



Выявление связи питания и познавательных процессов у детей дошкольного возраста

- **Тихонова Юлия Александровна** – педагог-психолог
МАДОУ «Детский сад № 94» г. Перми
- **Чечулин Виктор Львович** – старший преподаватель
ФГБОУ ВО «Пермский государственный национальный
исследовательский университет»



Актуальность:

Создание эффективных условий для развития познавательных процессов детей дошкольного возраста является одним из важнейших аспектов деятельности педагога-психолога в ДОО.

Одно из таких условий - физиологическое развитие ребенка, важнейшим фактором которого являются параметры рациона питания.

С целью определения взаимосвязи таких параметров и познавательных процессов дошкольников, было проведено данное исследование.



Определение психологических параметров

- «Корректирующая проба — детский вариант стимулов» (Тест Бурдона) - диагностика произвольного внимания
- Диагностика кратковременной слухоречевой памяти (Л. А. Ясюкова)
- «Запомни рисунки» (Р. С. Немов), - диагностика кратковременной зрительной памяти
- Методика «Лабиринт» (Л. А. Венгер), - диагностика наглядно-образного мышления
- Методика «Исключение предметов (четвертый лишний), вербальный / невербальный вариант» (Н. Л. Белопольская), - диагностика логического мышления

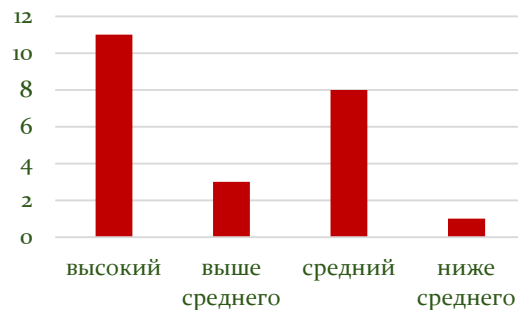


Результаты исследования психологических параметров

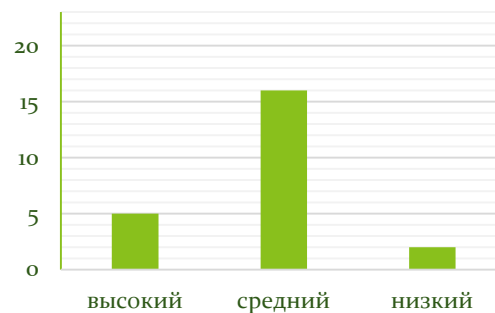
- Количество обследованных детей старшего дошкольного возраста – 23 человека
- Психологические параметры у испытуемых колеблются от среднего до высокого уровня, что свидетельствует, в целом, о готовности детей к школьному обучению

Результаты исследования психологических параметров

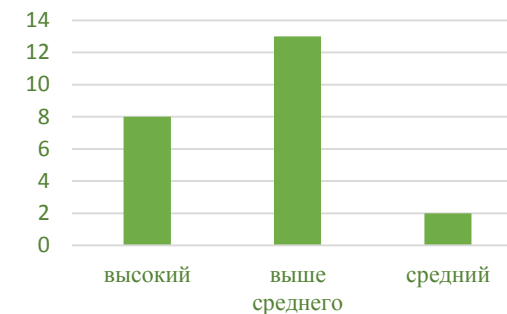
Внимание



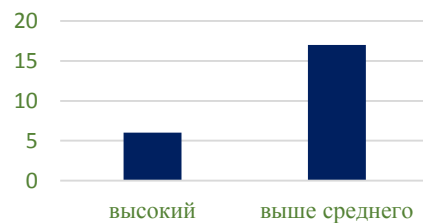
Память (слуховая)



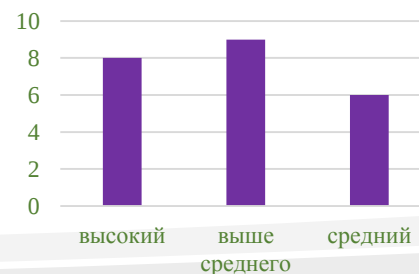
Память (зрительная)



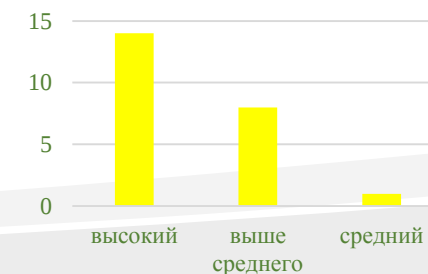
Мышление
(наглядно-образное)



Мышление
логическое
(вербальное)



Мышление
логическое
(невербальное)





Определение параметров питания

- Норма калорийности на 1 кг веса (для детей 3-12 лет):

$N \text{ (на 1 кг)} =$

$$100 - (4 * (\text{лет} + \text{месяцев}/12)) * (42,9/36) \text{ Ккал}$$

- Детализация рациона по 6 группам потребляемых продуктов:

1. Мясо и молочные продукты

2. Птица и яйцо

3. Рыба, рыбопродукты

4. Грибы, фрукты и т.п. многолетние растения

5. Зернобобовые, хлеб

6. Овощи, 1-2-летние



Определение параметров питания

- Потребление негэнтропии вычисляется как отношение калорийностей групп продуктов питания

$$= (\{5\} + \{6\}) / (\{1\} + \{2\} + \{3\} + \{5\} + \{6\}).$$



Способы сбора данных:

- **Меню** (для определения состава пищи, потребленной в детском саду, в течение пятидневной рабочей недели)
- **Опрос воспитателей** (для определения количества потребленной детьми пищи)
- **Анкеты, заполненные родителями** (для уточнения состава питания детей дома, в течение рабочей недели, а также в выходные дни).
- **Технологические нормативы, рецептуры блюд и кулинарных изделий** (для определения количества потребленных продуктов питания), для расшифровки предыдущих пунктов



Результаты по определению параметров питания

- Средняя калорийность рациона для всех – равна или выше нормы (от 0,983 до 1,579 относительных единиц).
- Негэнтропия 4- - (от 0,583 до 0,662 относительных единиц)

(Относительное потребление белков, жиров, углеводов также в норме)



Результаты корреляционного анализа связи параметров питания и психологических параметров :

- Избыток относительной калорийности рациона снижает внимание, корреляция = 0,367 (дов. интервал при $p=0,95$: $[-0,677, 0,053]$)
- Высокая доля потребления негэнтропии 4- связана с высоким уровнем вербального мышления, корреляция 0,373 (дов. интервал при $p=0,95$: $[-0,046, 0,681]$)



Выводы:

- В ходе проведенного исследования была выявлена связь параметров рациона питания и познавательных процессов у детей старшего дошкольного возраста
- Исходя из полученных результатов, представляется возможность составления рекомендаций по нормализации рациона питания детей для обеспечения условий развития познавательных процессов, соответствующих возрасту.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

