

**Физическое развитие ребенка** — динамический процесс роста (увеличение длины и массы тела, развитие отдельных частей тела) и биологического созревания ребенка в различные периоды детства.

Наибольшая активность процессов увеличения длины (роста) и массы тела наблюдается в раннем возрасте. Рост и нарастание массы тела у детей происходят неравномерно. Периоды преимущественного набора массы тела — «округления» сменяются периодами усиленного роста тела — «вытягивания». Периоды «округления» наблюдаются в возрасте 1—4 и 8—10 лет, периоды «вытягивания» — в 5—7 и 11—15 лет. Кроме того, отмечаются сезонные изменения соотношений между приростом массы и длины тела ребенка: весной и летом прирост длины тела ускоряется, а нарастание массы замедляется; осенью усиливается прирост массы тела при медленном увеличении длины; зимой длина и масса тела увеличиваются примерно одинаково.

### Методика проведения антропометрии



**Рост ребенка измеряется с помощью вертикального ростомера** с подвижной планкой и откидным табуретом. На вертикальной доске ростомера нанесены две шкалы: одна для измерения длины тела (роста стоя), другая для измерения длины корпуса (роста сидя). Для измерения роста стоя ребенок встает на площадку ростомера спиной к шкале. Тело должно быть выпрямлено, руки свободно опущены, колени разогнуты, стопы плотно сдвинуты. Голова находится в положении, при котором нижний край глазницы и верхний край наружного слухового прохода расположены в одной горизонтальной плоскости. Измеряемый должен касаться шкалы ростомера затылком, межлопаточной областью, крестцом и пятками. Подвижная планка ростомера плотно, но без надавливания соприкасается с вершечной точкой головы, и место ее остановки определяет длину тела.

Измерение массы детей проводится на специальных медицинских весах утром, натощак.

**Измерение массы детей проводится на специальных медицинских весах** утром, натощак.

**Окружность головы и грудной клетки ребенка измеряют с помощью сантиметровой ленты.** Окружность головы определяют наложением ленты, проводя ее сзади по затылочному бугру, а спереди — по надбровным дугам. При измерении окружности грудной клетки ребенок должен находиться в положении стоя с опущенными руками. Измерительную ленту накладывают сзади под нижними углами лопаток при отведенных в сторону руках. Затем руки опускают и проводят ленту спереди над сосками.