

ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

ТАШКЕНТ

**ЦЕНТР ПО ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ
«OYDIN HAYOT»**

**ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ
УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ**

ТАШКЕНТ – 2014

УДК: 37.013.42
КБК 51.204.0
П-88

Проблемы здоровья учащейся молодежи. –Т.: «Fan va texnologiya», 2014, 132 стр.

ISBN 978–9943–4347–0–7

В методическом пособии рассматриваются актуальные вопросы педагогики здоровья, направленные на повышение здоровьесберегательного потенциала образования, на основе ознакомления с современными взглядами на различные аспекты здоровья, его изменения под влиянием факторов окружающей среды. Особое внимание обращено на рассмотрение вопросов здоровьесбережения под влиянием компонентов здорового образа жизни и правильной организации и управления здоровьесберегающей деятельностью образовательных учреждений на разных этапах системы непрерывного образования.

УДК: 37.013.42
КБК 51.204.0

Авторы:

Д. Шарипова, А. Мусурманова, Х. Рахматова, С. Сайфиева

Ответственный редактор:

Д.Д. Шарипова – доктор педагогических наук, профессор

Рецензенты:

Л.Р. Муминова – доктор педагогических наук, профессор;

М. Таирова – кандидат биологических наук, ст.н.с.

Пособие обсуждено на заседании Совета Центра по пропаганде здорового образа жизни «Oydin Hayot» 28 сентября 2013 г. Протокол №9. Пособие выполнено в рамках прикладного проекта А-1-041 «Разработка путей оптимизации здоровья и физического развития обучающихся в контексте формирования ЗОЖ в образовательных учреждениях» Комитета по координации развития науки и технологий при Кабинете Министров Республики Узбекистан.

ISBN 978–9943–4347–0–7

© Изд-во «Fan va texnologiya», 2014.

ВВЕДЕНИЕ

Укрепление здоровья – одно из важных условий процветания и благополучной жизни. В нашей стране проводятся широкие преобразования для решения вопросов сохранения и дальнейшего укрепления здоровья населения, охраны материнства и детства, воспитания гармонично развитого здорового поколения, формирования здорового образа жизни.

Принятие 14 октября 2011 г. Кабинетом Министров Республики Узбекистан плана дополнительных мер по совершенствованию воспитания детей, формированию здорового и гармонично развитого поколения, в котором определены конкретные мероприятия по обеспечению прав ребенка на образование, охрану здоровья, социальную защиту, реализацию культурных прав, а 28 ноября 2011 г. Постановление Президента Республики Узбекистан И. Каримова «О мероприятиях по дальнейшему углублению реформирования системы здравоохранения» является убедительным свидетельством той работы, которая последовательно осуществляется в этом направлении.

В настоящее время успешно реализуются мероприятия, запланированные в рамках Госпрограммы к «Году благополучия и процветания» по укреплению здоровья населения, обеспечению системы здравоохранения современными лечебными средствами, усилению профилактической работы среди подрастающего поколения, повышению его здоровьесберегающих знаний.

6 декабря 2013г. Президент Республики Узбекистан объявил предстоящий 2014 год – «Годом здорового ребенка». Согласно Конвенции о правах ребенка, ребенком считается человек до достижения им 18 лет. Президент предложил при формировании государственной программы к Году здорового ребенка в целях повышения качества образования предусмотреть совершенствование госстандартов, учебных программ, учебников и учебных пособий в контексте сохранения здоровья обучающихся, что предполагает внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс, начиная с начальных этапов обучения.

В связи с этим, очень важно, чтобы педагоги на всех этапах непрерывного образования имели возможность обмениваться опытом работы с ведущими специалистами по формированию здорового образа жизни среди обучающихся, совершенствованию медико-профилактической и психолого-педагогической работы и т.д.

Особое внимание следует уделять повышению здоровьесберегающей культуры учащейся молодежи путем проведения широкой разъяснительной работы по профилактике инфекционных и других заболеваний, по подготовке молодежи к построению здоровой семьи, предупреждению ранних и родственных браков и по другой тематике. Создание здоровьесберегающей среды в процессе обучения позволило наглядно убедиться в том, что в республике никто не остается без внимания и заботы и что интересы каждой личности всегда ставятся превыше всего.

В контексте вышесказанного возрастает роль образовательных учреждений в реализации здоровьесберегающего потенциала, а также в выработке стратегии здоровьесбережения в условиях современного образования, формировании здоровьесориентированного стиля поведения и ценностных установок на здоровье в системе обеспечения качества образования.

Данное методическое пособие подготовлено исполнителями и волонтерами прикладного гранта от Государственного комитета развития науки и технологий РУз «Разработка путей оптимизации здоровья и физического развития обучающихся в контексте формирования ЗОЖ в образовательном учреждении».

1. ПРОБЛЕМЫ ЗДОРОВЬЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ И ФАКТОРЫ, ВЛИЯЮЩИЕ НА ЕГО СОСТОЯНИЕ

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), *здоровье* - это состояние полного физического, психического и социального благополучия, а не просто отсутствие болезней и физических дефектов. Как отмечала академик А.Г. Хрипкина, «здоровье - естественное состояние организма, характеризующееся его уравновешенностью с окружающей средой и отсутствием каких-либо патологических изменений». Большая медицинская энциклопедия дает следующее определение «здоровью»: «Здоровье – это состояние организма человека, когда функции всех органов и систем уравновешены с внешней средой и отсутствуют какие-либо болезненные изменения».

Установлено, что здоровье характеризуется не только качественно, но и количественно; существует понятие о степени здоровья, определяемый шириной адаптивных возможностей организма. И хотя здоровье противопоставляется болезни, оно может быть связано с ней различными переходными состояниями (Пед.словарь-справочник –Т., 2011, стр. 206).

В Узбекистане, как отмечал Министр здравоохранения А. Алимов, сегодняшняя система здравоохранения в республике - одно из главных достижений независимого государства и его народа. Ее профилактическая направленность, общедоступность квалифицированной медицинской помощи, единство и системность, связь науки с медицинской практикой определяются государственной политикой в сфере здравоохранения.

Как известно, в Узбекистане с первых дней независимости вопросы охраны материнства и детства выделялись в качестве приоритетной задачи, о чем свидетельствует присоединение Узбекистана к Конвенции «О правах ребенка», ратифицированная Парламентом нашей страны 9 декабря 1992 года. Затем это было закреплено принятием Закона «О гарантиях прав ребенка». Символично и то, что одним из первых орденов, учрежденных в республике, является орден «Соғлом авлод учун (За здоровое поколение)».

Совершенствование системы охраны материнства и детства, укрепление репродуктивного здоровья населения является одним из приоритетов государственной политики Узбекистана. В республике в государственных масштабах осуществляются мероприятия,

направленные на достижение основной цели - «Здоровая мать - здоровый ребенок».

В 1998 году Указом Президента Республики Узбекистан была принята Государственная программа реформирования системы здравоохранения. В настоящее время в республике успешно реализуется уникальная целостная Национальная модель оказания медицинской помощи населению страны, созданная при непосредственной поддержке Президента Республики Узбекистан И. А. Каримова.

Данная модель включает основные направления развития системы здравоохранения:

- обеспечение равных условий получения первичной медико-санитарной помощи в городской и сельской местности путем создания в стране медицинских учреждений нового типа - сельских врачебных пунктов и семейных поликлиник, в которых медицинскую помощь оказывают врачи общей практики;

- организация и функционирование принципиально новой системы оказания экстренной медицинской помощи населению;

- создание специализированных научно-практических медицинских центров, в том числе центров акушерства и гинекологии, педиатрии, республиканского и региональных перинатальных центров, обеспечившее внедрение современных медицинских технологий, а также формирование эффективной системы оказания специализированной медицинской помощи матерям и детям;

- организация во всех регионах страны современных скрининг-центров и реализация государственной программы, позволившей существенно уменьшить рождение детей с наследственными заболеваниями и врожденными пороками развития;

- укрепление и дальнейшее развитие материально-технической базы учреждений здравоохранения, в первую очередь первичного звена здравоохранения и учреждений родовспоможения и детства;

- обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения республики путем реализации противоэпидемических мер, а также полного охвата населения вакцинацией и ревакцинацией против управляемых инфекций;

- развитие детского спорта в целях формирования и укрепления здоровья подрастающего поколения.

Благодаря проводимым реформам отчетливо проявились позитивные тенденции в сфере здравоохранения. Так, продолжительность жизни с 1990 года по 2010 год увеличилась с 67 лет до 75,1. Уровень

общей смертности за последние 20 лет снизился с 6,1 до 4,9 на 1000 человек.

Одним из приоритетных направлений государственной политики является правовая, экономическая и социальная защита материнства и детства, создание условий для улучшения благосостояния семей, их социального и материального положения, а также обеспечение гармоничного развития и благополучия подрастающего поколения.

В республике реализуется ряд целевых государственных программ по охране здоровья матери и ребенка, формированию здорового поколения; дальнейшему усилению и повышению эффективности проводимой работы по укреплению репродуктивного здоровья населения, рождению здорового ребенка, формированию физически и духовно развитого поколения.

Со стороны правительства проводится большая работа по улучшению питания населения, успешно реализуются программы по поддержке и пропаганде грудного вскармливания, обеспечению витаминными препаратами женщин фертильного возраста и детей до 5 лет, фортификации муки, йодирования соли. Это позволило улучшить рост и развитие детей, значительно снизить показатели детской заболеваемости и смертности.

Реализация направления по формированию и укреплению здоровья подрастающего поколения республики в полной мере стала возможной благодаря созданному по инициативе Президента нашей республики И.А. Каримова Фонда развития детского спорта и огромному вниманию, оказываемому со стороны Президента и правительства развитию детского спорта в Узбекистане.

В ходе реализации Закона «Об образовании», Национальной программы по подготовке кадров, разработанных на основе концептуальных идей Президента страны, в республике создана целостная система непрерывного образования, включающая обязательное и бесплатное *общее среднее образование и среднее специальное, профессиональное образование* со сроком обучения 12 лет.

В настоящее время в системе народного образования Республики Узбекистан функционируют: 9765 общеобразовательных школ, 88 специализированных школ и школ-интернатов, 4962 дошкольных образовательных учреждений, в том числе 195 специализированных, 27 домов Мехрибонлик, 443 детско-юношеских спортивных школ, 303 детских школ музыки и искусства, 211 детских центров «Баркамол ав-

лод», 5 государственных педагогических институтов и 16 институтов переподготовки и повышения квалификации педагогических кадров.

В образовательных учреждениях обучаются 4,5 миллиона учащихся, ведут преподавание 410 тыс. учителей, то есть на каждого учителя приходится по 11 учеников.

С целью организации полезного досуга детей функционируют 211 детских центров «Баркамол авлод», в которых 108 876 детей в свободное от учебы время имеют возможность обогатить свои знания. Вместе с тем, в предметных кружках, организованных в общеобразовательных школах, более 2 млн. детей повышают свои знания по интересующим их предметам.

По инициативе главы государства в стране внедрена трехступенчатая система спортивных игр учащейся молодежи, которая получила высокую оценку мировой общественности. Это «Умид нихоллари», «Баркамол авлод» и Универсиада.

Вышеприведенные данные свидетельствуют о том, что огромный пласт детского населения охвачен образовательными учреждениями и каждый педагог, осуществляющий образовательно-воспитательную работу, реализовывал её так, чтобы «не навредить» и «не повредить» здоровью обучающихся.

Говоря о здоровье детей и подростков, необходимо иметь в виду, что, наряду с индивидуальным здоровьем, существует понятие здоровье населения (статистическое понятие), куда входят такие понятия как общая заболеваемость, инфекционная заболеваемость, индекс здоровья, процент часто и длительно болеющих детей, распространенность и структура заболеваемости, процент детей с нормальным развитием, распределение по группам здоровья.

Согласно литературным данным, здоровье человека во многом зависит от следующих факторов:

- 1) наследственность, склонность к наследственным заболеваниям;
- 2) социальная среда и образ жизни в ней;
- 3) экологические и природно-климатические условия;
- 4) возрастные изменения.

Учет влияния на здоровье человека этих факторов является важным элементом здоровьесберегающей деятельности педагога. При этом важно помнить, что экологические, природно-климатические и социальные условия относятся к внешним воздействиям, а наследственность и возрастные изменения - к внутренним.

Значимость вышеназванных факторов в здоровье человека весьма различна: 20% - зависит от наследственных факторов, 20% - от экологических условий среды обитания, 10% - от деятельности системы здравоохранения, а остальные 50% - от самого человека, т. е. от его образа жизни.

По мнению исследователей, здоровье - это состояние живого организма в целом, т. е. всех органов и систем, что позволяет говорить о нем как о целостном состоянии. Установлено, что изменения функций любого органа сопровождается появлением патологических изменений в других органах и системах организма: нарушения в работе некоторых желез внутренней секреции приводят к сбоям в репродуктивной и нервной системах, отклонениям в росте, умственном и психическом развитии. Кроме того, здоровье человека - динамическое состояние, способное изменяться в ту или иную сторону, причем в настоящее время чаще в сторону заболеваний или к пограничным состояниям, что связано с нарушением функциональных возможностей организма, его устойчивости к внешним факторам (природным и социальным). Это, в свою очередь, представляет возможность здоровью варьировать в зависимости от возраста, пола, профессии, природно-климатических условий, вредности условий трудовой деятельности, психофизиологической устойчивости личности, социального окружения, социального статуса т. д.

Вместе с тем, здоровье - многоуровневое состояние, характеризующееся наличием следующих структурно-функциональных уровней здоровья:

- *молекулярный* – или уровень ДНК, участвующей в хранении и передаче наследственной информации, а в случае повреждения ее участков радионуклидами, свободными радикалами, онкогенными вирусами возникают серьезные заболевания;
- *клеточный и тканевый* – в случае нарушения деления биосинтеза органических соединений клеток также вызывают серьезные заболевания;
- *органный* – определяющий резервные мощности здоровья в зависимости от функционального состояния органов и систем организма;
- *организменный* – определяющий состояние процессов жизнедеятельности в организме;
- *популяционный* – характеризующий состояние здоровья групп населения различных регионов.



Bu tanishuv parchasidir. Asarning to'liq versiyasi <https://kitobxon.com/uz/asar/745> saytida.

Бу танишув парчасидир. Асарнинг тўлиқ версияси <https://kitobxon.com/uz/asar/745> сайтида.

Это был ознакомительный отрывок. Полную версию можно найти на сайте <https://kitobxon.com/ru/asar/745>