



## КАБИНЕТ ЗДОРОВЬЯ ПОД КЛЮЧ

### ПРЕИМУЩЕСТВА

- 1 Синхронное наблюдение функциональных резервов здоровья (физическая, психологическая и адаптационная составляющая) и основных параметров образа жизни (интенсивность учебной нагрузки, информационное давление, качество питания, психологический климат в школьной и домашней среде) с целью управления здоровьесбережением.
- 2 Адаптация тестов к особенностям детей с ограниченными возможностями (при выполнении психофизиологического тестирования).
- 3 Интегрирование и оценок разной природы по принципу слабого звена как для целей выявления общих проблем здоровьесбережения в группе, так и для оказания адресной психофизиологической помощи обучающимся.
- 4 Минимально-достаточный набор тестов, позволяющий в ограниченное время осуществлять скрининговое обследование больших групп с периодичностью 3 раза в год с выявлением влияния на здоровье обучаемых периодов обучения и летнего отдыха.
- 5 Установка комплекса на специализированный автомобиль Газель Некст позволяет проводить выездные обследования в полевых условиях (соревнования, оздоровительные акции и т.п.)

## Контакты:

**Генералов  
Владимир Степанович**  
Директор ЦМП «Истоки здоровья»  
тел. 8 (910) 642-56-92  
779106425692@yandex.ru

**Баландин  
Михаил Юрьевич**  
Ст. научный сотрудник отдела  
медико-биологического  
обеспечения спорта  
ФГБУО ЦО «Самбо 70»  
+7 985 3684590  
balandinm87@gmail.com

Заходите на наш сайт:  
[www.breath.ru](http://www.breath.ru)

**АПК «Истоки здоровья  
Valeometer» разработан  
при методической поддержке**



**АПК «Истоки здоровья  
Valeometer»**

**Для скрининг оценки  
психического и социального  
здоровья обучаемых**



**новое решение**

**Современный инструмент  
контроля эффективности  
здоровьесбережения  
в образовательной среде.**



**Инструмент**

- Педагога
- Психолога
- Тренера

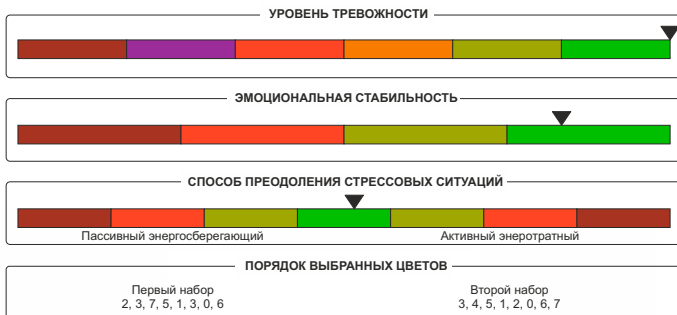
# Скрининг социальной и психологической адаптации, анализ нагрузки образовательной среды

## Анкетирование образа жизни, интенсивности учебной и информационной нагрузки

### Тест Айзенка



### Метод цветowych выборов



### Тест школьной тревожности

#### Результаты тестирования

Дата: 07.02.2019    ФИО:    Пол: Мужской    Возраст, лет: 11

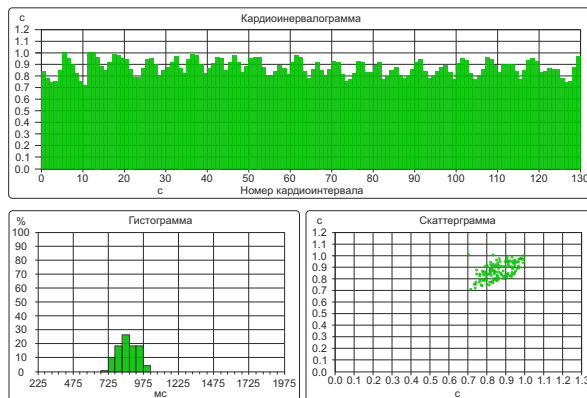


#### Заключение:

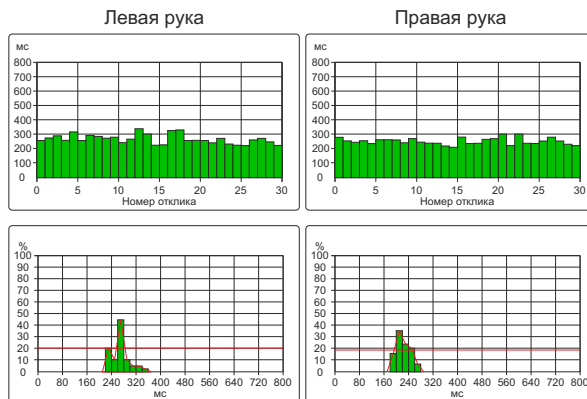
Эмоциональное состояние школьника: благоприятное  
 Отношения со сверстниками: дружеские  
 Психические помехи в развитии у ребенка потребности в успехе: умеренные  
 Страх самовыражения; повышенный  
 Страх ситуации проверки знаний: умеренный  
 Страх несоответствия ожиданиям окружающих: умеренный  
 Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу наблюдается; как правило  
 Проблемы и страхи в отношениях с учителями: выраженные

# Скрининг психофизиологических параметров

## Вариационная пульсометрия



## Сенсорно-моторная реакция с оценкой межполушарной асимметрии

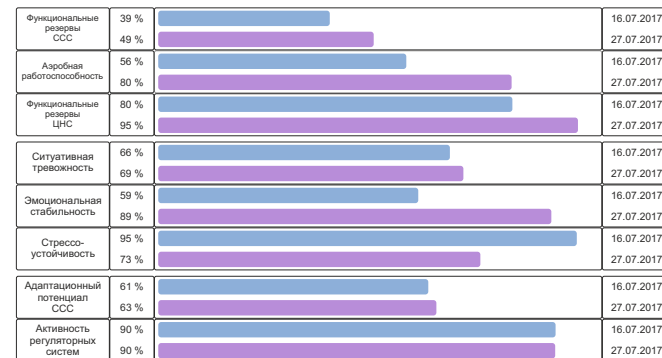


## Нагрузочная проба Руфье



# Интегральная оценка резервов организма для управления здоровьесбережением обучаемых

## Интегральная оценка функциональных резервов организма строится с учетом слабого звена



Интегральная оценка функциональных резервов

Показатель	Первое обследование	Второе обследование	Динамика
Функциональные резервы организма	65.1 %	75.0 %	9.9 %
Физические резервы	53.9 %	69.4 %	15.5 %
Психические резервы	70.5 %	76.3 %	5.8 %
Адаптационные резервы	74.9 %	80.1 %	5.2 %

## Регулярное тестирование позволяет управлять процессом оздоровления на основе оценки его эффективности.

## Схема индивидуального сохранения здоровья обучаемых под воздействием образовательной среды под контролем функциональных резервов здоровья

