



**ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ  
РАБОТА**

**ученика 4 класса**

**Казанина Ильи**

# ПРИЧИНЫ НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ВЛИЯНИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ НА ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ



# *ЦЕЛЬ ИССЛЕДОВАНИЯ:*

- ▣ ВЫЯВЛЕНИЕ ПРИЧИН, ВЛИЯЮЩИХ НА ЗДОРОВЬЕ УЧАЩИХСЯ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ*



# ЗАДАЧИ:

1. Изучить литературу по данному вопросу;
2. Выявить, как влияет процесс обучения на здоровье детей;
3. Соотнести и проанализировать требования СанПиНа с условиями обучения учащихся в школе №35.
4. Предложить свои способы решения проблемы.



# ОСМЫСЛИМ СТАТИСТИКУ:

- *1-8 классы число здоровых детей снижается в 4 раза;*
- *Число детей с близорукостью возрастает с 3 до 30%;*
- *С нарушениями опорно-двигательного аппарата увеличивается в 1.5-2 раза*
- *С аллергическими, нервными болезнями увеличиваются в 3 раза.*

# **КТО КРАЙНИЙ?**

- *На 50%-определяется образом жизни;*
- *На 20%-наследственностью;*
- *На 20%-воздействием среды обитания;*
- *На 10%-качеством медико-санитарной помощи.*

# ПРИЧИНЫ

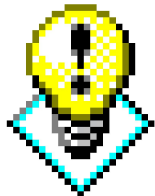
- ▣ *ПЕРЕГРУЗКА УЧЕБНЫМИ ЗАНЯТИЯМИ.*
- ▣ *ОКОЛО 30% ШКОЛ ТРЕБУЮТ КАПИТАЛЬНОГО РЕМОНТА;*
- ▣ *БОЛЕЕ 30% ШКОЛ РАБОТАЮТ В 2-3 СМЕНЫ ;*
- ▣ *СЛАБАЯ ОСВЕЩЁННОСТЬ КЛАССОВ;*
- ▣ *НЕПРАВИЛЬНЫЕ ФОРМА И ВЕЛИЧИНА ШКОЛЬНЫХ СТОЛОВ;*

# Гигиеническая оценка освещённости:

Требования по СанПиНу		В нашем кабинете
1. Расположение здания и ориентация окон	Наблюдается при восточной и южной ориентации окон.	+
2. Размеры окон	Высота - 2 – 2,5м; Ширина – 1,8 – 2м , Форма прямоугольная	+
3. Площадь остекления	Должна составлять не менее 80% общей площади окна.	+

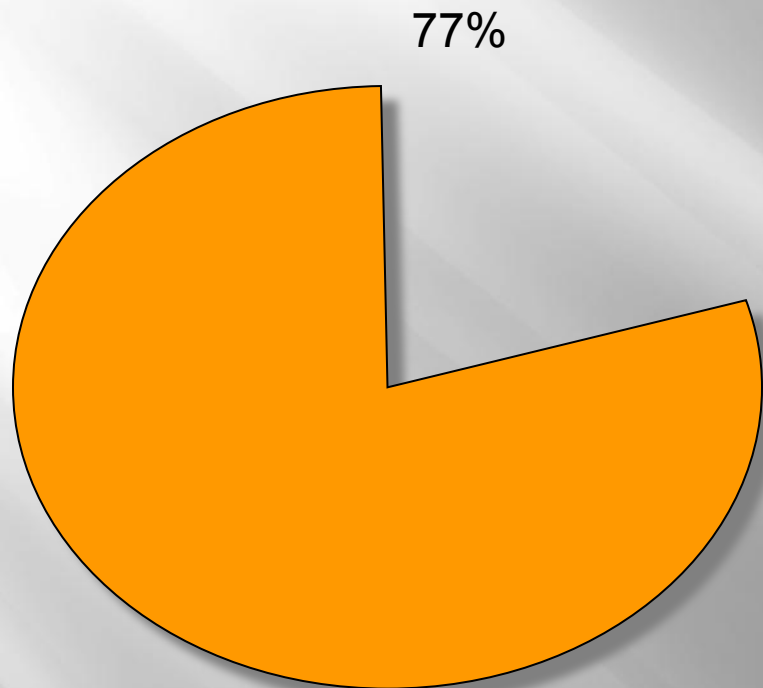


<p>4. Ширина простенков, Высота подоконников, Высота от потолка до верхнего края окна.</p>	<p>- Не менее 0,5м, - 0,7 – 0,8м, - 0,15 – 0,31м.</p>	<p>+</p>
<p>5. Окраска интерьеров помещений.</p>	<p>Спокойные тона</p>	<p>+</p>
<p>6. Обеспечение солнцезащитными приспособлениями.</p>	<p>Жалюзи или шторы, из тканей, обладающие хорошими светорассеивающими свойствами.</p>	<p>+</p>
<p>7. Расстояние от школы до деревьев.</p>	<p>- Не менее 10м; до кустарников – не менее 5м; до высотного здания – не менее 2,5м последнего</p>	<p>+</p>



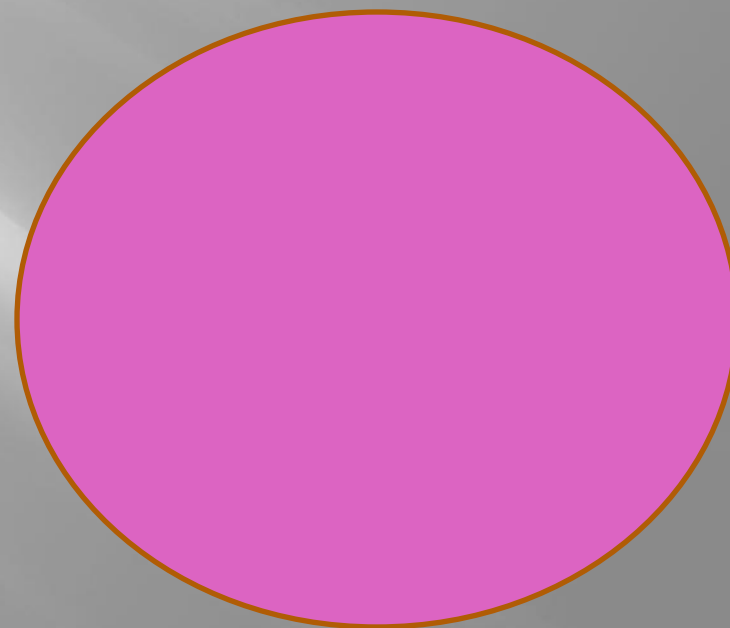
# Освещённость

2006-2007



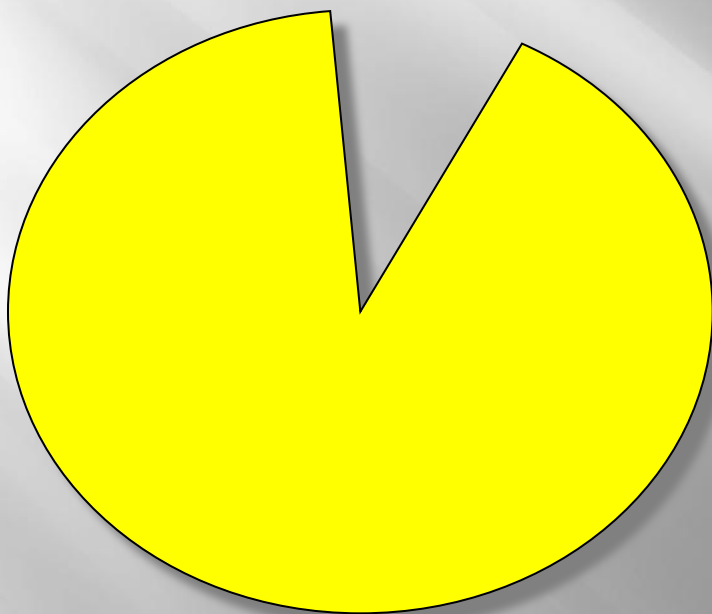
2007-2008

100%



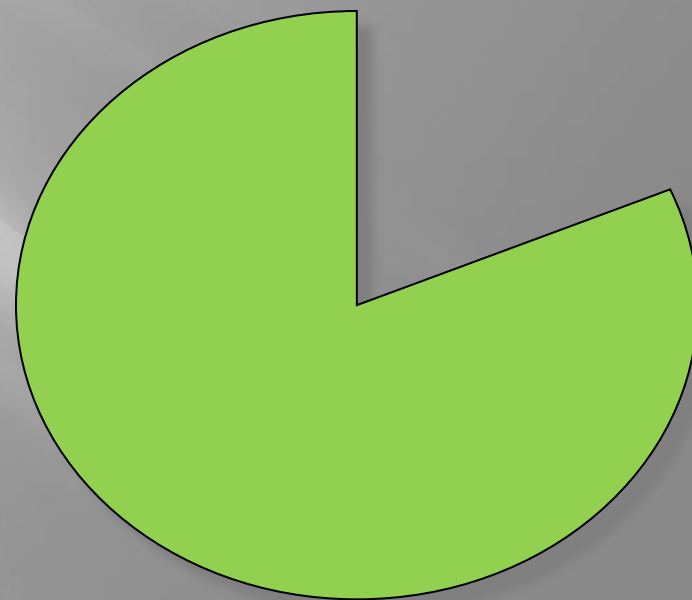
# ***НАРУШЕНИЕ ОСТРОТЫ ЗРЕНИЯ***

4%



1 класс

16%



4 класс

# Анкетные данные

- 25% учащихся читают при плохом освещении (иногда лежа);
- 38% учащихся больше часа проводят за компьютером;
- и только 22% учащихся выполняют упражнения для глаз при выполнении домашнего задания.

# **Высота стола, стула или сиденья парты в зависимости от группы роста.**

<b>Номер мебели</b>	<b>Группа роста</b>	<b>Высота рабочей плоскости стола</b>	<b>Высота стула или сиденья парты</b>	<b>Цвет маркировки</b>
<b>1</b>	<b>100 - 115</b>	<b>46</b>	<b>26</b>	<b>Оранжевый</b>
<b>2</b>	<b>115 – 130</b>	<b>52</b>	<b>30</b>	<b>Фиолетовый</b>
<b>3</b>	<b>130 – 145</b>	<b>58</b>	<b>34</b>	<b>Жёлтый</b>
<b>4</b>	<b>145 – 160</b>	<b>64</b>	<b>38</b>	<b>Красный</b>
<b>5</b>	<b>160 – 175</b>	<b>70</b>	<b>42</b>	<b>Зелёный</b>
<b>6</b>	<b>175 и выше</b>	<b>76</b>	<b>46</b>	<b>Голубой</b>

# НАРУШЕНИЕ ОСАНКИ



# Анкетные данные

- 86% часто сидят сгорбившись;
- 100% отметили привычку сутулиться;
- 72% не задумываются о своей осанке;
- и только **50%** учащихся во время выполнения домашнего задания делают разминку стоя, следят за осанкой.

## **Почему теряется зрение?**

- слабая освещенность класса;**
- неправильная посадка при письме;**
- чтение лежа;**
- длительного проведения за компьютером;**



## **Что привело к нарушению осанки и искривлению позвоночника?**

- несоответствие мебели росту учащихся;**
- привычка сутулиться;**
- не следить за своей осанкой;**
- невыполнение разминки во время выполнения домашнего задания.**

# Правила посадки за столом

1. Сидите прямо, слегка наклонив голову вперед.
2. Не упирайтесь грудью в край стола. Расстояние между вами и краем стола должно равняться ширине ладони.
3. Обе ноги ставьте на пол подошвой.
4. Почувствовав усталость, отдохните.

