

ЗАЩИТА ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЕКТОВ

Уважаемый участник!

Перед выполнением конкурсной работы заполните аккуратно и разборчиво, без помарок и зачёркиваний

Фамилия Имя Маслюков Всеволод

Регион г. Москва

Название проекта „Влияние нарушений циркадных ритмов сна под воздействием абiotических факторов среды на психоэмоциональное состояние подростков“

Таблица заполняется жюри

№ задания	Балл	Проверил	Балл	Проверил	Итог
①	7	Сурав, Продвин			
2	8				
3	8				

6 ✓

Задание 1. Представьте обоснование выбора темы Вашего проекта (включая описание проблемы, характеристику того, что затрудняет ее решение, представление темы проекта, современное состояние вопроса). За ответ от 0 до 2 баллов. Всего за задание 8 баллов.

Описание проблемы

Урбанизация отрицательно влияет на здоровье человека. В ум. современной среде нарушаются биоритмы, при этом, по данным рандом. исследований, более 50% детей имеют те или иные нарушения циркадных ритмов сна. Данные нарушения отриц. влияют на физическое и психическое здоровье детей.

2

Что затрудняет ее решение

Решение проблемы затрудняет недостаточная информированность детей/подростков и их законных представителей в вопросах изменения сна и необходимости соблюдать режим дня и отдыха, а также то, что диагностика таких нарушений мало распространена.

2

Представление темы проекта, цель проекта

Тема проекта - влияние нарушений циркадных ритмов сна под воздействием факторов современной среды на психоэмоц. состояние подростков (отражено в названии), а цель - исследовать показатели сна у подростков учащийся 9 класса и оценить влияние выявл. нарушений на их психоэмоц. состояние.

1

Современное состояние вопроса

На наст. время исследования сна и влияния нарушений сна на здоровье ~~уже~~ ^{продвинулись} далеко. Также существуют достоверные методы диагностики (объективные и субъективные), однако, в России они мало распространены, как и проекты по типу моего.

2

Балл:	Проверил:	Балл:	Проверил:	Итог:
7	Суров, Прохоров			

Задание 2. Дайте краткую характеристику своей работы (включая описание подходов и методов, плана проведения работы, того, что сделано, представление основного положения, выносимого на защиту проекта). За ответ от 0 до 2 баллов. Всего за задание 8 баллов.

Подходы и методы

~~Многие~~ ^{Многие} были проанкетированы 60 учащихся 9 класса. В качестве субъектив. методов исслед. применялась модифицированная анкета оценки качества сна (Алексеева А.И.) и модифицированная шкала оценки сонливости Эворта. Анкетирование было анонимным. Данные статист. обрабатывались.

План выполнения работы

1. Анонимное анкетирование 2. Стат. обработка результатов
3. Выявление тенденций и корреляций 4. Информирование респондентов о результатах исслед. 5. Лекция о гигиене сна и ^{знании} важности сна для здоровья совместно с медицинскими сотрудниками (в школе)

Что сделано, основные результаты

73% учащихся имеют те или иные проблемы со сном. Между использованием цифровых устройств и употреблением алкогольной и табачной продукции и удовл. качеством сна + длительностью сна в будни выявл. достоверная обратная отриц. коррел. связь. У уч. отмечено нарушение сна реже.

Основное положение, выносимое на защиту проекта

Большинство школьников имеют нарушения циркадных ритмов сна, которые, скорее всего, явл. следствием влияния факторов урбанизации, вредных привычек и ^{пре}мерного использ. цифровых устройств. Данные наруш. отриц. влияют на их психолог. состояние.

Балл:	Проверил:	Балл:	Проверил:	Итог:
8	Суров. Федорин			

Задание 3. Каково значение результатов Вашего проекта (включая предлагаемый путь решения проблемы, теоретическую и практическую значимость, характеристику целевой группы, на кого рассчитаны результаты проекта). За ответ от 0 до 2 баллов. Всего за задание 8 баллов.

Предлагаемый путь решения проблемы

Необходимо расширение практики подобных анкетирований и объективных методов диагностики (ex: психометрия), а также информирование детей/подростков и их родителей о значимости сна для здоровья (в школе, в СМИ, в мед. учреждениях)

2

Теоретическая значимость результатов проекта

Получ. статистические данные свидетельствуют о присутствии данной проблемы и отриц. влиянии вышеупомянутых факторов среды на здоровье детей/подростков, и могут стать отправной точкой для более масштабных исслед. в области нарушения сна в России.

2

Практическая значимость результатов проекта

Результаты проекта (статистика) могут быть использованы для информирования целевых групп населения (см. ниже). Кроме того, проведенная лекция в моей школе позволяет надеяться, что школьники и их родители осознали значимость проблемы и приняли меры.

2

Для кого нужны результаты проекта (целевая группа)

Целевая группа широка. Прежде всего - это подростки и их законные представители (как написано ранее). Также результаты были бы полезны для органов здравоохранения в качестве доказательства необходимости принятия мер.

2

Балл:	Проверил:	Балл:	Проверил:	Итог:
8	Сурав, Прохоров			