

Zastosowanie autorskiego programu aktywizacji ruchowej dla dzieci w wieku przedszkolnym i jego wpływ na postawę ciała oraz podejmowaną aktywność fizyczną



Zespół

Pracownicy naukowo-dydaktyczni

Collegium Medicum

Uniwersytetu Rzeszowskiego

Cele

Głównymi celami projektu są:

- poprawa ogólnej sprawności fizycznej
- monitorowanie stanu zdrowia i sprawności fizycznej
- ocena aktywności fizycznej dzieci w wieku przedszkolnym.

Wysokość ciała

za pomocą

Wzrostomierz SECA



Skład masy ciała

za pomocą

Waga Tanita DC-360 D



Analizator składu ciała DC-360

Jan Kowalski
(Mężczyzna 31 Lat)

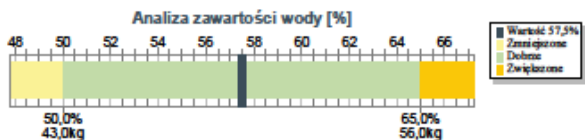
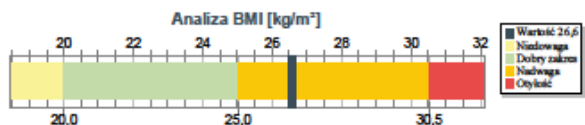
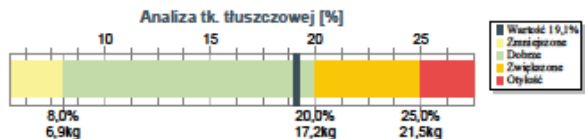
Pomiary w 05.09.2018 o godz. 13:48

Tryb: **NORMALNY**

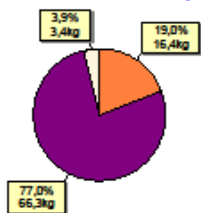
Masa tk. tłuszcz.: **16,4 kg**
=19,1 %
Masa tk. beztłuszcz.: **69,7 kg**
Wisceralna Tk. tłuszcz.: **6 level**
Wiek metaboliczny: **30 Lat**

Wysokość ciała: **180 cm**
Masa ciała: **86,1 kg**
BMI: **26,6 kg/m²**
BMR: **8566 kJ**
=2046 kcal

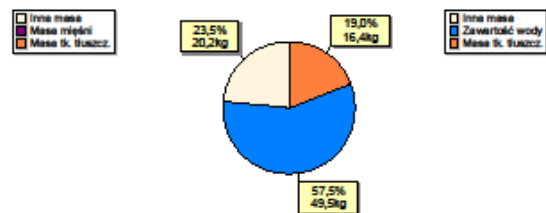
Masa mięśni: **66,3 kg**
Skeletal Muscle Mass: **39,5 kg**
=45,8 %
Masa tkanki kostnej: **3,4 kg**
Zawartość wody: **49,5 kg**
=57,5 %
Kąt fazowy: **6,4 °**
Impedancja: **395 Ohm**



Masa tk. tłuszcz. / Masa mięśni



Masa tk. tłuszcz. / Masa wody w organizmie



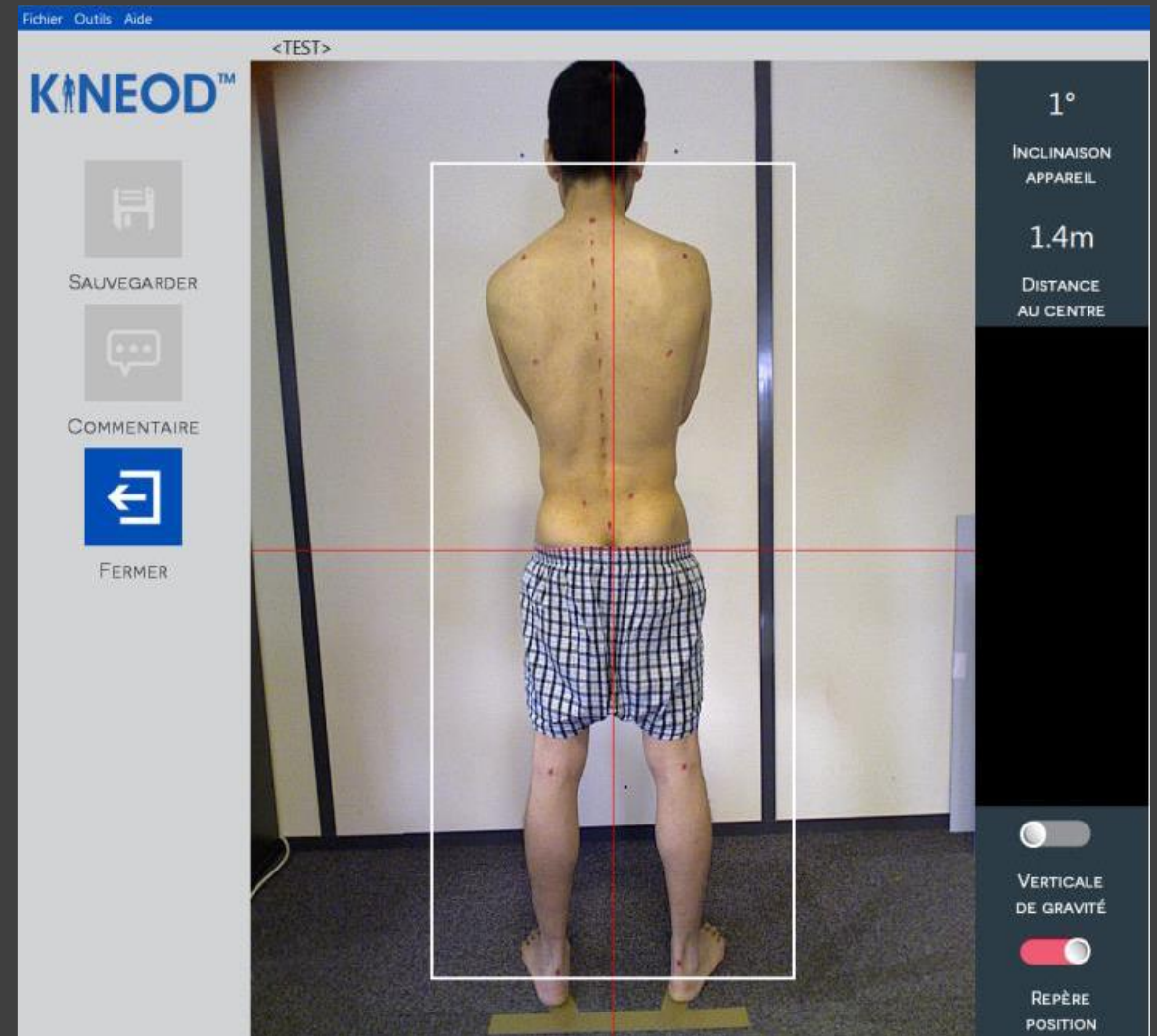
Wydruk dla Rodzica

Ocena postawy ciała:

za pomocą

System KINEOD

Platforma FreeStep





Pomiar ciśnienia krwi

za pomocą
automatycznego
ciśnieniomierza



Obiektywna
ocena
aktywności
fizycznej

Akcelerometr
gtx3



Ocena sprawności fizycznej dzieci

Wrocławski Test Sprawności Fizycznej



Informacja dla uczestników badania:

„Zastosowanie autorskiego programu aktywizacji ruchowej dla dzieci w wieku przedszkolnym i jego wpływ na postawę ciała oraz podejmowaną aktywność fizyczną”

Projekt badawczy wykonywany będzie przez wykwalifikowaną kadrę Collegium Medicum Uniwersytetu Rzeszowskiego

Przeprowadzane badania są w pełni anonimowe. Wszystkie wyniki oraz dane pozyskane w toku badań będą wykorzystywane jedynie na potrzeby analizy naukowej.

Głównymi celami projektu są:

- poprawa ogólnej sprawności fizycznej
- rozwój umiejętności ruchowych dzieci w wieku przedszkolnym
- monitorowanie stanu zdrowia i sprawności fizycznej
- ocena aktywności fizycznej dzieci w wieku przedszkolnym.

PRZEPROWADZONE BADANIA OBEJMUJĄ

1. **Ocena wysokości i składu masy ciała [5-6 latki]**
 - ✓ Wysokość ciała zostanie zmierzona wzrostomierzem firmy SECA natomiast skład masy ciała za pomocą wagi Tanita DC-360 S, obwód talii zostanie zmierzony taśmą antropometryczną.
2. **Ocena postawy ciała [5-6 latki]**
 - ✓ Zastosowany system KINEOD pozwala na bezpieczne i nieinwazyjne pozyskanie obrazu 3D całej tylnej powierzchni ciała za pomocą podczerwieni. Pomiar jest poprzedzony oznaczeniem na ciele badanego kilku punktów antropometrycznych za pomocą specjalnego, przeznaczonego do skóry, łatwo ścieralnego markera.
3. **Pomiar ciśnienia krwi: [5-6 latki]**
 - ✓ Nieinwazyjny i bezpieczny pomiar ciśnienia tętniczego za pomocą automatycznego ciśnieniomierza. Mankiet ciśnieniomierza zakładany będzie na prawym ramieniu dziecka.
4. **Obiektywna ocena aktywności fizycznej: [5-6 latki]**
 - ✓ Zostanie wykonana za pomocą akcelerometru. Jest to niewielkie urządzenie umieszczone w okolicy talii na elastycznym pasku. Do oceny aktywności niezbędne jest by badany nosił akcelerometr przez 24h na dobę jedynie z wyłączeniem czasu przeznaczonego na kąpiel. Akcelerometry będą mierzyły aktywność dziecka przez 7 dni.
5. **Ocena sprawności fizycznej dzieci: [5-6 latki]**
 - ✓ Sprawność fizyczna dzieci zostanie oceniona z wykorzystaniem standaryzowanej baterii testów pt. „Test Wrocławski”. Wrocławski test sprawności fizycznej dla dzieci w wieku 3-7 lat składa się z czterech prób testowych:
 - ✓ próba siły - rzut piłką lekarską 1 kg znad głowy;
 - ✓ próba mocy - skok w dal z miejsca;
 - ✓ próba szybkości - bieg na 20 m ze startu wysokiego;
 - ✓ próba zwinności - bieg „wahadłowy” 4x5 m z przenoszeniem klocka.
6. **Pomiary antropometryczne [dla dzieci poniżej 5 roku życia]**
 - ✓ Pomiar wysokości i masy ciała;
 - ✓ Pomiar obwodu talii.

Udział w badaniu jest dobrowolny i nieodpłatny. W każdym momencie można wycofać swoją zgodę, bez żadnych konsekwencji, także w trakcie badania.

ZGODA NA UDZIAŁ W BADANIU



Ja niżej podpisany/a oświadczam, że przeczytałem/am i zrozumiałem/am informacje dotyczące badania pt. „Zastosowanie autorskiego programu aktywizacji ruchowej dla dzieci w wieku przedszkolnym i jego wpływ na postawę ciała oraz podejmowaną aktywność fizyczną” oraz otrzymałem/am, satysfakcjonujące mnie odpowiedzi na zadane pytania.

Wyrażam dobrowolnie zgodę na udział mojego dziecka w tym badaniu i jestem świadomy/a, iż w każdej chwili mogę wycofać zgodę na uczestnictwo w dalszej części badania bez podania przyczyny.

Jeśli wyraża Pan/i zgodę na udział dziecka jedynie w jednym ze składowych projektu proszę o zaznaczenie, na które badania wyraża Pan/i swoją zgodę:

- Ocena wysokości i składu masy ciała* [5-6 latki]
- Ocena postawy ciała [5-6 latki]
- Pomiar ciśnienia krwi [5-6 latki]
- Obiektywna ocena aktywności fizycznej [5-6 latki]
- Ocena sprawności fizycznej dzieci [5-6 latki]
- Pomiar antropometryczny [4 latki]

*Przeciwwskazania do badania składu masy ciała to: implanty elektroniczne, w tym rozrusznik serca, padaczka

Wyrażam zgodę na przetwarzanie danych osobowych mojego dziecka związanych z realizacją badania pt. „Zastosowanie autorskiego programu aktywizacji ruchowej dla dzieci w wieku przedszkolnym i jego wpływ na postawę ciała oraz podejmowaną aktywność fizyczną”

Zgodnie z art.13 ogólnego rozporządzenia o ochronie danych osobowych- RODO z dnia 27 kwietnia 2016r. (Dz.Urz. UE L 119 z 04.05.2016) informujemy, że:

- 1) Administratorem Danych Osobowych jest Uniwersytet Rzeszowski, al. Rejtana 16 C, 35-959 Rzeszów, reprezentowany przez Rektora,
- 2) Inspektorem Ochrony Danych w Uniwersytecie Rzeszowskim jest Krystian Antochów, adres email: antochow@ur.edu.pl,
- 3) dane osobowe Pani/Pana dziecka przetwarzane będą w celu badań naukowych (określanie profilu morfofunkcjonalnego dzieci) na podstawie rozporządzenia o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r. (RODO)
- 4) dane osobowe Pana/Pani dziecka przechowywane będą przez okres 5 lat.
- 5) ma Pan/Pani prawo do: żądania od Administratora Danych dostępu do danych osobowych, prawo do ich sprostowania, usunięcia lub ograniczenia przetwarzania, prawo do wniesienia sprzeciwu wobec przetwarzania, a także prawo do przenoszenia danych
- 6) posiada Pani/Pan prawo do cofnięcia zgody w każdym momencie
- 7) ma Pan/Pani prawo wniesienia skargi do UODO, gdy uzasadnione jest, że dane osobowe Pana/Pani dziecka przetwarzane są przez Administratora Danych niezgodnie z ogólnym rozporządzeniem o ochronie danych osobowych z dnia 27 kwietnia 2016 r.
- 8) podanie danych osobowych jest dobrowolne
- 9) Imię i nazwisko Pana/Pani dziecka będzie wykorzystywane jedynie na etapie badań, bezpośrednio po nich na etapie wprowadzania danych do bazy te dane zostaną zastąpione indywidualnym kodem, dzięki czemu wyniki badań będą opracowywane całkowicie anonimowo.

.....
Data urodzenia dziecka [dd-mm-rrrr]

.....
Imię i Nazwisko **dziecka**

.....
Data i podpis rodzica/opiekuna

1. Data Urodzenia dziecka [dd-mm-rrrr]:
2. Płeć dziecka: Dziewczynka Chłopiec
3. Miejsce zamieszkania: Miasto Wieś
4. Wykształcenie matki: Podstawowe Zawodowe Średnie Wyższe
5. Wykształcenie ojca: Podstawowe Zawodowe Średnie Wyższe
6. Czy dziecko leczy się na nadciśnienie tętnicze? Tak Nie
7. W którym tygodniu ciąży urodziło się dziecko?: w planowanym terminie lub później
 przedwcześnie,tygodni przed planowanym porodem
8. Czy poród odbył się przez cesarskie cięcie? Tak Nie
9. Jaka była masa i długość ciała dziecka w chwili urodzenia?

.....gramówcentymetrów

10. Ile czasu w ciągu dnia dziecko spędza przed TV, komputerem, video lub DVD ?

	Wcale	Mniej niż 30 min. dziennie	Mniej niż 1 godz. dziennie	Okolo 1-2 godz. dziennie	Okolo 2-3 godz. dziennie	Więcej niż 3 godz. dziennie
Dzień powszedni	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sobota/niedziela	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

11. Liczba osób mieszkających w gospodarstwie domowym:
 2 3 4 5 więcej
12. Warunki materialne w rodzinie:
 wystarczające konieczne są ograniczenia niewystarczające
13. Występowanie otyłości (BMI > 30 kg/m²) w rodzinie:
 ojciec matka oboje rodziców żadne z rodziców
14. Jak często dziecko uczestniczy w zajęciach ruchowych?
 codziennie 2-3 razy w tygodniu 1 raz w tygodniu wcale
15. Jak często dziecko spożywa śniadania?
 codziennie prawie zawsze tylko w weekendy nie spożywa
16. Jak często dziecko spożywa posiłki poza domem i przedszkolem?
 wcale raz w tygodniu 2-3 razy w tygodniu więcej niż 3 razy w tygodniu

17. Jak często dziecko spożywa...? Proszę zaznaczyć X.

Częstotliwość Produkty	Kilka razy dziennie	Raz dziennie	6-5 razy w tygodniu	4-2 razy w tygodniu	Raz w tygodniu	Kilka razy w miesiącu	Kilka razy w roku	Nie spożywa
mleko								
mleczne napoje fermentowane (kefir, maślanka)								
jogurty owocowe								
jogurt naturalny								
ser biały								
ser żółty								
warzywa								
owoce								
soki owocowe/warzywne								
słodkie napoje (typu cola, woda smakowa itp)								
słodycze (ciastka, batony, czekolady, ciasta domowe)								
solone przekąski (paluszki, krakersy, solone orzeszki chipsy i chrupki itp.)								
krem czekoladowy lub masło orzechowe do kanapek								
produkty typu Fast-Food (hamburgery, pizza, frytki itp.)								

Bardzo dziękujemy za wypełnienie kwestionariusza.

Poprzednia edycja

Liczba przebadanych dzieci

PP	PP	PP	PP	PP	PP	PP	PP	PP	
6	11	15	16	17	23	29	34	35	9
42	66	17	32	65	50	34	74	117	497

Wyniki badania składu masy ciała

FAT %	Zakres	R = 431
Niedowaga	<13,8	14
Norma	13,8-23	325
Nadwaga	>23	88

Wyniki badań antropometrycznych

BMI	Zakres	R = 424
Niedowaga	<12,3	2
Norma	12,3-17	344
Nadwaga	>17	79

Wyniki badania postawy ciała

Postawa Ciała	Zakres	R = 414
Hiperkifoza	Kąt kifozy >45	15
Hiperlordoza	Kąt lordozy >45	22

Wyniki badania aktywności fizycznej

Aktywność fizyczna	Zakres	R = 277
Niewystarczająca	<60 min/dzień	112
Wystarczająca	>60 min/dzień	164

Dziękuję za uwagę