоохранения 8н-д/114 от 18 мая 2018 г.). Данные методические рекомендации способствуют оптимизации суточной физической нагрузки и двигательной активности, обеспечению гармоничного физического и умственного развития детей и подростков;

утверждены методические рекомендации «Руководство для медицинских сестер учебно-воспитательных учреждений в организации доврачебного скрининг-осмотра» (Заключение Министерства здравоохранения 8н-д/114 от 18 мая 2018 г.). Данные рекомендации позволяют проводить доврачебный скрининг-осмотр, выявлять ранние отклонения в физическом развитии и функциональном состоянии детей, проводить коррекционные профилактические мероприятия;

результаты исследований, направленные на повышение эффективности комплексной гигиенической оценки здоровья учащихся специализированных детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва внедрены в практическую деятельность Центров Госсанэпиднадзора республики и Областных детских многопрофильных медицинских центров, в учебный процесс Центра повышения квалификации и переподготовки работников детско-юношеских спортивных школ, Ташкентского института

усовершенствования врачей, Ташкентской медицинской академии и колледжей олимпийского резерва республики (Заключение Министерства здравоохранения №8н-з/128 от 14 июня 2018 г.). Внедрение полученных научных результатов позволило улучшить контроль за гигиеническими условиями физической подготовки учащихся-спортсменов.

Апробация работы. Результаты данного исследования доложены и обсуждены на 16-ти научно-практических конференциях, в том числе на 8-ми международных и 8-ми республиканских.

Публикация результатов исследования. По теме диссертации опубликовано 48 научных работ, из них: 7 журнальных статей, в том числе 6 - в республиканских и 1 - в зарубежном журналах, рекомендованных Высшей аттестационной комиссией Республики Узбекистан для публикации основных научных результатов диссертаций доктора философии (PhD).

Структура и объем диссертации. Диссертация включает введение, семь глав, выводы, список использованной литературы и приложения. Объем диссертации составляет 120 страниц.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДИССЕРТАЦИИ

Во введении обоснована актуальность и востребованность темы, сформулированы цель и задачи, объекты и предмет исследований, указано соответствие исследований приоритетным направлениям развития науки и технологий республики, изложены научная новизна и практические результаты исследований, раскрыты теоретическая и практическая значимость работы, обоснована достоверность полученных данных, даны сведения по внедрению результатов исследований в практику, опубликованным научным работам и структуре диссертации.

В первой главе диссертации **«Современные проблемы влияния систематических занятий спортом на состояние здоровья детей»** представлены данные научных трудов по вопросам гигиенической характеристики режима обучения и физического воспитания детей, влияния величин физических нагрузок на физическое развитие, функциональное состояние и заболеваемость учащихся, о значении медицинского физкультурно-спортивного отбора детей.

Во второй главе диссертации **«Гигиенические аспекты формирования здоровья и профессиональной направленности юных спортсменов»** приводятся объекты, объем и методы исследований.

Исследования проведены среди учащихся 30-ти спортивно-образовательных учреждений, 14-ти общеобразовательных школ, профессиональных колледжей и академических лицеев, расположенных в г.Ташкенте, Ташкентской и Сырдарьинской областях.

Санитарно-гигиеническому обследованию подлежали спортивные залы и площадки 36-ти спортивно-образовательных учреждений, в т.ч. 6 вновь построенных спортивных залов. Изучены параметры микроклимата и освещенности: в спортивных залах замеры проведены в разное время дня (до начала и в конце занятий) и в разное время года (зимне-весенний и летне-осенний периоды); на спортплощадках замеры проводились однократно, во время тренировочных занятий, в зимне-весенний и летне-осенний сезоны года. Результаты замеров фиксировались в специально разработанной карте «Комплексное санитарно-гигиеническое и эпидемиологическое обследование спортивно-образовательных учреждений». Замеры параметров микроклимата и освещенности осуществлялись с помощью электронных измерителей «Метеоскоп-М» и «Аргус-01».

Количественное распределение учащихся-спортсменов по видам спорта, изучение их спортивного стажа и режимов тренировочных занятий проведено методом анкетирования среди 1538 учащихся-спортсменов с использованием специально разработанной «Карты по изучению спортивной активности учащегося-спортсмена». Для проведения сравнительного анализа социально-бытовых условий проживания, проведен опрос среди 956 учащихся-спортсменов (1 группа) и 1820 учащихся, не занимающихся спортом (2 группа), по специально разработанной «Анкетe по изучению социально-гигиенических условий проживания учащихся».

Для определения физического развития изучены масса и длина тела, окружность и экскурсия грудной клетки (ОГК и ЭГК). Для определения функционального состояния дыхательной системы изучена жизненная емкость легких (ЖЕЛ) с использованием спирометра «VTL-08 Spiro» и проведен расчет должной ЖЕЛ (ДЖЕЛ). Функциональное состояние двигательной-мышечной системы изучено по показателям мышечной силы и выносливости правой ($МС_1$, $МВ_1$) и левой ($МС_2$, $МВ_2$) кистей рук с использованием ручного динамометра типов ДРП-90 и ДРП-120. Сила мышц спины измерялась становым динамометром типов ДС-200 и ДС-500.

Проведена сравнительная оценка физического развития и функционального состояния среди 529 учащихся в возрасте от 11 до 15 лет спортивных школ (1 группа) и 1009 учащихся общеобразовательных школ, посещающих уроки физкультуры, но не занимающиеся спортом (2 группа), а также среди учащихся в возрасте от 13 до 17 лет колледжа олимпийского резерва (956 детей – 1 группа) и их сверстников, двигательная активность которых ограничивалась занятиями физической культуры (1217 детей – 2 группа). Значения соматометрических и физиометрических параметров вносились в специально разработанную «Индивидуальную карту регистрации показателей физического развития и функционального состояния учащегося».

Для разработки региональных возрастно-половых нормативных величин (стандартов) показателей физического развития проведен анализ электронной базы данных по основным антропометрическим показателям 19606 детей, проживающих в условиях г.Ташкента, 12 областей Республики Узбекистан и Каракалпакстана, обучающихся в общеобразовательных школах, профессиональных колледжах и академических лицеях.

Для изучения заболеваемости и медицинской активности, проведено скрининг-тестирование 800 юных спортсменов с помощью специально разработанной «Карты по изучению состояния здоровья учащегося-спортсмена» и проведен углубленный медицинский осмотр, с привлечением врачей узкой специализации. Среди 503 учащихся-спортсменов проведено изучение морфологического состояния стоп методом плантографии по методике А.В.Сидоровой; оценка плантограмм проведена по методу В.А.Ярлова-Яральянца (Москва, 1968). Данные углубленного медицинского осмотра фиксировались в специально разработанной «Медицинской амбулаторной карте учащегося-спортсмена». Группировка отдельных заболеваний по классам болезней и нозологическим единицам проводилась согласно МКБ-10.

По специально разработанной «Анкете для выявления профессиональных намерений юных спортсменов по выбору будущей профессии» проведен опрос 158 учащихся в возрасте от 12 до 15 лет, занимающихся в колледжах олимпийского резерва. Для определения профессиональных интересов и склонностей был использован дифференциально-диагностический опросник (ДДО) Е.А.Климова в модификации А.А.Азбель (Санкт-Петербург, 2004), состоящий из 30 альтернативных суждений.

Все разработанные нами вышеперечисленные анкеты и карты были рассмотрены и утверждены на Ученом совете НИИ санитарии, гигиены и профзаболеваний (протокол №3 от 20 марта 2012 г.).

При статистической обработке данных исследований использовались методы вариационной статистики с вычислением средней арифметической величины (M), ошибки средней арифметической величины ($\pm m$) и относительных величин (частота %). Статистическая значимость полученных изменений при сравнении средних величин определялась по критерию Стьюдента (t) с вычислением вероятности ошибки (P). За статистически значимые изменения принимали уровень достоверности $P < 0,05$.

В третьей главе диссертации **«Санитарно-гигиеническая характеристика спортивно-образовательных учреждений и социально-бытовые условия проживания учащихся»** представлены результаты санитарно-гигиенического обследования спортивных залов и спортивных площадок, а также результаты опроса по изучению социально-бытовых условий проживания учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом.

Определено, что спортивно-образовательные учреждения отвечают санитарно-гигиеническим требованиям к площади открытых плоскостных спортивных сооружений и залов, предназначенных для занятий отдельными видами спорта, рассчитанной на одного учащегося-спортсмена (от 7 до 75 м²) с пропускной способностью - от 8 до 62 учащихся; к местам их размещения, озеленению территорий (30-35% площади земельного участка) и планировке внутренней структуры и устройству вспомогательных помещений;

к освещению (от 100 до 510 лк), вентиляции (естественная и приточно-вытяжная) и отоплению. Выявлено, что децентрализованное отопление в г.Ташкенте имели 2% спортивных залов, а в областных городах и сельской местности - более 60%.

Параметры микроклимата спортивных залов не зависели от их принадлежности к определенному виду спорта и характера спортивных занятий, но зависели от сезона года: температура и относительная влажность воздуха в теплый период года в среднем составляли $32,1 \pm 1,17^\circ\text{C}$ и 40-45%, в холодный период - $18,8 \pm 2,1^\circ\text{C}$ и 50-55%; скорость движения воздуха находилась в пределах от 0,1 до 0,5 м/с. Обследование открытых спортивных сооружений, представленных легкоатлетическими беговыми дорожками, площадками для прыжков и толкания ядра, а также игровыми площадками (волейбол, баскетбол, регби, футбол и т.д.) показало, что почти во всех спортивно-образовательных учреждениях соблюдались гигиенические требования (СанПиН №0352-17), касающиеся их ориентации, зон безопасности, размеров и материалов, используемых для покрытия, а также требования к материалам и конструкциям эксплуатируемого оборудования. В результате обследования спортивно-образовательных учреждений установлено, что в них использовалось от 17 до 25 наименований основного спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря; наиболее оснащенными, в количественном выражении, являлись спортивные учреждения г.Ташкента.

В результате изучения вопросов по медицинскому обеспечению учащихся-спортсменов установлено, что в спортивно-образовательных учреждениях: штатные единицы среднего медицинского персонала полностью укомплектованы, но в 60% случаев не предусмотрена должность врача; медицинские кабинеты оснащены необходимой мебелью, медикаментами и холодильниками для их хранения (в 100% случаев - в г.Ташкенте, в 50% - в областных городах и сельских местностях), ростомерами (в 100% случаев) и медицинскими весами (в 68% случаев), но в 100% случаев в них отсутствовали спирометры и динамометры. Следовательно, контроль за динамическими изменениями роста-весовых показателей учащихся-спортсменов проводится не в полном объеме, а параметры функционального состояния дыхательной и мышечно-двигательной систем не определяются.

Установлено, что из всего контингента Республиканского колледжа олимпийского резерва 48% учащихся являлись уроженцами г.Ташкента, а в Чирчикском колледже олимпийского резерва почти 50% учащихся - уроженцами г.Чирчика; 30-32% респондентов родились и выросли в областных городах, а 20% - в сельской местности республики. Это может свидетельствовать о всевозрастающей популярности спорта среди юношей и девушек, проживающих в областных городах и сельских районах республики.

Сравнительный анализ показал, что у детей, занимающихся и не занимающихся спортом, условия проживания (вид жилья, размер жилой площади, коммунальное обеспечение) и режим питания не отличались.

В результате опроса выявлено достоверное различие по образовательному уровню и социальному положению родителей: в группе детей, занимающихся спортом, количество родителей с высшим образованием было в 1,6 раза больше ($37,2 \pm 1,56$ против $23,3 \pm 0,99\%$), социальным положением «служащие» - в 1,4 раза больше ($37,6 \pm 1,57$ против $26,7 \pm 1,04\%$) и временно не работающих было в 1,2 раза меньше ($24 \pm 1,38$ против $28,1 \pm 1,05\%$), чем таковых родителей учащихся, не занимающихся спортом ($P < 0,05 - 0,001$). Изучение жилищно-бытовых условий учащихся колледжа олимпийского резерва показало, что до 70% учащихся-спортсменов проживали в благоприятных жилищных условиях (жилая площадь - более 9 м² на 1 человека, наличие коммунальных удобств). Определено, что около 50% юных спортсменов не уделяют должного внимания закаливающим процедурам, 16% - правилам личной гигиены и гигиены спортивной обуви.

В четвертой главе диссертации **«Количественные характеристики распределения учащихся по видам спорта и режим тренировочных занятий в спортивно-образовательных учреждениях»** дано распределение учащихся колледжей олимпийского резерва и спортивных школ по видам спорта и режиму тренировок, выявлено влияние тренировочных занятий на субъективную оценку состояния здоровья учащихся-спортсменов.

Количественное распределение учащихся-спортсменов показало, что в колледжах олимпийского резерва мальчики занимались по 16, а девочки – по 14 видам спорта, в спортивных школах - соответственно по 42 и 39 видам спорта. В соответствии с модифицированной нами классификацией групп видов спорта, учащиеся-спортсмены были распределены следующим образом: в спортивных школах 82% мальчиков занимались командными видами и единоборствами, 90% девочек - сложнокоординационными и командными видами; в колледжах олимпийского резерва 80,7% мальчиков занимались единоборствами, ациклическими и управленческими видами и 62% девочек - ациклическими, сложнокоординационными и различными видами единоборств. В связи с тем, что из общего числа обследованных детей, занимающихся в спортивных школах, лиц мужского пола в 2,2 раза больше, чем девочек (69 против 31%), а среди учащихся колледжей олимпийского резерва – в 3,2 раза больше (76,2 против 23,8%), поэтому усилия родителей, воспитателей, педагогов, тренеров, учителей физкультуры и медицинских работников необходимо направлять на привлечение девочек к систематическим занятиям спортом. Девочки, по сравнению с мальчиками, с более раннего возраста приступают к систематическим занятиям спортом, т.е. с 4 до 6 лет (31,1 против 11,3%). Девочки, в отличие от сверстников-спортсменов, почти в 3 раза больше имеют разряды кандидата в мастера спорта и мастера спорта. Это подтверждает мнение о том, что девочки более мотивированы на достижение успеха, и им важно быть первыми в любой деятельности, в том числе и спортивной. В результате анкетирования было установлено, что регулярные занятия спортом занимают значительное время в режиме дня учащихся и продолжительность занятий спортом зависела от их возраста.

Определено, что средняя продолжительность систематических занятий в колледжах олимпийского резерва колебалась от 5 до 8 лет и более, с частотой тренировочных занятий 4-6 раз в неделю от 1,5 до 6 часов в день. Тогда как, учащиеся спортивных школ систематически посещали занятия спортом от 1 года до 4,5 лет. Большинство детей г.Ташкента занимались в спортивных школах 5-6 раз в неделю от 2 до 4 часов в день, а в областных городах – 3-5 раз в неделю от 1 до 3,5 часов в день. Таким образом, недельный объем физических нагрузок высокий, особенно - среди учащихся-спортсменов г.Ташкента.

Анализ анкетного опроса учащихся-спортсменов показал, что основными причинами, отрицательно влияющими на результативность спортивных достижений, являлись сложность программы тренировочных занятий и большой объем домашних заданий по общеобразовательной программе. Было выявлено, что тренировки способствуют снижению раздражительности, чувства страха и тревоги, повышению внимательности и нормализации сна детей. Во время тренировочных занятий среди учащихся старших возрастных групп, наблюдалась тенденция к проявлению агрессивности, которая в большей степени была выражена среди девочек и, по мнению спортивных психологов, является спортивно-важным качеством.

В пятой главе диссертации **«Влияние занятий спортом на уровень физического развития и функционального состояния организма учащихся»** дана сравнительная оценка показателей физического развития, функционального состояния дыхательной и двигательной-мышечной систем учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом; доказана необходимость разработки отдельных стандартов физического развития для детей разных регионов республики.

Установлено, что среди учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом, отсутствуют достоверные отличия между показателями длины тела, но среди детей-спортсменов (1 группа), средние значения величин массы тела и окружности грудной клетки (в состоянии покоя, при максимальном вдохе и выдохе) достоверно выше ($P < 0,05-0,001$), по сравнению с параметрами сверстников, не занимающихся спортом (2 группа) (табл. 1). Это свидетельствует о положительном влиянии физических нагрузок на развитие мышечной массы тела и мышц грудной клетки.

Унифицированный подход к проведению морфофункциональных измерений специалистами, обученных согласно распоряжения Министерства здравоохранения Республики Узбекистан (№1065 от 17.07.2013 г.) по разработанной нами учебной программе (Ташкент, 2013), послужил сбору достоверной информации антропометрических параметров 19606 учащихся общеобразовательных школ, профессиональных колледжей и лицеев.

Таблица 1

Средние параметры роста стоя, массы тела и окружности грудной клетки учащихся колледжей олимпийского резерва и сверстников, не занимающихся спортом, $M \pm m$

Возраст, лет	Мальчики					Девочки				
	1 группа		2 группа		P	1 группа		2 группа		P
	M	$\pm m$	M	$\pm m$		M	$\pm m$	M	$\pm m$	
рост стоя, см										
13	153,3	1,28	151,8	0,49	-	149,0	1,38	152,9	0,77	*
14	158,3	1,19	158,0	0,65	-	155,4	1,19	158,3	0,75	*
15	164,2	0,85	166,0	0,52	-	160,3	1,36	159,0	0,78	-
16	168,5	1,06	169,1	0,71	-	160,3	1,42	160,1	0,45	-
17	171,4	1,04	171,0	0,6	-	162,8	1,16	160,0	0,51	*
масса тела, кг										
13	43,1	0,99	40,4	0,41	*	39,1	1,22	42,8	0,52	*
14	47,9	1,12	45,8	0,6	-	44,5	1,64	48,5	0,66	*
15	53,1	1,02	52,3	0,68	-	49	1,82	48,4	0,78	-
16	57,9	1,05	56,2	0,65	-	57,3	1,87	52,1	0,59	*
17	62,7	1,23	59	0,52	**	56,2	0,94	53,1	0,52	**
ОГК в покое, см										
13	76,2	0,71	71,2	0,41	***	73,4	1,23	72,4	0,64	-
14	79,3	0,77	73,9	0,52	***	78,6	1,56	77,2	0,62	-
15	83,3	0,83	78,9	0,61	***	84,4	1,28	77,6	0,52	*
16	86,4	0,91	82,3	0,58	***	82,9	0,98	78,9	0,53	**
17	88,5	0,8	84,5	0,54	***	83,7	0,71	81,1	0,74	*

Примечание: * - различия между 1 и 2-ой группами достоверно значимы
* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$; *** - $P < 0,001$

Статистическая обработка этих антропометрических параметров позволила, в сравнительном аспекте, выявить характерные особенности показателей физического развития детей, в зависимости от возраста, пола и места проживания. При сравнительном анализе физического развития детей, проживающих в областных городах и сельской местности Узбекистана достоверной разницы по основным соматометрическим показателям (длина, масса тела и ОГК) не выявлено. В тоже время сравнение показателей физического развития учащихся Каракалпакстана с аналогичными данными детей г.Ташкента и других регионов Узбекистана показало, что сопоставляемые параметры статистически отличаются друг от друга. Достоверные различия показателей физического развития детей г.Ташкента от их сверстников, проживающих в областных городах и сельской местности Узбекистана, а также в Республике Каракалпакстан, явились основанием для разработки отдельных оценочных таблиц физического развития (стандартов) для детей г.Ташкента, Каракалпакстана и для детей областных городов и сельской местности Узбекистана.

Определено, что среди учащихся-спортсменов, по сравнению со сверстниками, не занимающимися спортом, отмечено меньшее число детей с замедленным (низким и ниже среднего) уровнем физического развития (мальчики – 13,2 против 17,2%, девочки – 12,4 против 15,5%) и большее количество детей, особенно мальчиков, с гармоничным развитием (мальчики – 87,2 против 82,1%, девочки – 83,3 против 81%) (рис. 1).

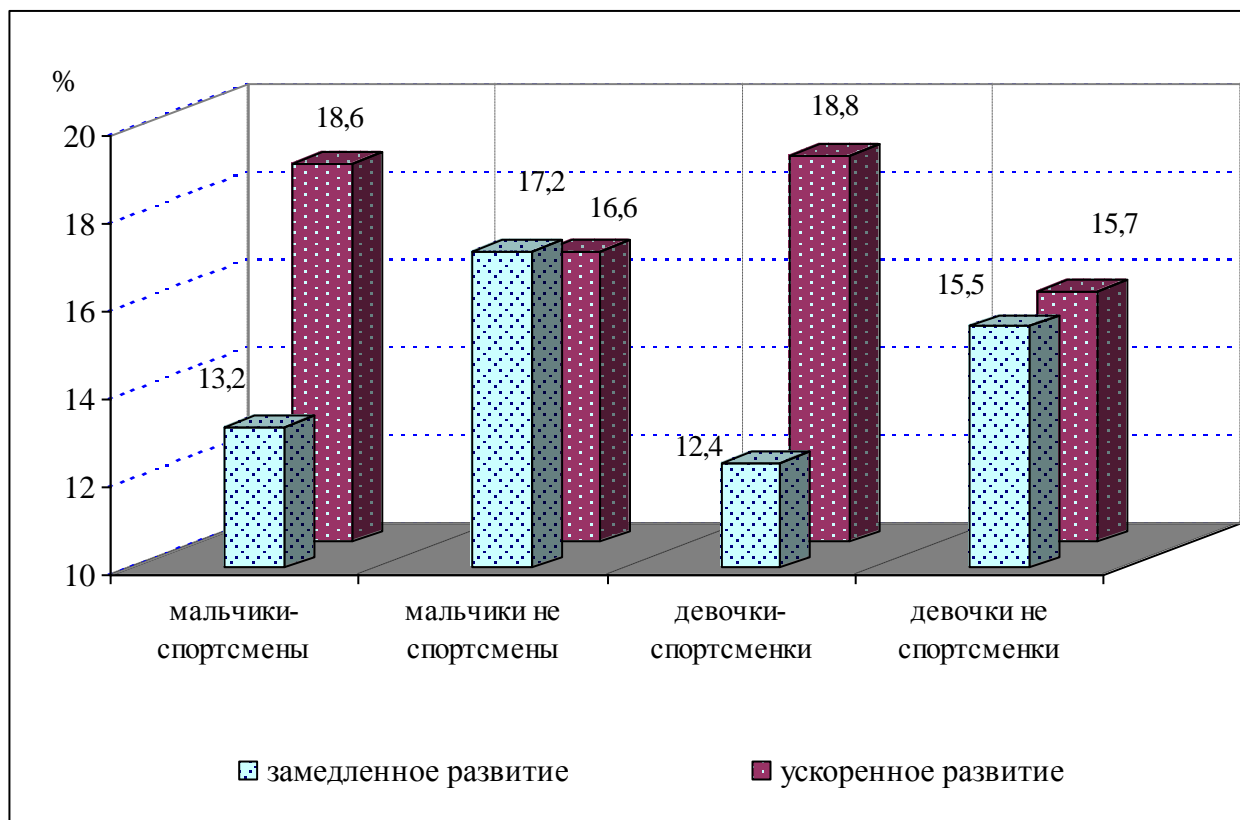


Рис. 1. Уровень физического развития учащихся, %

В результате изучения функциональных возможностей дыхательной и двигательной-мышечной систем учащихся, в зависимости от уровня их двигательной активности, выявлено, что в подавляющем большинстве возрастных групп мальчики, на достоверно значимые величины, превосходят по значениям ЖЕЛ своих сверстниц ($P < 0,05-0,001$), но отклонения величин ЖЕЛ от величин ДЖЕЛ не выходят за рамки допустимых значений; в большинстве возрастных групп девочки-спортсменки имели достоверно выше показатели ЖЕЛ и ЭГК, по сравнению с параметрами сверстниц, не занимающихся спортом, т.е. девочки-спортсменки обладают лучшим функциональным развитием органов дыхания. Среди учащихся-спортсменов средние значения величин мышечной силы рук, в подавляющем большинстве возрастно-половых групп, достоверно выше, по сравнению с параметрами сверстников, не занимающихся спортом ($P < 0,05-0,001$). Это свидетельствует об информативности мышечной силы кистей рук, отражающего влияние различных по интенсивности двигательных режимов на возрастную динамику организма учащихся.

Значительные темпы общего прироста от 13 до 17 лет показателей мышечной силы (79,4% - у мальчиков и 23,9% - у девочек) и мышечной выносливости (79,4% - у мальчиков и 53,1% - у девочек) кисти правой руки среди детей-спортсменов, связаны с особенностями морфологических изменений костно-мышечного аппарата, происходящих под влиянием физических нагрузок (рис. 2).

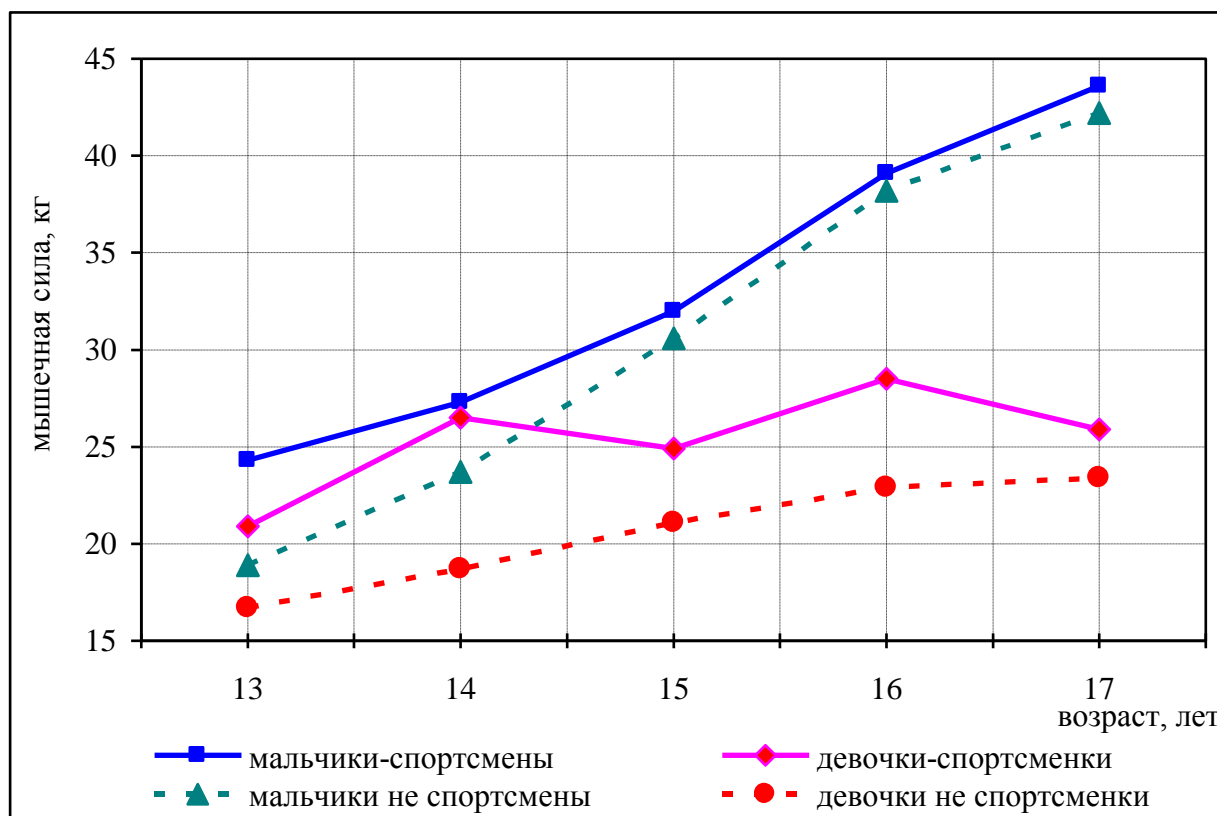


Рис. 2. Мышечная сила кисти правой руки учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом, кг

В шестой главе диссертации «**Характеристика заболеваемости учащихся-спортсменов**» приведены результаты скрининг-тестирования и углубленного медицинского осмотра учащихся-спортсменов.

По данным скрининг-тестирования уровень заболеваемости учащихся-спортсменов был представлен следующим образом: на 1-ом месте находился I класс болезней (некоторые инфекционные и паразитарные болезни - 492,5‰), на 2-ом месте - XIX класс болезней (травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин - 452,5‰) и на 3-м месте - X класс болезней (болезни органов дыхания - 392,5‰). По данным углубленного медицинского осмотра уровень и структура заболеваемости учащихся спортивных школ и колледжей олимпийского резерва не имели отличий, и первые 3 ранговых места занимали болезни органов пищеварения (823,9 против 847,5‰), болезни кожи и подкожной клетчатки (333,3 против 368,8‰) и травмы (138,4 против 198,6‰).

При сравнительном анализе, полученных нами результатов по заболеваемости учащихся-спортсменов с материалами отечественных авторов было выявлено, что среди учащихся общеобразовательных школ и лицеев первые 3 ранговых места занимали болезни уха и сосцевидного отростка (VIII класс), органов пищеварения (XI класс), кожи и подкожной клетчатки (XII класс). Нами определено, что в общей структуре заболеваемости XIX класс болезней (травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин), по данным скрининг-тестирования учащихся-спортсменов, занимал 2-ое место, а по данным углубленного медицинского осмотра – 3-е место; тогда как среди учащихся общеобразовательных школ и лицеев, XIX класс болезней находился на 7-ом месте (Эрматов Н.Ж., 2011). Следовательно, усилия медицинских работников, тренеров и преподавателей должны быть направлены на профилактику травматизма среди учащихся-спортсменов.

Структура заболеваний органов пищеварения у учащихся спортивных школ и колледжей олимпийского резерва, в основном, была сформирована за счет кариеса зубов (805,2 и 826,2‰ - соответственно). Анализ стоматологического обследования показал, что в среднем на одного учащегося колледжа олимпийского резерва приходилось $3,2 \pm 0,1$, а спортивных школ - $2,9 \pm 0,2$ кариозных поражений зубов. Если учесть, что при осмотре стоматологом, наряду с распространенностью кариозных поражений зубов, у детей обнаружены пародонтит, различного рода зубочелюстные аномалии, мягкие и твердые отложения на зубах, то можно заключить, что более 90% учащихся-спортсменов нуждаются в стоматологической помощи.

В седьмой главе **«Оценка профессиональной направленности, склонностей и интересов учащихся-спортсменов и основы спортивной профориентации, врачебной консультации и спортивного отбора»** представлена характеристика профессиональной направленности, склонностей и интересов учащихся-спортсменов, а также приведены разработанные принципы спортивной профориентации, врачебной консультации и спортивного отбора.

В результате анкетного опроса определено, что все учащиеся-спортсмены свободное от школы время тратят на спортивные занятия и нацелены на достижение конкретного результата в спорте.

Тестирование по дифференциально-диагностическому опроснику показало, что только 47% учащихся колледжей олимпийского резерва были ориентированы на типы профессий, связанные преимущественно с общением между людьми и их влиянием друг на друга. Тогда как 60% учащихся отметили для себя возможную карьеру тренера и профессионального спортсмена, т.е. у 13% учащихся-спортсменов выбор профессии был ошибочным. В то же время, 21,3% опрошенных не имели выраженных склонностей и интересов к какому-либо типу профессий (табл. 2).

Таблица 2

Количественное распределение учащихся-спортсменов по типам профессий, %

Тип профессии	Возрастная группа (n=158)				
	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	всего
Человек - Общество	15,9	15,4	11,4	23,8	16,6
Человек - Человек	33,3	25,6	22,9	38,1	30,0
Человек - Природа	7,9	10,3	8,6	-	6,7
Человек - Техника	14,3	5,1	5,7	-	6,3
Человек - Знаковая система	6,4	5,1	20,0	28,6	15,0
Человек - Художественный образ	3,2	7,7	5,7	-	4,2
Неопределенный тип	19,1	30,8	25,7	9,5	21,3

Несовпадение выбора профессии с профессиональными интересами и склонностями, высокий уровень заболеваемости по отдельным классам болезней и травматизм среди учащихся-спортсменов, свидетельствует об их низком профессиональном самоопределении. Полученные данные явились основанием для разработки мероприятий по организации физкультурно-спортивной профориентации, профотбора и врачебной профконсультации, направленных на профилактику нарушений в состоянии здоровья детей, путем выбора вида спорта, наиболее отвечающего их индивидуальным способностям.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенных исследований по диссертации на тему «Комплексная гигиеническая оценка состояния здоровья учащихся специализированных детско-юношеских спортивных школ и колледжей олимпийского резерва» сформированы следующие выводы:

1. Во всех изученных открытых спортивных площадках (n=39) и спортивных залах (n=48) соблюдались гигиенические требования к устройству и эксплуатации спортивных сооружений, в которых использовалось от 17 до 25 наименований основного спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря; спортивно-образовательные учреждения не обеспечены лабораторными приборами для контроля за динамическими изменениями в функциональном состоянии юных спортсменов.

2. У детей, занимающихся и не занимающихся спортом, условия проживания и режим питания не отличались; выявлено достоверное различие по образовательному уровню и социальному положению родителей ($P < 0,05 - 0,001$): с высшим образованием было в 1,6 раза больше ($37,2 \pm 1,56$ против $23,3 \pm 0,99\%$), служащих - в 1,4 раза больше ($37,6 \pm 1,57$ против $26,7 \pm 1,04\%$) и временно не работающих - в 1,2 раза меньше ($24 \pm 1,38$ против $28,1 \pm 1,05\%$). Около 50% учащихся-спортсменов не уделяют должного внимания закаливающим процедурам и 16% - не соблюдают правила личной гигиены и гигиены спортивной обуви.

3. Девочки, в сравнении с мальчиками, почти в 3 раза меньше занимаются спортом (27,4 против 72,6%), в 3 раза чаще приступают к систематическим тренировкам (31,1 против 11,3%) с раннего возраста (4-6 лет), в 3 раза больше имеют разряды кандидата и мастера спорта (33,3 против 12,1%) и, в старших возрастных группах, имеют более выраженную тенденцию к проявлению спортивно-важного качества - агрессивности.

4. В соответствии с модифицированной нами классификацией групп видов спорта, более 80% мальчиков в спортивных школах занимались командными видами и единоборствами, в колледжах олимпийского резерва - единоборствами, ациклическими и управленческими видами; в спортивных школах 90% девочек занимались сложнокоординационными и командными видами, в колледжах олимпийского резерва 62% - ациклическими, сложнокоординационными видами спорта и различными видами единоборств.

5. Регулярные тренировки занимают значительное время в режиме дня учащихся-спортсменов и недельный объем физических нагрузок - высокий: в колледжах олимпийского резерва частота тренировок составляет 4-6 раз в неделю от 1,5 до 6 часов в день; в спортивных школах - 5-6 раз от 2 до 4 часов (г.Ташкент) и 3-5 раз в неделю от 1 до 3,5 часов в день (областные города и сельская местность).

6. Проведение сравнительной оценки соматометрических показателей учащихся республики явились основанием для разработки отдельных стандартов физического развития, как для детей г.Ташкента, так и областных городов и сельской местности Узбекистана, а также отдельно для детей Каракалпакстана. Среди учащихся-спортсменов, по сравнению со сверстниками не спортсменами, меньшее количество с замедленным уровнем физического развития (12,8 против 16,4%) и большее - с гармоничным развитием (85,3 против 81,6%); средние значения величин массы тела, окружности груди и мышечной силы кистей рук (спортсмены обоего пола), жизненной емкости и экскурсии легких (девочки-спортсменки) достоверно выше ($P < 0,05-0,001$).

7. Результаты углубленного медицинского осмотра изменили представление о структуре заболеваемости, полученной по данным скрининг-тестирования, в результате которого на 1-ом месте были инфекционные и паразитарные болезни (492,5‰), на 2-ом - травмы (452,5‰) и на 3-м - болезни органов дыхания (392,5‰), тогда как по данным медицинского осмотра первые 3 ранговых места занимали болезни органов пищеварения (835,7‰), болезни кожи и подкожной клетчатки (351,1‰) и травмы (168,5‰).

8. Большинство обследованных детей выбирают себе профессию, начиная с 12-ти летнего возраста, но результаты тестирования по дифференциально-диагностическому опроснику и анкетирования показали, что у 13% учащихся колледжей олимпийского резерва выбор профессии был ошибочным, а 21,3% - не имели выраженных склонностей и интересов к какому-либо типу профессий, что свидетельствует о низком профессиональном самоопределении детей.

**SCIENTIFIC COUNCIL ON AWARDING OF SCIENTIFIC
DEGREE OF DOCTOR OF SCIENCES DSc.27.06.2017.Tib.30.03
AT TASHKENT MEDICAL ACADEMY**

**SCIENTIFIC RESEARCH INSTITUTE OF SANITATION,
HYGIENE AND OCCUPATIONAL DISEASES**

ISAKOVA LOLA ISAKOVNA

**COMPREHENSIVE HYGIENE ASSESSMENT OF THE HEALTH STATE
OF CHILDREN AND YOUTH SPECIALIZED SPORTS SCHOOLS AND
OLYMPIC RESERVE COLLEGES PUPILS**

14.00.07 - Hygiene

**DISSERTATION ABSTRACT OF THE DOCTOR OF
PHILOSOPHY (PhD) ON MEDICAL SCIENCES**

TASHKENT – 2018

The theme of doctoral dissertation is registered at Higher Attestation Commission at the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan in number B2017.2.PhD/Tib241.

The dissertation has been prepared at the Scientific Research Institute of Sanitation, Hygiene and Occupational Diseases.

The abstract of the dissertation is posted in two languages (Uzbek, Russian and English (resume)) in placed on the website of the Scientific Council (www.tma.uz) and informative-educational portal «ZiyoNet» (www.ziyo.net).

Scientific leader: **Kamilova Roza Tolanovna**
Doctor of medical sciences, professor

Official opponents: **Xudayberganov Anatoliy Sagatbaevich**
Doctor of medical sciences, professor

Mavlyanova Zilola Farhadovna
Candidate of medical sciences, associated professor

The leading organization: **Tashkent Pediatric Medical Institute**

Defense will be held « _____ » _____ 2018, at _____ hours at the meeting of the Scientific Council DSc27.06.2017.Tib.30.03 at the Tashkent Medical Academy (Address: 100109, Tashkent, Farabi St., 2. The meeting room of the 1st training of the building of the Tashkent Medical Academy. Phone/Fax: (99871)150-78-25, e-mail: tta2005@mail.ru).

With a doctoral thesis (PhD) can be found at the Information and Resource Center of the Tashkent Medical Academy (registered № _____). Address: 100109, Tashkent, Farabi St., 2. Tashkent Medical Academy, 2nd educational building, «B» wing, 1 floor 7 study. Phone/Fax: (99871) 150-78-14.

Abstract of dissertation sent out « _____ » _____ 2018.
(Protocol of maining № _____ from « _____ » _____ 2018).

G.I. Shaykhova

Chairman of the scientific council on awarding academic degrees, doctor of medical sciences, professor

N.J.Ermatov

Scientific secretary of scientific council on awarding academic degrees, doctor of medical sciences

F.I. Salomova

Chairman of scientific seminar on awarding academic degrees, doctor of medical sciences

INTRODUCTION (abstract of PhD thesis)

The aim of the research work. To develop of effective system of preventive events on caution of children health infringements based on scientific substantiation criteria for assessing physical and functional development, morbidity and trainees-sportsmen' occupational directivity.

The object of the scientific research. There were trainee of 30 sports-educational establishments, 14 comprehensive schools, occupational colleges and academic lyceums located in Tashkent city, Tashkent and Syrdarya regions; electronic database of the main anthropometrical ratings 19606 children of educational establishments in Tashkent, 12 areas of the Republic and Karakalpakstan.

The scientific novelty of the research is to obtain the following results:

influence studying methods of the training modes, training employment and rest to children health state intended for optimization of training process, extra activity of trainee sports schools and Olympic reserve colleges have been advanced, in view of the kind of sports mastered by them;

new age-sexual standards of physical development of school age children based study on anthropometric parameters study have been developed;

hygienic norms of engine activity of trainee for optimization of daily physical load for hypodynamia and nervously-emotional reduce tension have been developed;

morbidity level data of trainees-sportsmen various types of sports-educational establishment were received, principles of execution of pre-medical screening-examination of children occupational medical consultation and occupational selection children for physical education and a specific sport have been advanced;

Implementation of the research results. Comprehensive hygiene assessment of the health state of children and youth specialized sports schools and olympic reserve colleges pupils based on the obtained scientific results:

methodical recommendations «Standard evaluation tables of physical development of children 7-17 years of the Republic Uzbekistan» were developed and approved (Conclusion of the Ministry of Health of the Republic of Uzbekistan 8n-d/114 from May 18, 2018). Developed methodical recommendations is allowed to lead a correct evaluation of level and harmony of physical development among children and teenagers and to implement monitoring for children health state in school age by using of standard ratings of physical development of children's country population;

hygienic norms of engine activity of trainee were developed and approved, as methodical recommendations «Physical training and hygienic norms of engine activity of trainee» (Conclusion of the Ministry of Health of the Republic of Uzbekistan 8n-d/114 from May 18, 2018). Given methodical recommendations serve supplying of daily physical load optimization for decrease nervously-emotional of tension, promote harmonious physical and mental development of school age children, supplying thereby preservation and strengthening condition of their health;

methodical recommendations «Guidance for medical staffs of educational establishments in the organization of pre-medical screening-examination» were developed and approved (Conclusion of the Ministry of Health of the Republic of Uzbekistan 8n-d/114 from May 18, 2018). Given recommendations will allowed to conduct pre-medical screening-examination, to reveal early deviations in physical development and functional condition of children-sportsmen for execution of correction preventive events;

scientific results at development of effective system of preventive events directed to prevention of infringements in children health state were implement to practical activities of the Centers of Gossanepidnadzor of the Republic and Regional children's multispecialty medical centers, to educational process of the Training center and advanced training of the employees of children's-youthful sports schools, Tashkent institute of postgraduate medical education, Tashkent medical academy and colleges of Olympic republic reserve (Conclusion of the Ministry of Health of the Republic of Uzbekistan 8n-z/128 from June 14, 2018);

implementation of received scientific results were allowed to improve control for hygiene conditions of physical preparation of young sportsmen; to implement collection of trustworthy information of anthropometric parameters of republic children; in due time to reveal pertaining to prophylaxis for this cohort of children with deviations in physical development and functional condition; to provide optimization of daily physical load; to improve a sports oriented occupation work and medical sports-sports selection; to raise quality of preparation of specialists relating to children health protection by the means of physical training and sports.

Structure and volume of the dissertation. The thesis consists of an introduction, seven chapters, conclusions, a list of literature and annexes. The volume of the thesis is 120 pages.

ЭЪЛОН ҚИЛИНГАН ИШЛАР РЎЙХАТИ
СПИСОК ОПУБЛИКОВАННЫХ РАБОТ
LIST OF PUBLISHED WORKS

I бўлим (I часть; part I)

1. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Сравнительная оценка функциональных показателей учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом //Журнал Теоретической и клинической медицины. – Ташкент, 2012. - №4.- С. 54-56. (14.00.00; №3)

2. Исакова Л.И. Социально-гигиенические условия проживания и факторы риска возникновения инфекционных заболеваний кожи у юных спортсменов //Журнал Теоретической и клинической медицины. – Ташкент, 2013. - №1.- С. 42-44. (14.00.00; №3)

3. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Влияние тренировочных занятий на субъективную оценку показателей состояния здоровья учащихся-спортсменов //Журнал Теоретической и клинической медицины. – Ташкент, 2013. - №6. - С. 49-52. (14.00.00; №3)

4. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И. Источники информации для учащихся по основным элементам здорового образа жизни //Бюллетень ассоциации врачей Узбекистана. - Ташкент, 2016. - №4. - С. 92-95. (14.00.00; №17)

5. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И. Социально-гигиенические условия проживания учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом //Журнал Новый день в медицине. - Ташкент, 2016. - №3-4 (15-16). - С. 123-125. (14.00.00; №22)

6. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И. Актуальность исследований по оценке комплексного воздействия факторов окружающей среды и жизнедеятельности детей на состояние здоровья //Журнал Новый день в медицине. - Ташкент, 2016. - №3-4 (15-16). - С. 263-267. (14.00.00; №22)

7. Isakova L.I. Characteristic of physical activity of young athletes of the Syrdarya region of Uzbekistan //European science review. - Austria, 2016. - №7-8. - P. 74-76. (14.00.00; №19)

II бўлим (II часть; part II)

8. Камилова Р.Т., Исакова Л.И., Бутаев З.О. К вопросу о значении спортивных занятий как основного фактора, влияющего на состояние здоровья детей и подростков //Актуальные проблемы гигиены и санитарии в Узбекистане: Матер. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2012. – С. 214-217.

9. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Сравнительная оценка антропометрических показателей детей, занимающихся и не занимающихся спортом //Актуальные проблемы гигиены и санитарии в Узбекистане: Матер. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2012. – С. 217-220.

10. Исакова Л.И. Сравнительная оценка показателей дыхательной системы учащихся, занимающихся и не занимающихся спортом //Актуальные проблемы гигиены и санитарии в Узбекистане: Матер. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2012. – С. 187-190.

11. Исакова Л.И. Количественное распределение учащихся колледжей олимпийского резерва по видам спорта //Актуальные проблемы гигиены и санитарии в Узбекистане: Матер. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2012. – С. 186-187.

12. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Основные задачи по профилактике грибковых заболеваний среди учащихся колледжей олимпийского резерва //Современные проблемы инфекционных и паразитарных заболеваний: Сб. тезисов науч.-практ. конф. молодых ученых – Ташкент, 2012. – С. 35-37.

13. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Изучение режима обучения, тренировочного процесса и отдыха спортивных школ и колледжей олимпийского резерва – основа укрепления здоровья подрастающего поколения //Актуальные вопросы медицины: Сб. науч. тр. II Междунар. науч.-практ. конф. – Баку, 2013. – С. 106.

14. Исакова Л.И. Особенности внимания 16-летних мальчиков-спортсменов //Актуальные вопросы медицины: Сб. науч. тр. II Междунар. науч.-практ. конф. – Баку, 2013. – С. 107.

15. Туляганов У.С., Исакова Л.И. Особенности физического развития учащихся-подростков спортивных школ города Ташкента //Проблемы гигиены, санитарии и профессиональной патологии: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2013. – С. 315-316.

16. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Возрастная закономерность устойчивости внимания учащихся, занимающихся спортом //Проблемы гигиены, санитарии и профессиональной патологии: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2013. – С. 149-153.

17. Камилова Р.Т., Анварова Л.У., Исакова Л.И. Ихтисослаштирилган болалар ва ўсмирлар спорт мактаблари ва олимпия захиралари коллежлари ўқувчиларининг саломатлиги ҳолати кўрсаткичларини таҳлили //Проблемы гигиены, санитарии и профессиональной патологии: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2013. – С. 147-149.

18. Исакова Л.И. Результаты медицинского осмотра юных спортсменов //Проблемы гигиены, санитарии и профессиональной патологии: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2013. – С. 113-117.

19. Исакова Л.И. The main psychophysiological indicators of young athletes //Журнал Теоретической и клинической медицины. Актуальные вопросы иммунологии, иммуногенетики и междисциплинарных проблем. Спец. выпуск: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. молодых ученых. – Ташкент, 2013. – С. 157-158.

20. Исакова Л.И., Камилов Ж.А. Рекомендации по организации систематических занятий спортом, направленные на профилактику нарушений в состоянии здоровья и травматизма //Проблемы биологии и медицины. Актуальные проблемы медицинской реабилитации, физиотерапии и спортивной медицины: Матер. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Самарканд, 2014. - №4 (80). – С. 96-97.

21. Isakova L.I. Comparative assessment of physical development indicators of occupied and unoccupied with sports children and the young athletes' morbidity rates //Гигиенические аспекты охраны окружающей среды, укрепление здоровья и благополучие населения – приоритетные направления здравоохранения Узбекистана: Сб. науч. тр. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Ташкент, 2014. – С. 129-131.

22. Kamilova R.T., Isakova L.I. Scientific activity of the children and teens hygiene laboratory that aimed at protecting young generation health protection in the Republic of Uzbekistan //Гигиенические аспекты охраны окружающей среды, укрепление здоровья и благополучие населения – приоритетные направления здравоохранения Узбекистана: Сб. науч. тр. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Ташкент, 2014. – С. 135-138.

23. Kamilova R.T., Isakova L.I. The influence of systematic sports activities on children health indicators //Гигиенические аспекты охраны окружающей среды, укрепление здоровья и благополучие населения – приоритетные направления здравоохранения Узбекистана: Сб. науч. тр. науч.-практ. конф. с междунар. участием. – Ташкент, 2014. – С. 138-141.

24. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Использование новых технологий для оценки физического развития и здоровья детского населения //Микроорганизмы и биосфера: Матер. междунар. симпозиума. – Ташкент, 2015. – С. 266-267.

25. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И. Характеристика типа телосложения детей-спортсменов //Профилактическая медицина: гигиеническая наука и практика: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2015. – С. 50-51.

26. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И. Типы функционального реагирования нервно-мышечного аппарата и дыхательной системы среди учащихся, занимающихся спортом //Профилактическая медицина: гигиеническая наука и практика: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2015. – С. 51-52.

27. Абдусаматова Б.Э., Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Оценка гармоничности и пропорциональности телосложения мальчиков-спортсменов на основании расчета индексов //Профилактическая медицина: гигиеническая наука и практика: Сб. науч. тр. Респ. науч.-практ. конф. – Ташкент, 2015. – С. 13.

28. Isakova L.I. Sport selection methods of children and teenagers //The eleventh International conference on biology and medical sciences 5th September 2016. - Austria, 2016. - P. 78-81.

29. Isakova L.I. Level and harmony of physical development of the pupils who are engaged and not engaged sports // Research journal International scientific review. International scientific review of the problems and prospects of modern science and education: XXI International scientific and practical conference. - Boston, 2016. - №13 (23). - P. 59-60.

30. Isakova L.I. Young athletes' feet morphological state assessment // Физиология человека: Матер. Всеросс. заочн. конф. с междунар. участием, посвященной 85-летию факультета естественнонаучного образования Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я.Яковлева. - Чебоксары, 2016. - С. 109-112.

31. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Медицинские вопросы физкультурно-спортивной профессиональной ориентации, консультации и отбора // Совершенствование профпатологической помощи в современных условиях: Матер. Всеросс. науч.-практ. конф. с междунар. участием. - Ростов-на-Дону, 2016. - С. 94-96.

32. Исакова Л.И. Соматометрические особенности 14-летних мальчиков спортивных школ // Развитие науки в XXI веке: Сб. ст. XV Междунар. заочн. конф. - Харьков, 2016. - С. 166-168.

33. Исакова Л.И. Характеристика психофизиологических показателей юных спортсменов // Развитие науки в XXI веке: Сб. ст. XV Междунар. заочн. конф. - Харьков, 2016. - С. 163-166.

34. Isakova L. Strategies for improving the physical development assessment technique of children 7-17 years of the Republic of Uzbekistan // Research journal European research. European research: innovation in science, education and technology: XXIV International scientific and practical conference. - London, 2017. - №1 (24). - P. 104-106.

35. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Сравнительная оценка физического развития детей Узбекистана // Актуальные проблемы медицины: Сб. науч. ст. Респ. науч.-практ. конф. и 26-й итоговой науч. сессии Гомельского государственного медицинского университета. - Гомель, 2017. - С. 342-344.

36. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Соматотипологическая принадлежность учащихся-спортсменов Узбекистана // Актуальные проблемы медицины: Сб. науч. ст. Респ. науч.-практ. конф. и 26-й итоговой науч. сессии Гомельского государственного медицинского университета. - Гомель, 2017. - С. 344-346.

37. Камилова Р.Т., Исакова Л.И., Анваров Ш.Ш., Ким О.А. Гигиенические требования к организации питания формированию рационов учащихся спортивных школ // Физическая культура и спорт: наука, образование, инновации: Сб. Респ. науч.-практ. конф. - Ташкент, 2017. - С. 405-407.

38. Isakova L.I., Anvarov Sh.Sh., Sharafova I.A., Tursunov B.F. Tibbiy profilaktika ishi talabalarining «Jismoniy tarbiya hamda sportning bolalar va o'smirlar salomatligiga ta'siri» mavzusi bo'yicha o'quv dasturidagi ta'lim samaradorligini baholash // Физическая культура и спорт: наука, образование, инновации: Сб. Респ. науч.-практ. конф. - Ташкент, 2017. - С. 399-400.

39. Kamilova R.T., Isakova L.I. Organization of physical training and sport occupational guidance, selection and medical consultation of children and adolescents //Catalogue of the scientific, educational and methodical literature presented by authors at the I-XXXII all-Russian book exhibitions held by Academy of natural history: exposition on the London book fair 2017. – Moscow, 2017. - Part XXIII. - P. 62-63.

40. Kamilova R.T., Isakova L.I. Guidance manual «Organization of physical training and sport occupational guidance, selection and medical consultation of children and adolescents» //Scientific journal European journal of natural history: Material of conference XXXII International exhibition-presentation of educational publications. - Moscow, 2017. - №3. - P. 70-71.

41. Камилова Р.Т., Анварова Л.У., Исакова Л.И., Алимарданова М.А. Методика изучения влияния режимов обучения, тренировочных занятий и отдыха на состояние здоровья учащихся спортивных школ и колледжей олимпийского резерва //Разработка и баннер на 6-ой Республиканской ярмарке инновационных идей и технологий. - Ташкент, 2013. – 4 с.

42. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Организация физкультурно-спортивной профориентации, профотбора и врачебной профконсультации детей и подростков»: интеграция науки, образования и практики (учебно-методическое пособие) //Разработка на X Республиканскую ярмарку инновационных идей, технологий и проектов. - Ташкент, 2017. - 6 с.

43. Камилова Р.Т., Анварова Л.У., Исакова Л.И. Методы изучения влияния режимов обучения, тренировочных занятий и отдыха на состояние здоровья учащихся спортивных школ и колледжей олимпийского резерва //Монография. - Ташкент, 2012. - 136 с.

44. Камилова Р.Т., Исакова Л.И., Абдусаматова Б.Э., Мамадалиев А.А. Методы определения физического развития и функционального состояния юных спортсменов //Учебная программа. – Ташкент, 2013. – 56 с.

45. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Организация физкультурно-спортивной профориентации, профотбора и врачебной профконсультации детей и подростков //Учебно-методическое пособие. - Ташкент, 2016. - 71 с.

46. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Исакова Л.И., Башарова Л.М. Физическое воспитание и гигиенические нормы двигательной активности учащихся //Метод. рекомендации. - Ташкент, 2015. - 32 с.

47. Камилова Р.Т., Абдусаматова Б.Э., Салихова Н.С., Исакова Л.И., Касимов Р.А., Башарова Л.М. Руководство для медицинских сестер учебно-воспитательных учреждений в организации доврачебного скрининг-осмотра //Метод. рекомендации. - Ташкент, 2015. - 108 с.

48. Камилова Р.Т., Исакова Л.И. Нормативные оценочные таблицы физического развития детей 7-17 лет Республики Узбекистан //Метод. рекомендации. - Ташкент, 2016. - 52 с.

Автореферат «Тошкент тиббиёт академияси ахборотномаси»
журнали тахририятида тахрирдан ўтказилди
04 июн 2018 йил.

Босишга рухсат этилди: 13 июн 2018 йил.
Бичими 60x45 ¹/₈, «Times New Roman»
гарнитурда рақамли босма усулида босилди.
Шартли босма табоғи 3,25. Адади: 100. Буюртма: №261.

Ўзбекистон Республикаси ИИВ Академияси,
100197, Тошкент, Интизор кўчаси, 68.

«АКАДЕМИЯ НОШИРЛИК МАРКАЗИ»
Давлат унитар корхонасида чоп этилди.