

5. Маркос И.Б. Индивидуальные характеристики при подготовке спортсменов различной квалификации в спортивных играх. / Психологическое обеспечение подготовки

спортсменов. Сборн. научн. статей. - Алма-Ата, Каз ИФК 1987.-С.50-55

6. Платонов В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов. -М., ФиС, 1986.- 287с.

Моторико Л.Г., старший преподаватель
Костанайский государственный педагогический институт

ОБРАЗОВАНИЕ И ЗДОРОВЬЕ: НОВЫЕ ПРОБЛЕМЫ, НОВЫЕ ПОДХОДЫ К ИХ РЕШЕНИЮ

Наши дети именно в школе проходят один из сложных этапов развития, во время которого организм ребенка достигает биологической зрелости. В этом возрасте наблюдаются глубокие нервно-психические и гормональные изменения, интенсивный рост, половое созревание, обуславливающее повышенную чувствительность и восприимчивость подростков к возникновению ряда заболеваний. Именно в этом возрасте зарождаются хронические заболевания, которые затем ограничивают годность к различным профессиям, службе в армии и т.д. По экспертным оценкам, рост заболеваемости среди школьников на треть вызывается неблагоприятными факторами внутрискольной среды [1]. Это большая наполняемость классов, недостаточное освещение, перегруженность занятиями, плохой психологический климат, проблемы обеспечения полноценным питанием и другие.

В целом же на здоровье современных школьников влияет целый комплекс неблагоприятных факторов. Важнейшими из них являются недостаточное и несбалансированное питание, практически повсеместное ухудшение экологической обстановки, стрессовые воздействия, связанные с низкими доходами семьи, социальным напряжением в обществе. Сказывается и зачастую несоответствие программ и условий обучения детей гигиеническим нормативам, распространение вредных привычек.

Результаты медицинских обследований показывают, что почти каждый второй ребенок в Казахстане страдает той или иной патологией. Из числа всех страдающих в республике психическими и поведенческими расстройствами, каждый четвертый – ребенок. Так, по данным статистики органов здравоохранения, среди детей наблюдается рост числа нервных болезней на 78%, заболеваний эндокринной системы - на 55%, костных болезней - более чем на 100%, число врожденных патологий увеличилось на 33,2%. Наиболее распространенные заболевания среди школьников - болезни желудка, органов дыхания и нарушения опорно-двигательного аппарата. По словам вице-министра здравоохранения Сауле Диканбаевой, одной из основных причин высокой заболеваемости детей являются нерешенные проблемы в общеобразовательных учреждениях [2]. Среди них - плохая организация горячего питания в школах и скудный рацион столовых, переполненность школ (более 50% школ работают в 3-сменном режиме), отсутствие централизованного водоснабжения и канализации. Одной из важнейших причин неблагополучия здоровья учащихся являются стрессогенные технологии проведения урока и оценивания знаний учащихся. Обстановку усугубляют недостаток физической активности учащихся, приводящий к гиподинамии и другим нарушениям их здоровья, перегруженность учебных программ фактологи-

ческой информацией, вызывающей у учащихся переутомление и стресс. Сказывается и неспособность многих учителей в условиях современной организации образовательного процесса реализовать индивидуальный подход к учащимся с учетом их психологических, физиологических особенностей и состояния здоровья.

На состояние здоровья школьников негативно влияет интенсификация обучения: раннее начало, углубленное изучение отдельных предметов. Показатели здоровья учащихся в школах с углубленным содержанием образования, где учебная нагрузка значительно больше, хуже по сравнению с общеобразовательными классами. Распространенность функциональных отклонений, хронических заболеваний и общая патологическая пораженность в школах нового типа в 1,3-1,5 раза выше.

Внедрение в Казахстане инновационных образовательных учреждений - гимназий и лицеев, совпавшее по времени не только с общим кризисом образования, но и с ухудшением всех медико-демографических показателей, обострило уже известные «школьные болезни», придав им специфический характер.

Ученые называют различные причины негативной динамики состояния здоровья казахстанских школьников, обучающихся в учреждениях разного типа [3]. Среди них наиболее значимыми являются:

- ✓ неготовность детей к интенсивному обучению;
- ✓ высокая физиологическая цена учебной нагрузки как следствие открытой и скрытой интенсификации учебного процесса;
- ✓ неблагоприятная адаптация учащихся к усложняющейся на каждой ступени обучения учебной программе;
- ✓ диспропорция интеллектуального и мотивационного развития;

- ✓ недостаточная рациональность способов учебной работы, приемов и навыков интеллектуальной деятельности;
- ✓ доминирование в учебных программах заданий на заучивание, повторение, действия по образцу; недостаточная готовность педагогов к работе в режиме учета индивидуальных особенностей учащихся;
- ✓ слабая материально-техническая база школ, которая приводит к несоблюдению санитарно-гигиенических регламентов организации образовательного процесса.

Стоит отметить, что этот негативный процесс начинается еще до школы - подготовка идет уже в детском саду, в подготовительных классах. При этом не соблюдаются физиологические и гигиенические требования к организации учебного процесса. Отмечена некомпетентность в вопросах охраны и укрепления здоровья детей среди педагогов и родителей.

Опасность школьных факторов риска состоит в том, что действуют они комплексно, длительно и непрерывно – 10-11 лет. Кроме этого, на начальные стадии заболеваний родители и педагоги часто не обращают внимания, пока не сформируется выраженная патология. При этом учебная нагрузка практически повсеместно превышает нормативные показатели. Более 85% первоклассников ежедневно делают домашние задания. Значительное число учащихся вынуждено тратить на самоподготовку более 4 часов в день - этот факт позволяет оценить дополнительную нагрузку школьников.

Еще один тревожный фактор – практически исчезла культура здорового образа жизни. Сейчас среди определенной части казахстанской молодежи «не модно» быть здоровым. Модно курить, пить (в лучшем случае пиво), вступать в половые контакты. Российскими исследователями (Зайцев Г.К., Зайцев А.Г., С. -Петербург)

было опрошено 500 учащихся 10-х классов и 200 учителей школ. Им было предложено анонимно в письменной форме ответить на вопрос «Как надо заботиться о здоровье детей в школе?»

Основные суждения российских учащихся старших классов по обозначенной проблеме, которые в основном идентичны казахстанским, представлена в таблице [4].

Основные суждения учащихся 10-х классов о том, как надо заботиться о здоровье детей в школе

п/п	Основные суждения	Частота упоминаний, %
1	Сократить количество уроков в школе	50
2	Проводить меньше контрольных работ	8
3	Меньше задавать уроков на дом	35
4	Заниматься в школе 5 (а не 6) дней в неделю	45
5	Улучшить расписание уроков	12
6	Учителям лучше относиться к ученикам (не вызывать у них стрессового состояния)	32
7	Включить в программу обучения уроки здоровья (валеологии, психологии, сексологии)	32
8	Увеличить количество уроков физкультуры	29
9	Лучше проводить уроки физкультуры	10
10	Обучать плаванию	30
11	Чаще проводить в школе «День здоровья»	19
12	Организовывать занятия в тренажерном зале	5
13	Чаще организовывать походы	10
14	Предоставить возможность заниматься в спортивной секции при школе	7
15	Улучшить медицинское обслуживание (мед.осмотр, прививки, лекарства)	41
16	Поддерживать нормальную температуру воздуха	19
17	Регулярно проветривать классное помещение	9
18	Поддерживать чистоту в классной комнате	7
19	Поддерживать нормальное освещение в классной комнате	7
20	Улучшить качество питания в школьной столовой	40
21	Включать в рацион больше витаминов (фруктов и овощей)	7
22	Сделать питание в школьной столовой бесплатным	40

Интересно, что в результатах исследования обнаружилась схожесть мнений учеников и учителей о необходимости решения в школе основных валеологических проблем. Это выполнение физиолого-гигиенических требований к учебному процессу (расписание занятий составлять так, чтобы ученики в школе не переутомлялись); соблюдение психогигиенических требований во взаимоотноше-

ниях «учитель – ученик» (лучше относиться к ученикам, создавая благоприятный психологический фон учения); поддержание нормальных санитарно-гигиенических условий на уроках (соблюдать чистоту, температурный и световой режимы в классной комнате); увеличение количества уроков физкультуры и качества их проведения и увеличение внеклассных оздоровительных мероприятий («Дни

здоровья», походы выходного дня); введение в школьную программу учебной дисциплины, направленной на обучение детей здоровому образу жизни (валеологии); улучшение медицинского обслуживания учащихся; улучшение качества питания детей в школьной столовой.

В целях реализации приоритета «Здоровье, образование и благополучие граждан Казахстана» долгосрочной стратегии «Казахстан-2030» в стране создано новое профилактическое направление в здравоохранении - служба формирования здорового образа жизни. Основными задачами службы является реализация комплексной программы «Здоровый образ жизни», где одним из главных приоритетов определена охрана здоровья детей и подростков.

В деле охраны здоровья детей и подростков важное место заняло гигиеническое обучение в объеме предмета «Валеология», основным назначением которого является сохранение и укрепление здоровья целевых групп в школьной среде. Сегодня программа внедрена в 75% общеобразовательных школ, разработаны и тиражированы учебники для 4-11 классов, имеют специальную подготовку 20% учителей. Проводимые республиканские социологические исследования среди школьников показывают, что за последние 5-6 лет уровень знаний в вопросах предупреждения заболеваний, профилактике факторов риска повысился до 80-85%.

Уже четыре года по инициативе НЦПФЗОЖ к вопросам формирования ЗОЖ стали привлекаться школьные психологи, для которых был разработан пакет методических материалов, включающий методическое руководство и сборник диагностических коррекционных методик «Школьная психология в процессе формирования психического здоровья детей и подростков». Данные технологии основаны на выявлении детей с психо-

логическими проблемами с последующей коррекцией их поведения. В настоящее время разрабатывается программа «Школьная социология в процессе формирования социально здоровых детей и подростков», целью которой является привлечение социальных педагогов к вопросу укрепления здоровья детей. Привлечение психологов и социальных педагогов наряду с внедрением предмета «Валеология» должно стать эффективным инструментом в профилактике поведенческих факторов риска у детей, подростков и молодежи.

Такие подходы к решению проблемы здоровья учащейся молодежи обозначены в Послании Президента Республики Казахстан Н.Назарбаева народу Казахстана от 28 февраля 2007 года [5]. Особый акцент в этом программном документе сделан на необходимости начальной медицинской подготовки в учебных заведениях, что еще раз подчеркивает государственную важность сохранения и укрепления здоровья учащихся. А это возможно только совместными усилиями министерств и ведомств, при активном участии родителей и самих учащихся.

Очень важно при этом, чтобы сложившуюся ситуацию захотели изменить абсолютно все причастные к образовательному процессу, начиная с педагогов и заканчивая родителями. Любая деятельность может быть безвредной для здоровья, если задаваемые нагрузки соответствуют возрастным физиологическим и психологическим нагрузкам детей и подростков. Необходимой основой эффективной организации деятельности образовательных учреждений и создания условий для сохранения здоровья учащихся является следование санитарно-эпидемиологическим правилам, соблюдение нормативов образовательного процесса и эффективное использование здоровьесберегающих технологий.

Эти технологии следует рассматривать, как качественную характеристику любой образовательной технологии, ее «сертификат безопасности для здоровья», как совокупность тех принципов, приемов, методов педагогической работы, которые, дополняя традиционные технологии обучения и воспитания, наделяют их признаком здоровьесбережения не только в узком, но и в широком смысле слова. Подобные подходы позволят сформировать правильное понимание «взрослости», которое не ассоциируется с умением курить, употреблять алкоголь или наркотики.

Обозначенная проблема актуальна в связи с ситуацией, которая сложилась на данном этапе развития нашего общества. С одной стороны, убыстрение ритма жизни, информационный бум, ухудшение экологической обстановки, распространение психоактивных веществ (наркотики, лекарственные препараты и проч.) не способствует оздоровлению населения. С другой - от современного человека требуется, чтобы он был энергичным, мобильным, активным, успешным, а для этого необходимы жизненные силы и здоровье. Попытки разрешить данное противоречие сейчас предпринимаются на уровне государства: различные республиканские программы по улучшению состояния здоровья населения, профилактике аддитивного поведения; финансирование медицинских исследований и проч. Но до тех пор, пока каждый из нас не осознает всю важность данной проблемы, ответственность за свое здоровье, его ценность, это противоречие разрешено не будет.

В этом смысле студенты педагогических учебных заведений пред-

ставляют особый интерес [6]. Помимо того, что каждый из них является субъектом собственной жизни, в своей профессиональной деятельности они будут прямо или косвенно влиять на формирование отношения к здоровью и здоровому образу жизни детей. Следовательно, важно знать особенности отношения студентов к здоровью в процессе их профессионального обучения. Современному обществу нужен специалист, профессионально-педагогическая деятельность которого отвечает значительно возросшим требованиям к качеству и организации учебного процесса, специфике складывающейся системы непрерывного образования.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Козлова Т.В. Право на образование и проблемы сохранения здоровья ребенка. Методическое пособие.- Самара, 2005.- 50 с.
2. Меры улучшения межсекторального сотрудничества по охране здоровья школьников и допризывной молодежи. Казинформ
3. Колокина Р.С., Айтуллина А. А. Особенности сохранения и укрепления здоровья детей и подростков в условиях интернатных учреждений. <http://www.okynet.kz>, с.2-3.
4. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Как надо заботиться о здоровье детей в школе: суждения учащихся старших классов и учителей. //Валеология, 2001, №1, С. 7-11.
5. Адылханов А.С., Жанабердиева К.А. //Валеология. Программа. chem.goruo.kostanay.kz.
6. Корсина И.В. Осознание здоровья как ценности среди студентов педагогического колледжа. www.pomorsu.ru