

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА ГИГИЕНИЧЕСКОЙ ОЦЕНКИ СООТВЕТСТВИЯ УЧЕНИЧЕСКОЙ МЕБЕЛИ УРОВНЮ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ЦЕЛЮ СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ ШКОЛЬНОЙ СРЕДЫ

Получение образования, сопряженное с длительным ежедневным выполнением учебных заданий в позе сидя, является важной неотъемлемой частью жизни детей и подростков. Условия организации образовательного процесса оказывают существенное влияние на функциональное состояние и состояние здоровья школьников. Одной из наиболее актуальных проблем является высокая распространенность нарушений осанки и зрения среди детей школьного возраста и увеличение распространенности (высокие темпы прироста) данных нарушений в процессе школьного обучения.

Одним из важных факторов, влияющих на функционирование костно-мышечной системы, зрительного анализатора, поддержание оптимального уровня умственной работоспособности является организация рабочего места школьника. Регулярное и длительное воздействие данного фактора обуславливает его значительный вклад в формирование здоровья учащихся.

Установлено, что основным параметром, позволяющим учащимся длительно поддерживать оптимальную позу во время выполнения учебных заданий, является соответствие высоты сиденья высоте подколенной ямки.

Специалистами республиканского унитарного предприятия «Научно-практический центр гигиены» в рамках выполнения задания 01.09 «Научно обосновать и разработать метод гигиенической оценки соответствия ученической мебели физическому развитию младших школьников в современных условиях», ГНТП «Научно-техническое обеспечение качества и доступности медицинских услуг», 2021–2025 гг., подпрограмма «Безопасность среды обитания человека» разработана Инструкция по применению «Метод гигиенической оценки соответствия ученической мебели уровню физического развития младших школьников в современных условиях» (регистрационный № 029-1221).

Метод основан на использовании в качестве критерия для определения размеров мебели при организации ученических рабочих мест антропометрического показателя «высота подколенной ямки». В Инструкции представлены три варианта проведения измерений данного антропометрического показателя: с использованием антропометра; с использованием измерительной линейки, с использованием специальной размерной шкалы. В соответствии с результатами измерений определяется размер стандартного комплекта нерегулируемой по высоте ученической мебели, выполняется регулировка высоты стола и сиденья регулируемой мебели.

Метод является простым и доступным в применении, позволяет организовать рабочие места учащихся в учреждениях образования в соответствии с антропометрическими показателями современных школьников, что является важным аспектом профилактики развития нарушений осанки и зрения.