

**O‘ZBEKISTON RESPUBLIKASI
YOSHLAR SIYOSATI VA SPORT VAZIRLIGI**

**JISMONIY TARBIYA VA SPORT BO‘YICHA MUTAXASSISLARNI QAYTA
TAYYORLASH VA MALAKASINI OSHIRISH INSTITUTI FARG‘ONA FILIALI**

**“BOLALARDA MORFOFUNKTSIONAL
O‘ZGARISHLAR”
moduli**

2-MAVZU:

**Maktabgacha yoshdagi bolalarning harakat faolligi,
jismoniy rivojlanishining sifat ko‘rsatkichlari**

O‘qituvchi: Matxoshimov Nodirjon Soyibjonovich

REJA:

1.

• **ANTROPOMETRIYA.**

2.

• **PLANTOGRAFIYA.**

3.

**JISMONIY RIVOJLANISHNI SIFAT
KO'RSATGICHLARI.**

BOLALAR JISMONIY RIVOJLANISHINI BAHOLASH

Jismoniy rivojlanish ko'rsatkichlariga - bo'y uzunligi, tana massasi (vazn), bosh aylanasi, ko'krak qafasi aylanasi va boshqa ko'rsatkichlar kiradi.

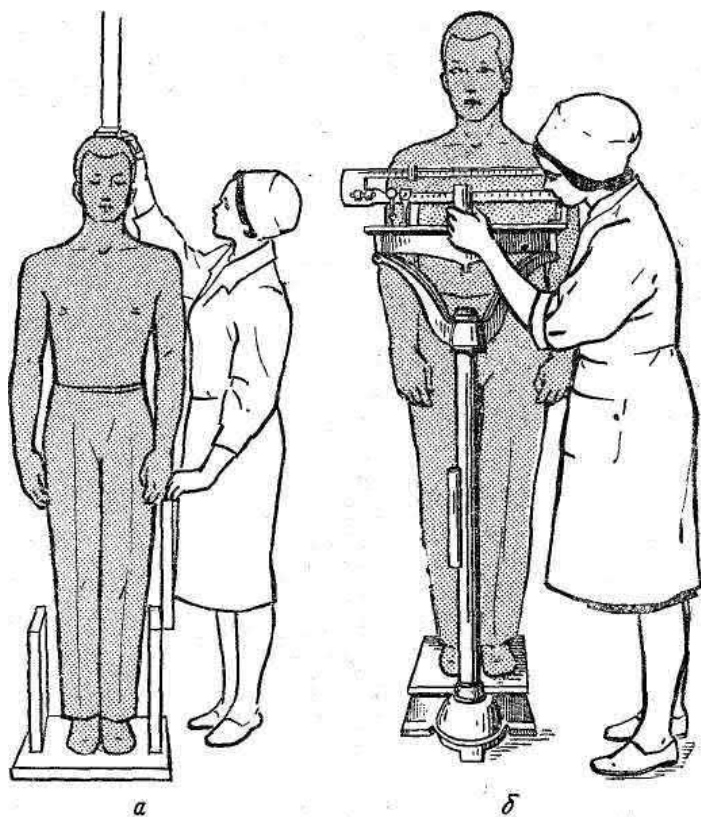
Bolalar organizmidagi organlar funksiyasini turli usullar yordamida o'rganiladi:

1. Laboratoriya tekshirish usullari -

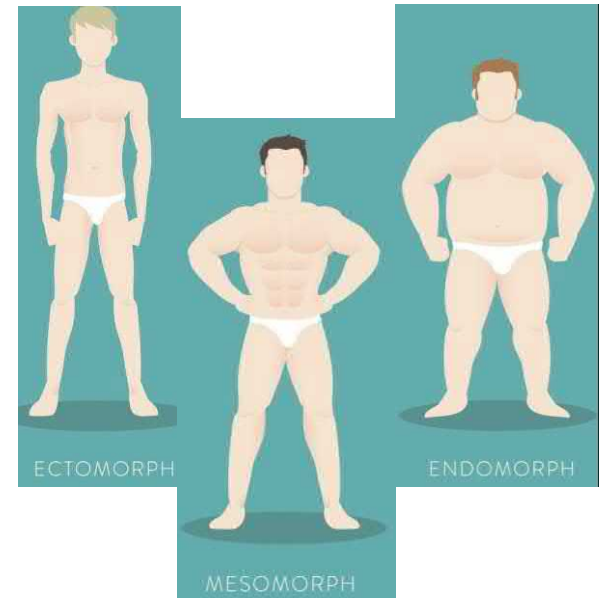
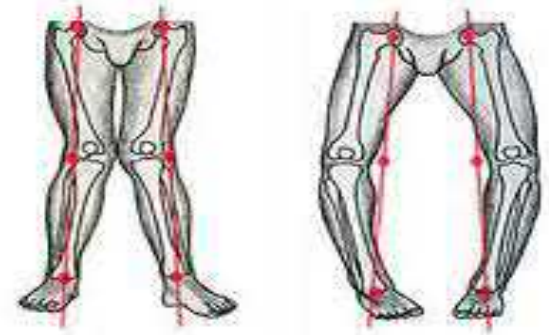
- *in'yektsiya usuli* – ichi kovak a'zolariga, qon tomirlarga turli xil kimyoviy bo'yoqlar yuborib o'rganiladi;
- *rentgen nuri* yordamida o'rganish;
- *auskultatsiya usuli* – maxsus eshituv asboblari yordamida a'zolar (yurak, o'pka)ning ishlab turgan paytida eshitiladi.

2. Antropometrik usul – tana va uning qismlarini o‘lchab o‘rganish. U o‘z navbatida quyidagi tekshirish usullariga bo‘linadi:

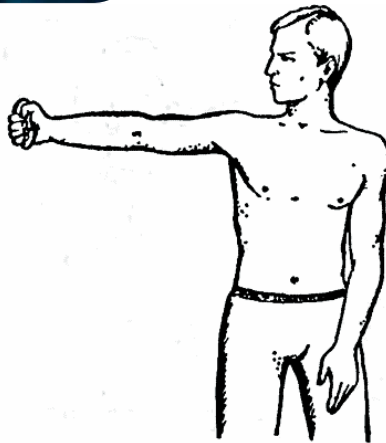
a) **somatometrik** – bola bo‘yining uzunligi, vazni, ko‘krak qafasining kengligini o‘lchash.



b) *somatoskopik usul* (vizual ko‘rik) – odam tanasi va qismlarini *ko‘z bilan ko‘rib o‘rganish* (ko‘krak qafasi, mushaklarini rivojlanganligi, umurtqa pog‘onasining shakli, tana tuzilishi, teri ostidagi yog‘ qatlami miqdori va hokazo).



s) *fiziometrik usul* – o‘pkaning tiriklik sig‘imi, qo‘l mushaklarining kuchi, ko‘rish o‘tkirligi, ko‘rish maydoni va hk.



Antropometrik tekshiruvlar kunning birinchi yarmida, yorug' xonalarda, qulay mikroiklim sharoitida o'tkazilishi kerak.



Plantografiya

Oyoq-panja izini olishning plantografik metodi. Bunda turli bo'yoqlar qo'llaniladi, keyin bu izlar V.N. Shtriter, I.M. CHijin, shuningdek S.F. Godunov, G.G. Plixanova, N Chernina usulida qayta ishlanadi.

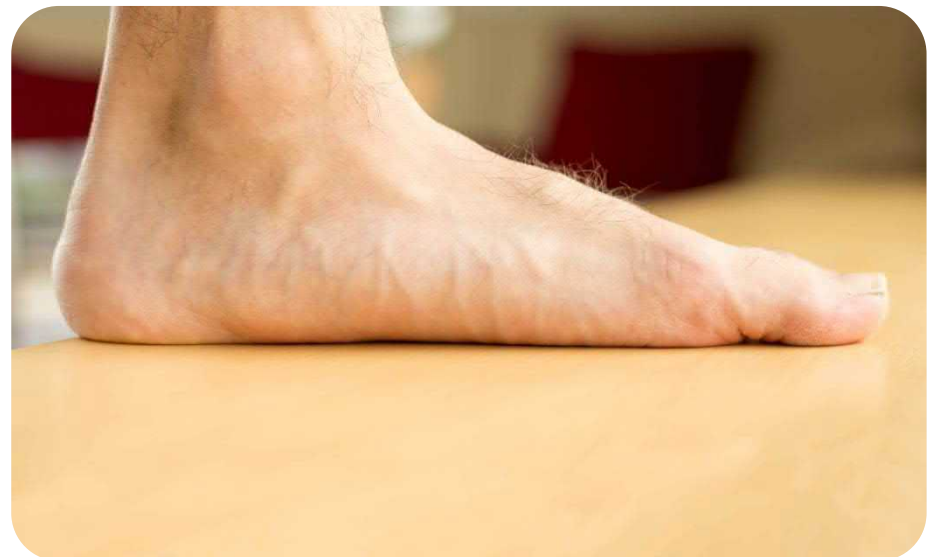
Plantografiya usulida oyoq-panja izini olganda uning reszorlik funktsiyasi aniqlanadi.



OYOQ KAFTI SHAKLI

Oyoq ostini tekshirishda oyoq kafti normal, yassilashgan va yassi bo'lishi mumkin.

Odam oyog'ining tovon-kaft yuzasi tayanch-harakatlanish tizimining muhim qismi hisoblanib, tuzilish xususiyatlariga ko'ra tananing ressoni vazifasini bajarishga moslashgan.



OYOQ KAFTI SHAKLI

Insonda oyoq tovon-kaft yuzasining normal tuzilishga ega bo‘lishi, oyoq bo‘g‘imlari va umurtqalar orasidagi tog‘aylar bilan birgalikda amortizator, reszor vazifasini bajarilishi, uning yurganda, yugurganda, sakraganda ichki a‘zolar, orqa va bosh miyasini chayqalishidan himoya qiladi.



OYOQ KAFTI SHAKLI

Yassioyoqlikda tovon-kaft yuzasining gumbaz qismi kengayib, o‘yiq (chuqur) qismining sathi kamayadi. Ba’zida esa oyoq tovon-kaft yuzasining deyarli hamma sathini gumbaz qism egallaydi va tovon-kaft yuzasi tekis bo‘lib qoladi. Natijada tovon-kaftning reszorlik vazifasi buziladi.



**E'TIBORINGIZ UCHUN
RAHMAT!**