

1. Прохоров А. М. Военное дело / А. М Прохоров / //Большая советская энциклопедия. – 1971. - № 13. – С. 217 - 640.
2. Грачёв П. С. Военное дело / П. С. Грачёв/ / Военная энциклопедия. - 1994. — № 2. — С. 149 - 155.
3. Прохоров А. М. Военное дело / А. М. Прохоров // Советская военная энциклопедия. - 1979. — № 2. — С. 210 - 215.
4. Идов Г. Л. Военное дело / Г. Л. Идов/ / Военный энциклопедический словарь. - 1986. - № 2. — С. 139 - 863.
5. Гринёв М. И. Реестр военного оборудования РФ [Электронный ресурс] / Гринёв М. И. // Регистр оборудования РФ: электрон. журн. – 2018. - №1.
URL:<https://fstec.ru/component/tags/tag/reestr> (дата обращения: 17.12.2018).

УДК 613:954

**Конева Н.Д., Покрышкина В.В., Попова О.С.
СРАВНИТЕЛЬНЫЙ АНАЛИЗ ОРГАНИЗАЦИИ РЕЖИМА ДНЯ
ДЕТЕЙ 4-7 ЛЕТ ВНЕ ДОШКОЛЬНО – ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ
УЧРЕЖДЕНИЙ ГОРОДА АЛАПАЕВСК И ГОРОДА
ЕКАТЕРИНБУРГ**

Кафедра гигиены и экологии
Уральский государственный медицинский университет
Екатеринбург, Российская федерация

**Koneva N.D., Pokryshkina V.V., Popova O.S.
COMPARATIVE ANALYSIS OF THE ORGANIZATION OF THE
REGIME OF THE DAY OF CHILDREN 4-7 YEARS OUTSIDE THE PRE-
SCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS OF THE CITY OF ALAPAEVSK
AND THE CITY YEKATERINBURG**

Department of hygiene and ecology
Ural state medical university
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: natali.koneva.95@bk.ru

Аннотация. В статье рассматриваются результаты, проведенного сравнительного анализа организации режима дня детей 4-7 лет города Алапаевск и Екатеринбург вне дошкольно-образовательных учреждений. Оценка проводилась на основании опроса. Участвовали 80 родителей из двух групп: старшей и подготовительной. Выявлены основные отклонения в режиме дня детей. На основании гигиенических требований разработаны рекомендации.

Annotation. The article discusses the results of a comparative analysis of the organization of the regime of the day of children of 4-7 years old cities of Alapaevsk and Yekaterinburg outside the pre-school educational institutions. Evaluation was

based on a survey. 80 parents from two groups participated: senior and preparatory. The main deviations in the children's day regimen were revealed. Based on hygiene requirements, recommendations have been developed.

Ключевые слова: режим дня, факторы риска, дошкольно – образовательные учреждения

Key words: daily regime, risk factors, preschool - educational institutions

Введение

Многие группы факторов, воздействию которых особо подвержены дети дошкольного возраста, действуют весьма специфическим образом и способствуют формированию различных нарушений здоровья. Большинство этих нарушений являются результатом влияния экологических рисков и их взаимодействия с социальными и экономическими факторами. Понимание того, какие факторы превалируют, оказывают наиболее неблагоприятное влияние, служит важным обоснованием для разработки профилактических мероприятий. К таким факторам риска относятся: несоблюдение режима дня, неадекватное питание, гиподинамия, а также условия внешней и внутренней среды помещений, от которых напрямую зависит развитие и становление той или иной патологии. Очень важно с раннего детского возраста создавать, развивать и поддерживать культуру здорового образа жизни.

Цель исследования - Провести сравнительный анализ режима дня детей 4-7 лет вне дошкольно-образовательных организаций города Алапаевск и Екатеринбург.

Материалы и методы исследования

Для оценки факторов, влияющих на здоровье детей, были взяты объекты двух экологически разных территорий:

- детский сад в городе Алапаевск
- детский сад в городе Екатеринбург.

Проводилась оценка влияние факторов режим дня, на здоровье детей дошкольного возраста. В данном исследовании принимали участие дети 2 групп: старшей и подготовительной. Проведено интервьюирование родителей пассивным анкетированием. Были изучены медицинские карты детей в дошкольно-образовательных учреждениях. Вычисление показателей производилось с использованием выборочного метода.

По времени, исследование является краткосрочным, октябрь-декабрь 2018 года.

Результаты исследование и их обсуждения

В данном исследовании принимали участие старшая и подготовительная группы города Алапаевск и Екатеринбург, в которых прошли анкетирование 80 родителей.

Анкета состояла из четырёх блоков: оценка режима дня, физической активности, организации питания, здоровья.

По результатам анкетирования выявлено, что больший процент детей города Екатеринбург (14,3%) ложатся спать раньше 21:00 часов, по сравнению с детьми города Алапаевск (5%). Однако процент детей, которых укладывают спать позднее 23:00 в городе Алапаевск составил 5%, а в Екатеринбурге 6,5%. Что касается дневного сна в выходные дни, то дневной сон у детей старшей группы в городе Алапаевск (10%) присутствует чаще, чем у детей в городе Екатеринбург (6,5%). При этом родители обеих групп считают, что их дети не испытывают проблем с засыпанием. Следует отметить, что 50% опрошенных родителей в городе Екатеринбург не стремятся соблюдать режим детского сада, чего нельзя сказать про город Алапаевск (30%).

Проанализировав физическую активность детей вне дошкольно-образовательных учреждений, выявлено, что дети в городе Екатеринбург (57%) выполняют утреннюю гимнастику чаще, чем в городе Алапаевск (20%). В свободное время дети обоих городов заняты таким видам занятий, как подвижные игры (24,4%), посещение тренировок и секции (24,5%). Пассивный отдых так же одинаков: просмотр ТВ, игра в планшет (19,5 %), занятия настольными играми (31,6%).

Что касается питания, то 50% детей в обоих городах отказываются от приемов домашней пищи, однако при этом большинство родителей считают, что питание их детей разнообразно. Сравнивая частоту употребления детьми разных продуктов выявлено: мясо и мясные продукты употребляют чаще дети в городе Екатеринбург (86%), чем в городе Алапаевск (60%); молоко и молочные продукты присутствуют больше в рационе детей города Екатеринбург (85%), чем в городе Алапаевск (55%); овощи и фрукты в Екатеринбурге употребляют 90% , в Алапаевске 75%. Это может быть связано с более высоким уровнем материального дохода в Екатеринбурге. Сладкое (конфеты, шоколад, печенье и др.) дети обоих городов употребляют каждый день.

При субъективной оценке стояния здоровья детей родители обоих городов считают, что их дети редко болеют острыми респираторными заболеваниями (ОРЗ) и острыми респираторными вирусными заболеваниями (ОРВИ). Однако, оценивая данные медицинских карт, 60% детей из города Алапаевск и 60% детей из Екатеринбурга являются часто болеющими.

Выводы

1. Процент детей с нарушениями режима сна в городе Алапаевск несколько ниже чем, в городе Екатеринбург.

3. 50% опрошенных родителей в городе Екатеринбург не стремятся соблюдать режим детского сада.

4. Дети в городе Екатеринбург выполняют утреннюю гимнастику чаще, чем в городе Алапаевск.

5. 50% детей в обоих городах отказываются от приемов домашней пищи.

6. Мясо и мясные продукты употребляют чаще дети в городе Екатеринбург, чем в городе Алапаевск.

7. Молока и молочных продуктов больше в рационе детей города Екатеринбург по сравнению с городом Алапаевск.
8. Овощи и фрукты в Екатеринбурге дети едят чаще, чем в Алапаевске.
9. Сладкое употребляют каждый день дети обоих городов.
10. Большая часть детей из обоих городов являются часто болеющими.

Рекомендации

1. Оптимизация режима дня – соблюдение распорядка дня вне дошкольно-образовательных учреждений (сон, прогулки).
2. Повышения уровня физической активности (выполнение утренней гимнастики, прогулки на свежем воздухе, занятия спортом)
3. Достаточное время сна, а именно 10 часов ночного сна и 1,5 часа дневного сна
4. Сбалансированность питания. Необходимо, что бы в рационе детей ежедневно присутствовали овощи и фрукты, молоко и молочные продукты, а также мясо и мясные продукты
5. Закаливание с учетом состояния здоровья, а именно (закаливание солнцем, воздушные ванны, ходьба босиком)
6. Санитарно-просветительская работа с родителями (беседы о пользе дневного сна, прогулок на свежем воздухе и физической активности, о правильности питания, профилактике заболеваемости и многое другое)

Список литературы:

1. Баранов А.А. Состояние здоровья детей и подростков в современных условиях. Проблемы, пути решения. Российский педиатрический журнал / Баранов А.А. - 1998. - № 1. - С. 5-8.
2. Онищенко Г.Г., Баранов А.А., Кучма В.Р. Безопасное будущее детей России. Научно-методические основы подготовки плана действий в области окружающей среды и здоровья наших детей // - М.: Изд-во ГУ НЦЗД РАМН. – 2004. - 154 с.
3. Гигиена детей и подростков: учебник для вузов / под редакцией Кучма В.Р.- М.: ГЭОТАР-Медиа, 2008. - 480 с.
4. Праздников В.П. Закаливание детей дошкольного возраста. – Л.: Медицина, 1988. – 224 с.
5. Руководство по гигиене и охране здоровья школьников: для медицинских и педагогических работников, образовательных учреждений, санитарно – эпидемиологической службы / под редакцией Кучма В.Р., Сердюковская Г.Н., Демин А.К. - М.: Российская ассоциация общественного здоровья, 2000. – 152 с.

УДК 616.921.5+616.988.7

**Котова А.А., Потапкина Е.П., Эккарт А.О., Малых О.Л., Косова А.А.
ОЦЕНКА ИНФОРМИРОВАННОСТИ И ОТНОШЕНИЯ
ШКОЛЬНИКОВ К ВАКЦИНОПРОФИЛАКТИКЕ ГРИППА (НА**