**СОЛОВСЬКА СВІТЛАНА СВЯТОСЛАВІВНА. Фізіолого-гігієнічне обґрунтування оптимізації навчального процесу і умов життєдіяльності вихованців військових ліцеїв : Дис... канд. наук: 14.02.01 – 2005**

|  |  |
| --- | --- |
|

|  |
| --- |
| **Соловська С.С. Фізіолого-гігієнічне обґрунтування оптимізації навчального процесу і умов життєдіяльності вихованців військових ліцеїв. -**Рукопис.Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата біологічних наук за спеціальністю 14.02.01 – гігієна. Інститут гігієни та медичної екології ім.. О.М. Марзеєва, Київ, 2005.Дисертацію присвячено вивченню стану здоров’я (за показниками фізичного розвитку, функціонального стану організму, захворюваності) вихованців військового ліцею і факторів, що впливають на нього (організація і гігієнічне забезпечення життєдіяльності в умовах військового ліцею інтернатного типу, спосіб життя, фізичне та навчальне навантаження). Показано, що домінуючий вплив на процес формування стану здоров’я, психофізіологічних функцій та особливостей особистості у підлітків, які навчаються у військовому ліцеї чинять умови оточуючого середовища та організація учбового процесу, медичного та соціально-побутового забезпечення, рівень відповідності мікрокліматичних умов фізіологічним особливостям організму підлітків. До провідних типів негативних зрушень з боку процесів формування критеріальних показників функціонального стану військових ліцеїстів слід віднести: зростання захворювань органів травлення та дихання; дезадаптаційні процеси від субклітинного до організменного рівнів, недостатній рівень фізичного розвитку та зниження рівня професійної мотивації.Розроблена, науково обґрунтована та впроваджена система соціально-гігієнічного моніторингу стану здоров'я військових ліцеїстів, призначена для нагляду за формуванням здоров’я підлітків на різних рівнях управління військовим навчальним закладом. Використання даної системи дозволить вчасно запровадити ряд гігієнічних заходів з раціональної організації навчальної діяльності та оптимізації внутрішньоліцейного середовища, покращити харчування та санітарно-гігієнічні умови проживання і навчання, що створить важливі передумови щодо підвищення адаптаційних можливостей організму підлітків |

 |
|

|  |
| --- |
| 1. На основі проведення комплексу досліджень наведене нове вирішення проблеми діагностики та підвищення рівня адаптації підлітків до умов навчання і виховання у військовому ліцеї. Науково обґрунтовані принципи соціально-гігієнічного моніторингу стану здоров’я вихованців військових ліцеїв.
2. Результати гігієнічної оцінки процесів формування стану здоров'я та психофізіологічних функцій і особливостей особистості у підлітків, які навчаються у військовому ліцеї, у порівнянні з їх однолітками із спортивного ліцею-інтернату, засвідчують появу цілого ряду несприятливих тенденцій, зумовлених порушенням процесів адаптації підлітків до умов перебування у військовому навчальному закладі, та вказують на незаперечну залежність величин критеріальних показників функціонального стану організму ліцеїстів від рівня навчального навантаження, яке чітко детермінується змістом, профілем, режимом та умовами навчання.
3. До провідних зрушень у стані здоров'я ліцеїстів, пов’язаних з дезадаптаційним синдромом, слід віднести: негативні зміни антропометричних показників в динаміці навчання (зменшення життєвої ємності легень з 3793,5 до 3589,18 мл та недостатній приріст маси тіла з 59,17 до 61,56 кг); зміни хемілюмінесценції сечі (показник спонтанного світіння сечі зберігається в межах норми тільки у - 25±0,8% ліцеїстів КВЛ); різке зниження (у порівнянні з зимовим періодом), вмісту насичених жирних кислот ліпідів поту у літній період (С14:0- 7,99% (12,7%), С16:0- 24,68% (42 % ), С18:0-5,5% (8,83%) С18:1-9,68% (11,15%) та надмірне підвищення арахідонової жирної кислоти С20:4- 24,29 % (9,9%).
4. Установлено, що в умовах навчання у профільному військовому ліцеї на тлі неухильного та активного розвитку чисельних професійно-значущих психофізіологічних функцій та особливостей особистості, у підлітків реєструється цілий ряд негативних зрушень: підвищений рівень психічної втомлюваності та напруженості, тривоги і психоемоційного стресу; зниження психологічної адаптованості та працездатності.
5. Встановлено, що, середнє значення показника багаторічної захворюваності вихованців військового ліцею (1757,92) вища у 2,4 рази, ніж ліцеїстів спортивного ліцею-інтернату (727,31). Реєструється достовірне зростання захворювань органів травлення та органів дихання (p<0,05) - темп приросту на 10,10 % та 9,04 % відповідно та тенденція до зростання для травматичної враженості, що визначає необхідність санітарно-гігієнічної корекції та підвищення рівня проведення профілактичних та протиепідемічних заходів медичною службою КВЛ.
6. В ході досліджень розроблені та науково обґрунтовані рекомендації щодо оптимізації навчальної діяльності підлітків, провідними складовими яких є: раціональна організація учбового навантаження та застосування заходів щодо покращання санітарно-гігієнічних умов навчальної діяльності в ліцеї, перегляду меню комплексного харчування в ліцеї, підсилення штучної С-вітамінізації.
7. Головною умовою успішності заходів, направлених на покращання стану професійного здоров’я вихованців Київського військового ліцею, є впровадження системи соціально-гігієнічного моніторингу як системи організаційних, медичних, санітарно-епідеміологічних, науково-технічних заходів, які забезпечать нагляд за станом здоров’я та санітарно-епідеміологічного благополуччя перемінного та постійного особового складу ліцею, їх оцінку та прогнозування.
 |

 |