

Департамент физической культуры и спорта города Москвы  
Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего  
Профессионального образования города Москвы Спортивно-педагогический  
Колледж Департамента физической культуры и спорта.



Работу выполняла студентка 4 курса УФК 401  
Осипова Зоя

## Тема№2 Ухудшение здоровья школьников

Стерлитамак, Стерлитамакская государственная педагогическая академия  
Одной из актуальных проблем современной системы школьного образования по праву является здоровьесберегающее обучение и воспитание учащихся.

Статистические данные подтверждают отдельные медицинские заключения об ухудшении состоянии здоровья детского населения в стране. Результаты всероссийской диспансеризации последних 2-х лет свидетельствуют о резком ухудшении здоровья детей за период обучения в школе. Цифра 32% здоровых детей в Российской Федерации, прозвучавшая в докладе « О состоянии здоровья детей в России», несомненно, слишком оптимистична. 10 лет назад здоровых детей в Российской Федерации насчитывалось 45%.

В стране 25,3 млн. детей школьного возраста. За последние годы их число сократилось на 7 млн. Зрелость детей перед поступлением в школу снизилась в два раза. В то же время уровни учебной нагрузки в гимназиях, лицеях завышены в 8 раз (Коробейников А.А.). Уровни физической активности в 2-3 раза ниже максимально необходимых, что обуславливает снижение мышечной силы на 18% и емкости легких на 15%.

По данным НИИ педиатрии, около 20% детей 6-7лет не готовы к обучению в школе, у 50% школьников отмечаются отклонения в развитии опорно-двигательного аппарата, около 70% детей страдают гипокинезией. В процессе обучения в начальной школе 35% учащихся приобретают специфические «школьные» болезни: близорукость, нарушения осанки, болезни пищеварительной системы. К девятому классу наблюдается резкое уменьшение числа здоровых по зрению детей и рост патологии в 52% случаев.

К сожалению, именно процесс обучения является главным похитителем здоровья детей в школе. В условиях общеобразовательной школы по-прежнему методика учебного процесса, весь базовый учебный план, школьная мебель, то есть то, с чем соприкасается ребенок в школе не проходит серьезной санитарно-гигиенической, психолого-педагогической и медико-биологической экспертизы. По этому контроль за состоянием здоровья учащихся – дело не только медиков, но и педагогов. Не секрет, что система образования игнорирует природосообразные приемы постановки почерка, речи, жизненно необходимых двигательных умений и навыков, физических качеств. Базовые навыки поставлены под контроль секундомеров. Им придан механический режим технико-скоростной направленности, не учитывающий индивидуальных особенностей развития физических качеств, психических способностей, упускающий гендерные различия в обучении. Особого внимания заслуживает репродуктивное здоровье детей, ухудшение которого отмечено за последние 8-10 лет. У девочек-подростков 15-17 лет заболевания репродуктивной системы возросли в 6,7 раз. Общая заболеваемость подростков увеличилась на 66%. Рост числа заболеваний крови отмечен в 4,1 раза, эндокринной патологии в 3,8 раза, что, несомненно, влияет на состояние репродуктивной системы ребенка

Общеизвестно, что фундамент репродуктивного здоровья закладывается с первых дней жизни. Школьный возраст, захватывающий пубертатный период, и следующие за ним репродуктивные годы являются важными периодами жизни, в течение которых следует надлежащим образом прививать основы формирования репродуктивного здоровья, поощрять здоровый образ жизни, ответственное поведение, предупреждать возможные проблемы. Одним из условий предупреждения отклонений в репродуктивной системе является соблюдение девочкой режима труда и отдыха, двигательной активности. Известно, что нарушение осанки способствует неправильному расположению внутренних органов, а недостаток двигательной активности приводит к застойным явлениям в малом тазу, нарушениям функции желудочно-кишечного тракта, вызывает аномалии развития внутренних половых органов, в особенности матки, в некоторых случаях приводит к половому возбуждению. Огромную роль в нормальном развитии девочки, девушки играет весь комплекс оздоровительных мероприятий: физические упражнения, адаптированные по дозировке, направленности к специфике женского организма; корригирующая гимнастика; закаливающие процедуры; рациональное питание и др. Исследования в области педиатрии выявили, что значительное число отклонений в репродуктивном здоровье возникает в период детства, что в будущем влияет на здоровье потенциальных матерей. К сожалению, сохранение здоровья не является приоритетным у школьников.

Анализ причин ухудшения здоровья школьников России показал, что этот процесс обусловлен не столько снижением уровня жизни и недостатками в здравоохранении, сколько внутренними причинами, скрытыми в самой системе образования. Среди таких причин выделяют:

- 1) архаичность «авторитарно-репродуктивной» школы, ориентированной на подавление и закрепощение функциональной основы организма ребенка, что вызывает постоянное пребывание его в состоянии хронического стресса, истощающего нервную систему, изменяющего гомеостаз, снижающего иммунитет;
- 2) отсутствие научно обоснованной системы формирования у учащихся установки на здоровый образ жизни на основе позитивных потребностно-мотивационных ценностей;
- 3) отсутствие дифференцированного подхода к физическому совершенствованию, основанного на психофизиологических, половых особенностях ребенка;
- 4) снижение общей двигательной активности детей, зачастую тесно связанной с информационной интенсификацией учебного процесса;
- 5) нарушения санитарно-гигиенических норм учебной деятельности (замена ростомерной мебели на одномерную, наклонной поверхности рабочих мест на искажающую перспективу букв горизонтальную поверхность, гигиенические нарушения в печатных текстах, отсутствие спортивных и рекреационных помещений);
- 6) безграмотность педагога в вопросах физиологии ребенка, охраны и укрепления его здоровья.

Школа - именно тот социальный институт, который должен способствовать воспитанию у детей привычек, а затем потребностей в здоровом образе жизни, формированию основ знаний, умений, навыков в сохранении и укреплении своего здоровья, в том числе и репродуктивного.

Проблема сохранения репродуктивного здоровья учащихся является межведомственной и требует комплексного, интегративного решения, что предполагает совместное и целенаправленное воздействие средств и методов обучения, оздоровления, профилактики и лечения. Необходима единая система, способная реализовать наряду с образовательными задачами и задачи формирования и сохранения здоровья, совершенствования информационных технологий в сфере половой грамотности, знаний в области гигиены пола и репродуктивного здоровья. Не случайно вопросы здоровьесбережения детей рассматриваются в «Концепции охраны здоровья населения Российской Федерации».

Согласно данному документу предусматривается:

- формирование у людей понимания необходимости позитивных изменений в образе жизни и стремления к таким изменениям;
- создание соответствующих мотиваций в отношении к своему здоровью (в том числе и репродуктивному), выработка умений, навыков здорового образа жизни;

- создание условий, способствующих улучшению качества жизни и укреплению здоровья детей;

Опытно-экспериментальная работа, проводимая на базе Стерлитамакской государственной педагогической академии, позволила теоретически обосновать и реализовать на практике нетрадиционный подход в вопросе сохранения репродуктивного здоровья и профилактики отклонений репродуктивной системы учащейся молодежи. Он предполагает:

1) разработку учебных программ по физическому воспитанию, методических материалов учитывающих пололичностную дифференциацию детей, подростков;

2) обеспечение оптимального соотношения видов учебной деятельности и средств лечебно-профилактического характера в режиме дня школьника;

3) создание системы мониторинга, обеспечивающего комплексный контроль состояния здоровья;

- 4) исключение из учебной программы по физическому воспитанию видов физических упражнений, оказывающих негативное или провоцирующее влияние на состояние половой сферы девочки, девушки;
- 5) подбор и внедрение физических упражнений и видов спорта, адаптированных к специфике женского организма и развивающих физические качества, наиболее присущие женскому организму;
- 6) раздельное физическое воспитание юношей и девушек.



Спасибо за  
внимание!