

ПОТАПЧУК А.А.

**Состояние здоровья
школьников в
современных
социально-
экономических
условиях**

Санкт-Петербург 2012

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ

- В России около 30 млн. детей (19% от общей численности населения)
- 17 млн. детей в возрасте от 7 до 18 лет
- 50% детей имеют ослабленное здоровье
- 2/3 детей имеют хронические заболевания
- Функциональные нарушения за 20 лет увеличились у юношей на 89%, у девушек на 52%
- Более 35% юношей непригодны к службе в армии

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ ДЕТЕЙ

- Феномен децелерации
- Трофологический синдром
- Феминизация
- Психосоматическая астенизация
- Переход острых форм заболеваний в хронические и рецидивирующие

ТЕНДЕНЦИИ В ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОМ СПОРТЕ

- Высокая пульсовая стоимость физических нагрузок
- Неадекватность восстановительных реакций
- Появление менархе на фоне полудетской стадии развития ВПП
- Распространенность негативных тенденций образа жизни (нарушение режима питания, сна и отдыха, личной гигиены, вредные привычки)

ТИПЫ НАРУШЕНИЙ КОСТНО-МЫШЕЧНОЙ СИСТЕМЫ

| | Рекурвация в суставах | 65,8 |
|-----------------|-------------------------|------|
| ДИСПЛАСТИЧЕСКИЕ | Гипермоб позвоночника | 27,9 |
| | Диастаз б/л живота | 55,3 |
| | Наруш. осанки в 2-х пл. | 34,5 |
| | Деформация гр.клетки | 29,1 |
| МЕТАБОЛИЧЕСКИЕ | Деформация голеней | 44,3 |
| | Плоскостопие | 18,5 |
| | Наруш. осанки в сагитт. | 29,4 |
| | Асимм. полож. головы | 18,2 |
| ДИСГАРМОНИЧЕСК. | Разновеликость ног | 26,3 |
| | Деформация таза | 27,3 |
| | Наруш.осанки во фронт. | 15,2 |





ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

- Интенсификация процесса обучения, дефицит времени для усвоения информации, уменьшение продолжительности сна и прогулок, что вызывает стрессорное воздействие на организм
- Низкий охват школьников горячим питанием
- Низкая двигательная активность. Урок физкультуры только на 10-18% компенсирует дефицит движений. Дефицит двигательной активности в младших классах составляет 35-40%, в старших - 75-85%.

ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

- Высокий объем учебных и внеучебных нагрузок (учебная нагрузка превышает допустимую в зависимости от возраста на 10-80%). Расписание составляется без учета суточной и недельной динамики работоспособности.
- Распространение вредных привычек. Основные тенденции за 20 лет - прирост числа девушек, имеющих вредные привычки и снижение возраста начала курения, потребления наркотиков, алкоголя.



АНКЕТИРОВАНИЕ ВЫСОКОКВАЛИФИЦИРОВАННЫХ СПОРТСМЕНОВ - ПОДРОСТКОВ

- 66,7% спортсменов имеют II группу здоровья
- Нарушение режима питания (31,5% 2-3 раза в неделю питаются в сухомятку, 4,1% - ежедневно. Употребление продуктов фаст-фуд и алкогольных напитков (пива)
- Менее 8 часов спят 23,9%, у компьютера и телевизора проводят время 3-4 часа в день 28,5%
- 7% спортсменов курят

АНКЕТИРОВАНИЕ СПОРТСМЕНОВ

- Гигиенические навыки - чистят зубы 2 раза в день 42,8%, 1 раз в день 50,2%, не каждый день 8%.
- Стоматологические заболевания - у 25% отмечается кариес, хр. одонтогенные инфекции, которые влияют на состояние сердца и суставов, что влияет на рост иммунных нарушений

ЗАБОЛЕВАЕМОСТЬ СПОРТСМЕНОВ

- В пубертатном периоде ВСД, аритмия, патологическая реакция ССС на физическую нагрузку
- Нейроэндокринные расстройства, снижение адаптации к физическим нагрузкам
- Психоэмоциональная дисфункция
- Перенапряжение
ОДА, травмы, остеохондропатии

ЗАБОЛЕВАНИЯ ОДА У ЮНЫХ СПОРТСМЕНОВ

СТД
(48%)

Наруш.
осанки
(70%)

Сколиоз
(7%)

Плоскост
опие
(45%)

ВЫВОДЫ

- Необходимо мониторинг состояния здоровья школьников
- Важна первичная профилактика заболеваний и применение здоровьесберегающих технологий
- Необходимо формирование навыков здорового образа и стиля жизни, культуры здоровья
- В спорте важен отбор детей, способных без вреда для здоровья переносить значительные физические и психоэмоциональные нагрузки

II ВСЕРОССИЙСКИЙ КОНКУРС ПРОЕКТОВ ПО ЗОЖ

- Номинация «Лучший молодежный проект»
- Название «Воспитание культуры здоровья: студенты-школьникам»



ЗДОРОВАЯ
РОССИЯ



МИНИСТЕРСТВО
ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

УЧАСТНИК
КОНКУРСА

НАСТОЯЩИЙ СЕРТИФИКАТ УДОСТОВЕРЯЕТ, ЧТО ПРОЕКТ

«ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ: СТУДЕНТЫ - ШКОЛЬНИКАМ»

СПБ ГМУ ИМЕНИ АКАДЕМИКА И.П. ПАВЛОВА (Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГ)

ПРИНЯЛ УЧАСТИЕ В КОНКУРСЕ ПРОЕКТОВ ПО ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ
«ЗДОРОВАЯ РОССИЯ» И ВОШЕЛ В БИБЛИОТЕКУ ЛУЧШЕГО РОССИЙСКОГО ОПЫТА
ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ.

ПРЕСС-СЕКРЕТАРЬ,
ПОМОЩНИК МИНИСТРА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ И СОЦИАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РФ



С.А.МАЛЯВИН

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

- Цель - воспитание культуры здоровья у студентов СПбГМУ посредством их волонтерской деятельности по формированию ЗОЖ у школьников
Задачи:
- - формирование культуры здоровья молодежи (студентов и школьников), воспитание культуры здоровья школьников силами студентов,
- - обеспечение преемственности между школой и вузом,
- - активизация волонтерской деятельности и социальной позиции молодежи,
- - квалифицированное содействие государственным образовательным учреждениям (ГОУ) в вопросах здоровьесберегающей деятельности,
- - усиление межведомственного взаимодействия (педагогика, медицина),
- - мотивация к дополнительному обучению,
- - формирование у студентов необходимых мета-компетенций (выступление перед аудиторией, командная работа, принятие



Обучение студентов. Тренинговый клуб

Айболит и зверята



Золушка



Пальчиковая гимнастика



Физкульт-минутка



Интерактивные Уроки здоровья для школьников

ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАНЯТИЕ
«ОЦЕНКА ФИЗИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ УЧАЩИХСЯ.
СОСТАВЛЕНИЕ «КАРТЫ ЗДОРОВЬЯ»

| Ф.И., возраст учащегося | Параметры |
|---|-----------|
| ЭГК (экскурсия грудной клетки) | |
| Тип осанки | |
| Состояние стоп | |
| ППВ (подвижность позвоночника вперёд) | |
| СВМС (силовая выносливость мышц) | |
| СВМЖ (силовая выносливость мышц живота) | |
| Динамометрия | |
| Спирометрия | |
| Рост | |
| Вес | |
| Рекомендации: | |



УРОК ЛЕЧЕБНОЙ ФИЗКУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ СО ШКОЛЬНИКАМИ



УРОК СТУДЕНТОВ СТОМАТОЛОГИЧЕСКОГО
ФАКУЛЬТЕТА
СО ШКОЛЬНИКАМИ 3 КЛАССА ШКОЛЫ №197



- Занятия организованы и проведены под руководством Улитовского Сергея Борисовича (заслуженный врач Российской Федерации, доктор медицинских наук по специальностям «Стоматология» и «Гигиена», профессор кафедры терапевтической стоматологии СПб ГМУ им. акад. И.П. Павлова)



ЕЖЕГОДНАЯ ШКОЛЬНАЯ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ «ДЕНЬ НАУКИ» МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКАЯ СЕКЦИЯ ПО ЗОЖ



ПРОЕКТ «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»



ПРОЕКТ «МОЯ БУДУЩАЯ ПРОФЕССИЯ»



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!