



**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:

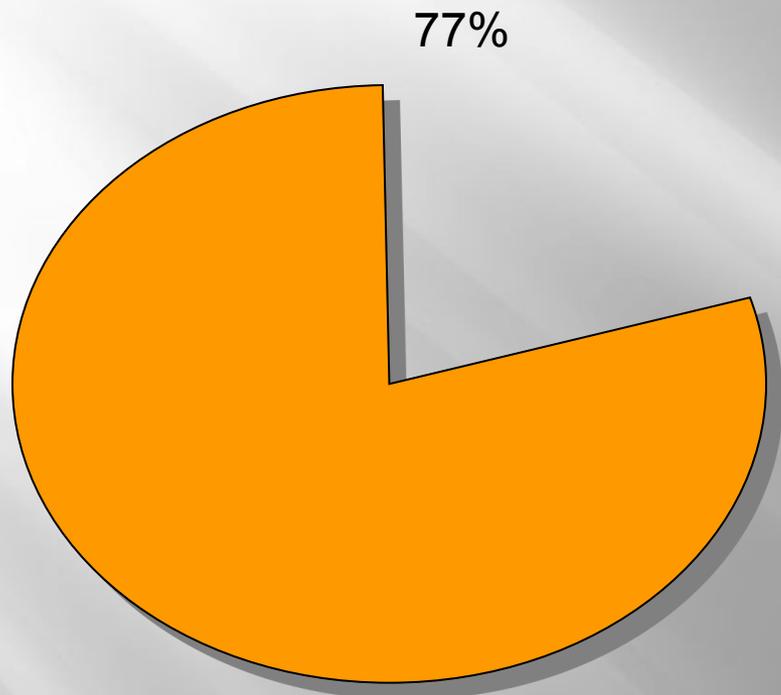
Требования по СанПиНу		В нашем кабинете
1. Расположение здания и ориентация окон	Наблюдается при восточной и южной ориентации окон.	+
2. Размеры окон	Высота - 2 – 2,5м; Ширина – 1,8 – 2м , Форма прямоугольная	+
3. Площадь остекления	Должна составлять не менее 80% общей площади окна.	+

<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>



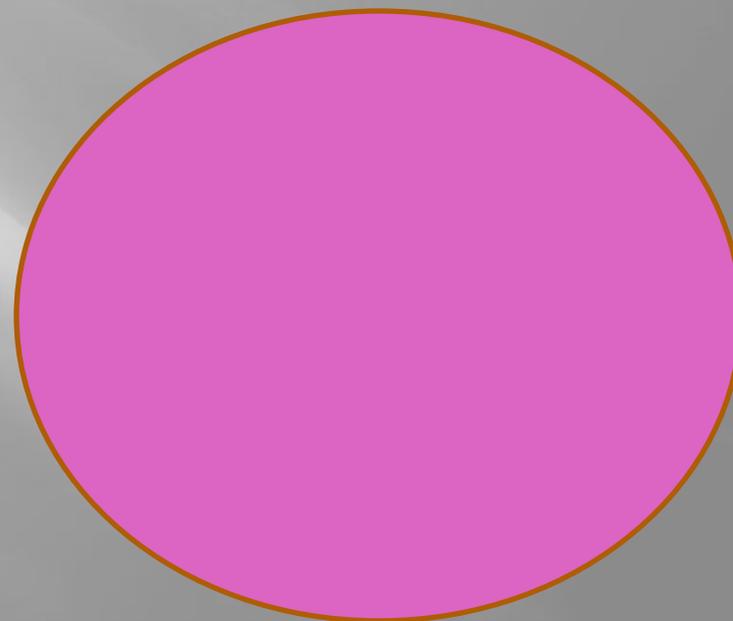
Освещённость

2006-2007



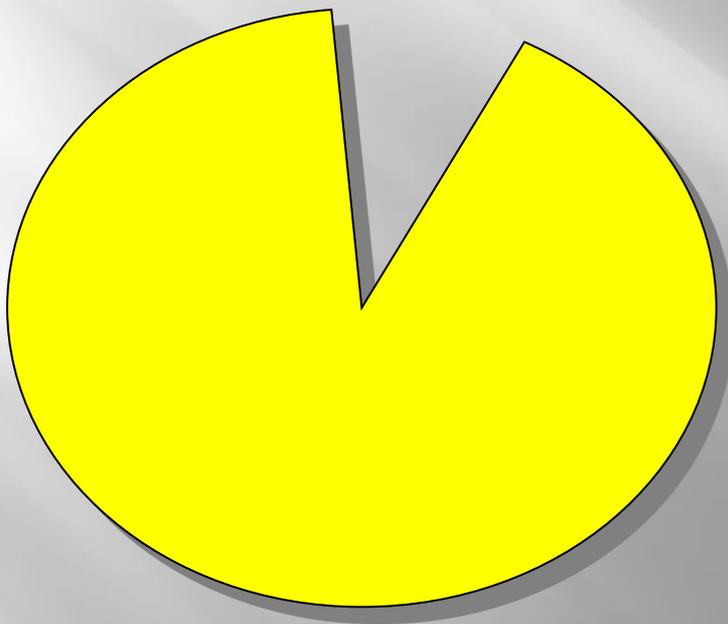
2007-2008

100%



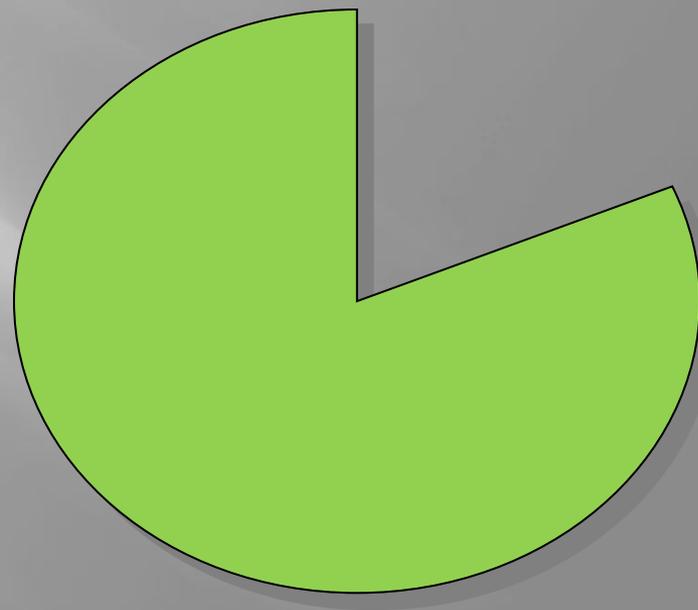
НАРУШЕНИЕ ОСТРОТЫ ЗРЕНИЯ

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.

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

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.

