

**Гигиеническая оценка
психофизиологического и
эмоционального статуса детей в период
летнего отдыха на территории
Алтайского биосферного заповедника**

Лапонова Евгения Дмитриевна

кандидат медицинских наук,

*ведущий научный сотрудник НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков
ФГБУ «НЦЗД» Минздрава России*

Москва



**Научно-исследовательский
институт гигиены и охраны
здоровья детей и подростков
Научного центра здоровья детей
Минздрава России**



Гигиена — наука, изучающая влияние факторов окружающей среды (природных и социальных) на организм человека и разрабатывающая научно обоснованные нормативы и рекомендации, направленные на сохранение и укрепление здоровья человека.



Гигиена детей и подростков изучает условия среды обитания и деятельности детей, а также влияние этих условий на здоровье и функциональное состояние растущего организма и разрабатывающая научные основы и практические мероприятия, направленные на сохранение и укрепление здоровья и благоприятное развитие организма детей и подростков.

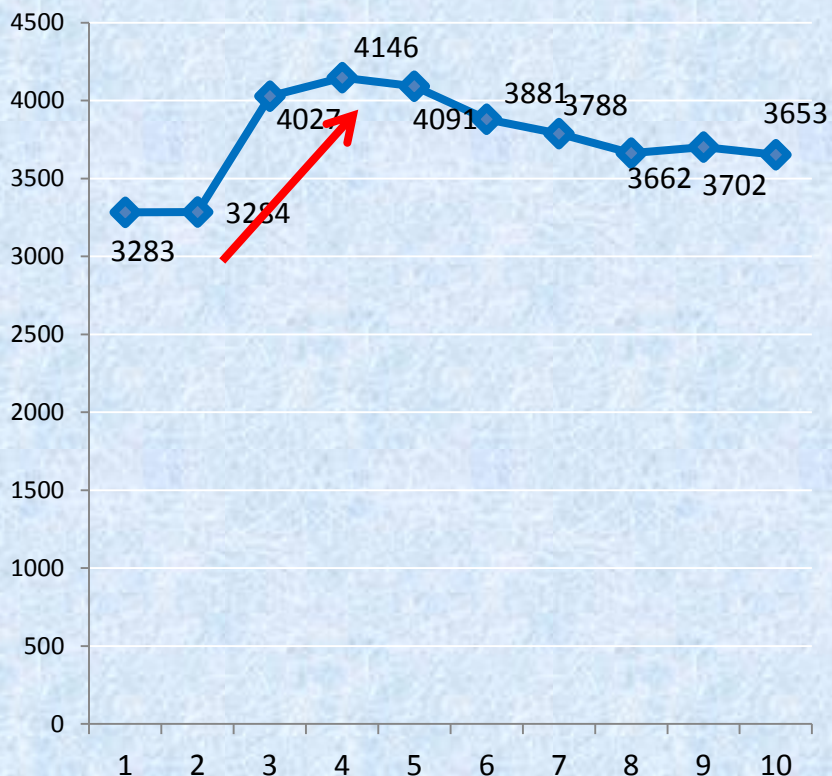


Критериями гигиенической оценки условий (факторов) среды служит характер ответных реакций организма на воздействие этих факторов.

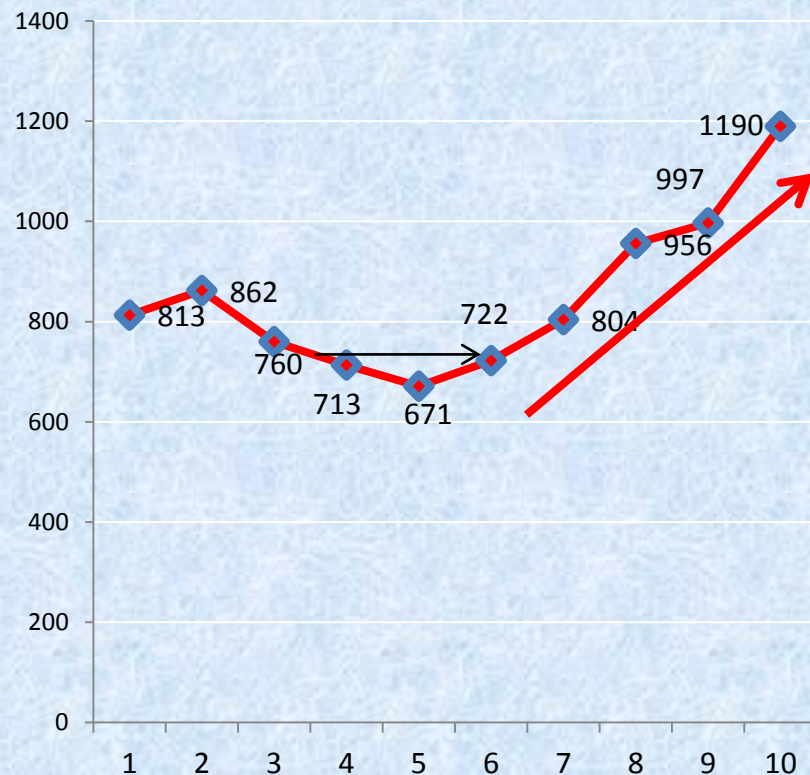
Распространенность функциональных отклонений и хронических заболеваний среди школьников в динамике обучения с 1-го по 10-й класс (‰) (2004-2014 гг.)

(данные НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «НЦЗД» Минздрава России)

Функциональные отклонения



Хронические заболевания



У
ч
е
б
н
ы
й
п
р
о
ц
е
с
с

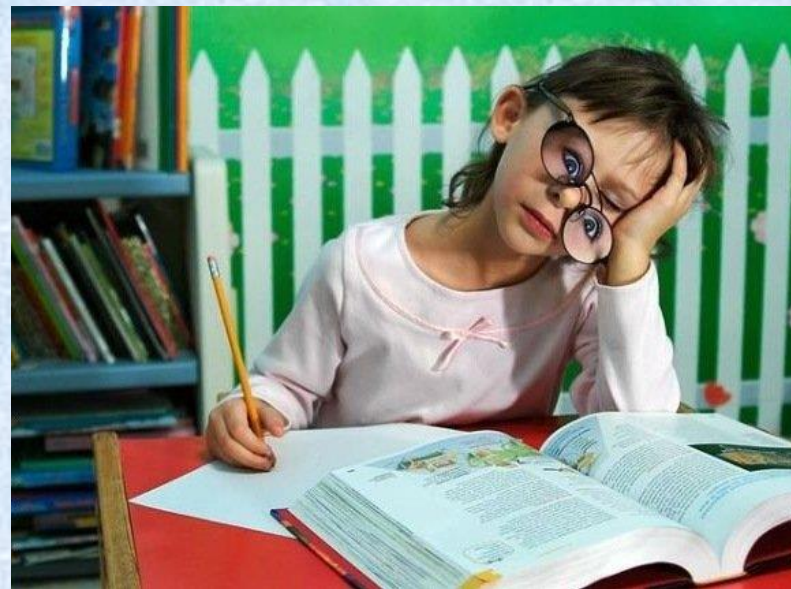


1. Интенсификация деятельности
2. Инновационные преобразования
3. Несоответствие санитарно-эпидемиологических условий требуемым
4. Нерациональная организация питания
5. Дефицит двигательной активности
6. Некомпетентность организаторов в вопросах здоровьесбережения
7. Некачественное медицинское обслуживание

О
р
г
а
н
и
з
о
в
а
н
н
ы
й



Большинство инновационных (учебных и внеучебных) программ провозглашают своим приоритетом направленность на сохранение и укрепление здоровья детей, однако зачастую это остается лишь декларацией...



Грамотная организация детского отдыха – задача государственной важности

В Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы поднимаются вопросы развития:

- **разнообразных форм туризма и краеведения,**
- **лагерей труда и отдыха,**
- **обеспечения доступности занятий физической культурой, туризмом и спортом для всех категорий детей в соответствии с их потребностями и возможностями с ориентацией на формирование ценностей здорового образа жизни,**
- **внедрения новых видов отдыха и досуга для подростков, исключая традиции курения, употребления алкогольной продукции.**

Одним из действенных механизмов реализации поставленных задач является развитие **детского эколого-познавательного туризма.**



Цель – оценка психофизиологического статуса детей в период пребывания в Заповеднике, а также выявление особенностей эмоционального состояния до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов.

Задачи. 1. Оценить уровень невротизации детей

2. выявить и оценить характер изменений психофизиологического статуса детей в начале и в конце периода (смены) пребывания в Заповеднике

3. выявить и оценить особенности эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов, а также проверить чувствительность метода оценки.

Методы.

1. Тестирование уровня невротизации с помощью специальной анкеты

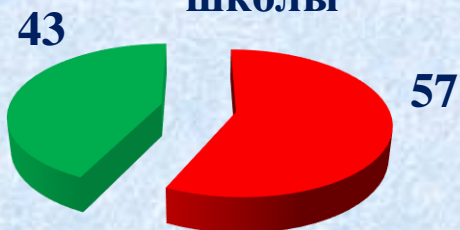
2. Мониторинг психоэмоционального состояния с помощью опросника «САН»

3. Изучение эмоционального состояния в динамике методом «цветопись»



Основные показатели невротического статуса участников проекта

Волнение по поводу
школы



Боязнь сделать
ошибку



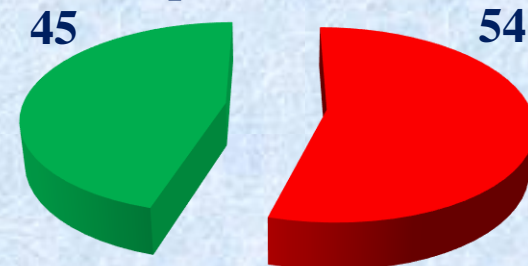
Трудно
концентрировать
внимание



Испытывают робость



Трудно принимать
решения



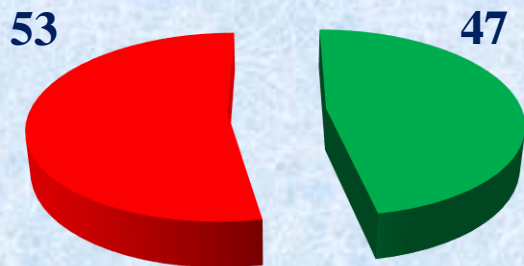
 Никогда, %

 Иногда и часто, %

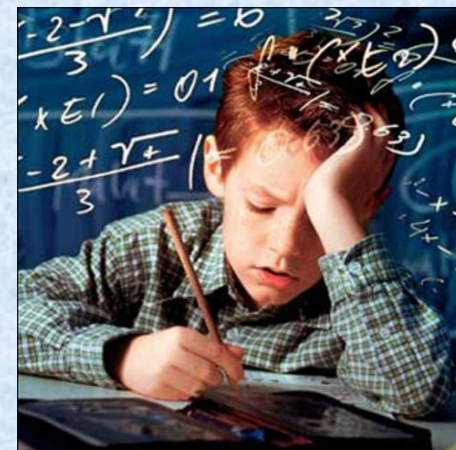
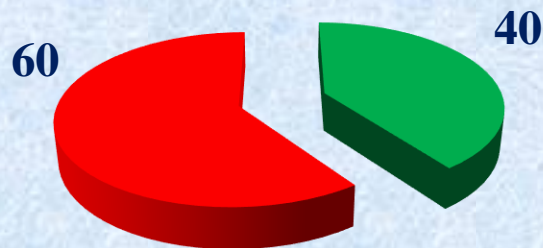


Основные показатели невротического статуса участников проекта (продолжение)

Нарушения сна



Усталость в течение дня



■ Никогда,% ■ Иногда и часто,%

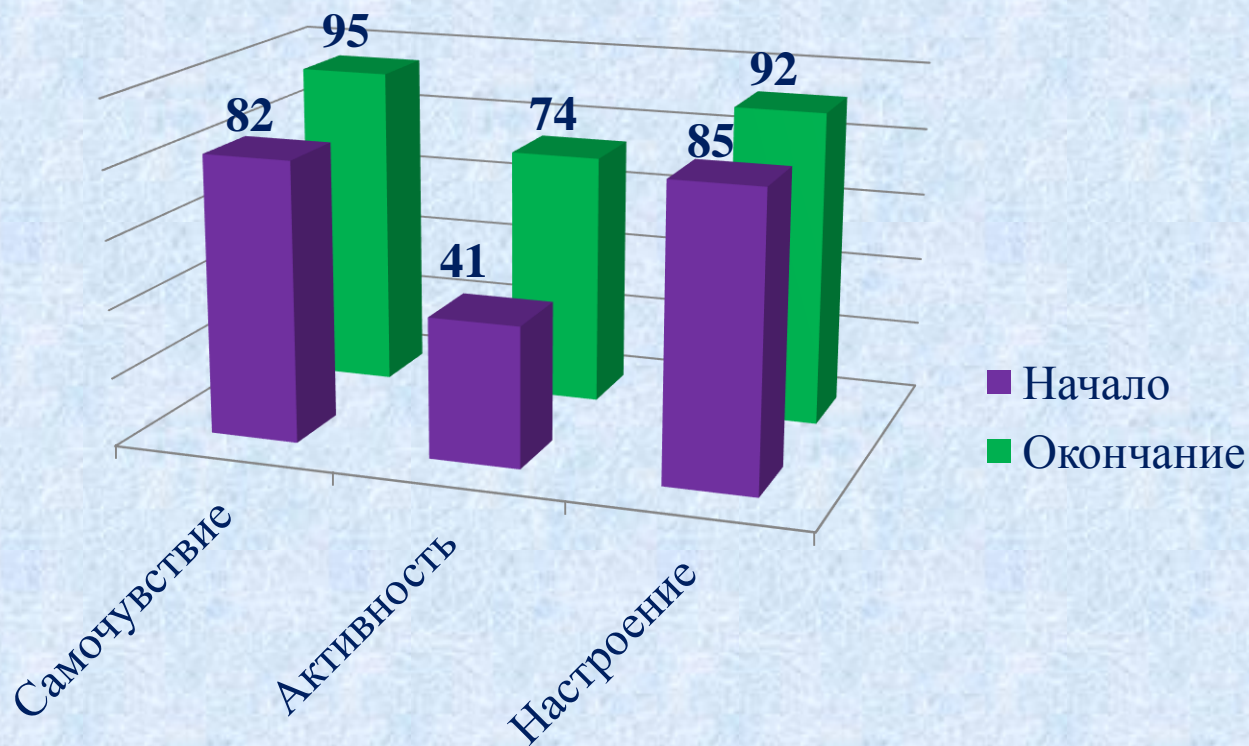


Самооценка уровня здоровья



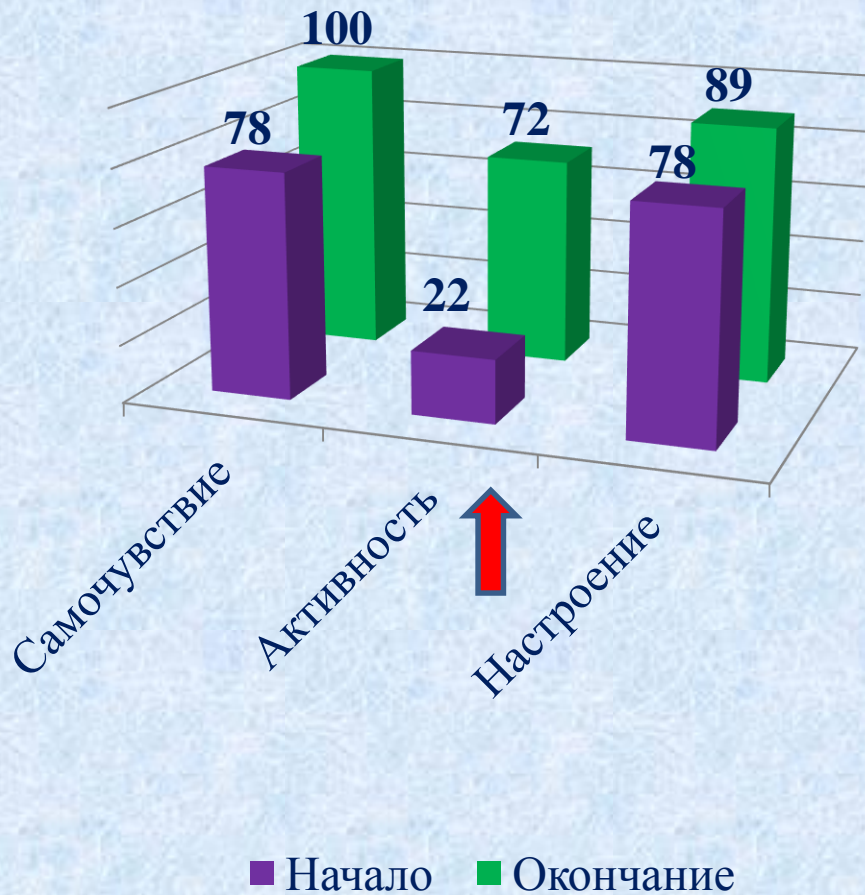
■ Хорошее
■ Среднее

Динамика психоэмоционального состояния детей в период пребывания в Заповеднике, % (САН – самочувствие, активность, настроение)

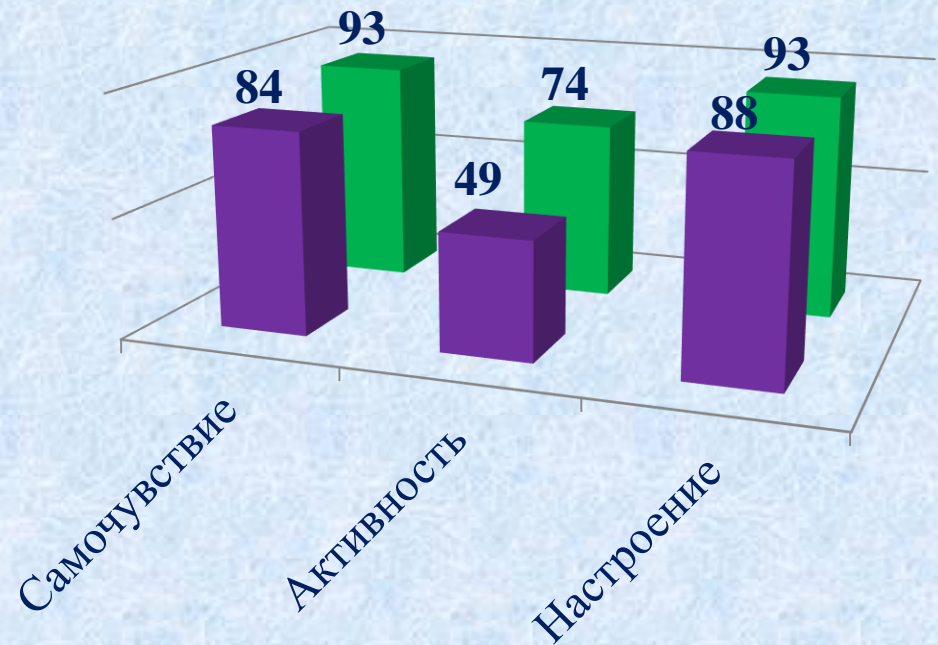




Динамика психоэмоционального состояния мальчиков и девочек в период пребывания в Заповеднике, %



мальчики



девочки

Читальный зал Алтын -Келя









Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов



Площадка «На берегу»



Площадка «С видом на Телецкое озеро»



Комфортное эмоциональное состояние, %



Уравновешенное эмоциональное состояние, %

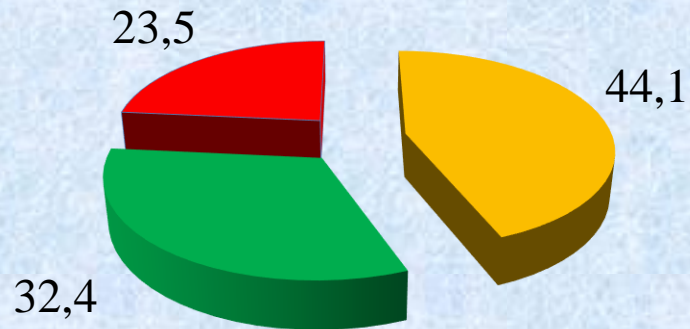


Дискомфортное эмоциональное состояние, %

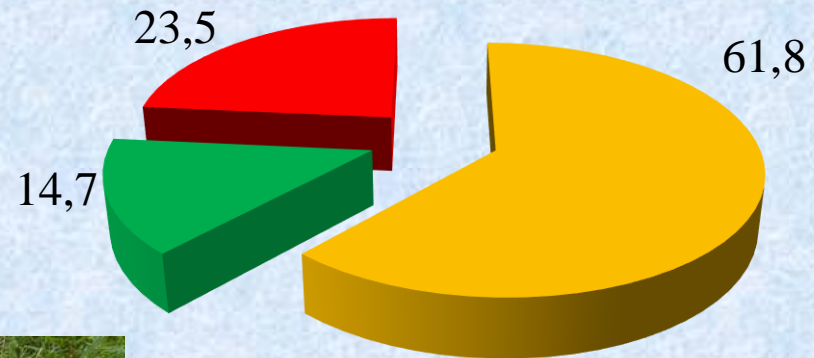
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)




Площадка «У костра»

ДО ЧТЕНИЯ



ПОСЛЕ ЧТЕНИЯ

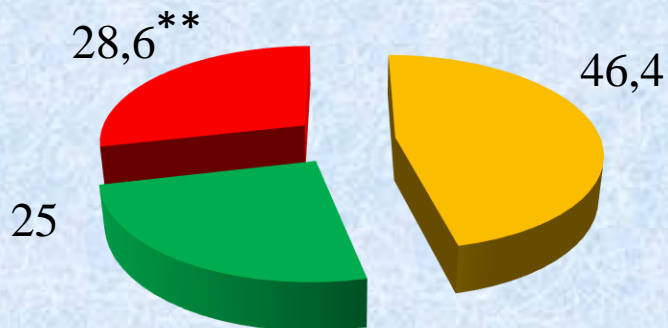


-  Комфортное эмоциональное состояние, %
-  Уравновешенное эмоциональное состояние, %
-  Дискомфортное эмоциональное состояние, %

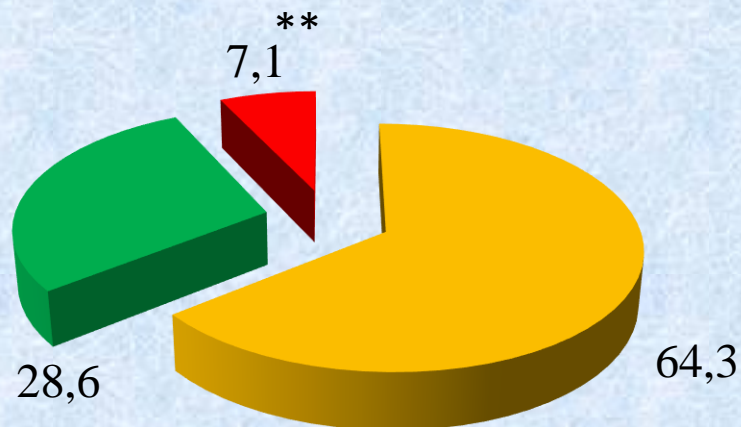
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)

Площадка «Мыс Чачилган»




ДО ЧТЕНИЯ



ПОСЛЕ ЧТЕНИЯ



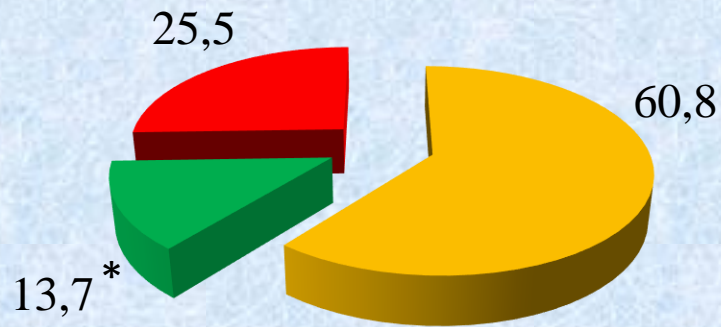
** - $p < 0,01$

-  Комфортное эмоциональное состояние, %
-  Уравновешенное эмоциональное состояние, %
-  Дискомфортное эмоциональное состояние, %

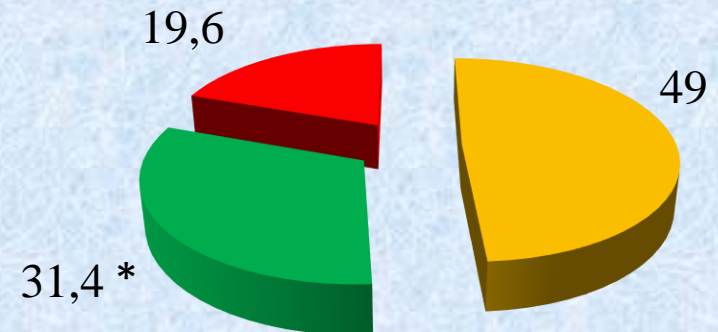
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)

Площадка «Пещера Пикемонов»

до чтения






после чтения



* - $p < 0,05$

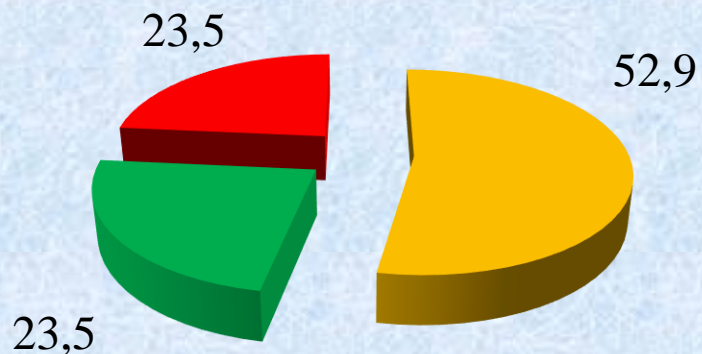


-  Комфортное эмоциональное состояние
-  Уравновешенное эмоциональное состояние
-  Дискомфортное эмоциональное состояние

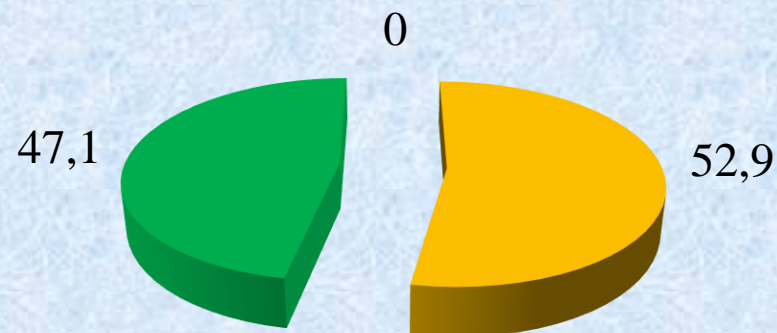
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)




Площадка «Капитанская рубка»

до чтения



после чтения

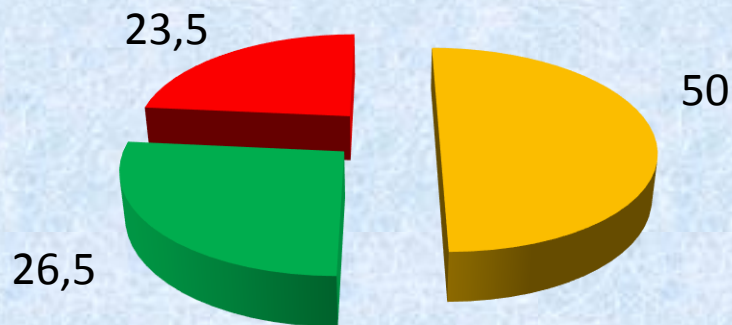


-  Комфортное эмоциональное состояние, %
-  Уравновешенное эмоциональное состояние, %
-  Дискомфортное эмоциональное состояние, %

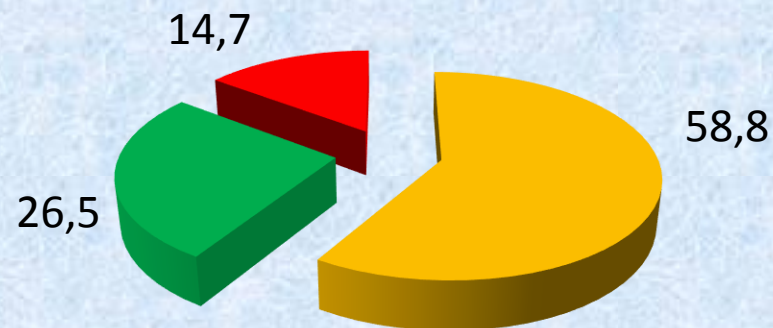
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)




Площадка «Васькина гора»

до чтения



после чтения

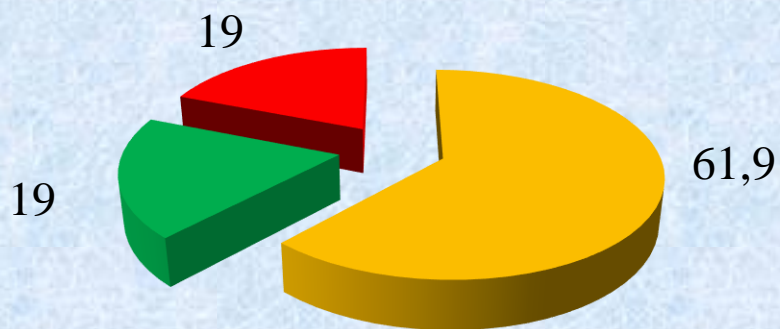


-  Комфортное эмоциональное состояние
-  Уравновешенное эмоциональное состояние
-  Дискомфортное эмоциональное состояние

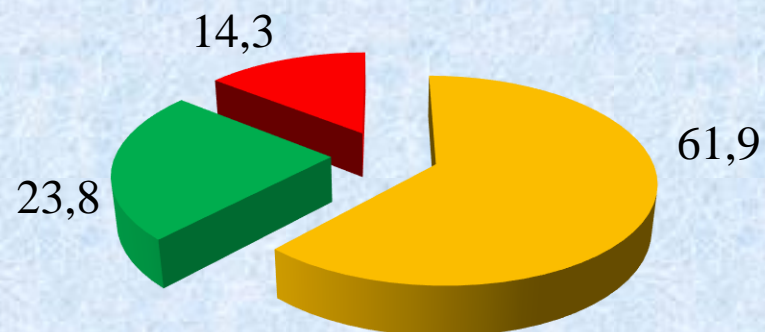
Характеристика эмоционального состояния детей до и после сеансов книгочтения в условиях разных природных ландшафтов (продолжение)




Площадка «В кругу друзей»

до чтения

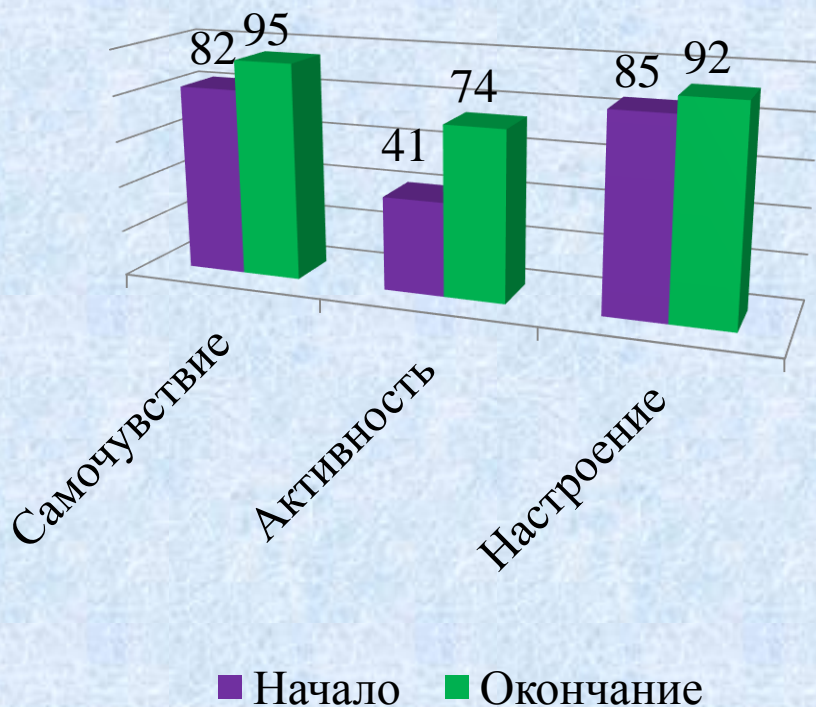


после чтения

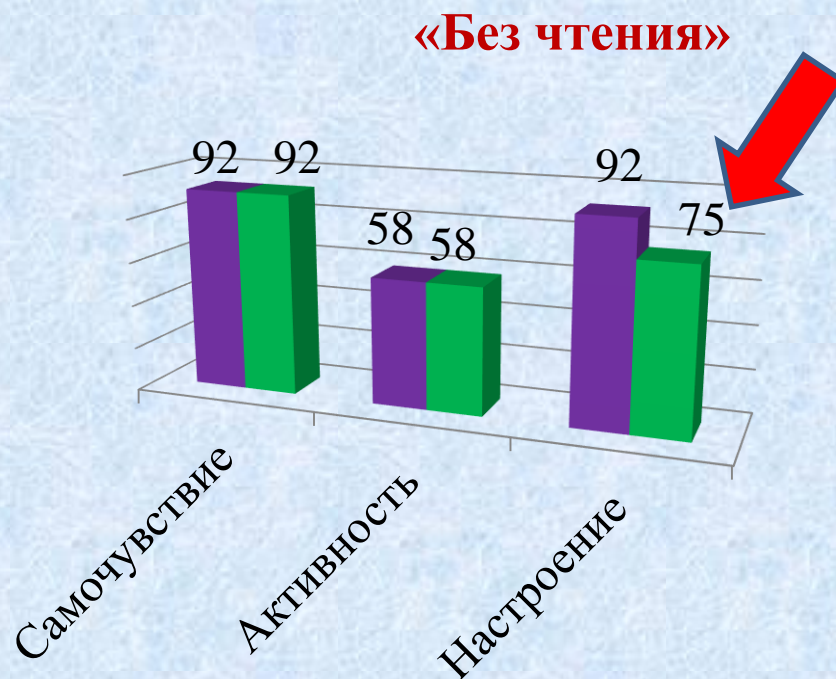


-  Комфортное эмоциональное состояние
-  Уравновешенное эмоциональное состояние
-  Дискомфортное эмоциональное состояние

Динамика психоэмоционального состояния детей в период пребывания в Заповеднике, % (участники проекта и группы «без чтения»)



Участники проекта



Благодарю за внимание!