



Сравнительная характеристика особенностей формирования образа жизни учащихся общеобразовательных учреждений города Кирова



Малышева Светлана Дмитриевна,
10 класс Кировское областное
государственное
общеобразовательное
автономное учреждение
«Лицей естественных наук»

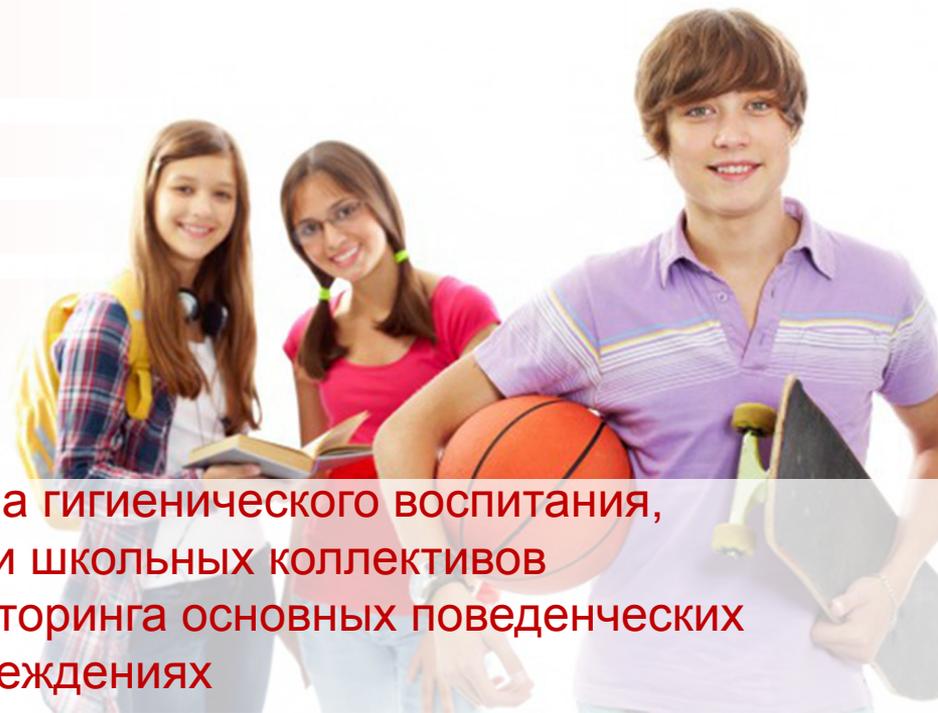


ЗДОРОВЬЕ – главное условие полноценной и продолжительной жизни, непременное условие для достижения любых целей

Поведенческие факторы, связанные с образом жизни, являются управляемыми, что определяет актуальность **ОБУЧЕНИЯ УЧАЩИХСЯ НАВЫКАМ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ.**

- **низкая двигательная активность**
- **нерациональное (нездоровое) питание**
- **дефицит ночного сна**
- **курение**
- **употребление алкоголя – актуальная медико-социальная**

Для определения направлений и объема гигиенического воспитания, выявления негативных тенденций среди школьных коллективов актуальным является проведение мониторинга основных поведенческих факторов риска в образовательных учреждениях





ЦЕЛИ РАБОТЫ

Сравнительная оценка особенностей образа жизни учащихся лица и средней общеобразовательной школы

ЗАДАЧИ:

- ✓ Исследовать распространенность факторов риска и особенности образа жизни учащихся 5-х и 9-х классов муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа» г. Кирова (далее – МБОУ СОШ).
- ✓ Сравнить распространенность факторов риска среди учащихся МБОУ СОШ и Кировского областного государственного общеобразовательного автономного учреждения «Лицей естественных наук» (далее – КОГОАУ ЛЕН).
- ✓ Выявленные различия оценить на статистическую значимость.
- ✓ Разработать предложения для программы оздоровления учащихся общеобразовательных учреждений г. Кирова.



ГИПОТЕЗА:

распространенность факторов риска среди учащихся КОГОАУ ЛЕН будет отличаться от распространенности факторов риска среди учащихся МБОУ СОШ

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Исследование распространенности поведенческих факторов риска предусматривает:

- ✓ активное выявление негативных факторов, обусловленных образом жизни, среди учащихся;
- ✓ определение информированности учащихся в отношении основных факторов риска;
- ✓ оценку сформированности у учащихся установок на здоровый образ жизни с целью определения направлений и объема профилактической работы по формированию здорового образа жизни.
- ✓ Проведение сравнительной оценки распространенности факторов риска предусматривает расчет статистической значимости различий (Для расчета «хи-квадрат» использовалась компьютерная программа BIOSTAT)



ИНСТРУКЦИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ АНКЕТНОГО ОПРОСА УЧАЩИХСЯ

- ✓ **Анкетирование проводилось с согласия родителей (законных представителей) на проведение опроса и антропометрических исследований**
- ✓ **Родителям (законным представителям) была разъяснена суть исследования**



Учащимся не разрешалось ходить по классу или разговаривать во время проведения опроса.



ВСЕГО ПРОАНКЕТИРОВАНО

КОГОАУ ЛЕН 2015 год:

● **179 учащихся 5-х и 9-х классов**

ИЗ НИХ:

● **мальчики 41,3%**
(74 человека)

● **девочки 58,7%**
(105 человек)

МБОУ СОШ 2016 год :

● **167 учащихся 5-х и 9-х классов** ИЗ НИХ:

● **юноши 51,5%**
(86 человек)

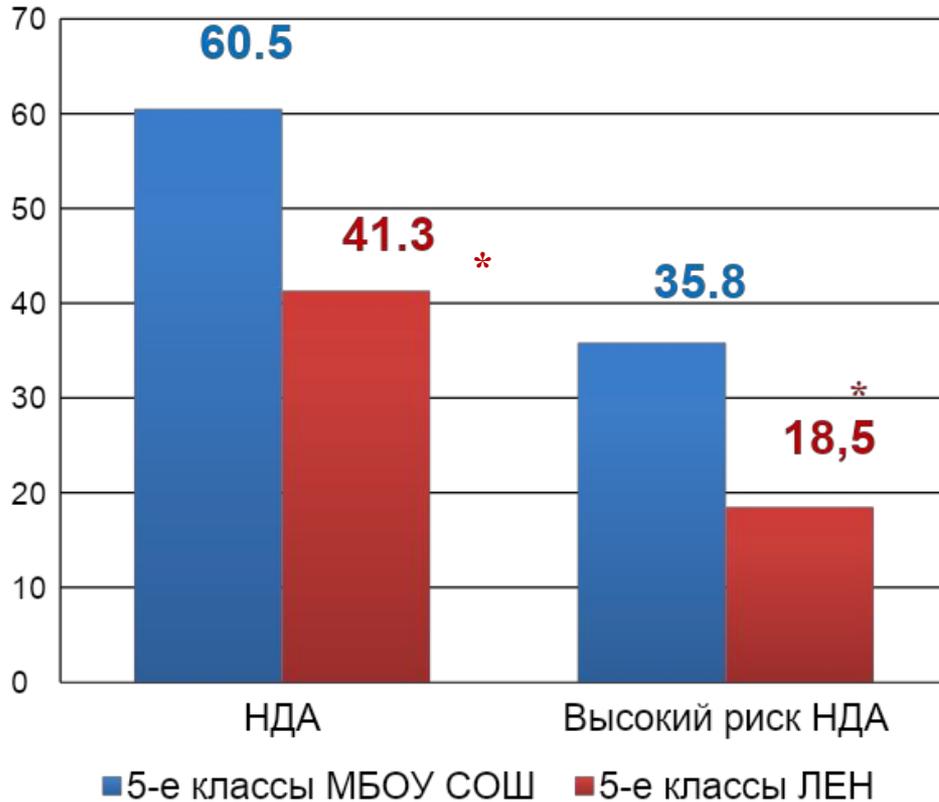
● **девушки 48,5%**
(81 человек)

Всем учащимся проведены антропометрические измерения: рост, вес, обхват талии, рассчитан индекс массы тела.





Распространенность низкой двигательной активности (гипокинезия, гиподинамия)



(здесь и далее в диаграммах статистически значимые различия обозначены *)

✓ Распространенность низкой двигательной активности среди учащихся 5-х классов выше в МБОУ СОШ.

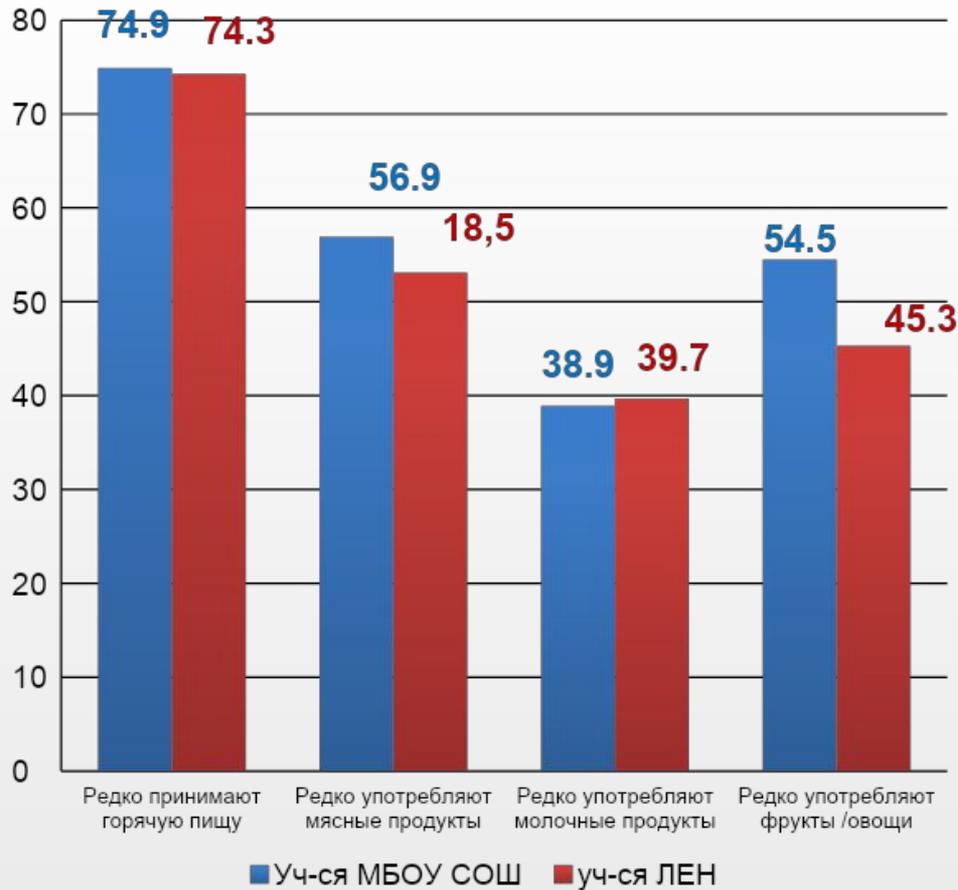
✓ Выявленные различия высокого риска НДА среди учащихся 5-х классов являются статистически значимыми.

✓ При сравнении распространенности НДА среди учащихся 9-х классов статистически значимых различий не выявлено.

✓ В КОГОАУ ЛЕН распространенность высоко риска НДА среди учащихся 9-х классов почти вдвое выше, чем среди учащихся 5-х классов. Выявленные различия являются статистически значимыми.



Распространенность нерационального («нездорового») питания



✓ Статистически значимых различий распространенности нерационального питания среди учащихся КОГОАУ ЛЕН и МБОУ СОШ не выявлено.

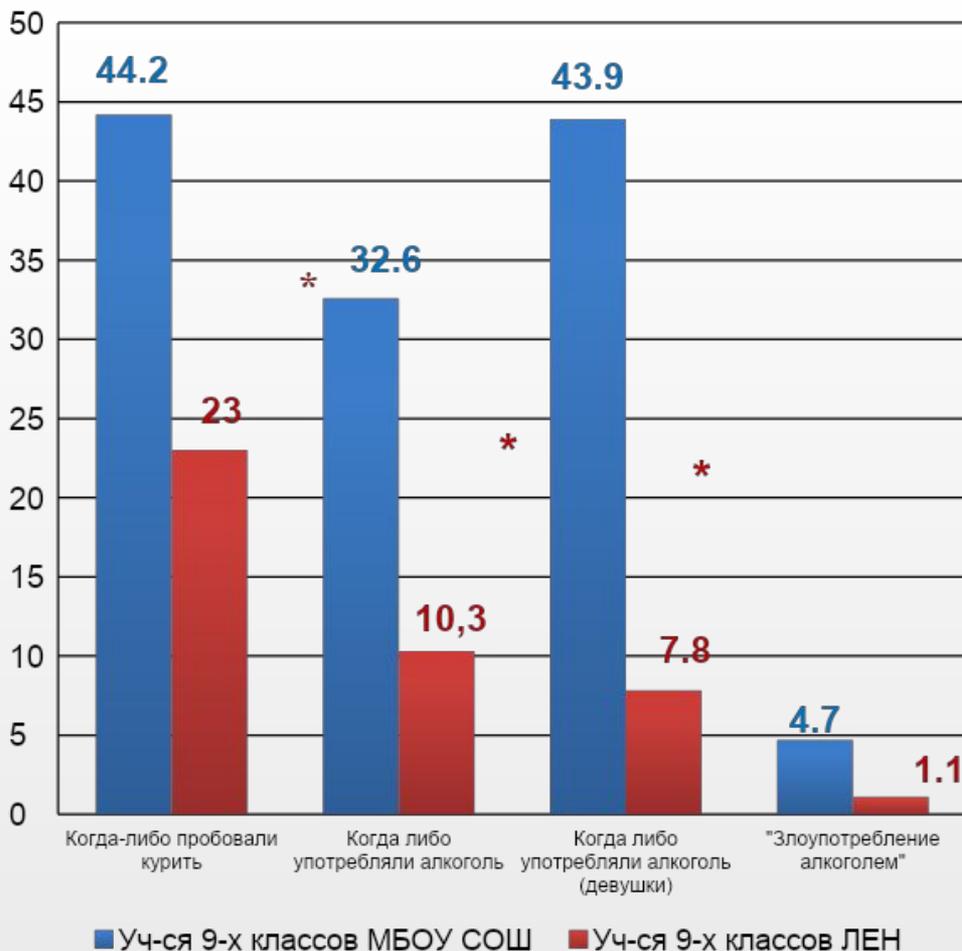
✓ Не выявлено статистически значимых различий распространенности нерационального питания в соответствии с полом и возрастом.

✓ Рационально питаются (по четырем позициям) 3,6% (6 человек) учащихся 5-х и 9-х классов МБОУ СОШ и 6,1% (11 человек) учащихся 5-х и 9-х классов КОГОАУ ЛЕН.

✓ Ни одна девятиклассница МБОУ СОШ не питается рационально (по четырем позициям).



Сравнительная оценка распространенности пробы курения и пробы употребления алкоголя учащимися



✓ Среди учащихся 5-х классов МБОУ СОШ пробовали курить 6,2% учащихся (5 человек).

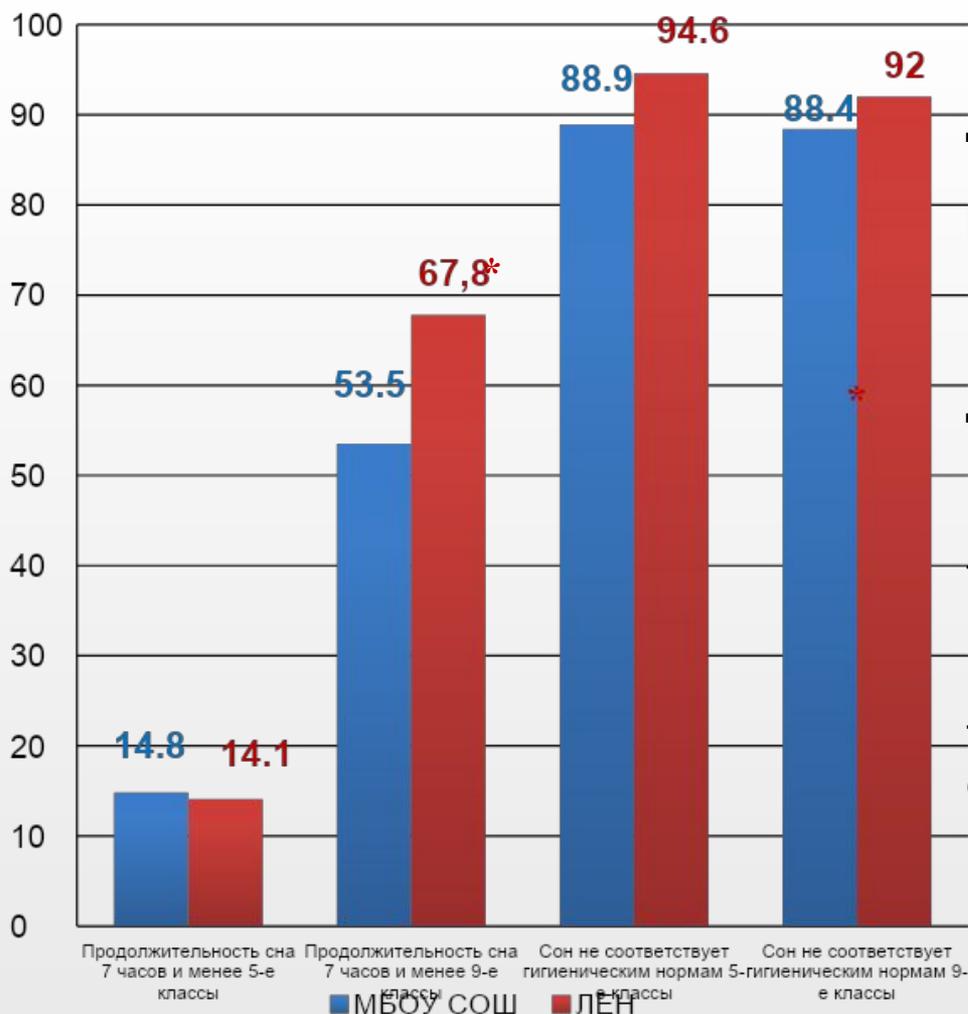
✓ Различия, выявленные по фактору риска пробы курения и пробы употребления алкоголя, среди учащихся 9-х классов МБОУ СОШ и КОГОАУ ЛЕН являются статистически значимыми.

✓ Статистически значимо различается распространенность пробы «употребления алкоголя» среди девочек 9-х классов.

✓ Статистически значимых различий по фактору риска «злоупотребление алкоголем» не выявлено.



Сравнительная оценка распространенности «дефицита ночного сна»



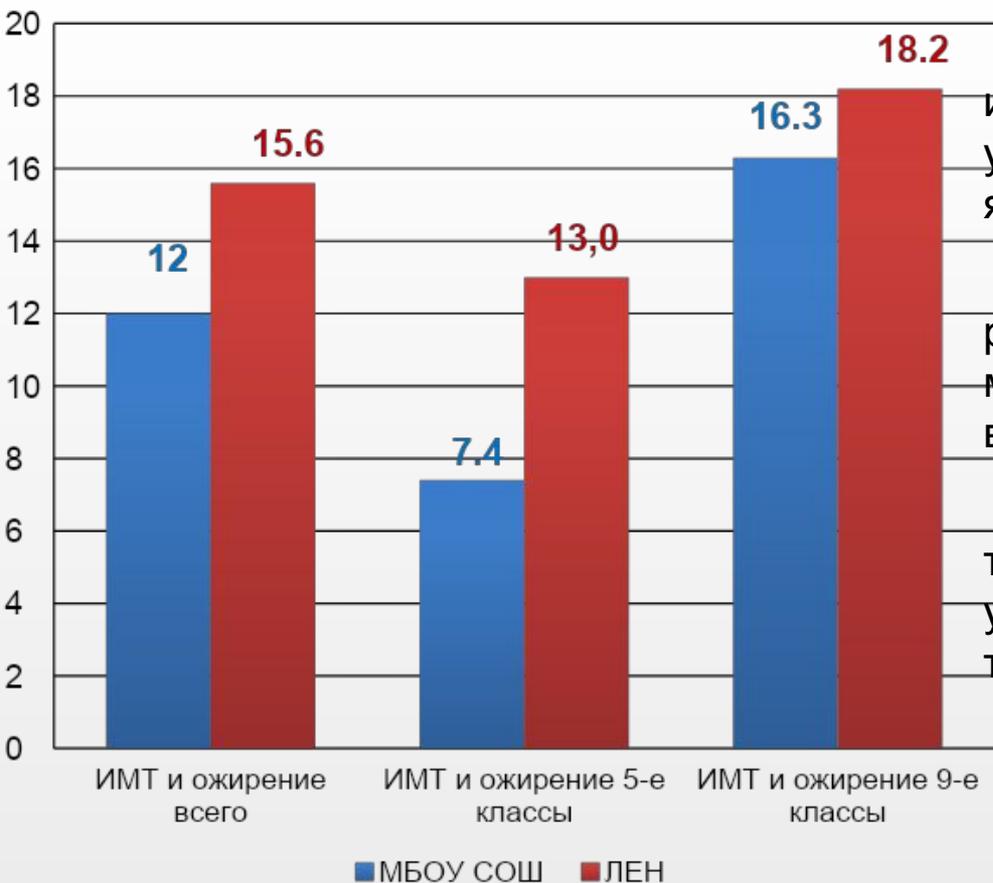
✓ Распространенность высокого риска дефицита ночного сна среди учащихся 9-х классов статистически значимо выше в КОГОАУ ЛЕН

✓ Статистически значима разница распространенности высокого риска дефицита ночного сна среди учащихся 9-х классов по сравнению с учащимися 5-х классов как в МБОУ СОШ, так и в КОГОАУ ЛЕН.

✓ Разница распространенности несоответствия ночного сна гигиеническим требованиям среди учащихся не является статистически значимой.



Сравнительная оценка распространенности ИМТ и ожирения



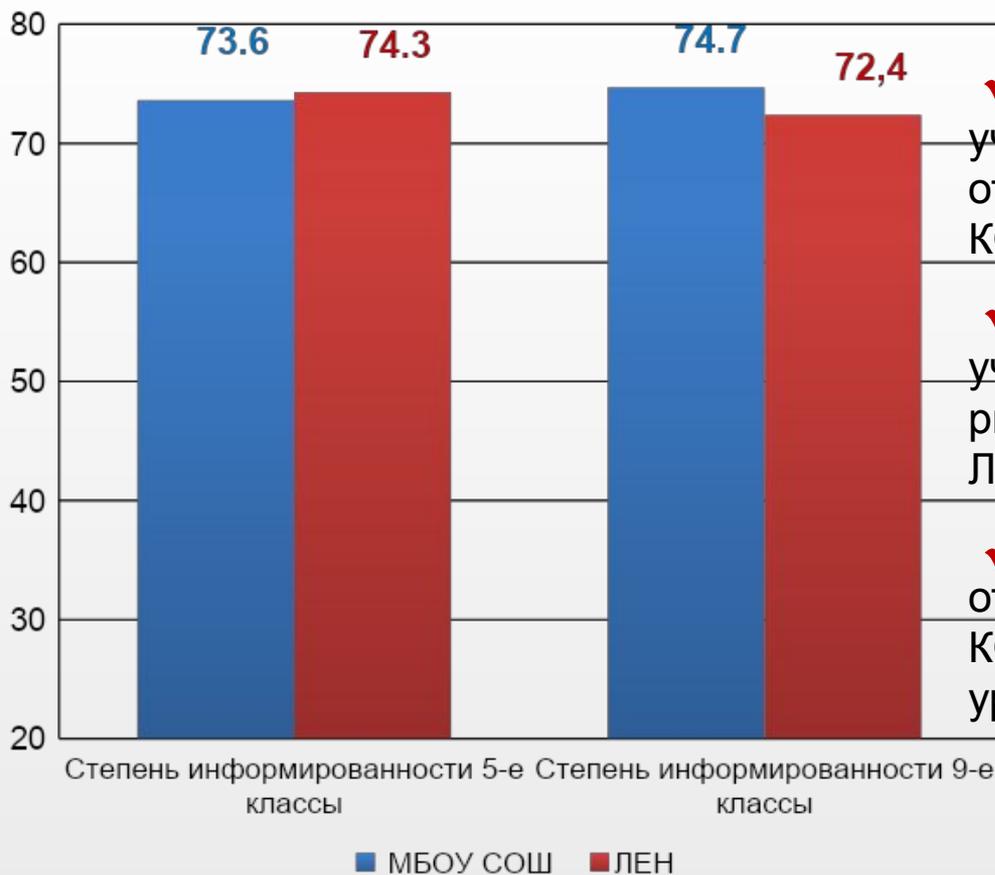
✓ Разница в распространенности избыточной массы тела и ожирения среди учащихся МБОУ СОШ и КОГОАУ ЛЕН не является статистически значимой.

✓ Не выявлено статистически значимой разницы распространенности избыточной массы тела в соответствии с полом и возрастом.

✓ Распространенность избыточной массы тела и ожирения имеет тенденцию к увеличению в 9-х классах как в МБОУ СОШ, так и в КОГОАУ ЛЕН.



Сравнительная оценка степени информированности учащихся в отношении факторов риска



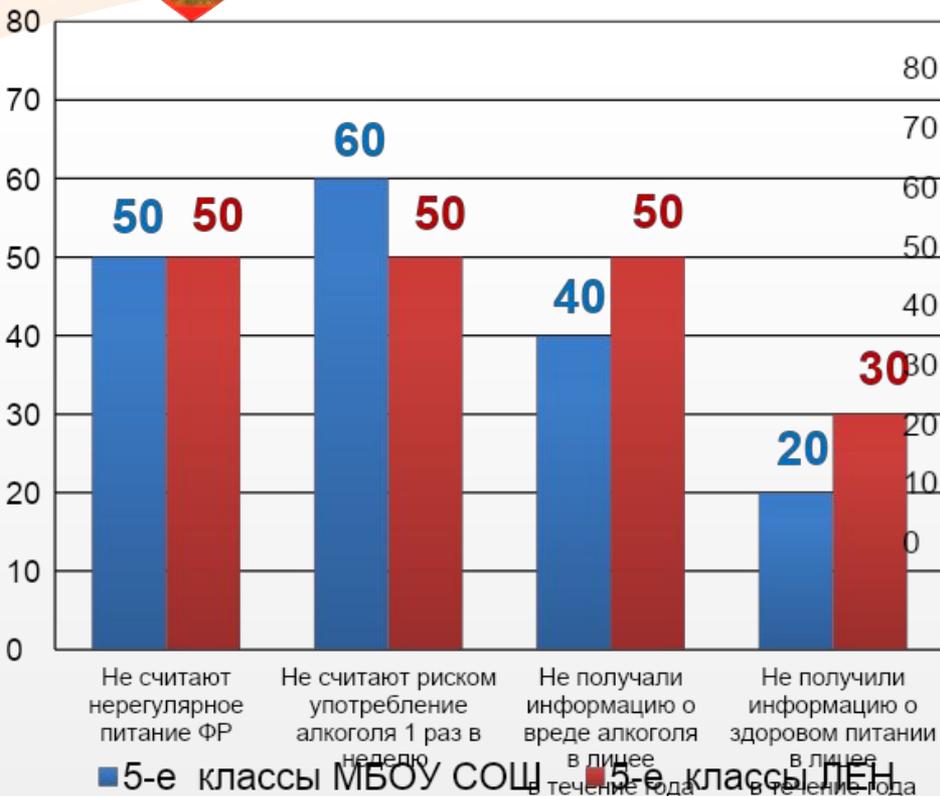
✓ Средний балл по информированности учащихся 5-х классов МБОУ СОШ в отношении факторов риска составил 10,3 в КОГОАУ ЛЕН - 10,4.

✓ Средний балл по информированности учащихся 9-х классов в отношении факторов риска составил в МБОУ СОШ 12,7 в КОГОАУ ЛЕН – 12,3.

✓ Информированность учащихся в отношении факторов риска в МБОУ СОШ и в КОГОАУ ЛЕН находится примерно на одном уровне.



Сравнительная оценка степени информированности учащихся в отношении факторов риска

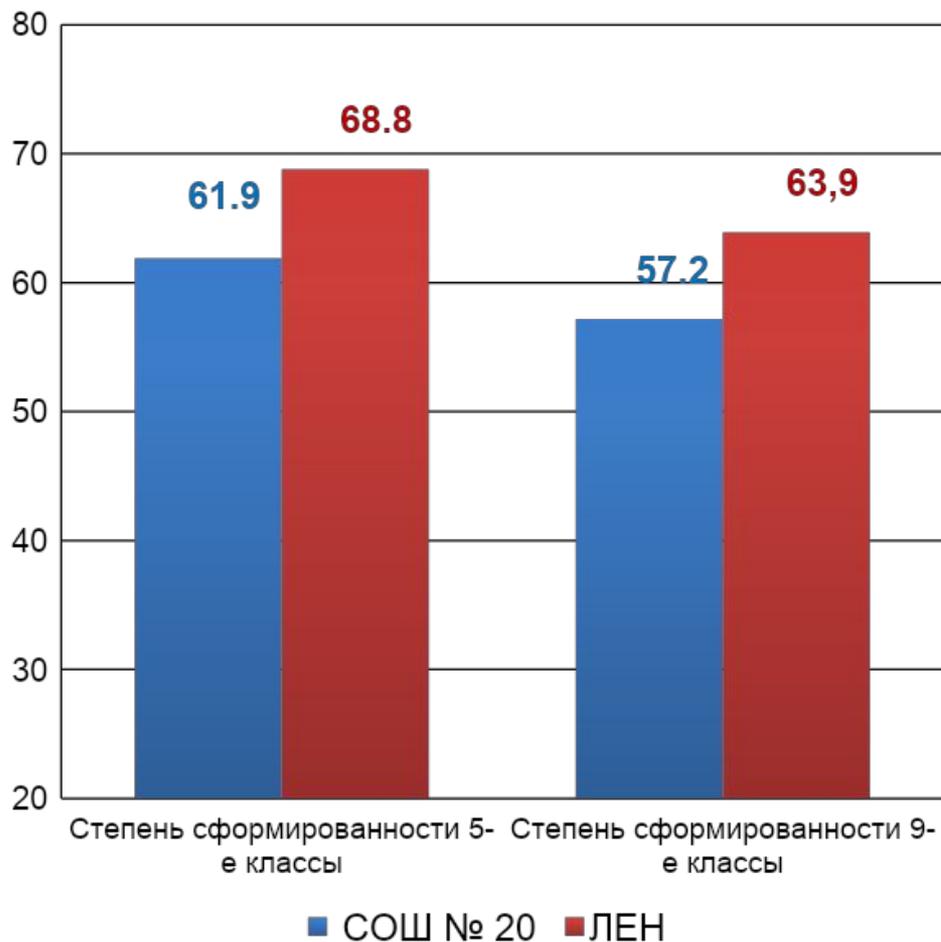


✓ Недостаточно информированы дети по вопросам здорового питания, вреде табакокурения и алкоголя.

✓ Высокую информированность демонстрируют учащиеся в вопросах предупреждения несчастных случаев, в том числе в результате дорожного движения.



Сравнительная оценка степени сформированности у учащихся установок на здоровый образ жизни



✓ Средний балл по сформированности установок на здоровый образ жизни среди учащихся 5-х классов МБОУ СОШ составил 9,9 в КОГОАУ ЛЕН – 11.

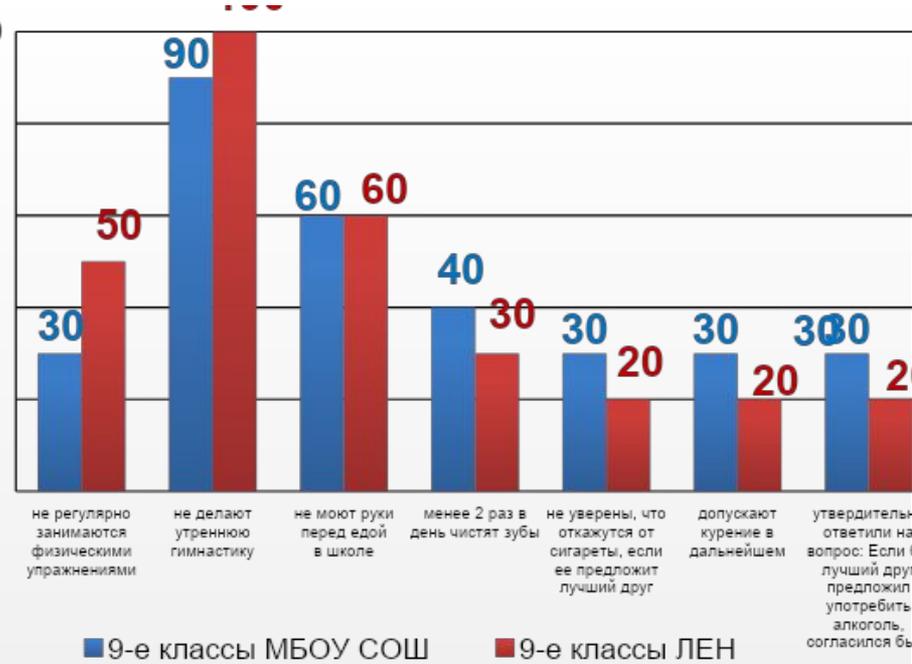
✓ Средний балл по сформированности установок на здоровый образ жизни среди учащихся 9-х классов составил в МБОУ СОШ – 10,3 в КОГОАУ ЛЕН – 11,5.

✓ Степень сформированности установок на здоровый образ жизни несколько выше в КОГОАУ ЛЕН.

✓ Отмечается тенденция к снижению степени сформированности установок на здоровый образ жизни среди учащихся 9-х классов как в МБОУ СОШ, так и в КОГОАУ ЛЕН.



Сравнительная оценка степени сформированности у учащихся установок на здоровый образ жизни по отдельным факторам риска



✓ Учащиеся недостаточно занимаются физическими упражнениями, не делают утреннюю гимнастику, не все учащиеся моют руки перед едой в школе и 2 раза в день чистят зубы.

✓ На вопрос «Если бы твои лучшие друзья предложили сигарету, ты согласился бы ее выкурить?», «Как ты считаешь, будешь ли ты курить в дальнейшем?» и «Если бы один из твоих лучших друзей предложил тебе употребить алкоголь, согласился бы ты?» отрицательно ответили не все учащиеся.



Выводы:

В результате сравнения данных о распространенности факторов риска среди учащихся МБОУ СОШ и КОГОАУ ЛЕН выявлено

- 1** Распространенность факторов риска имеет тенденцию к увеличению в 9-х классах в обоих учебных заведениях.
- 2** Имеется тенденция к снижению степени информированности в отношении факторов риска и степени сформированности установок на здоровый образ жизни в 9-х классах;
- 3** Распространенность **нерационального питания, низкой физической активности, потребления табака и алкоголя выше в МБОУ СОШ, а распространенность недостаточности сна, избыточной массы тела и ожирения – в КОГОАУ ЛЕН.**
- 4** Также выявлены **возрастно-половые особенности распространенности факторов риска** в обоих учебных заведениях.



Выводы:

Выявлены статистически значимые различия в распространенности факторов риска:

- 5** Распространенность факторов риска «курение» и «употребление алкоголя» выше среди учащихся МБОУ СОШ
- 6** Распространенность низкой двигательной активности среди учащихся 5-х классов выше в МБОУ СОШ
- 7** В КОГОАУ ЛЕН более высоко распространена НДА среди учащихся 9-х классов, в сравнении с учащимися 5-х классов
- 8** Среди учащихся 9-х классов распространенность фактора высокого риска дефицита ночного сна выше в КОГОАУ ЛЕН, в обоих учебных заведениях распространенность фактора высокого риска дефицита ночного сна выше среди учащихся 9-х классов в сравнении с учащимися 5-х классов.
- 9** Выявлены тенденции в различии частоты встречаемости нерационального питания, избыточной массы тела и ожирения, информированности в отношении факторов риска и сформированности установок на здоровый образ жизни среди учащихся МБОУ СОШ и КОГОАУ ЛЕН



ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ УЧАЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ Г. КИРОВА:

- 1 учитывая наличие статистически значимых различий в распространенности ряда факторов риска среди учащихся образовательных учреждений г. Кирова **целесообразно проводить оценку особенностей распространенности факторов риска в каждом учебном заведении;**
- 2 **выявляемые особенности** распространенности факторов риска и образа жизни учащихся **учитывать при разработке программ оздоровления учащихся;**
- 3 целесообразно **проводить анализ причин выявленных различий** с дальнейшей работой по их устранению.



ВОЛОНТЕРСКИЙ ОТРЯД

✓ организована волонтерская группа из числа учащихся Кировского лицея естественных наук;

✓ волонтеры прошли обучение по вопросам формирования здорового образа жизни на базе Центра медицинской профилактики КОГБУЗ «МИАЦ»;





ВОЛОНТЕРСКИЙ ОТРЯД



✓ проведены обучающие занятия, семинары, тренинги для родителей и учащихся 5-х и 9-х классов Кировского лицея естественных наук по вопросам рационального питания, физической активности, о вреде табакокурения, режиме дня, личной гигиене с учетом полученных данных



ПРОДОЛЖЕНИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

Провести в 2017-2018 году повторный мониторинг с целью оценки динамики распространенности факторов риска среди учащихся и оценки эффективности профилактической работы

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!