

Пресс-релиз

02 апреля 2025 г.

Движение формирует рост, действия создают будущее: исследование развития моторики тайваньских детей

Развитие моторики у детей имеет решающее значение для их здоровья, развития мозга, когнитивных функций, социальной адаптации и успеваемости. Хорошие моторные навыки не только улучшают физическую форму, но и улучшают концентрацию, способность к обучению, социальные взаимодействия и эмоциональную регуляцию. И наоборот, недостаточное развитие моторики может привести к трудностям с координацией, дефициту внимания и снижению участия в физических упражнениях, что влияет на уверенность и повседневное функционирование. Итак, каково текущее состояние развития моторики у детей на Тайване? Как способствовать его развитию? Исследовательская группа «Проекта по созданию базы данных обследования развития детей младшего возраста в Тайване» (Kids in Taiwan: National Longitudinal Study of Child Development and Care in Taiwan (проект KИT) под руководством проф. Чжан Цзянь-Жу с кафедры науки детства и семьи Тайваньского государственного педагогического университета (Department of Child and Family Science, National Taiwan Normal University) использует данные долгосрочного наблюдения за детьми дошкольного возраста в возрасте от 3 до 6 лет и младших классов начальной школы на Тайване в качестве основы для предоставления картины развития физической моторики тайваньских детей, анализа важных факторов, влияющих на развитие, и предоставления предварительных рекомендаций родителям, образовательным учреждениям и правительству для улучшения развития физических моторных способностей наших детей.

Гендерные различия в развитии моторики у детей на Тайване

В целом, двигательные навыки тайваньских детей стабильно развиваются с возрастом, особенно в дошкольном возрасте (3–5 лет), когда скорость развития выше. Однако существуют заметные гендерные различия: девочки преуспевают в мелкой моторике (например, «могут крепко закрутить крышку бутылки») как в дошкольном, так и в школьном возрасте. Мальчики в начальной школе превосходят девочек в крупной моторике (например, «могут прыгать вперед непрерывно обеими ногами»).

Привычки, продолжительность и интенсивность упражнений у тайваньских детей отстают от рекомендаций ВОЗ

Результаты проекта KИT показали, что дети, которые занимаются более разнообразными упражнениями, в течение более длительного времени и с более высокой интенсивностью, как правило, демонстрируют лучшее развитие крупной и мелкой моторики. Однако результаты также выявляют существенные опасения. Более 80% детей младшего школьного возраста на Тайване не соблюдают рекомендуемые ВОЗ ежедневные рекомендации по 1-часовым физическим упражнениям. По сравнению с показателем учащихся начальной школы в США, составляющим 42%, разрыв существенный. Тайваньские дети не имеют привычки регулярно заниматься спортом — 1 из 5 детей младшей начальной школы (20% первоклассников, 23% второклассников) не занимаются спортом регулярно. Даже если у них есть привычка заниматься спортом, интенсивность упражнений все равно недостаточна: лишь около 30% достигают средней интенсивности или выше (например, в плавании, игре в баскетбол, футбол, в беге), что намного ниже, чем в Японии (63%).

Участие в домашних делах могут эффективно улучшить развитие моторики у детей

Исследование, проведенное в рамках этого проекта, показало, что чем больше видов домашней работы выполняют дети и чем дольше длится ее выполнение, тем лучше у них развивается физическая моторика. Тяжелая работа по дому (например, мытье пола, вынос мусора, развешивание одежды, уборка ванной комнаты, застилание постельного белья и т. д.) помогает детям развивать крупную моторику, в то время как легкая работа по дому (например, вытирание стола, складывание одежды, мытье посуды, сервировка стола и т. д.) может улучшить мелкую моторику детей. Поэтапное разделение труда позволяет детям практиковать различные двигательные навыки.

Разнообразные среды обучения поддерживают развитие моторики

Окружающая среда также влияет на формирование двигательных навыков детей. Чем чаще семья создает условия для развития крупной моторики (например, водить ребенка на рынок, в парк, катая его на велосипеде, играя в мяч и т. д.), тем лучше будет развиваться крупная моторика ребенка. Чем чаще родители создают условия для развития мелкой моторики (например, игры с предметами для манипуляций или строительства, например, пазлами, кубиками, снежинками, рисование, лепка и т. д.), тем лучше будет развиваться мелкая моторика у их детей. И влияние обоих факторов сохраняется с течением времени.

Рекомендации по улучшению развития моторики у детей

На основании вышеизложенных результатов родителям рекомендуется как можно раньше прививать детям привычку заниматься физическими упражнениями, уделять внимание сбалансированному развитию движений тела, поощрять детей к участию в домашних делах и обеспечивать разнообразную среду обучения. В то же время соответствующим образовательным учреждениям рекомендуется увеличить время физической активности детей в школе, сделать занятия по физической культуре более интересными, поощрять детей больше заниматься спортом после уроков и после школы, а также поощрять участие родителей и детей. Кроме того, Министерству здравоохранения и социального обеспечения, Министерству образования и другим соответствующим министерствам и комиссиям рекомендуется использовать различные платформы для повышения осведомленности о важности развития физической активности детей.

Контакты для исследователей:

Professor Chien-ju Chang, Principal Investigator
Department of Human Development & Family Studies
National Taiwan Normal University
Tel: +886(2)77491463 ; +886(2)77491464
Email: changch2@ntnu.edu.tw ; kidstw@deps.ntnu.edu.tw
KIT Website: <https://kit.hdfs.ntnu.edu.tw/EN/index.aspx>

Контакты для СМИ:

Lee-jung Yang
Program Manager/Senior Research Fellow
Department of Humanities and Social Sciences
National Science and Technology Council
Tel: +886 (2)27377549

Dr. Ying-han Chang
Program Manager

Department of Humanities and Social Sciences
National Science and Technology Council
Tel: +886 (2)27377108