

ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ЗНАЧЕНИЕ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОВРЕМЕННЫХ ВИДОВ ШКОЛЬНОЙ МЕБЕЛИ

Молдованов В.В., Храмцов П.И.

Центр эпидемиологии и гигиены, Москва;

НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН, Москва

Здоровьесберегающая среда в общеобразовательной школе во многом зависит от ученической мебели. Традиционные виды школьной мебели определяют длительные статические нагрузки, оказывающие негативное влияние на работоспособность, вегетативный статус, осанку и позвоночник.

Цель исследования. Изучить влияние использования современных видов школьной мебели на состояние сердечно-сосудистой системы, являющейся интегральным индикатором функционального состояния организма.

В исследовании приняли участие 71 учащийся первых и вторых классов. В 1-м и 2-м экспериментальных классах были установлены по 3 конторки для периодической смены позы стоя и сидя. Другие 1-й и

2-й классы служили контролем. Для оценки состояния ССС учащихся в динамике недели в конце учебного года регистрировалась кардиоинтервалограмма в течение 3-х минут и рассчитывались 11 показателей. Для интегральной оценки использовался показатель ПАРС, позволяющий на основании анализа 10 показателей, классифицировать функциональное состояние организма по 9 вариантам (от нормы до срыва адаптации), которые были сгруппированы в 3 группы: 1-я группа — норма (состояния 1–3), 2-я группа — напряжение (состояния 4–5) и 3-я группа — срыв адаптации 9 состояния 6–9).

В 1-м экспериментальном классе в начале недели состояния 1 группы составляли 25,0%, в конце — 5,8%, в контрольном — 13,3% и 2,3%; 3-й группы, соответственно, 42,0% и 47,1% — в экспериментальном и 60,0% и 73,2% — в контрольном классах. Во 2-м экспериментальном классе (2-й год обучения) состояния 1 группы в начале недели составляли 23,5%, в конце — 25%, в контрольном — 12,5% и 13,6%; 3-й группы, соответственно, 35,3% и 50,0% — в экспериментальном и 50,0% и 45,4% — в контрольном.

Результаты свидетельствуют о более благоприятном функциональном состоянии организма учащихся экспериментальных классов. При этом недельная динамика во 2-х классах была более стабильной, чем в 1-х, что указывает на более низкие резервные возможности первоклассников.