

ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я – ГЛОБАЛЬНА ПРОБЛЕМА СЬОГОДЕННЯ

*Андрій ПОЛИЩУК
курсант, 26 взвод
Олександр ЧЕРНЕНКО
к. мед. н, доцент*

*Черкаський інститут пожежної безпеки
імені Героїв Чорнобиля НУЦЗ України*

У системі цінностей, якими дорожить будь-яка цивілізована нація, особливе місце відводиться здоров'ю людей. Здоров'я нації визначається насамперед станом здоров'я її дітей, що є інтегральним показником загального благополуччя суспільства, а також тонким індикатором усіх соціальних та екологічних негараздів [1].

У нашій країні, яка дбає про своє майбутнє, велика увага приділяється проблемі збереження здоров'я її громадян, а насамперед підростаючого покоління. Турбота про здоров'я і потреби підростаючого покоління є одним з найважливіших завдань нашої країни і належить до найактуальніших проблем, розв'язання якої зумовлює майбутнє держави і подальше існування здорової нації.

У сучасних умовах стан здоров'я дітей має неабияке значення, оскільки саме від стану здоров'я підростаючого покоління, залежить розвиток суспільства у майбутньому. Результати різноманітних досліджень свідчать про наявну тенденцію погіршення показників здоров'я дітей та підлітків в Україні [2].

Спостерігається кількісне зростання функціональних розладів, гострої та хронічної соматичної захворюваності, синдрому дезадаптації, вроджених вад розвитку, морфофункціональних відхилень, зростає число дітей інвалідів, викликає чималу стурбованість і той факт, що збільшується кількість дітей із розладами психіки та поведінки, відповідно зменшується група здорових дітей [1, 3].

Збереження і відновлення здоров'я дітей України стає надзвичайно важливою справою, оскільки це – наше майбутнє і одне з головних джерел повноцінного життя, щастя, радості, успіху. Воно є не лише особистим надбанням людини, але й суспільним багатством, одним із найважливіших показників добробуту народу. Здоров'я кожної людини в руках самої людини і залежить значною мірою від здорового способу життя, виконання рекомендованих заходів профілактики захворювань, правильного вибору своєї професії та раціонального працевлаштування.

Серед факторів, які можуть істотно вплинути на стан здоров'я дитини, – достатній рівень побутових умов, правильне харчування, матеріальний добробут, впевненість у завтрашньому дні, сприятливий екологічний стан довкілля. Але поряд з об'єктивними факторами існують і суб'єктивні – наявність культури здоров'я, поважне ставлення особистості до свого здоров'я, бажання і вміння піклуватися про нього. Тому, одним з ефективних способів збереження і зміцнення здоров'я дітей і підлітків є формування здорового способу життя через усвідомлення цінності здоров'я, сприйняття ідеалу і норм здорового, багатоманітного життя, засвоєння знань, умінь, навичок, які здатні забезпечити досягнення сталого здоров'я і благополуччя [1].

Міжнародний досвід діяльності, спрямований на підвищення рівня здоров'я населення, доводить, що успіх можливий лише при створенні міжгалузевих механізмів забезпечення здорової життєдіяльності. Вирішальне значення у розвитку свідомості й активності дітей і молоді щодо підтримки власного здоров'я і здоров'я соціуму, поінформованості про здоровий спосіб життя та забезпечення діяльності в цьому напрямку належить соціально-педагогічним механізмам [2].

Збереження здоров'я є однією з глобальних проблем сьогодення. Здорова дитина – це здорова нація, здорове людство в цілому. Від педагогів значною мірою залежить,

яким буде наступне покоління, тому, що вони в змозі навчити учня піклуватися про власне здоров'я [3].

Відповідальність за розвиток і здоров'я дитини покладається на сім'ю та суспільство. Тому процес формування здорового способу життя, на нашу думку, відбувається у двох взаємопов'язаних векторах – це стихійного (на який ми, як педагоги, не завжди маємо вплив) і другого керованого, регульованого. До першого стихійного, можна віднести традиційні умови укладу життя, в яких росте і розвивається особистість, а саме: батьки, родина, друзі, з якими спілкується дитина, територіальний фактор соціуму, матеріальне становище сім'ї, досвід, який набуває дитина в родині, що і визначає її індивідуальну поведінку щодо означеної проблеми. До другого (керованого) входять соціальні інститути, які мають вплив на виховання особистості та муніципальні структури, які за своїм покликанням повинні займатися даною проблематикою.

Для цього, на нашу думку, перед тим, як займатися проблемами формування здорового способу життя учнівського контингенту, необхідно вивчати ставлення сім'ї до цієї проблеми: як батьки піклуються про своє здоров'я та здоров'я дітей, чи вміють і прагнуть дотримуватися певних моделей здорового способу життя [2, 3].

Залежно від ступеня вираження перелічених критеріїв можна виділити три групи дітей – це готові, умовно готові та не готові до шкільного навчання. Не доцільно навчати дітей 6-річного віку, в яких визначається відставання в психомоторному й біологічному розвитку. Крім того, на процес навчання суттєво впливають патологія органів зору, слуху, хвороби нервової системи, хронічні захворювання органів дихання і шлунково-кишкового тракту. Бажано починати навчання таких дітей на рік пізніше, щоб забезпечити можливість більш повного оздоровлення і стійкості компенсацій хронічних захворювань. Важливу роль у розв'язанні цих проблем відіграє правильне гігієнічне виховання. Основним завданням якого є ознайомлення з особливостями розвитку дитячого організму, результатами, впливу на нього різних факторів зовнішнього середовища, прищеплення умінь і навиків з догляду за своїм організмом, навчання засобів профілактики захворювань і в разі їх виникнення – вміння надати домедичну допомогу.

Спільна робота органів охорони здоров'я і народної освіти повинна бути спрямована на охорону здоров'я учнів, дотримання техніки безпеки як на уроках, так і в позаурочний час. Педагогічному колективу необхідно приділяти особливу увагу питанням профілактики гіподинамії у дітей, дотримання вимог до повітряно-теплого режиму, освітленості навчальних приміщень, правильного розсаджування учнів за столами з урахуванням вікових особливостей і функціональних відхилень. Питання про стан здоров'я школярів і результати поглибленого медичного огляду повинні щорічно обговорюватися на педагогічних радах шкіл з участю медичних працівників. При проведенні занять з розділу фізичного здоров'я необхідно відзначити значення фізичної культури й загартовування ефективних засобів, які підвищують опірність організму й запобігають вірусним респіраторним захворюванням, порушенням опорно-рухового апарату, забезпечують гармонійний розвиток [1, 2].

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Здоров'я та здоровий спосіб життя: погляди, думки, висновки С. Омельченко, Рідна школа. – 2005. – 80 с.
2. Луцянова О.М. Медико-соціальні аспекти збереження здоров'я дітей, забезпечення їхнього гармонійного фізичного та інтелектуального розвитку // Журнал АМН України. 2001. Т. 7 № 3. – с.408-415.
3. Язловецька О.В., Язловецький В.С. Учням про здоров'я . – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2000.– 210с.