

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СТОЯЧИХ ПАРТ В ОБУЧЕНИИ ШКОЛЬНИКОВ

Гранкина А.Д., Тулинова Н.Д.

Научный руководитель: к. м. н., доцент Сивцева С.А.

Кафедра медицинской реабилитации и спортивной медицины

Санкт-Петербургский государственный педиатрический медицинский университет

Актуальность исследования: с введением «педагогической усидчивости» в учебный процесс, дети стали быстро угасать в здоровье. В ходе многих исследований было установлено, что согбенно-напряжённая поза ведет к формированию патологического гипертонуса на уровне мелких артерий и артериол, а также к патологии позвоночника [2].

Цели исследования: изучить методику обучения стоя. Оценить эффективность обучения стоя, и влияние метода на формирование опорно-двигательного аппарата у детей и качество зрения.

Материалы и методы: обзор литературы; анализ медицинских карт 6 обучающихся начальной школы «Одаренки» при Школе-интернате для одаренных детей им. Дубинина г. Владивосток в период с 2004 по 2008 год.

Результаты: по литературным данным было выяснено, что учащиеся за партами-конторками показывали повышенные нейрокогнитивные функции при обучении стоя, нежели за стандартными столами сидя. Было выявлено улучшение академической успеваемости, увеличение сжигания калорий на 15%, что может решить проблему с детским ожирением [1].

анализ медицинских карт учащихся начальной школы «Одаренки» показал следующие данные. Из 6 обучающихся при поступлении в 1 класс (2004) четверым был поставлен диагноз «нарушение осанки», двум из этих обучающихся так же поставлен диагноз «утолщение свода стопы». Трое учащихся поступили на обучение в 1 класс с диагнозом «миопия слабой степени». Ни один из данных учащихся не был полностью здоров. По окончании 4 класса (2008) наблюдались следующие результаты: у одного из двух обучающихся был снят диагноз «утолщение свода стопы», у одного из четырех обучающихся был снят диагноз «нарушение осанки». Здоровье остальных учащихся не претерпело ни отрицательных, ни положительных изменений.

Выводы: стоячий метод обучения укрепляет опорно-двигательный аппарат, приводит к улучшению нейрокогнитивных функций обучающихся, что ведет к улучшению академической успеваемости, снижает риска прогрессирования или развития хронических заболеваний связанных с патологическим гипертонусом на уровне мелких артерий и артериол. Данный метод обучения имеет шанс радикального повышения потенциала развития и здоровья детей школьного возраста.

Литература

1. Marianela Dornhecker, Jamilia Blake, Mark Benden, Hongwei Zhao and Monica Wendel. «The Effect of Stand-biased Desks on Academic Engagement: An Exploratory Study». 2015. [PubMed].
2. Базарный В.Ф. Синдром «низко склонённой головы» в генезисе специфического конституционального «профиля» учащихся, механизм его развития, подходы к профилактике. Бюллетень СО АМН СССР. 1986. № 4.