сти дыхательной системы, повышающей мышечную силу и выносливость растущего организма.

ЭФФЕКТИВНОСТЬ ЛЕТНЕЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ В ЗАГОРОДНОМ СТАЦИОНАРНОМ ДЕТСКОМ ЛАГЕРЕ

Богомолова Е.С., Котова Н.В., Мурзина Е.А.,
Олюшина Е.А.

Приволжский исследовательский медицинский университет Минздрава России, Нижний Новгород, Россия

Ключевые слова: летняя оздоровительная работа; эффективность; школьники

Актуальность. Летняя оздоровительная работа призвана нивелировать негативные изменения состояния здоровья школьников, формирующиеся в течение учебного года, когда высокая учебная нагрузка сопровождается явлением гиподинамии и другими факторами риска здоровью. **Цель:** определить эффективность оздоровительной работы в загородном стационарном детском оздоровительном лагере и разработать гигиенические рекомендации по её повышению.

Материалы и методы. Определение эффективности летней оздоровительной работы проходила в детском оздоровительно-образовательном лагере «Чайка» Городецкого района. Объектом исследования были 599 детей в возрасте 6–17 лет.

Результаты. Установлено, что чувствительными показателями изменений физического развития детей после оздоровительных мероприятий являются жизненная ёмкость лёгких (ЖЕЛ) и мышечная сила кистей рук. По данным анализа данных трёх смен за лето 2023 г. выявлено, что выраженный оздоровительный эффект варьировался от 89,6 до 95%. Слабый оздоровительный эффект составил 4,5–7,1%. Отсутствие оздоровительного эффекта было выявлено в 2% случаев. По данным за 2021–2023 гг. выявлено, что увеличивается число детей с выраженным оздоровительным эффектом и уменьшается число детей, у которых снижен или отсутствует оздоровительный эффект. При этом нами показано, что перечень критериев для оценки эффективности летней оздоровительной работы в организации не полный, что не позволяет всесторонне учитывать изменения в состоянии здоровья и физической подготовленности детей. Для полного определения критериев эффективности оздоровления детей в лагере, отражающих состояние здоровья, необходимо к уже используемым добавить следующие показатели: заболеваемость детей в течение смены, индекс двойного произведения, характеризующего состояние резервов сердечно-сосудистой системы детей.

Заключение. Значимыми показателями изменений физического развития детей после оздоровительных мероприятий в лагере являются жизненная ёмкость лёгких и мышечная сила кистей рук. Увеличение значений этих показателей у детей может быть связано с высокой двигательной активностью на свежем воздухе, тренирующей функциональные возможно-