

Учебно- исследовательская работа

«Исследование частоты простудных заболеваний в подростковой среде»



Выполнили:

Косолапова Анастасия,

Стеганцов Андрей

студенты 2 курса ГБПОУ ВО

**«Павловский педагогический колледж»
по специальности «Физическая культура»**

Руководитель:

преподаватель биологии и анатомии

Титова Елена Владимировна

Актуальность

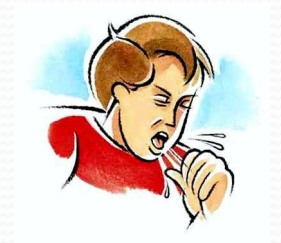
В последнее время наблюдается рост простудных заболеваний и снижение физической активности среди подростков.

- Почему это происходит? У подростков снижена иммунная система или малоактивны?
- С другой стороны все больше юношей и девушек стремятся вести здоровый образ жизни.
- Для сохранения и улучшения здоровья подростков необходимо соблюдения профилактических мероприятий и пропаганда здорового образа жизни.



Цель исследования

- Сформировать представления о частоте простудных заболеваний среди подростков, на примере студентов колледжа .
- Выявить причины, вызывающие простудные заболевания у подростков.
- Закрепить представления о значении профилактических мероприятий.
для здоровья подростка.



Задачи

1. Изучить литературу о понятии, что такое простуда.
2. Изучить и проанализировать Интернет – ресурсы о статистике заболевших простудными заболеваниями в мире, в России и в Воронежской области.
3. Провести и проанализировать анкетирование студентов колледжа - для выявления количества переболевших простудными заболеваниями за период с 1.09. по 01.04.2015 г.; с 01.09. по 01.04.2016 г.
4. Выяснить причины, вызывающие простудные заболевания у студентов колледжа.
5. Разработать мероприятия по профилактики простудных заболеваний.



Простудные заболевания занимают первое место в мире по частоте и распространенности.

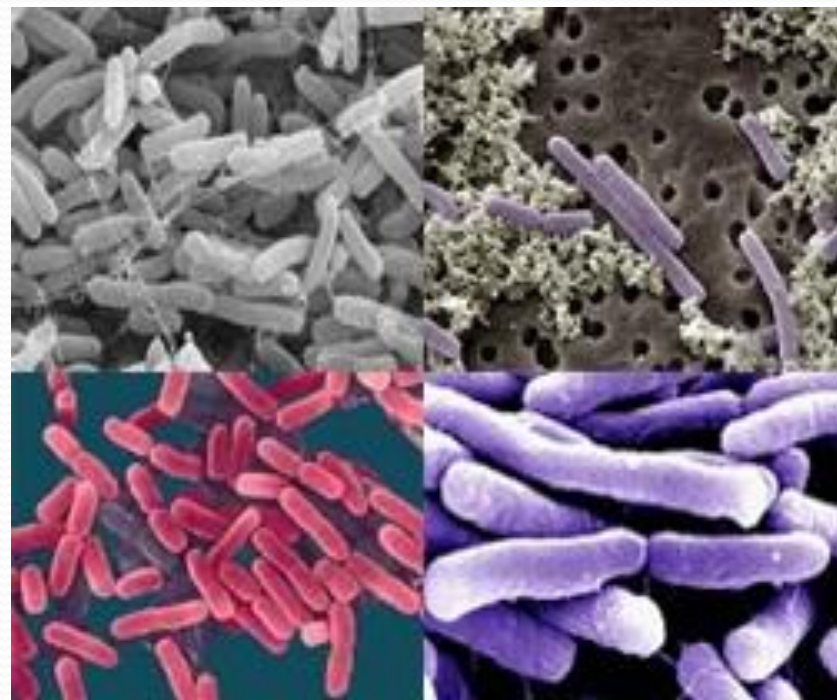
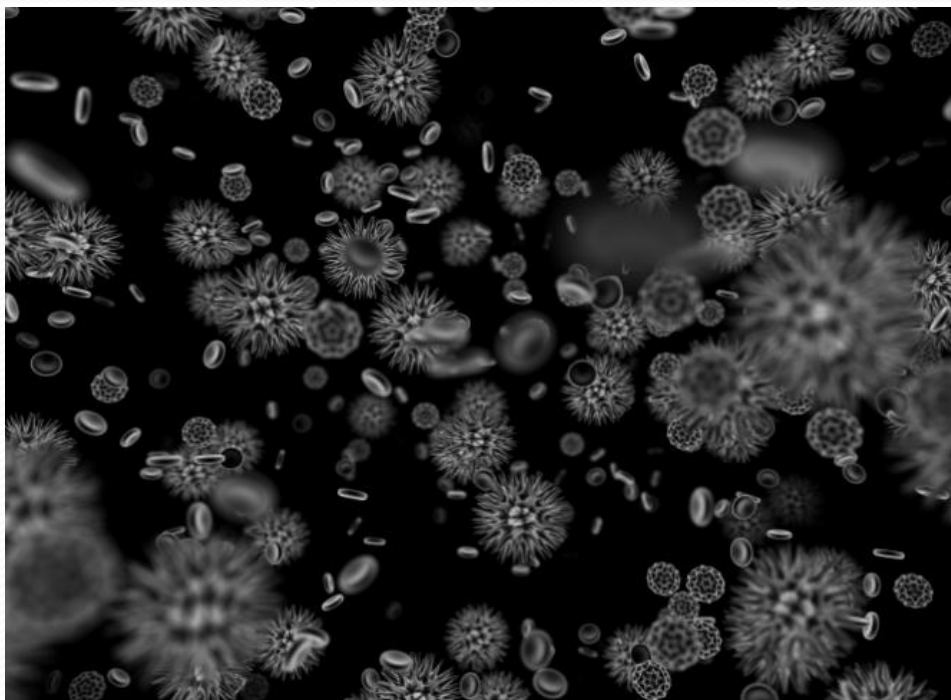
Они составляют около 95% от всех инфекционных заболеваний. В среднем по всему миру болеет гриппом около 500 млн. чел.



Ежегодно около 15 миллионов россиян подхватывают простудные заболевания, причем, осень и весна считаются пиковым периодом обращений граждан к врачам. По статистике, простудные заболевания стоят на 4 месте среди прочих других острых инфекционных заболеваний.



Одной из причин многих заболеваний у человека являются болезнетворные микробы.



В результате внедрения болезнетворных микроорганизмов в организме человека возникает и развивается инфекционный процесс.

Исследование проводилось в учебных группах 1-2 курсов.
Было опрошено 102 студента (в 2015 – 2016 учебном году) и
120 студентов (в 2015 – 2016 учебном году)
в возрасте от 15 до 18 лет.





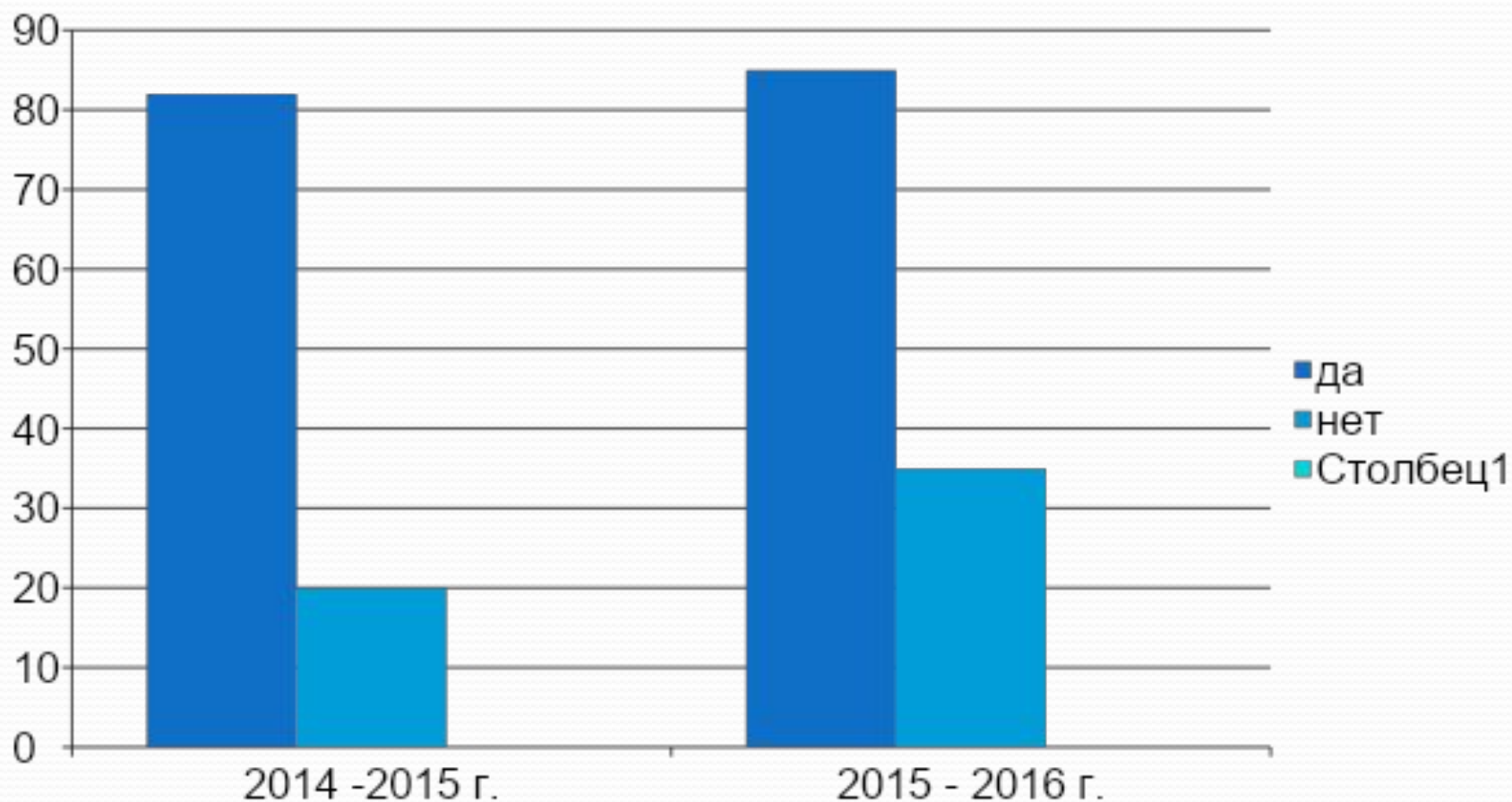
Результаты анкетирования за 2014-2015 учебный год

2015 – 2016 учебный год

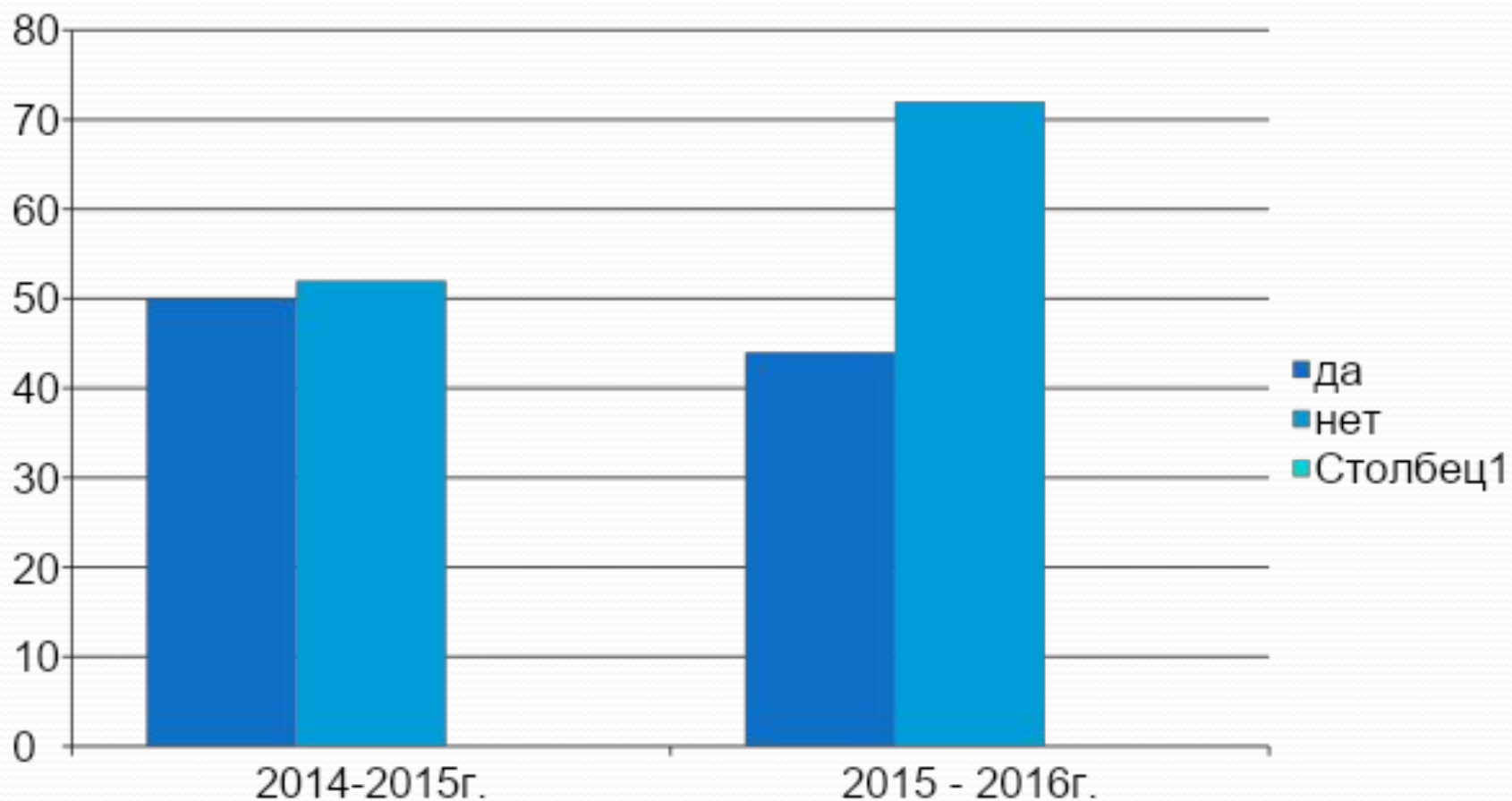
- 1. Болели ли вы в этом учебном году простудными заболеваниями:
 - а) да - 82 человека; а) да- 85 человек;
 - б) нет - 20 человек. б) нет – 35 человек.
- 2. Во время болезни:
 - а) посещал(а) учебное учреждение – 50 человек; а) – 44 человека;
 - б) был(а) дома – 52 человека. б) - 76 человек.
- 3. Как часто вы болеете простудными заболеваниями в год:
 - а) 1 раз – 46 человек; а) 1 раз – 56 человек;
 - б) 2 раза – 29 человек; б) 2 раза – 38 человек;
 - в) более 2 раз – 19 человек в) более 2 раз – 22 человека;
 - г) вообще не болею – 8 человек. г) вообще не болею – 4 человека.
- 4. Во время болезни вы обращаетесь в больницу:
 - а) да – 59 человек; а) да – 88 человек;
 - б) нет - 43 человека. б) нет – 32 человека.



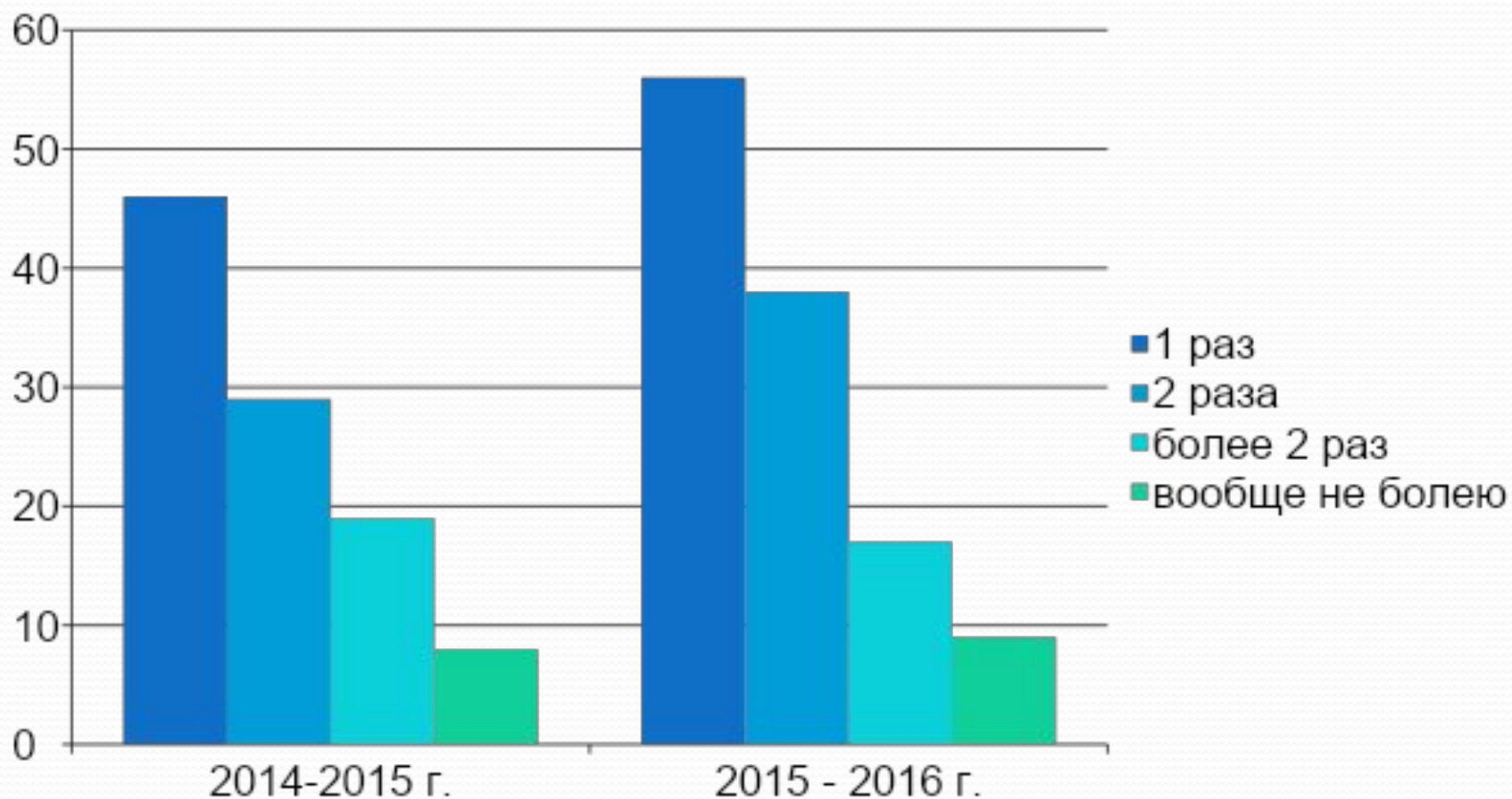
Болели ли студенты колледжа простудными заболеваниями в 2014 -2015учебном году , 2015 – 2016 учебном году



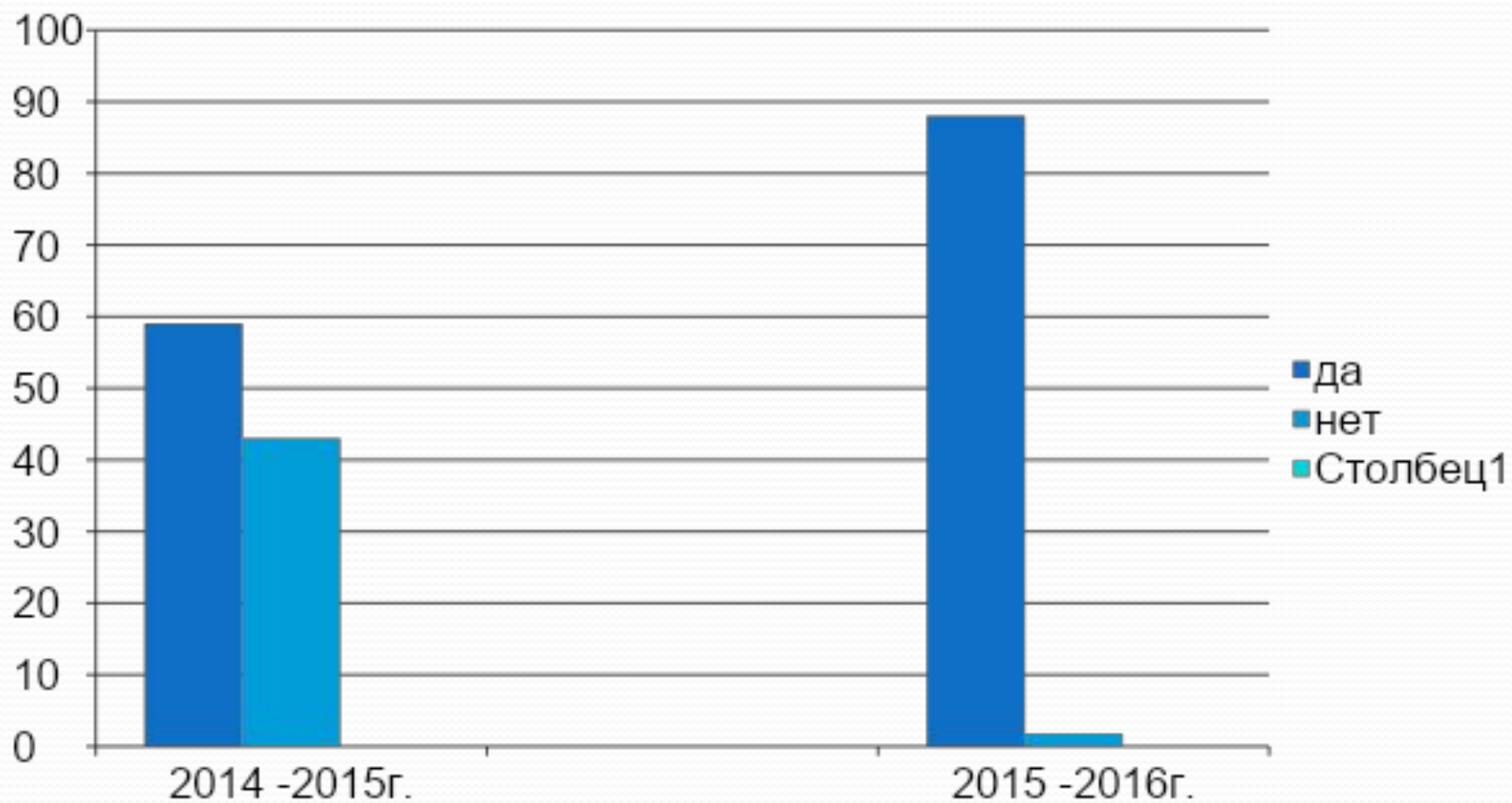
Во время болезни студенты колледжа посещали учебные занятия?



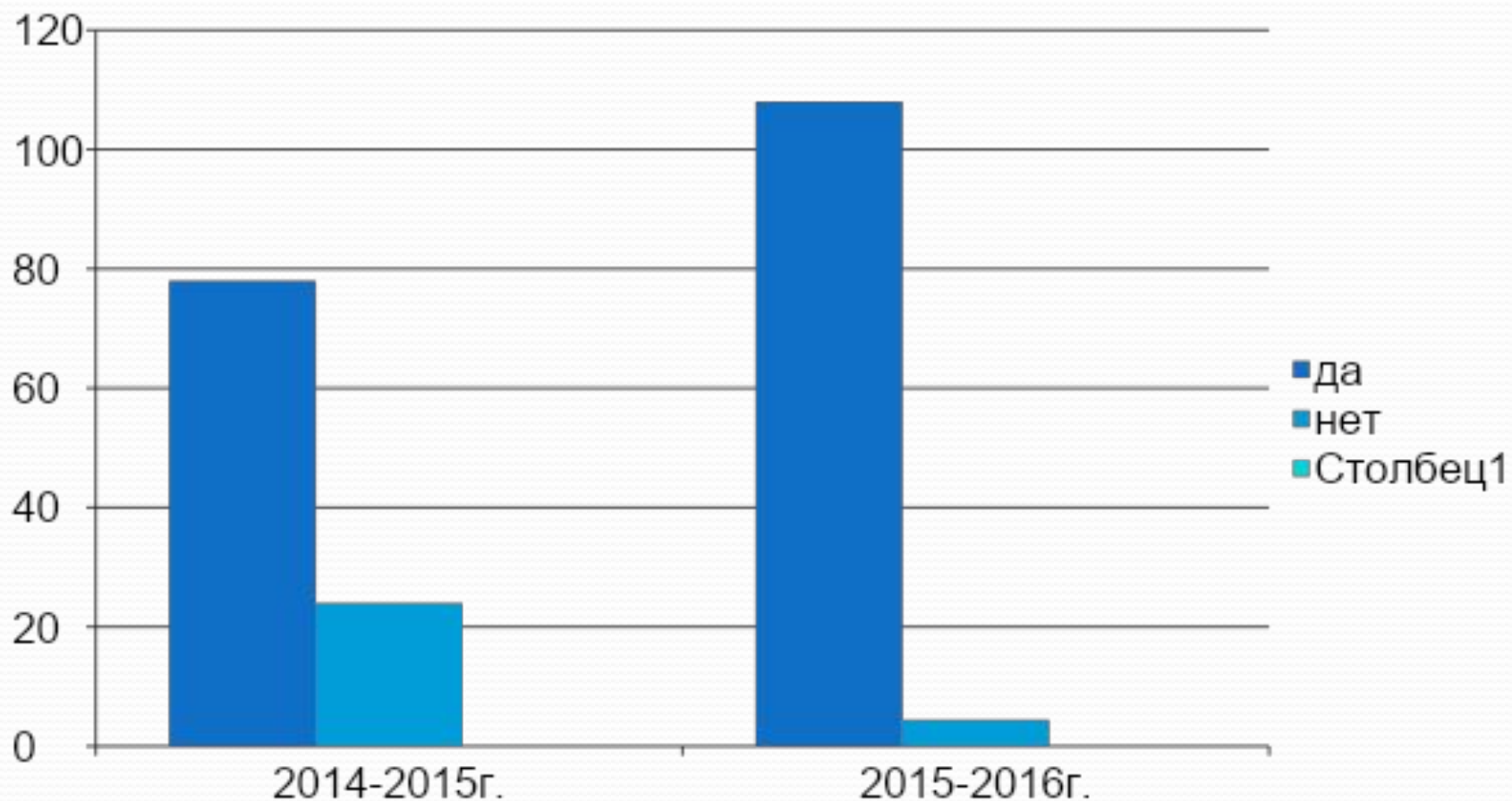
Как часто студенты колледжа болеют простудными заболеваниями за учебный год



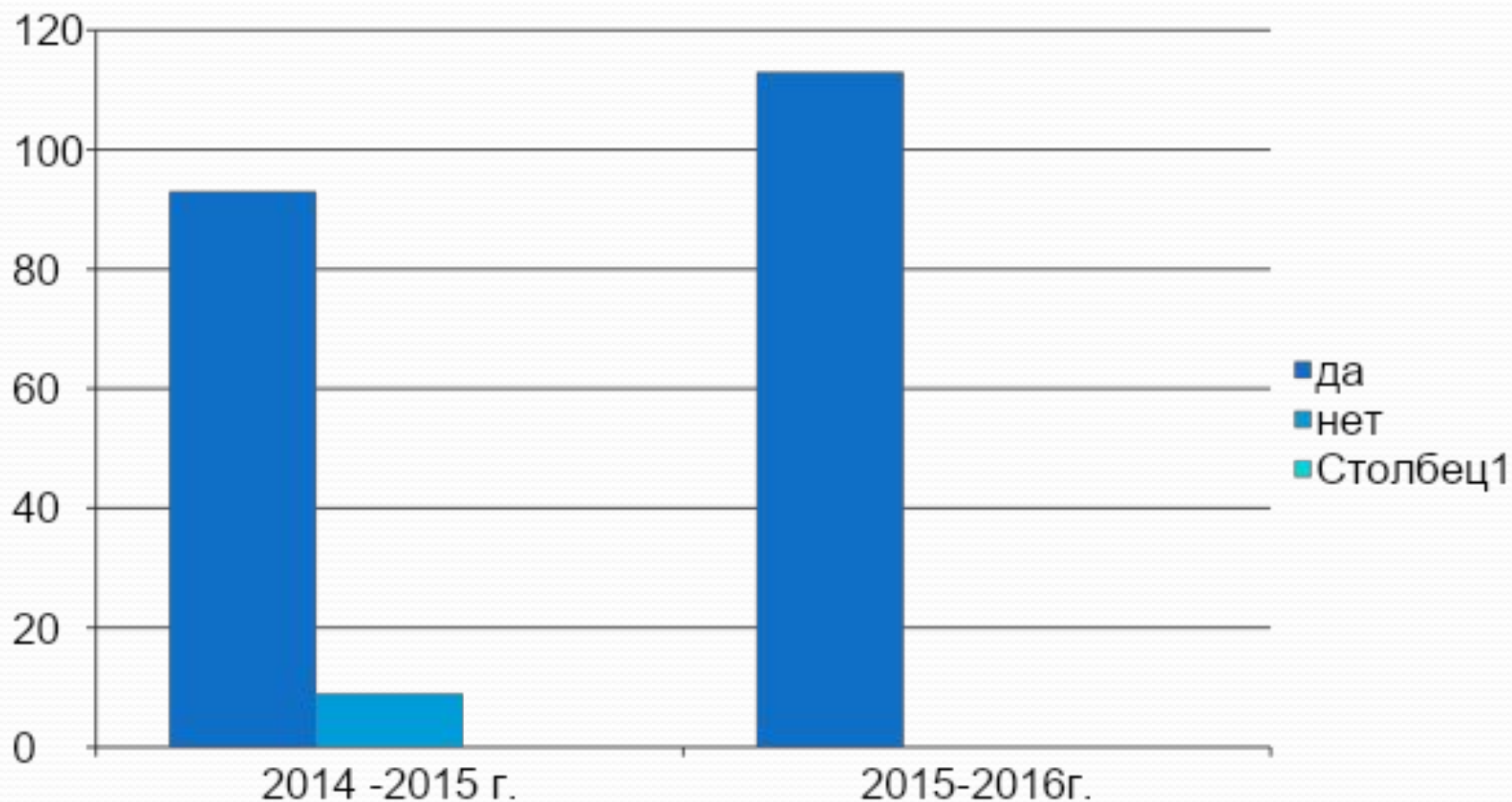
Во время болезни студенты колледжа обращались в больницу?



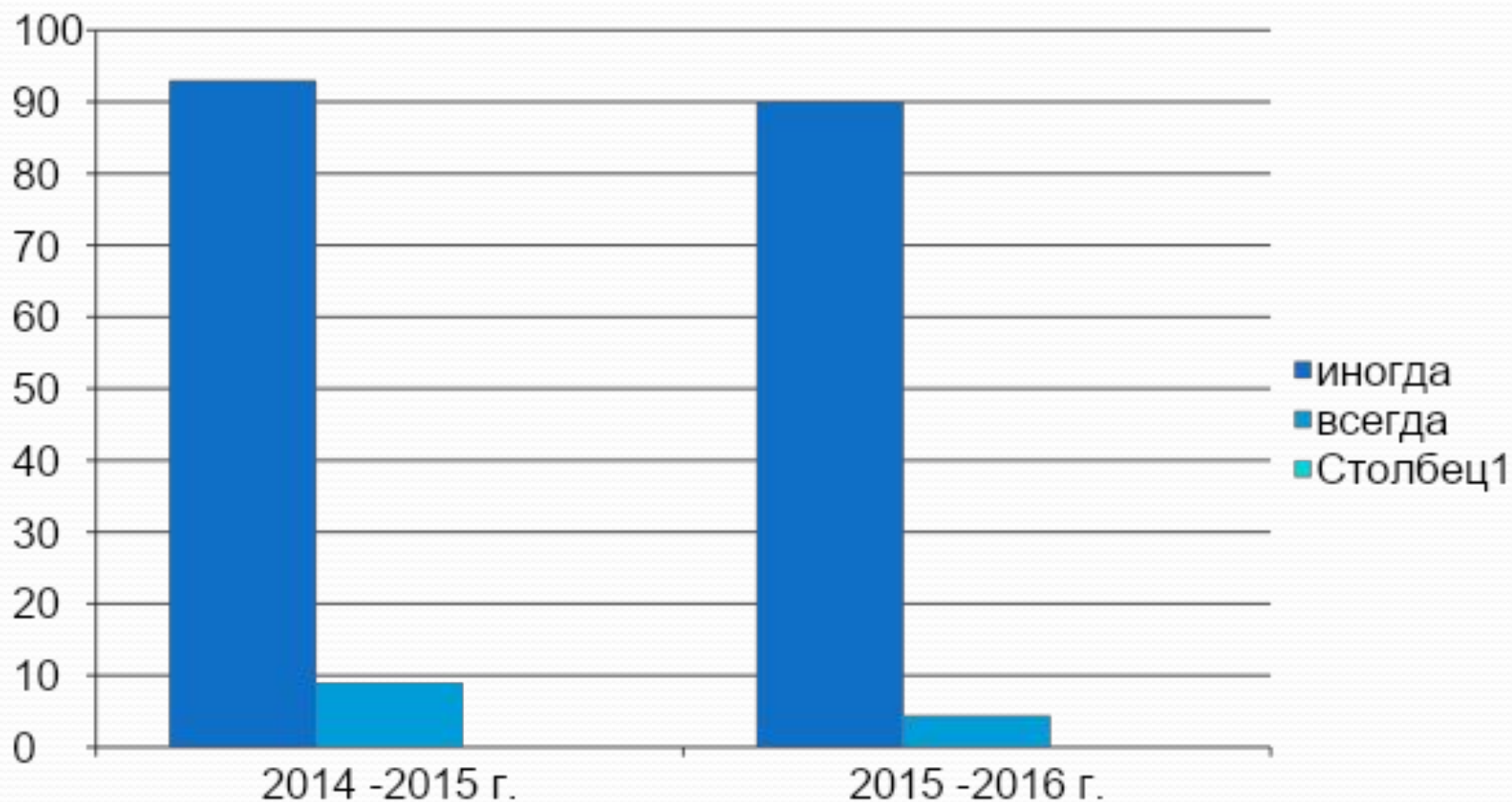
При назначении лечения студенты колледжа выполняли все требования врача?



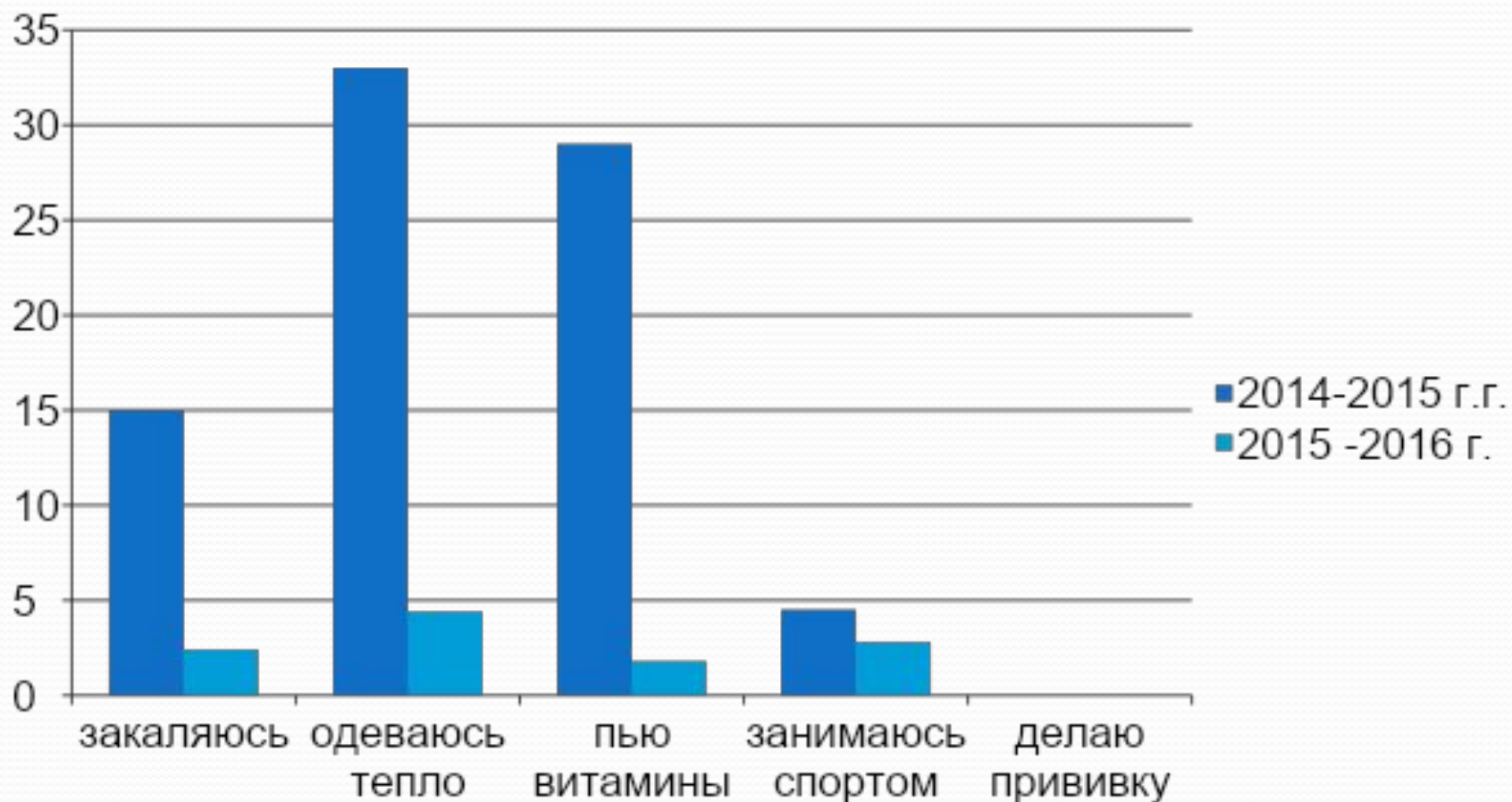
Знают ли студенты колледжа, что простудные заболевания возникают у человека с низким иммунитетом?



Как часто студенты колледжа ходят в холодное время года без головного убора?



Какие меры профилактики студенты колледжа используют при заболевании простудой?





Микробы – чувствуют себя в нашем организме весьма комфортно, а при ослаблении иммунитета, провоцируя различные заболевания.

Поэтому от человека к человеку они передаются с зараженной пищей или питьевой водой, с вдыхаемыми капельками влаги, попавшими в воздух при чихании, кашле или просто при разговоре больного. Бактерии способны вызывать огромное количество инфекционных заболеваний.

С целью профилактики мы это выполняем сами и советуем всем!

- Соблюдать режим дня и отдыха.
- Обязательно заниматься спортом.
- Ежедневно прогуливаться на свежем воздухе.
- Делать зарядку и закаляться.
- Рационально полноценно питаться с ежедневным включением в рацион овощей и фруктов.
- Соблюдать правила личной гигиены.





Список литературы:

1. Лисицын Ю.П. Общественное здоровье и здравоохранение. Учебник для вузов. М., 2002. – с. 217 – 255.
2. Хрипкова А.Г., Антропова М.В., Фарбер Д.А. Возрастная физиология и школьная гигиена. Учебное пособие. М. «Просвещение», 1990. - с. 268 - 279

Интернет – Ресурсы:

1. <http://vrn-today.ru/news/rospotrebnadzor-soobshchil-o-s-nizhenii-zabolevaemosti-grippom-i-orvi-v-voronezhskoy-oblasti>
2. <http://www.voronezh.allbusiness.ru/PressRelease>



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !