

УДК 613.95(575.2-25)

DOI: 10.36979/1694-500X-2022-22-1-195-197

**АНАЛИЗ ВЛИЯНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ
НА СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ г. БИШКЕКА**

Р.Р. Айталиева

Охрана здоровья сегодня является приоритетным направлением деятельности всего общества, ведь только здоровые дети могут правильно усвоить полученные знания и иметь возможность заниматься продуктивным и полезным трудом в будущем. В статье представлены результаты исследования состояния здоровья школьников. Основная цель здоровьесберегающих технологий – сохранить и улучшить здоровье ребенка. Здоровье является важным условием успешного усвоения школьных программ и, таким образом, введение в урок оздоровительных приемов обеспечивает правильное физическое развитие и психическое здоровье учащихся. В результате включение в образовательный процесс здоровьесберегающих технологий положительно сказывается на повышении здоровья учащихся и качество их знаний.

Ключевые слова: школьники; состояние здоровья; здоровьесберегающие технологии.

**ДЕН СОЛУКТУ САКТООЧУ ТЕХНОЛОГИЯЛАРДЫН
БИШКЕК ШААРЫНЫНЫН МЕКТЕП ОКУУЧУЛАРЫНЫН
ДЕН СОЛУГУНУН АБАЛЫНА ТИЙГИЗГЕН ТААСИРИНЕ ТАЛДОО ЖУРГУЗУУ**

Р.Р. Айталиева

Бүгүнкү күндө ден соолукту коргоо бүтүндөй коомдун артыкчылыктуу багыты болуп саналат, анткени дени сак балдар гана алган билимдерин туура өздөштүрүп, келечекте жемиштүү жана пайдалуу эмгек менен алектене алышат. Макалада мектеп окуучуларынын ден соолугунун абалын изилдөөнүн жыйынтыгы берилген. Ден соолукту сактоочу технологиялардын негизги максаты - баланын ден соолугун сактоо жана чыңдоо. Ден соолук мектеп программаларын ийгиликтүү өздөштүрүүнүн маанилүү шарты болуп саналат, демек, ден соолукту чыңдоо ыкмаларын сабакка киргизүү окуучулардын туура физикалык өнүгүүсүн жана психикалык саламаттыгын камсыз-дайт. Жыйынтыгында окуу процессине ден соолукту сактоочу технологияларды киргизүү окуучулардын билим сапатын жогорулатууга оң таасирин тийгизүүдө.

Түйүндүү сөздөр: окуучулар; ден соолугунун абалы; ден соолукту сактоочу технологиялар.

**ANALYSIS OF THE INFLUENCE OF HEALTH-SAVING
TECHNOLOGIES ON THE HEALTH STATUS OF SCHOOLCHILDREN IN BISHKEK**

R.R. Aitalieva

Health protection today is a priority area for the entire society, since only healthy children can properly assimilate the knowledge gained and in the future have the opportunity to engage in productive and useful work. The article presents the results of a study of the health status of schoolchildren and the impact of health-preserving technologies. The main goal of health-saving technologies is to preserve and improve the health of students. Thus, the health of the child is an important condition for the successful assimilation of school programs. And the introduction of health-improving techniques into the lesson ensures the correct physical development and mental health of students. As a result, the inclusion of health-preserving technologies in the educational process has a positive effect on improving students and the quality of their knowledge.

Keywords: schoolchildren; health status; health-preserving technologies.

Введение. Образование – главный ресурс любой страны и один из гарантов ее национальной безопасности. Физическое, духовное и нравственное здоровье населения определяет уровень цивилизованности государства, является показателем устойчивого развития нации. На современном этапе развития общества образовательное учреждение должно стать важнейшим звеном в формировании и укреплении здоровья студентов.

Жизнь детей и подростков всё в большей степени проходит в цифровой среде и их поведение, образование, социальные связи и общение, развлечения в значительной степени связаны с электронными источниками [1]. Это предоставляет новые возможности по информированию детей и подростков с использованием инновационных сообщений (месседжей), но является также причиной таких проблем, как интернет-зависимость, интернет-травля (кибербуллинг), распространение порнографии в Интернете и навязчивое желание пользоваться Интернетом, широко обсуждаемые в прессе [2, 3].

Много было сказано и о том, что продолжение обучения детей в школе представляет опасность для их здоровья. Однако было бы неправильно возлагать всю ответственность за подрастающее поколение на учителей и педиатров.

Реализация системы гигиенической безопасности жизнедеятельности детей позволит обеспечить оптимальное личностное и физическое развитие, сохранение психического и психологического здоровья и благополучия детей в гиперинформатизационном обществе [4].

Материалы и методы исследования. Проведено сравнение здоровья школьников, проживающих в г. Бишкеке. Размер выборки составил 400 человек. Исследование проводилось на базе школы в одном из районов Бишкека, где были представлены современные «здоровьесберегающие технологии». В качестве контрольной группы была выбрана школа, в которой не были представлены новые технологии для сбережения здоровья.

Результаты и обсуждение. В связи с тем, что большую часть времени дети проводят в школе, организованных коллективах, в приоритете должна быть также и организация полноценного питания. Питание должно быть сбалансированным, в течение дня ребенок должен получать необходимый минимум пищевых и минеральных веществ [5].

Исследования показали, что более половины школьников имели три или более нарушений здоровья, включая функциональные отклонения и хронические заболевания (таблица 1).

В структуре функциональных отклонений первое место принадлежит респираторным нарушениям, распространенность этих отклонений составляет 45,5 %. На втором месте – функциональные нарушения пищеварительной системы – 42 % и др.

Далее было исследовано и проведено сравнение физического развития школьников основной и контрольной групп (таблица 2).

При сравнении показателей физического развития детей из разных школ г. Бишкека доля детей, соответствующих среднему возрастному

Таблица 1 – Показатели заболеваемости обследованных школьников (на 100 осмотренных)

Класс болезни	Основная группа, P ± m	Контрольная группа, P ± m	t
Болезни органов пищеварения (K00-K93)	46 ± 13,1	30,3 ± 11,9	0,8
Болезни органов дыхания (J00-J99)	49,5 ± 13,1	26,1 ± 11,9	1,3
Болезни глаза и его придаточного аппарата (H00-H59)	28 ± 13,1	17,4 ± 11,9	0,6
Болезни костно-мышечной системы и соединительной ткани (M00-M99)	28,5 ± 13,1	17,4 ± 11,9	0,6
Болезни кожи и подкожной клетчатки (L00-L99)	26,5 ± 13,1	14,2 ± 11,9	0,7
Полиневропатии и другие поражения периферической нервной системы (G60-G64)	18,5 ± 13,1	13,7 ± 11,9	0,3
Болезни мочеполовой системы (N00-N99)	13,5 ± 13,1	7,8 ± 11,9	0,3

Таблица 2 – Сравнение физического развития школьников основной и контрольной групп

Основная группа	Контрольная группа
Физическое развитие	
Рост большинства мальчиков этой же возрастной группы колебался от 129 см до 179 см и в среднем составил $130 \pm 14,7$ см. Средний рост девочек этой же возрастной группы был $152,4 \pm 17,1$ см и колебался от 130 до 172 см	Рост большинства мальчиков этой же возрастной группы колебался от 136 см до 177 см и в среднем составил $158,2 \pm 8,7$ см. Средний рост девочек этой же возрастной группы был $153,4 \pm 7,51$ см и колебался от 120 до 170 см
Анализ индекса масса тела/возраст выявил, что основное большинство детей всех возрастных групп (свыше 63,1 %) укладываются в средние показатели ($M \pm 1\sigma$). Дефицит массы тела, в зависимости от возраста в среднем имел место у 8,5 % девочек и 1,5 % мальчиков. Избыток же массы тела в этой возрастной группе выявлен у 15 % девушек и 38,8 % юношей	Анализ индекса масса тела/возраст выявил, что основное большинство детей всех возрастных групп (свыше 63,2 %) укладываются в средние показатели ($M \pm 1\sigma$). Дефицит массы тела, в зависимости от возраста в среднем имел место у 49 % девочек и 48,3 % мальчиков. Избыток же массы тела в этой возрастной группе у девушек выявлен не был, юношей – 6,9 %

показателю физического развития, составляет 63,15 %, при этом снижение массы тела у девочек больше, чем в контрольной школе – 49 %, среди мальчиков – 48,3 %, а его превышение наблюдалось только у мальчиков – 6,9 %.

Выводы:

1. Состояние здоровья школьников в городе Бишкеке характеризуется высоким индексом заболеваемости, снижением в процессе обучения числа здоровых школьников, наличием у больных детей сочетанных форм соматической патологии. В структуре болезней преобладают болезни нервной системы (62,5 %), органов пищеварения (37,5 %), органов дыхания (36,95 %). Жалоб нет – 41,7 % (основная школа), жалоб нет – 30,5 % (контрольная школа).
2. Физическое развитие 63,15 % школьников соответствует средним возрастным показателям, при этом дефицит массы тела имеется больше в контрольной школе у девочек – 49 %, у мальчиков – 48,3 %, а избыток ее отмечается только у мальчиков – 6,9 %.
3. Уровень отношения к своему образу жизни и здоровью выше (67,35 %), нежели в контрольной школе.

4. Наблюдается положительная динамика результатов внедрения модели здоровьесберегающих технологий на школьников.

Литература

5. Баранов А.А. Чтение, компьютер и здоровье / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, Л.М. Текшева // Вопросы современной педиатрии. 2008. № 1. С. 21–25.
6. Кучма В.Р. Поведение детей, опасное для здоровья: современные тренды и формирование здорового образа жизни: монография / В.Р. Кучма, С.Б. Соколова. М., 2014.
7. Сетко Н.П. Гигиеническая характеристика нарушений психического здоровья у детей и подростков / Н.П. Сетко, Г.В. Садчикова // Оренбургский медицинский вестник. 2016. № 4 (2). С. 34–37.
8. Кучма В.Р. Гигиеническая безопасность гиперинформатизации жизнедеятельности детей / В.Р. Кучма // Hygiene & Sanitation (Russian Journal). 2017; 96 (11): 1059–1063
9. Айталиева Р.Р. Оценка питания школьников г. Бишкека / Р.Р. Айталиева, Т.С. Буйлашев // Вестник КРСУ. 2021. Т. 21. № 5. С. 161–165.