К ВОПРОСУ О ФОРМИРОВАНИИ СТЕРЕОТИПА ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЯ В ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

*Кулемзина Т.В., Красножен С.В., Криволап Н.В.
ФГБОУ ВО «Донецкий государственный медицинский
университет имени М. Горького» МЗ РФ*

Аннотация. В статье продемонстрирована необходимость внедрения здоровьесформирующих и здоровьесберегающих методов в современную систему образования. Показаны важность соблюдения и контроля подходов гигиенических наук в условиях образовательных учреждений. Подчеркнута необходимость педагогического влияния на формирование мотивации к сохранению и укреплению здоровья. Проиллюстрирована тесная взаимосвязь медицинских, гигиенических и педагогических принципов.

Обеспечение формирования здорового поколения представлено в виде процесса совместного решения следующих задач: задача медицины – повысить адаптационный потенциал и функциональные резервы организма ребенка в образовательных организациях всех уровней; задача гигиены – обеспечить соблюдение постулатов отраслевых гигиенических специальностей в условиях школьного образовательного процесса; задача педагогики – выработать понимание у учащегося ценности собственного здоровья, необходимость сохранения его и укрепления на протяжении всей жизни.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, валеология, сохранение и укрепление здоровья, гигиена, педагогика.

ON THE ISSUE OF FORMING A STEREOTYPE OF HEALTH CARE AT SCHOOL AGE

*Kulemzina T.V., Krasnozhen S.V., Krivolap N.V.
FSEO HE « Donetsk State Medical
University named by M. Gorky» Ministry of Health of the Russian Federation*

Annotation. The article demonstrates the need to introduce health-forming and health-saving methods into the modern education system. The importance of observing and controlling the approaches of hygienic sciences in educational institutions is shown. The necessity of pedagogical influence on the formation of motivation to preserve and strengthen health is emphasized. The close interrelation of medical, hygienic and pedagogical principles is illustrated. Ensuring the formation of a healthy generation is presented in the form of a process of joint solution of the following tasks: the task of medicine is to increase the adaptive potential and functional reserves of the child's body in educational organizations at all levels; the task of hygiene is to ensure compliance with the postulates of sectoral hygienic specialties in the conditions of the school educational process; the

task of pedagogy is to develop a student's understanding of the value of their own health, the need to preserve it and strengthening throughout life.

Keywords: health, healthy lifestyle, valeology, preservation and promotion of health, hygiene, pedagogy.

Введение. Понимание ценности собственного здоровья, сохранение и повышение его уровня, как следствие, профилактика хронических заболеваний – это те аспекты, на которые должна быть направлена образовательная и воспитательная работа в учебных заведениях всех уровней и форм собственности. Эти направления являются смежными для медицины, гигиены и педагогики [1].

Несмотря на то, что гигиена, как наука, которая занимается изучением факторов окружающей человека среды и их влиянием на состояние его здоровья, развитие и становление ее невозможно без фундаментальных наук, таких как физиология, химия, физика, патофизиология и в связи с организмом человека [2].

Возникновение различных функциональных изменений и постепенная их трансформация в органическую патологию, вследствие действия на физическое тело (организм ребенка) температуры окружающей среды, освещения, вредных условий труда, питания и др. – предмет изучения гигиенических наук (гигиена питания, коммунальная гигиена, гигиена труда).

Школьная медицина (а, по сути, школьная гигиена), являясь синтезом отраслевых наук, изучает проблему влияния всех вышеуказанных факторов на организм здорового ребенка, в том числе, под действием специфических факторов, имеющих место в условиях образовательного учреждения (образовательный процесс, его сложность и напряженность – от количества уроков до чередования простых и сложных предметов в течение учебного дня, режим и качество питания, форма и качество одежды, режим двигательной активности и смена видов деятельности и т.д.). Это так называемая гигиена образовательного процесса. Все эти аспекты могут и должны контролироваться и регулироваться в условиях школы [3,4].

Но, несмотря на важность вышеуказанной работы для сохранения и укрепления здоровья, основополагающим является разработка мероприятий, предупреждающих эти изменения в организме ребенка, т.е. разработка и проведение здоровьесформирующих и здоровьесберегающих мероприятий.

Материалы и методы. В период становления школьной гигиены в советские времена, ведущие ученые-гигиенисты сопоставляли возможности, взгляды, методы и направления гигиены в совокупности с процессом школьного образования и воспитания.

В середине прошлого столетия в России возникла наука о здоровье – валеология, которая базировалась на существовании научной школы по теоретическим основам и методологии медицины, философии, экологической физиологии и т.п. С ее появлением несколько трансформировались научные подходы к понятию «здоровье», его формированию, механизм. В качестве учебного предмета «Валеология» рекомендована к внедрению в образовательных учреждениях. Последняя впервые использовала подход древних философских и религиозных учений о понимании человека как единой системы, состояний из трёх иерархических уровней: духовного, психического и телесного, для решения вопросов сохранения и укрепления индивидуального здоровья человека, особенно у подрастающего поколения.

Результаты. Ребенок не постоянно находится в условиях школы и под контролем педагогов и медицинских работников, поэтому, принципиально важным моментом есть формирование отношения ребенка к своему здоровью, понимание и оценка влияния внешних факторов, которые могут ухудшить его состояние здоровья либо спровоцировать заболевание. Это задача и воспитательная, и образовательная.

В настоящее время в структуре обучения присутствуют предметы, которые обеспечивают как регулирование режима и двигательной активности ребенка, так и изучающие основы гигиены и медицины для сохранения и укрепления здоровья, чаще это звучит, как формирование основ здорового образа жизни, понимание которого в последнее время все более примитивизируется и сводится к отказу от вредных привычек и рекомендациям к занятиям физической оздоровительной физкультурой.

Современное общество разнообразными способами и средствами поощряет людей, которые болеют (материальные льготы, бесплатные путевки в санаторно-курортные и оздоровительные учреждения, льготы при поступлении в ВУЗы и т.д.). В то же время нет никаких привилегий людям, которые, например, не употребляют токсические вещества или посещают тренажерный зал.

Поэтому, сверхважным аспектом является сформировать у детей стереотип здоровьесбережения в период становления будущего взрослого, на этапе наибольшего восприятия информации и закладки жизненных принципов и позиций, т.е. в период обучения в школе.

Обсуждение. Исходя из методологических предпосылок валеологии, можно утверждать, что физическая жизнеспособность населения зависит не только от условий бытия (материальных факторов), но и от нравственной атмосферы и эмоционального состояния общества (духовных и душевных факторов). Зачастую, дети с ограниченными возможностями здоровья, например, с нарушениями на физическом уровне, обладают

сильным духом, эмоционально устойчивы и мотивированы на сохранение собственного здоровья. И их профессиональная и личностная успешность во многом зависит от психологической составляющей.

Образовательные и медицинские подходы к детям, в том числе, и в сфере здоровьесбережения, отличаются в зависимости от того, имеет ли ребенок ограниченные возможности здоровья, а если, «да», то какого характера: временные либо постоянные отклонения в физическом и (или) психическом развитии и какие функциональные системы повреждены. Эти аспекты являются ключевыми при определении возможности обучения и воспитания в коллективе (со здоровыми детьми или с детьми с аналогичной патологией), либо необходимости в создании специальных условий для индивидуального образовательного процесса.

Заключение. Согласованное взаимодействие специалистов, функционирующих в области медицины, образования и гигиены, поможет заложить основы формирования здорового поколения, как будущего государства в целом.

Список литературы

1. Апанасенко Г.Л. Введение в новую парадигму здравоохранения. Управление здоровьем человека / Г.Л. Апанасенко. – К.: Юрка Любченка, 2020. – 340 с.
2. Здоровьесбережение и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у учащихся в контексте ФГОС (rsvpu.ru) (дата обращения: 04.10.2024).
3. Ваторопина С. В. Проблема здоровьесбережения в условиях современной школы / С.В. Ваторопина, М.Л. Прохорова. –Текст: непосредственный // Молодой ученый. – 2018. – № 42 (228). – С. 52-56. – URL: <https://moluch.ru/archive/228/53142/> (дата обращения: 04.10.2024).
4. Курбатова А.С., Ягин В.В. Проблема здоровьесбережения в современной российской школе // Современные проблемы науки и образования. – 2016. – № 4.; – URL: <https://science-education.ru/ru/article/view?id=24977> (дата обращения: 04.10.2024).