

ЛИТЕРАТУРА

1. Лук, А. Н. Психология творчества. – М.: Наука, 1978. – 127 с.
2. Пархоменко, В. П. Творческая личность как цель воспитания. – Мн.: НИО, 1994. – 159 с.
3. Пономарёв, Я.А. Психология творчества. – М.: Наука, 1976. – 303 с.

УДК 613.955

Цыбулько С.Г.

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

*Белорусский национальный технический университет,
г. Минск, Республика Беларусь*

Научный руководитель ст. преподаватель Белая С.С.

Раскрывается понятие «здоровье», указываются основные факторы, являющиеся причинами нарушения здоровья школьников, и требования к здоровьесберегающему обеспечению учебного процесса.

Состояние здоровья подрастающего поколения — важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно связаны с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи.

Существует более 300 определений здоровья. Выделим основные, в которых здоровье определяется:

1) как состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов (в соответствии с Уставом ВОЗ);

2) как способность человека сохранять соответствующую возрасту устойчивость в условиях резких изменений количественных и качественных параметров триединого потока сенсорной, вербальной и структурной информации [1];

3) как целостное многомерное динамическое состояние, в процессе реализации генетического потенциала в условиях конкретной социальной и экономической среды позволяющее человеку в различной степени осуществлять его биологические и социальные функции [3].

По литературным данным в последние годы наметились следующие негативные тенденции:

- значительное снижение числа абсолютно здоровых детей (их остается не более 10-12%);
- стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний;
- резкое увеличение доли патологии сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата, почек и мочевыводящих путей;
- увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов.

К выводу, что процесс обучения оказывает неблагоприятное воздействие на здоровье, приходили многие ученые и педагоги-практики – еще в 50-60-х гг. XIX века было установлено распространение среди школьников близорукости, нарушений осанки (главным образом, сколиоза), невращения и анемии. Такие недуги сочли неизбежным следствием школьного обучения, в результате чего их стали называть «школьными болезнями». основоположник гигиены Ф.Эрисман в 1891 г. писал, что «гигиена должна требовать упрощения и сокращения учебных программ».

Анализ причин школьных болезней приводит врачей и педагогов к заключению о неправильной организации обучения. К недостаткам организации обучения, помимо перегрузки учебными занятиями относятся так же нарушение гигиенических мероприятий и высокая умственная нагрузка.

Интенсификация обучения – один из главных факторов неблагоприятия здоровья учащихся – проявляется в разных формах. В учебный процесс все активнее входит компьютеризация, создающая дополнительную нагрузку на зрение и психику учащихся. Работа детей с видеодисплеями при несоблюдении гигиенических требований сопровождается выраженным воздействием на зрение. Работавшие испытывают неприятные ощущения в области глаз (резь, жжение, чувство песка, покраснение глазных яблок, затуманивание зрения и др.), возникающих после напряженной зрительной работы. При работе с видеомонитором утомление возникает раньше и более выражено у детей с нарушениями в состоянии здоровья (близорукость, заболевания нервной системы и др.).

Неэффективно построенная система физического воспитания приводит к снижению двигательной активности школьников, лежащей в основе нарушения обмена веществ, обретения избыточной массы тела, эндокринных заболеваний и многих других недугов.

На современном этапе образования к внутришкольным факторам, которые являются причинами неблагополучия здоровья учащихся, относятся следующие[2]:

- стрессогенные технологии оценивания знаний учащихся;
- недостаток физической активности;
- чрезмерная интенсификация образовательного процесса;
- отсутствие индивидуального подхода к учащимся;
- нарушение гигиенических и физиологических требований;
- неправильная организация питания;
- низкий уровень гигиенических и психологических знаний педагога;
- низкий уровень культуры здоровья учащихся и их родителей.

Чтобы эффективно предупреждать школьные болезни каждому школьному учителю необходимо знать эти факторы.

Здоровьесберегающее обеспечение учебного процесса должно сводиться к следующим требованиям:

1. соблюдение гигиенических требований (проветривание помещений, достаточная освещенность и т.д.);
2. учет динамики, работоспособности при составлении расписания уроков;
3. использование здоровьесберегающих педагогических технологий;
4. обучение здоровьесберегающему стилю поведения (профилактика вредных привычек, умение противостоять стрессу, культура питания, физическая культура и т.д.).

ЛИТЕРАТУРА

1. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье. – М., 1990.
2. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.:АРКТИ, 2005.
3. Щедрина, А.Г. Понятие индивидуального здоровья – центральная проблема валеологии. – Новосибирск 1996.