

ЗОЛОТУХИНА И.П., АНАФЬЯНОВА Т.В.

## **К ПРОБЛЕМЕ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ ПОДРОСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ**

И.П. Золотухина<sup>1</sup>, Т.В. Анафьянова<sup>2</sup>

ГОУ ВПО Хакасский Республиканский институт повышения квалификации и переподготовки работников образования, и.о. ректора – к.псих.н., доцент Е.В. Логинова;  
ГОУ ВПО Медико-психолого-социальный институт при Хакасском государственном университете им. Н.Ф. Катанова, ректор – д.м.н., проф. О.В. Штыгашева.  
Абакан, Республика Хакасия

---

В условиях неблагоприятных социальных, экологических и экономических факторов все чаще актуализируется проблема формирования здоровья подрастающего поколения. Во всем мире растет число детей, которым необходима специализированная медицинская и психологическая помощь, здоровьесберегающая, щадящая организация образовательного процесса. Утверждение здорового образа жизни, сохранение и укрепление здоровья учащихся рассматривается в настоящее время как одно из приоритетных направлений модернизации обучения и воспитания и составляет едва ли не самую важную доктрину развития современного образования [1].

К выводу, что процесс обучения оказывает неблагоприятное воздействие на здоровье подрастающего поколения, приходили многие ученые и педагоги-практики. В большинстве исследований отмечается четкая зависимость роста отклонений в состоянии здоровья от объема интенсивности учебной нагрузки [1, 2, 4]. По данным Института возрастной физиологии РАО, Научного центра охраны здоровья детей и подростков РАМН и региональных институтов, фактическая учебная школьная нагрузка, особенно в лицеях и гимназиях, в гимназических классах, в классах с углубленным изучением предметов составляет в среднем 6,2-6,7 часов в день; в основной школе – 7,2-8,3 часа в день; в средней школе – 8,6-9,2 часа в день. Вместе с приготовлением домашних заданий рабочий день современного школьника составляет: 9-10 часов в начальной, 10-12 часов в основном и 13-15 часов в средней школе. Существенное увеличение учебной нагрузки в подобных учебных заведениях и классах не проходит бесследно: у детей чаще отмечается распространенность и выраженность нервно-психических нарушений, утомляемость (сопровождаемая иммунными и гормональными дисфункциями), низкая сопротивляемость к болезням. В последующем эти процессы проявляются в снижении функциональных резервов организма, дефицитом массы тела, патологией органов зрения, хронической патологией.

По нашему мнению к важнейшим причинам неблагополучия здоровья учащихся относятся: стрессогенные (дидактогенные) технологии проведения урока и оценивания знаний учащихся; недостаток физической активности учащихся, приводящий к

---

<sup>1</sup> Золотухина Ирина Петровна – к.п.н., зав.каф. управления образованием; e-mail: [irina\\_zolotuhina@mail.ru](mailto:irina_zolotuhina@mail.ru), тел. 89232170373.

<sup>2</sup> Анафьянова Татьяна Владимировна – к.м.н, доц. каф. социальной работы ГОУ ВПО Медико-психолого-социальный институт при ХГУ им. Н.Ф. Катанова; e-mail: [Anafianova@mail.ru](mailto:Anafianova@mail.ru), тел. 89039175315.

гиподинамии; чрезмерная интенсификация образовательного процесса, вызывающая у детей переутомление и дистресс; невозможность осуществлять индивидуальный подход к учащимся с учетом их психических и физиологических особенностей и состояния здоровья; несоблюдение требований к организации учебного процесса; неправильная организация питания; слабо формируемый школой уровень гигиенических культуры здоровья учащихся и их родителей [3]. В возникновении данных феноменов особую роль не только современная система обучения, но формирующее начало – семейное воспитание.

Семья может выступать в качестве как положительного, так и отрицательного фактора воспитания. Анализируя современное состояние здоровья семьи, были выделены следующие основные проблемы: экономическая несостоятельность большинства современных семей; психолого-педагогическая безграмотность родителей и супругов в сфере внутрисемейных взаимоотношений; неприятие семей ответственности за воспитание собственных детей; ослабление социального контроля воспитания и развития ребенка, усиление воздействия средовых факторов (дворовые компании, СМИ и т.п.).

Обобщая вышесказанное, мы выделяем два важнейших жизненных «контекста», в которых существует ребенок и, которые организуют формирование его здоровья. Речь идет о двух важнейших составляющих его социальной ситуации развития - *семейной и школьной*. Педагоги должны осознавать необходимость сотрудничества с семьей, поскольку только взаимодействие всех участников педагогического процесса: педагогов, специалистов, родителей и детей - обеспечивает ориентацию ребенка на здоровый образ жизни.

### **Литература:**

1. Базарный, В.Ф. Здоровье и развитие ребенка: экспресс-контроль в школе и дома / В. Ф. Базарный // Практик. пособие. – М. АРКТИ, 2005. – 176 с.
2. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. – М., 2004.
3. Смердин, С.В. Пути оптимизации медико-социальной помощи семьям, имеющих детей / С.В. Смердин, В.Ф. Капитонов, А.А. Модестов, О.М. Новиков / КрасГМА. – Кемерово: Кузбассвузиздат, 2004. – С. 15.
4. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе. – М.6 АРКТИ, 2005. – 320 с.