

УДК [61-053.6:7961(470+571)

ББК 75.0(2Рос)

А 18

Рецензенты:

Греч Г.Н. - д-р пед. наук, профессор кафедры спортивной медицины и адаптивной физической культуры, ректор ГОУ ВПО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма»;

Костюченков В.И. - профессор, зав. кафедрой физического воспитания, ЛФК и врачебного контроля ГОУ ВПО «Смоленская государственная медицинская академия»;

Чичерин Л.П. — д-р мед. наук, профессор, зав. сектором охраны материнства и детства НИИ общественного здоровья РАМН.

Авторы:

Авдеева Т.Г. - заслуженный врач, д-р мед. наук, профессор, зав. кафедрой поликлинической педиатрии ГОУ ВПО «Смоленская государственная медицинская академия»;

Виноградова Л.В. - канд. мед. наук, зав. кафедрой спортивной медицины и адаптивной физической культуры ГОУ ВПО «Смоленская государственная академия физической культуры, спорта и туризма».

Авдеева Т. Г.

А18 Введение в детскую спортивную медицину / Т.Г.Авдеева, Л.В. Виноградова. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2009. - 176 с. - (Серия Библиотека врача-специалиста).

ISBN 978-5-9704-1168-1

В руководстве рассмотрены вопросы врачебного контроля детей и подростков, занимающихся спортом и физкультурой. Приводятся факторы риска, определяющие здоровье юных спортсменов. Рассматриваются заболевания и виды травматизма подростков при занятии спортом. Практическая значимость руководства обусловлена приведенным материалом о клинико-функциональных маркерах отклонений в состоянии здоровья подростков при нерациональных занятиях спортом: физическое перенапряжение, патологическое спортивное сердце, истретренированность, нарушения нервной, репродуктивной и иммунной систем, повреждения опорно-двигательного аппарата. Подробно описан врачебный контроль организации физического воспитания подростков.

В книге также приведены нормативно-правовые документы, регламентирующие деятельность специалистов в области спортивной медицины.

Предназначено **специалистам** в области спортивной медицины, педиатрам, **тренерам**, педагогам. Может быть полезно в практике учебного процесса при подготовке врачей соответствующего профиля.

УДК [61-053.6:796](470+571)

ББК 75.0(2Рос)

ISBN 978-5-9704-1168-1 © Авдеева Т.Г., Виноградова Л.В., 2008

© Издательская группа «ГЭОТАР-Медиа», 2009

ОГЛАВЛЕНИЕ

Предисловие.....	6
Список аббревиатур	8
ГЛАВА 1. ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА	9
ГЛАВА 2. КАЧЕСТВО ЖИЗНИ СОВРЕМЕННЫХ ПОДРОСТКОВ	28
2.1. Исследование качества жизни детей	28
2.2. Влияние биологических и социальных факторов на состояние здоровья детей и подростков.....	32
2.3. Комплексные исследования физического развития детей школьного возраста в Смоленске	35
ГЛАВА 3. ХАРАКТЕРИСТИКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ, ЗАНИМАЮЩИХСЯ СПОРТОМ.....	40
3.1. Факторы риска, определяющие здоровье спортсменов- подростков, и пути их профилактики	40
3.2. Заболеваемость и травматизм у юных спортсменов.....	44
ГЛАВА 4. КЛИНИКО-ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ МАРКЕРЫ ОТКЛОНЕНИЙ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТКОВ ПРИ НЕРАЦИОНАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ СПОРТОМ	49
4.1. Острое физическое перенапряжение.....	49
4.2. Патологическое спортивное сердце.....	51

4 . ВВЕДЕНИЕ В ДЕТСКУЮ СПОРТИВНУЮ МЕДИЦИНУ

4.3. Перетренированность	64
4.4. Нарушения вегетативной нервной системы.....	69
4.5. Нарушения репродуктивной системы	72
4.6. Нарушения иммунной системы.....	73
4.7. Повреждения опорно-двигательного аппарата.....	74

ГЛАВА 5. РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В СОХРАНЕНИИ И УКРЕПЛЕНИИ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ.....	77
---	----

5.1. Характеристика двигательной активности современных школьников-подростков.....	79
5.1.1. Место двигательной активности в режиме дня детей школьного возраста.....	83
5.1.2. Индивидуальные особенности двигательной активности детей школьного возраста.....	88
5.2. Влияние оздоровительной физической культуры на организм человека.....	90
5.3. Физиологическое обоснование применения физических упражнений подростками	96
5.4. Физкультурно-оздоровительные формы работы в школе	99

ГЛАВА6. РАЦИОНАЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ, ИМЕЮЩИХ ОТКЛОНЕНИЯ В СОСТОЯНИИ ЗДОРОВЬЯ	104
---	-----

6.1. Организация занятий в специальном учебном отделении	106
6.2. Планирование работы в специальном учебном отделении	108
6.3. Комплектование учебных групп	109
6.4. Формы физического воспитания.....	111
6.5. Проведение занятий в специальном учебном отделении	113

ГЛАВА 7. ВРАЧЕБНЫЙ КОНТРОЛЬ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРОСТКОВ.....	123
---	-----

ГЛАВА 8. ЗАКОНОДАТЕЛЬНОЕ ОБОСНОВАНИЕ СОХРАНЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ	130
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	134
Федеральный закон от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (извлечения)	134
Концепция федеральной целевой программы «Дети России» на 2007-2010 годы (извлечения).....	143
Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (извлечения)	155
Программа медицинского обследования лиц, занимающихся массовыми видами спорта и физкультурой (приказ Минздрава РФ от 20.08.2001 № 337)	169
Литература	172