

# ВЛИЯНИЕ СОЦИАЛЬНЫХ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ НА СОВРЕМЕННОЕ ДЕТСТВО

Учаева Е.В.

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад №6», город Лиски

Решение завести ребёнка в актуальных реалиях является шагом, доступным не многим: современные родители, особенно молодые, рассматривают этот вопрос с большим вниманием и серьёзностью. О наличии рисков как нельзя лучше говорят культурные и внутривоспитательские явления: популяризация движения «чайлдфри» (пер. с англ. «childfree» - свободный от детей), демографическая ситуация и задачи сегодняшней России.

Движение «чайлдфри» закрепилось в России, предположительно, в 2020 году: именно это время отмечается как самое прогрессивное для чайлдфри сообществ как в социальных сетях, так и в виде живых собраний.

Изначальной политикой движения представлялось посвящение жизненного времени самому себе, нежелание тратить собственные ресурсы. Позднее это дополнилось ещё одной статьёй: отказ от детей сопровождался боязнью за то, в какой мир попадёт ребёнок, недовольством условий и, как следствие, невозможностью воспитания здорового индивида.

По сообщениям РБК и результатам опроса Росстата, порядка 60% женщин недовольны мерами социальной поддержки. Государство не воодушевляет жительниц на рождение детей: отсутствие условий, особенно жилищных, кардинально отражается на демографическом вопросе и стимулирует население прямо пропорционально степени создания этих самых условий.

Пояснение нынешней обстановки объяснит лишь угрозу планируемого детства, что представляет собой теоретические знания и сектор общественного сознания более массивного слоя населения. Практика показывает, что детство может нести в себе риски и вызовы, являющие собой как физиологические, так

и социальные примеры, притом нередко эти примеры действуют в союзе «причина-следствие».

Самостоятельное определение красоты, уродства и совершенства составляет практически невыполнимую задачу: понимание специфики объекта, тем более, когда объект и субъект совпадают, без взгляда со стороны не представляется возможным. Внимание привлекает и тот факт, что физиологические особенности могут стать причиной неприятия социальной стратой, в которой находится ребенок. Восприятие индивида как непохожего на большинство активирует механизмы защиты, которые могут проявляться в виде насмешек, насилия и вытеснения. Огромная часть физиологических особенностей может помочь решить терапия физических нагрузок, естественно, смежно сотрудничая с медицинской сферой.

Большинство видов физических нагрузок несёт в себе следующие положительные моменты: укрепление организма, нормализация его ритмов и сосредоточение.

Прогрессия физических нагрузок способна, в первую очередь, подготовить организм ребенка к взрослению. При наличии дефектов, например, связанных с нарушениями работы опорно-двигательного, речевого аппарата, физкультура и ее производные являют собой повсеместную помощь: в детском возрасте организм человека пластичен и податлив к изменениям, поэтому эксперты советуют с ранних лет уделять внимание общему развитию, закладывать фундамент для будущего роста и проводить работу над искоренением физиологических особенностей, которые по мере роста имеют риск создания неудобств различного плана и возможность влияния на общее здоровье. Терапия нагрузками также способствует развитию мозга, что может помочь в связке с медицинским наблюдением при наличии когнитивных нарушений

Нормализация жизненных циклов зависит не только от режимов сна и питания, но и от количества движения. Мера прилагаемых усилий способствует дальнейшему наличию импульсного ответа, следовательно, развития нервной

системы. Также стоит отметить рост мышечной ткани, укрепление связочного аппарата. Физическая нагрузка является стрессом для организма, однако стресс кратковременный и несёт в себе мощный гормональный всплеск: выделяются адреналин, кортизол, гормон роста, дофамин, пролактин и т.д.

Адреналин и кортизол вырабатываются недолго, однако с их помощью активизируются все системы организма, в том числе жиросжигание. Гормон роста способствует увеличению количества клеток в организме, что способствует развитию силовой выносливости; лучше всего гормон вырабатывается при кратковременных нагрузках высокой интенсивности. Дофамин и пролактин отвечают за чувство удовлетворенности и спокойствия, что позволяет провести процесс восстановления в необходимом ритме и улучшить показатели организма ребёнка.

Занятие различными физическими активностями с течением времени создает определенный коллектив, в котором господствуют правила образовавшегося сообщества. Если дети собрались выиграть в командной эстафете, их внимание переключается на результат. В периоды подготовки стираются индивидуальные особенности, важным становится достижение результатов благодаря параметрам, необходимым всем: скорости, ловкости, силе и т.д. Такой и подобные способы объединения индивидов отвлекают не только ребёнка с особенностями развития, но и окружающее его общество. Сосредоточенность на результате являет собой цель, для достижения которых сознание стирает с окружения все характеристики, кроме необходимых в конкретном случае.

Риск травматизации при занятиях физическими нагрузками и иными активными развлечениями нельзя исключить: нарушение техники, неверный подбор инвентаря, невнимательность тренирующих может привести к серьезным последствиям. При работе с детьми в этом направлении необходимо выбирать упражнения, подходящие под возрастную группу, движения, которые более всего приближены к физиологической норме. Работа с физиологическими нарушениями требует более индивидуального подхода.

Детство становится настоящим вызовом и для родителей: с течением времени жизненные ритмы имеют свойство замедляться, в то время как ребёнок редко бывает послушным и усидчивым. Воспитание культуры активного образа жизни – задача для желающих воспитать здоровое потомство. Вопрос стоит в общей активности: больше движения, физического и тактильного общения. Перечисленное выше, с высокой долей вероятности, поспособствует развитию здорового организма, а при наличии недугов поможет их нивелировать во взаимопомощи с медицинской терапией.

#### Литература

1. «Как за пять лет изменилось желание россиянок иметь детей»  
[https://www.rbc.ru/economics/23/03/2023/641985c39a794773887481bd?from=news\\_feed](https://www.rbc.ru/economics/23/03/2023/641985c39a794773887481bd?from=news_feed)
2. Михайлова М.Ф. Особенности работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья // Проблемы науки. – 2022. – №3. С. 53-58.
3. Чернозуб А.А. Особенности гормонального ответа на нестандартную силовую нагрузку у атлетов и нетренированных юношей // Мир медицины и биологии. – 2013. – № 4-2. С. 61-65.