



**КонсультантПлюс**  
надежная правовая поддержка

"Оценка эффективности оздоровления детей и подростков в летних оздоровительных учреждениях. Методические рекомендации"  
(утв. Роспотребнадзором 22.05.2009 N 01/6989-9-34)

Документ предоставлен **КонсультантПлюс**

[www.consultant.ru](http://www.consultant.ru)

Дата сохранения: □ 19.07.2018

Утверждаю  
Руководитель Федеральной  
службы по надзору в сфере  
защиты прав потребителей  
и благополучия человека,  
Главный государственный  
санитарный врач  
Российской Федерации  
Г.Г.ОНИЩЕНКО  
22 мая 2009 г. N 01/6989-9-34

## **ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ В ЛЕТНИХ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ**

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

#### **I. Общие положения**

Методические рекомендации подготовлены с целью обеспечения единообразия в проведении медицинских осмотров детей и подростков в летних оздоровительных учреждениях отдыха и оздоровления детей и подростков, исключения субъективных подходов к оценке эффективности летнего оздоровления.

Методические рекомендации являются обязательными для исполнения: загородными оздоровительными учреждениями (загородные сезонные оздоровительные учреждения, в том числе санаторные смены загородных сезонных оздоровительных учреждений; лагеря труда и отдыха на базе сезонных оздоровительных учреждений; загородные круглогодичные оздоровительные учреждения, в том числе санаторные смены загородных круглогодичных оздоровительных учреждений; загородные санаторно-оздоровительные учреждения, санаторные смены для детей на базах санаториев, баз отдыха (для взрослых), детские санатории, спортивно-оздоровительные и оборонно-спортивные учреждения); лагерями дневного пребывания школьников, в том числе лагеря труда и отдыха на базе лагерей дневного пребывания школьников.

Методические рекомендации предусматривают проведение обязательных медицинских осмотров всех детей в начале и в конце оздоровительной смены с оценкой эффективности оздоровления.

#### **II. Термины и определения**

"Обязательные" показатели оценки эффективности оздоровления - показатели, характеризующие рост, массу тела, мышечную силу и жизненную емкость легких (ЖЕЛ), оценка динамики которых за летнюю оздоровительную смену является обязательной для определения степени эффективности оздоровления (высокая, слабая, отсутствие).

Индекс массы тела (ИМТ, Индекс Кетле) - это показатель, характеризующий физическое развитие, представляющий собой отношение массы тела в кг к росту в кв. м.

Функциональное состояние - комплекс свойств, определяющий уровень жизнедеятельности организма, системный ответ организма на физическую нагрузку, в котором отражается степень интеграции и адекватности функций выполняемой работе.

#### **III. Определение показателей оценки эффективности летнего оздоровления**

Для оценки эффективности оздоровления рекомендуется использовать данные динамики не менее 4-х "обязательных показателей" (рост, масса, мышечная сила и жизненная емкость легких (ЖЕЛ)).

Выбор "обязательных показателей" обусловлен их потенциальной изменчивостью за период летнего оздоровления под воздействием (благоприятным или неблагоприятным) среды обитания и возможностью оценки динамики показателей за оздоровительную смену.

Динамика "обязательных показателей" зависит от непосредственного воздействия факторов среды, в том числе питания, двигательного режима, режима дня, проводимых в учреждении оздоровительных процедур и физкультурно-массовой работы. "Обязательные показатели" чутко реагируют на снижение резистентности организма и перенесенные в ходе оздоровительного сезона заболевания. Вместе с тем они просты в измерении и оценке.

Необходимое для оценки "обязательных показателей" оборудование - весы напольные, ростомер, динамометр кистевой, спирометр.

При необходимости можно также дополнять "обязательный" перечень "дополнительными показателями" (функциональные пробы сердечнососудистой системы, дыхательной системы, общей физической работоспособности).

#### IV. Оценка эффективности оздоровления

Для комплексной оценки эффективности оздоровления детей в учреждениях летнего отдыха и оздоровления в 1 - 2-й день от начала оздоровительной смены, а также за день до ее окончания, в учреждении должен быть организован и проведен медицинский осмотр всех оздоравливаемых детей с обязательным проведением антропометрических и физиометрических методов исследования.

Все измерения следует проводить на полуобнаженном ребенке в первую половину дня.

Критерии оценки каждого "обязательного показателя" приведены в табл. 1. Критерии оценки "дополнительных показателей" аналогичны.

Таблица 1

#### КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ "ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ" ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Показатели	Эффективность оздоровления					
	высокая		слабая		отсутствие	
	динамика	баллы	динамика	баллы	динамика	баллы
Масса <*>	прибавка более 1 кг	2	прибавка от 0 до 1 кг	1	снижение	0
Рост	прибавка в росте	2	без изменений	1	-	-
Показатели мышечной силы	прибавка 5% и более	2	прибавка до 5%	1	отсутствие прибавки	0
ЖЕЛ	прибавка 10% и более	2	прибавка до 10%	1	отсутствие прибавки	0

Примечание: если ИМТ больше или равен верхней границе нормы, то снижение массы тела оценивается в 2 балла, прибавка от 0 до 1 кг - 1 балл, прибавка массы тела более чем на 1 кг - 0 баллов. Нормативные значения ИМТ: 7 лет - норма: 13,5 - 17,5; 8 лет - 13,5 - 18; 9 лет - 14 - 19; 10 лет - 14 - 20; 11 лет - 14,5 - 21; 12 лет - 15 - 22; 13 лет - 15 - 22,5; 14 лет - 16 - 23,5; 15 лет - 16,5 - 24; 16 лет - 17 - 25.

Для оценки эффективности оздоровления каждого ребенка и коллектива в целом информация по результатам медицинского осмотра вносится в журнал "Оценка оздоровительного эффекта" (табл. 2), предусматривающем внесение информации по каждому ребенку на начало смены, а также на ее окончание. [Графа](#) примечание заполняется, в случае если ИМТ больше или равно верхней границе нормы (см. термины и

определения), а также, если ребенок покинул учреждение до окончания смены.

Таблица 2

"ОЦЕНКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЭФФЕКТА"

Ф.И.О.	Г.р.	Отряд	Начало смены				Группа занятий ФР
			рост	масса	сила	ЖЕЛ	
Иванов Ваня	1997	3	160	50	Лев. - 20 Прав. - 18	1800	основная
...							

Окончание смены				Оценка эффективности в баллах						Оценка
рост	масса	сила	ЖЕЛ	рост	масса	сила	ЖЕЛ	примеч.	итого	
162	52	Лев. - 23 Прав. - 20	1850	2	2	2	1	-	7	высокая

Итоговый балл складывается из баллов по каждому показателю и оценивается в соответствии с табл. 3. Если ребенок покинул учреждение до окончания смены, он автоматически попадает в группу с "отсутствием оздоровительного эффекта".

Таблица 3

КРИТЕРИИ СУММАРНОЙ ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Показатели	Эффективность оздоровления (баллы)		
	высокая	низкая	отсутствие <*>
Обязательные показатели	7 - 8	3 - 6	меньше 3-х

Оценка эффективности оздоровления детей и подростков проводится в обязательном порядке по итоговой суммарной оценке, для ее детализации оценке также подлежат "Обязательные" показатели - табл. 4.

Таблица 4

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ  
(ИТОГОВАЯ ТАБЛИЦА)

ПОКАЗАТЕЛИ	Число детей и подростков, имеющих:		
	выраженный оздоровительный эффект	слабый оздоровительный эффект	отсутствие оздоровительного эффекта (ухудшение)
Масса			
Рост			

Показатели мышечной силы			
ЖЕЛ			
Итоговая оценка			
Удельный вес (%) по итоговой оценке			

Приложение 1  
к МР N 2.4.4.01-09  
(обязательное)

### МЕТОДИКА ОПРЕДЕЛЕНИЯ "ОСНОВНЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ" ОЦЕНКИ ЭФФЕКТИВНОСТИ ОЗДОРОВЛЕНИЯ

Взвешивание проводят на медицинских весах, правильно установленных и отрегулированных. Весы следует устанавливать на ровном месте и в строго горизонтальном положении. При взвешивании ребенок должен стоять неподвижно посередине площадки.

Для измерения длины тела используют ростомер, представляющий собой вертикальную планку с нанесенной на ней сантиметровой шкалой, укрепленную на площадке. Ростомер следует устанавливать на ровном месте и в строго горизонтальном положении. Ребенка ставят на площадку спиной к вертикальной стойке так, чтобы он касался стойки пятками, ягодицами, лопатками и затылком. Руки должны быть вытянуты по швам, пятки вместе, носки врозь, голову надлежит держать так, чтобы козелок уха и наружный угол глазной щели были на одной горизонтальной линии. Планшет опускают на голову.

Силу мышц кисти измеряют ручным динамометром. При этом рука должна быть отведена в сторону, динамометр сжимается с максимальным усилием, без рывка. Проводят два измерения, фиксируется лучший результат. Измеряется сила мышц правой и левой кисти.

Спирометрия метод определения жизненной емкости легких (ЖЕЛ): закрыв нос пальцами, ребенок-подросток делает максимальный вдох, а затем постепенно (за 5 - 7 секунд) выдыхает в спирометр. Обязательно 2 - 3-кратное повторение процедуры измерения. Из полученных результатов выбирается максимальный. Полученная величина ЖЕЛ называется фактической.