Реферат

Нарушения работы нервной системы учеников

в связи с утомлением в школе

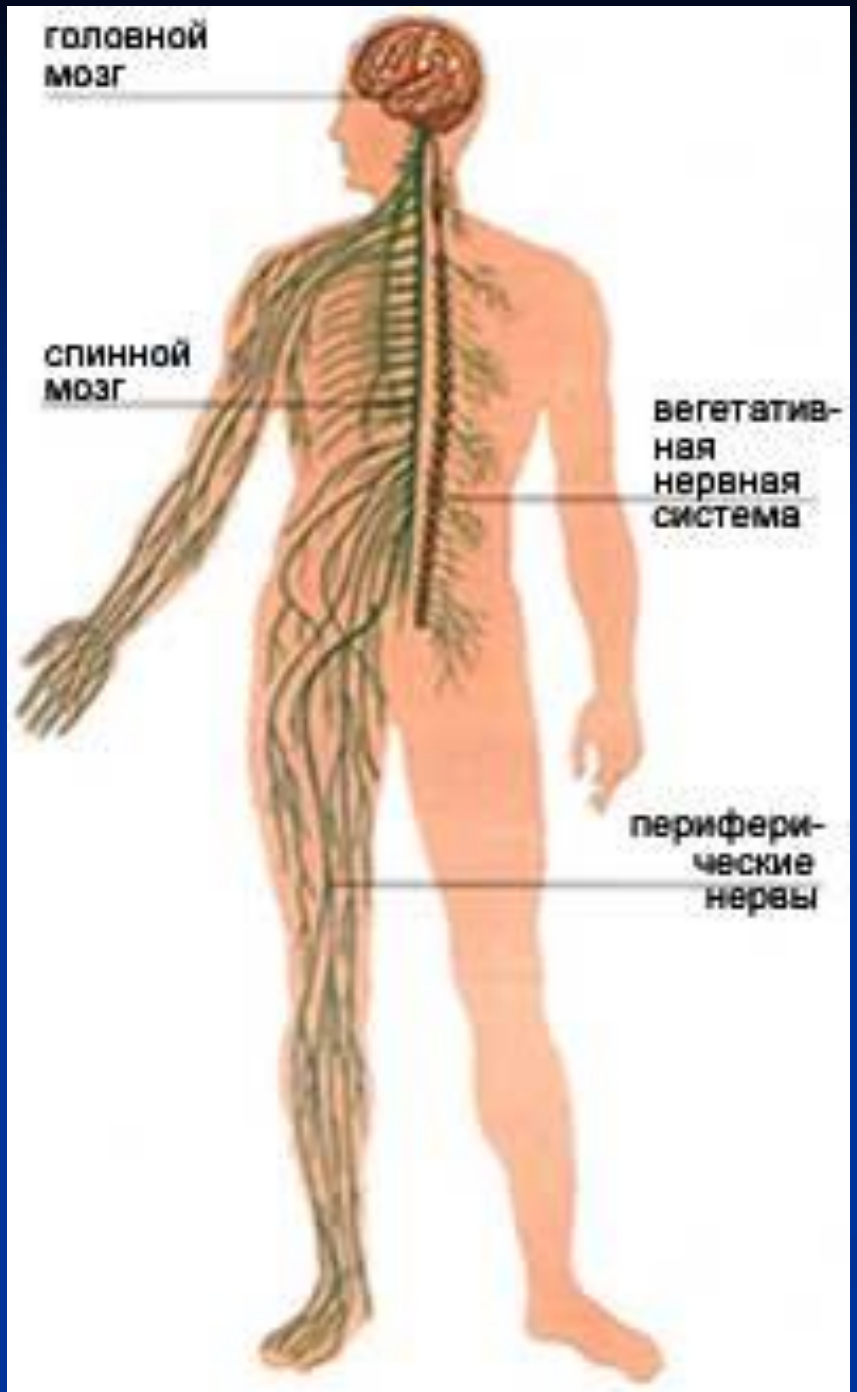
Выполнила: Иванова Юлия

Школа № 5 9 «б» класс

- **Цель работы:** выявление основных видов нарушений работы нервной системы школьников и определение способов их предупреждения и лечения.
- **Задачи:**
  - Познакомиться с основными видами нарушений работы нервной системы, наиболее часто встречающихся у школьников.
  - Изучить состояние здоровья нервной системы учащихся МОУ «СОШ №5».
  - Подобрать наиболее эффективные способы лечения и предупреждения болезней нервной системы.
- **Объект исследования** – учащиеся школы №5.
- **Предмет исследования** – нарушения работы нервной системы учащихся.
- **Гипотеза:** основные нарушения работы нервной системы школьников вызваны переутомлением в связи с увеличением школьных нагрузок.

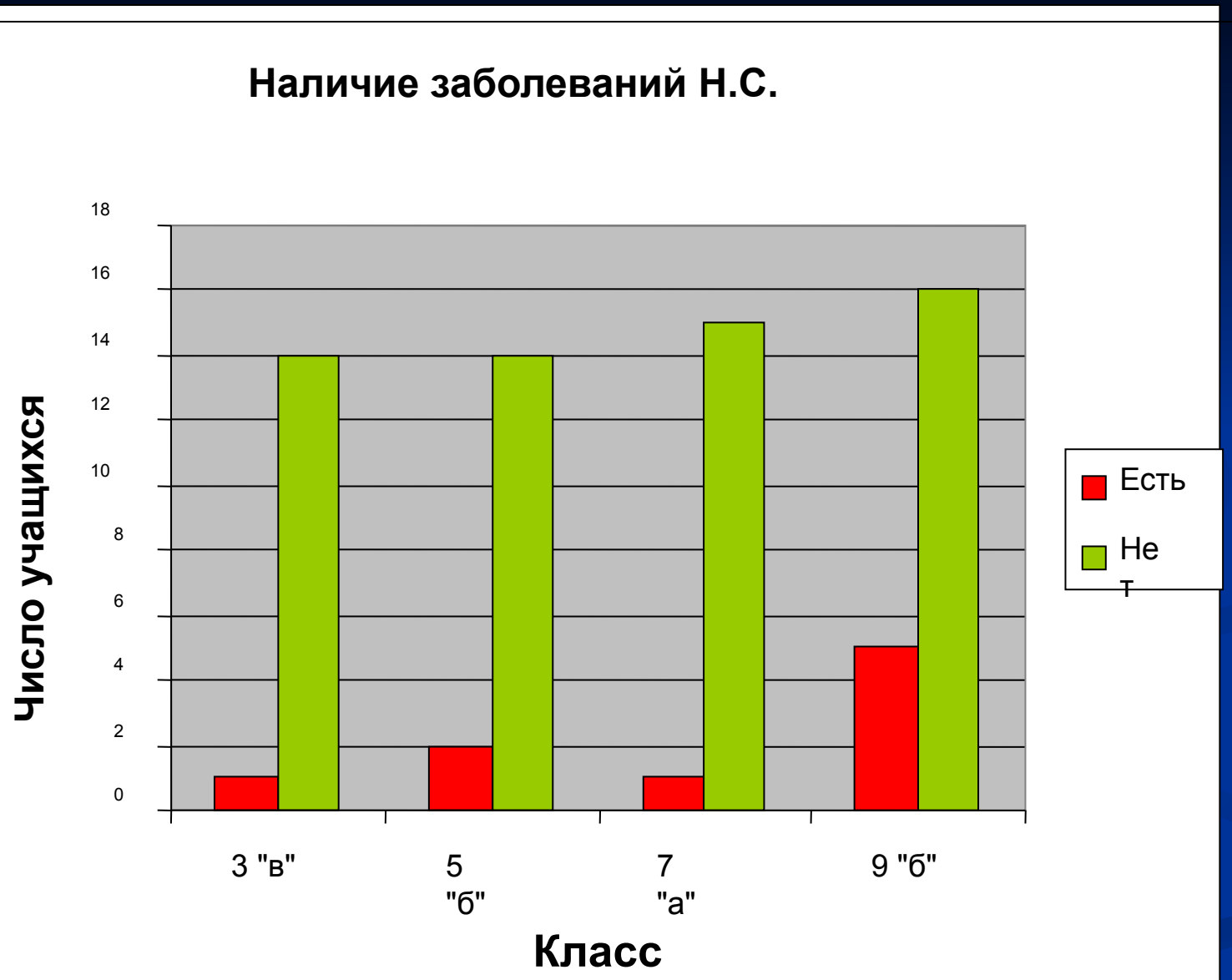
ВЕГЕТАТИВНО-СОСУДИСТАЯ ДИСФУНКЦИЯ (ВСД) - распространенное в лечебно-диагностической практике обозначение разнообразных по происхождению и проявлениям, но функциональных в своей основе вегетативных расстройств, обусловленных нарушением нейрогуморальной регуляции вегетативных функций.

Вегетативно-сосудистая дистония - это нарушение в работе вегетативной нервной системы, главного регулятора внутреннего равновесия в организме.

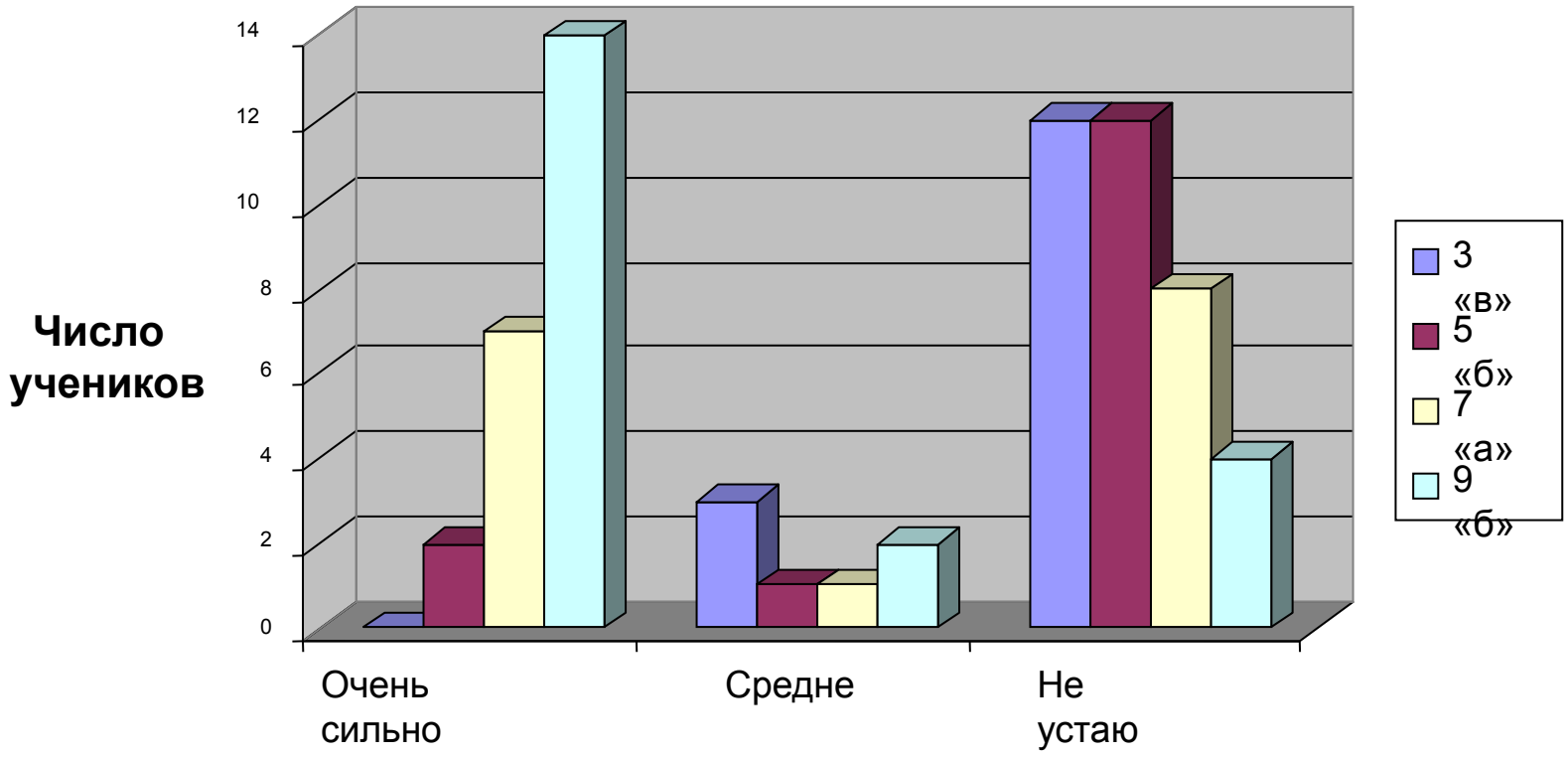


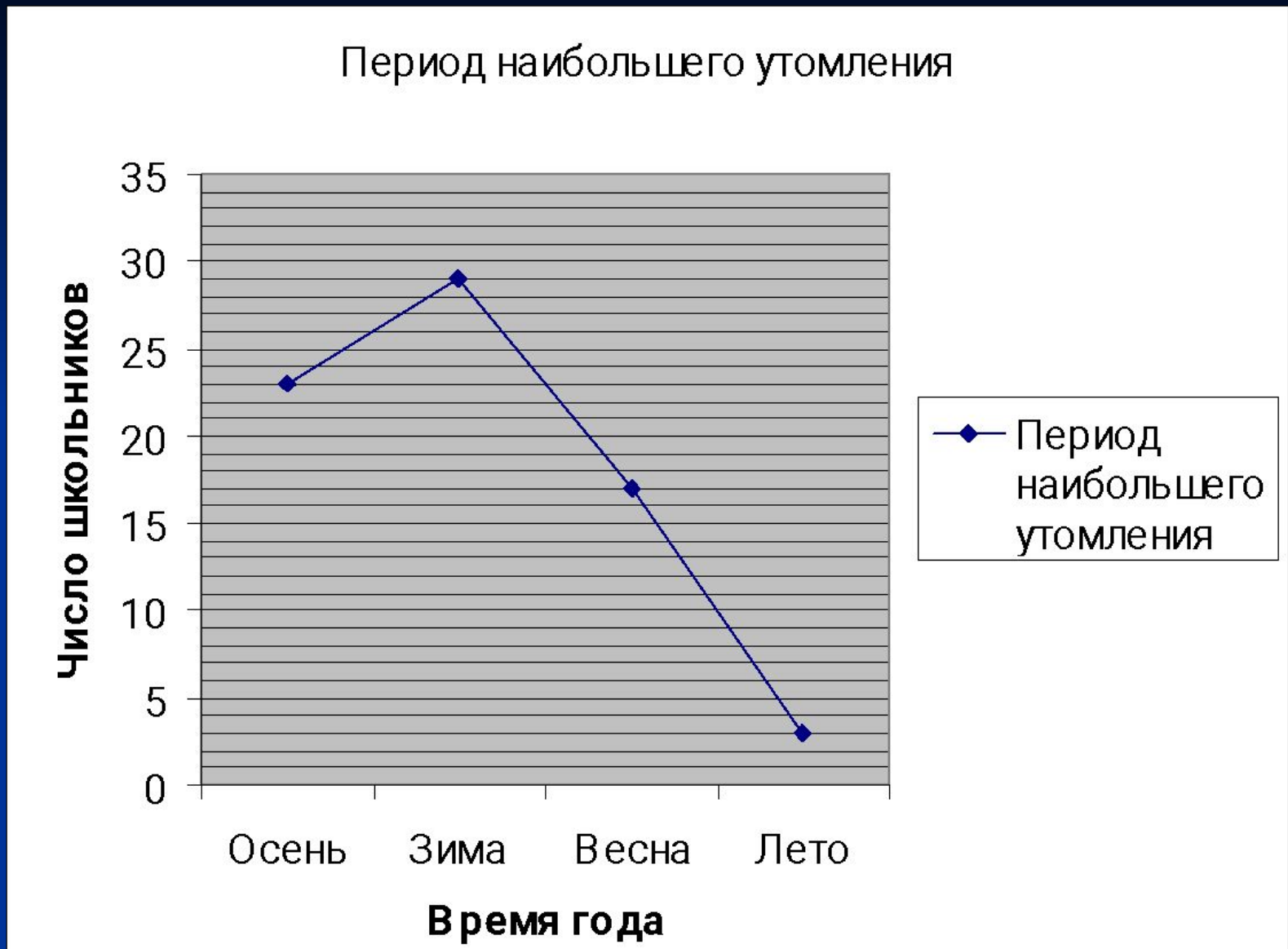
Вегетативная нервная система - регулирует внутреннюю деятельность организма, ее работа не зависит от нашей воли. Выполняет свои функции через две системы, координирующие работу разных органов, - симпатическую и парасимпатическую.

- В целом состояние здоровья учащихся удовлетворительное.
- Заболевания Н.С. чаще встречаются у учащихся 12-16 лет. Это обусловлено началом подросткового периода и увеличением нагрузки в школе.
- У девушек нарушения работы Н.С. встречаются чаще, чем у юношей, т.к. девушки более эмоциональны и ранимы.

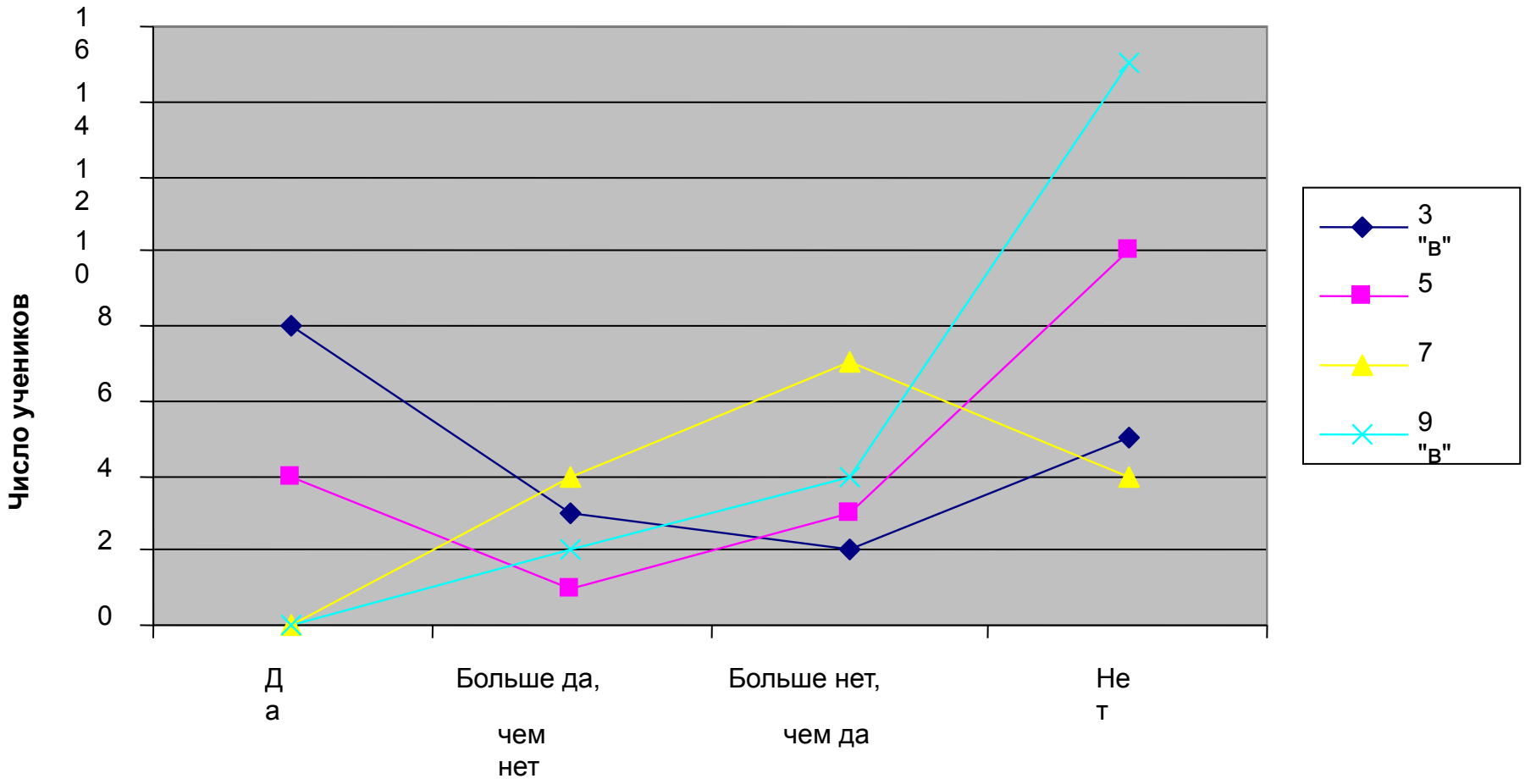

Наличие заболеваний Н.С.
Число учащихся
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0
3 "в"
5 "б"
7 "а"
9 "б"
Класс
Есть
Нет

Сильно ли устаёте в школе?

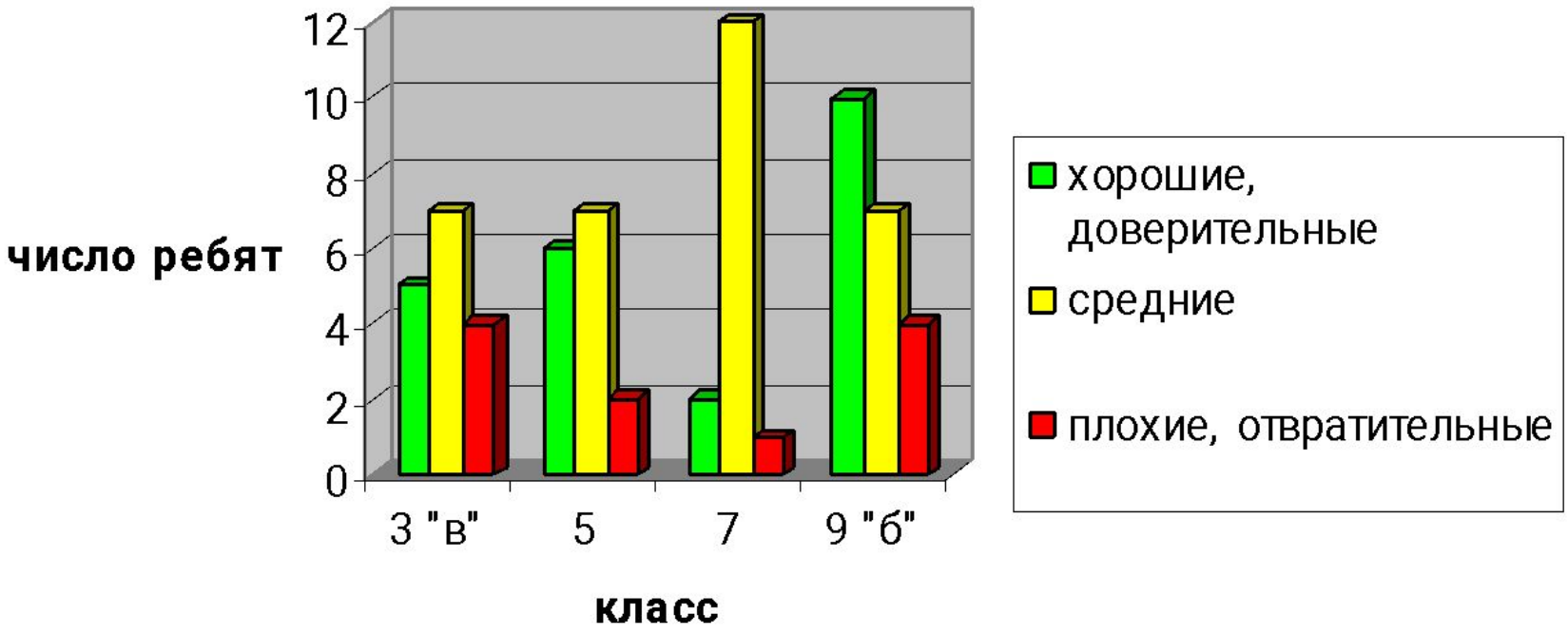



Период наибольшего утомления
Число школьников
35
30
25
20
15
10
5
0
Осень
Зима
Весна
Лето
Время года
Период наибольшего утомления

Хочется ли по утрам в школу?



Отношения между ребятами в классе



- Гигиена умственного труда
- Правильное питание
- Распорядок дня
- Противопоказано употребление алкогольных напитков