

3. Практиковать несколько видов преподавания (не менее трех).
4. Обеспечить ученикам возможность периодической смены позы на уроке.
5. Сократить время необоснованных простоев учеников уроков физкультуры.
6. Повысить эффективность тренировочного процесса нарастанием интенсивности и скорости предлагаемых к выполнению упражнений на уроках физической культуры, а также сократить подготовительную часть занятия, а заключительную, напротив, продлить для возможности полноценного подведения итогов урока.

**Список литературы:**

1. Александрова И.Э. О взаимосвязи показателей утомляемости учащихся с факторами урока и школьного расписания // ЗНиСО. 2017. №8 (293). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/o-vzaimosvyazi-pokazateley-utomlyaemosti-uchaschihsya-s-faktorami-uroka-i-shkolnogo-raspisaniya> (дата обращения: 07.11.2020).
2. Кучма В.Р., Степанова М.И. Актуальные гигиенические проблемы дошкольного образования // Современные проблемы охраны здоровья детей в дошкольных образовательных учреждениях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Москва, 1-2 ноября 2011). М.:Издатель НЦЗД РАМН, 2011. – С. 9-16.
3. О санитарно-эпидемиологической обстановке в Российской Федерации в 2002 году: Государственный доклад. М.: Федеральный центр госсанэпиднадзора Минздрава России, 2003. – 221 с.
4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи."
5. Профессиональный стандарт: Педагог (воспитатель, учитель). (Утв. Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 октября 2013 г. № 544н).

УДК 504.75

**Кондрашова Ю.К., Тагоев Ю.Ш., Попова О.С.  
ИЗУЧЕНИЕ ПАРКОВОЙ ИНФРАСТРУКТУРЫ ГОРОДА  
ЕКАТЕРИНБУРГА**

Кафедра гигиены и экологии  
Уральский государственный медицинский университет  
Екатеринбург, Российская Федерация

**Kondrashova Yu.K., Tagoev Yu.Sh., Popova O.S.  
STUDY OF THE PARK INFRASTRUCTURE OF THE CITY OF  
YEKATERINBURG**

Department of Hygiene and Ecology  
Ural State Medical University  
Yekaterinburg, Russian Federation

E-mail: [yusuf\\_2013@mail.ru](mailto:yusuf_2013@mail.ru)

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследований и гигиенической оценки организации зон отдыха города Екатеринбурга, а также составлены описания мест отдыха по наиболее важным критериям. Описана удовлетворенность жителей города его озеленением и количеством досуговых мест согласно результатам анкетирования.

**Annotation.** The article presents the results of research and a hygienic assessment of the organization of recreation areas in the city of Yekaterinburg, as well as descriptions of recreation places according to the most important criteria. The satisfaction of the city residents with its landscaping and the number of leisure places according to the results of the questionnaire is described.

**Ключевые слова:** урбоэкология, зоны отдыха, критерии оценки, вредные факторы, городская среда.

**Key words:** urban ecology, recreation areas, assessment criteria, harmful factors, urban environment.

### **Введение**

Урбоэкология – новое интегративное комплексное направление в экологии, предметом которой является жизнедеятельность человека в городской среде обитания, включенной в природный биогеоценоотический комплекс.

В условиях промышленных городов и интенсивного развития цивилизации обостряется проблема качества городской среды и сохранения здоровья населения. С одной стороны, урбанизированная среда сама по себе привлекательна для населения своими социальными и пространственными особенностями. С другой стороны, несмотря на комфортность условий городского проживания, неоспоримо значительное вредное воздействие условий цивилизации на здоровье человека.

Проблема адаптации человека к современной городской среде и стремительным изменениям, происходящим в ней, ставит перед нами ряд вопросов, таких как изучение восприятия человеком окружающей среды, его взаимодействие с этой средой, представления человека о комфортной окружающей среде, а также оценка организации мест отдыха в городских условиях.

**Цель исследования** - изучение парковой инфраструктуры города Екатеринбурга и оценка влияния зон отдыха на психологическое и физиологическое состояние людей разных возрастных групп.

Задачи:

1. Изучить восприятие человеком городской окружающей среды, его взаимодействие с этой средой;
2. Найти природные зоны отдыха города Екатеринбурга и оценить их организацию в городских условиях;
3. Сравнить зоны отдыха по гигиеническим нормативам;
4. Оценить влияние вредных факторов городской среды на организм человека.

### **Материалы и методы исследования**

Материалами исследования являлись условия организации парков и физические факторы, оказывающие влияния на отдыхающих в них.

Применяемые методы: метод анкетирования, визуального осмотра, измерение физических факторов, аналитический метод.

Исследование проводилось осенью 2020 года в два этапа.

Первый этап включал в себя анкетирование студентов на базе ФГБОУ ВО УГМУ Минздрава России (1 - 6 курс), а также жителей города Екатеринбурга.

Второй этап исследования проводился в местах отдыха города (парки, скверы, сады) Екатеринбурга с использованием оборудования: шумомер, люксметра. Определялись уровни внешнего шума и искусственного освещения. Также проводилась оценка благоустройства зон отдыха.

### **Результаты исследования и их обсуждение**

*Первый этап исследования.*

По результатам анкетирования среди опрошенных больше людей от 16 до 29 лет (63%), 22% – с от 30 до 49 лет, 14% – от 50 до 59 лет, и лишь 2% - люди с возрастом 60 лет и старше.

Всего 12% опрошенных стараются как можно чаще выходить на прогулки по местам отдыха, почти 60% из-за загруженности на работе/учебе ходят один-два раза в неделю и 22% - очень редко из-за нехватки времени и отсутствия желания. 7,6% удовлетворены прогулкой до места работы/учебы.

Из предпочитающих отдыхать на свежем воздухе 87,3% в качестве зон отдыха отдают предпочтение паркам.

На основании полученных данных: наиболее частая причина отсутствия отдыха на свежем воздухе – нехватка времени. В небольшой степени оказывают влияние: расположение парков и большое скопление людей в них.

По мнению опрошенных основными критериями по выбору парка является: местоположение (86,7%), чистота (65,2%) и освещенность в темное время суток (50%). Наличие прудов, водоемов и фонтанов (33,5%) оказывает меньшее влияние.

86,1% жителей хотят, чтобы в городе было больше мест отдыха, парков, детских площадок. Небольшая часть – 13,3%, довольны тем количеством парков, которые есть на данный период. Меньше процента относятся безразлично к экологической обстановке в их городе. Озеленение города и увеличение количества мест отдыха благоприятно сказывается на эстетическом восприятии и духовных потребностях населения.

Наибольшей популярностью обладают лесопарки (78,5%), ботанический парк (76,6%) и парки культуры (43,7%). Парки-выставки и исторические парки менее посещаемы, что можно связать с их малым количеством в городе.

Тихий отдых (лавочки рядом с деревьями и кустарниками, расположенные на значительном расстоянии от зон массовых мероприятий) – наиболее предпочтительный вариант отдыха (86,7%). Физкультурно-оздоровительная зона (32,3%), зона массовых мероприятий (24,1%), а также зона культурно-просветительской деятельности (23,4%) посещаются в меньшей степени.

По мнению опрошенных, главной задачей благоустройства города является его дополнительное озеленение (86,1%). Реконструкция парков и скверов (71,5%), уборка дворов и подъездов (66,5%) и создание детских и спортивных площадок (59,5) необходимы для достижения этой задачи.

*Второй этап исследования.*

Для анализа благоустройства территорий рекреационного назначения города Екатеринбург были выделены ряд критериев, по которым оценивались зоны отдыха, а также проведено их сравнение между собой по гигиеническим нормам.

*Критерии оценки:* озеленение, наличие детских площадок, наличие спортивных площадок, близость водоемов, степень загрязненности территории, уровень освещения, уровень шума по степени комфорта, условия для отдыха по степени благоприятности.

Рекомендуемый уровень освещения должен быть не менее 2 лк.

*Оценка уровня шума по степени благополучия*

- 25-35 дБ – тихо, условия для отдыха – благоприятные;
- 35-50 дБ – довольно тихо, условия для отдыха – довольно благоприятные;
- 50-65 дБ – шумно, условия для отдыха – благоприятные для недолгого посещения;
- 65 дБ и выше – очень шумно, условия для отдыха – не благоприятные и не рекомендуются для посещения [5].

*Дендропарк на улице 8 Марта:* уровень освещенности парка находится в пределах нормы. Уровень шума по сравнению с другими местами отдыха города Екатеринбург низкий (тихо). Территория парка достаточно чистая, условия для отдыха можно расценивать как благоприятные. Парк подойдет для людей любых возрастных групп.

*Парк у ТРЦ «Радуга Парк»:* уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - достаточно низкий (тихо). Территория парка чистая, условия для отдыха можно расценивать как благоприятные. Парк располагается рядом с торговым центром «Радуга Парк», поэтому наиболее удобен для посещения покупателям и семей с маленькими детьми.

*Парк имени 50-летия ВЛКСМ:* уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (тихо). Территория недостаточно чистая.

*Парк УрГУПС:* уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (тихо). Территория чистая, условия - благоприятные.

*Харитоновский парк:* широкие прогулочные аллеи, близость водоема, чистота территории делает этот парк очень популярным среди горожан и туристов. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (тихо). Условия для отдыха - благоприятные.

*Парк «Зеленая роща»:* уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (довольно тихо). Территория парка чистая, условия для отдыха можно расценивать как благоприятные.

*Парк Преображенский:* озеленение парка хорошее, территория чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (довольно тихо). Условия для отдыха можно расценивать как благоприятные.

*Сад им. Павлика Морозова:* хорошее озеленение. На территории парка располагаются детская и спортивная площадки. Прогулочные аллеи — широкие, территория — чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - низкий (довольно тихо). Условия для отдыха - довольно благоприятные.

*Парк Архипова:* озеленение недостаточное. В парке есть детская площадка, что создает хорошие условия для прогулок с детьми. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума - отдыха низкий (довольно тихо). Территория парка недостаточно чистая. Условия для отдыха можно расценивать как довольно благоприятные.

*Летний парк «Уралмаши»:* озеленение хорошее, на территории расположен детский игровой комплекс, аттракционы, пункты общественного питания. Прогулочные аллеи — широкие, территория — чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха низкий (довольно тихо). Условия для отдыха - довольно благоприятные. Парк наиболее удобен для семейного отдыха и отдыха подростков.

*Парк Чкалова:* озеленение хорошее, имеются широкие прогулочные аллеи, однако территория недостаточно чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха низкий (довольно тихо). Условия для отдыха можно расценивать как довольно благоприятные.

*Октябрьский парк:* хороший уровень озеленения. Однако территория загрязнена. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха низкий (довольно тихо). Условия - довольно благоприятные.

*Эльмашевский парк:* озеленение парка хорошее, есть детская и спортивная площадки. Территория загрязненная. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха низкий (довольно тихо). Условия для отдыха можно расценивать как довольно благоприятные.

*Парк 22 Партсъезда:* территория недостаточно чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха выше (шумно). Условия для отдыха - благоприятные для недолгого посещения.

*Площадь Коммунаров:* имеет недостаточное озеленение и небольшую, но чистую территорию. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума

по сравнению с другими местами отдыха выше (шумно). Условия для отдыха можно расценивать как довольно благоприятные для недолгого посещения.

*Парк Маяковского:* множество разных аттракционов и детских площадок делает это место наиболее привлекательным для отдыха детей. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха высокий (очень шумно). Территория чистая, условия для отдыха можно расценивать как благоприятные для недолгого посещения.

*Зона отдыха у ТЦ «МЕГА»:* озеленение этой зоны недостаточное. На небольшой чистой территории располагается много детских игровых площадок. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха высокий (очень шумно). Условия для отдыха можно расценивать как неблагоприятные, зона отдыха не рекомендуется для посещения.

*Исторический сквер:* территория достаточно чистая. Уровень освещенности соответствует норме, уровень шума по сравнению с другими местами отдыха высокий (очень шумно). Условия для отдыха можно расценивать как неблагоприятные, зона отдыха не рекомендуется для посещения.

#### **Выводы:**

1. Все оцененные парки хорошо приспособлены для отдыха и прогулок жителей разных возрастов, и каждый может выбрать место отдыха по своим интересам.

2. Для значительной части опрошенных важными критериями при выборе места отдыха являются чистота, освещенность в темное время суток и ухоженность, поэтому важной целью является постоянный контроль за состоянием зон отдыха.

3. Многие опрошенные считают необходимым провести дополнительное озеленение города и реконструкцию парков и скверов. Также жители желают, чтобы в городе появлялось как можно больше новых парков, скверов и зон отдыха.

#### **Список литературы:**

1. Гасанова, Э.Р. Актуальные проблемы урбоэкологии / Э.Р. Гасанова // Сборник докладов. – 2018. – С. 268-273.

2. Дайнеко, А.О. Влияние урбоэкологии на здоровье человека / А.О. Дайнеко, Е.А. Гриднева // Сборник докладов. – 2016. – С. 10.

3. Исаева, О.В. Особенности адаптации человека к современной городской среде / О.В. Исаева // Сборник научных трудов. – 2016. – С. 38-40.

4. Нагибина, И.Ю. Значение парковых зон для жителей городской среды / И.Ю. Нагибина, Е.Ю. Журова // Молодой ученый. – 2014. – № 20 (79). – С. 84-85.

5. Рувинова Л.Г. Оценка шумового загрязнения в городской среде / Рувинова Л.Г. // Вестник КрасГАУ. – 2017. – №7. – С. 134-139.