

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЙ ПОТЕНЦИАЛ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ РАЗЛИЧНЫХ ВИДОВ

Ю.Ю. Елисеев, Ю.В. Клещина

Саратовский государственный медицинский университет

"Концепция модернизации российского образования на период до 2010 года" предусматривает создание условий для повышения качества общего образования, и в этих целях наряду с другими мероприятиями предполагает проведение оптимизации учебной, психологической и физической нагрузок учащихся, создание в образовательных учреждениях различных типов и видов условий для сохранения и укрепления здоровья школьников. Тем самым, в основополагающих документах Министерства Образования РФ сформулированы основные направления комплексной организации здоровьесберегающего образовательного процесса, который, сохраняя здоровье учащихся, обеспечивал бы развивающий эффект [1, 2].

На этой основе в настоящее время разрабатываются и апробируются перспективные модели здоровьесберегающего образовательного процесса в учреждениях общего образования. Однако при достаточно активном внедрении различных здоровьесберегающих технологий практически отсутствует система критериев оценки деятельности образовательных учреждений по сохранению и укреплению здоровья детей.

Институтом возрастной физиологии РАО [1] в настоящее время предложены основные направления анализа здоровьесберегающей деятельности общеобразовательных учреждений. Под анализом здоровьесберегающей деятельности образования понимается фактически анализ наличия или отсутствия в инфраструктуре образовательных учреждений, в организации процесса обучения тех условий, того комплекса мер и системных мероприятий, которые обеспечивают здоровьесберегающую образовательную среду, условия для сохранения и укрепления здоровья учащихся, формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Модель системной комплексной работы по здоровьесбережению учащихся в учреждениях общего образования включает в себя следующие основные направления: создание здоровьесберегающей инфраструктуры учебного заведения, рациональная организация учебного процесса, физкультурно-оздоровительной и просветительско-воспитательной работы с учащимися, педагогами, родителями, направленная на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни [1].

Используя предложенную схему анализа здоровьесберегающей деятельности учреждений общего образования, была определена цель настоящего исследования – дать оценку здоровьесбережения учащихся младших классов, обучающихся в различных учебных заведениях (гимназиях и школах) г. Саратова.

Исследование проводилось в рамках естественного гигиенического эксперимента, позволившего выполнить работу в классах двух гимназий и трех общеобразовательных школ. Для сравнительного гигиенического эксперимента и изучения организации педагогического процесса были выбраны 1–3 классы. Выбор данной ступени обучения обусловлен тем, что период начального обучения для младших школьников рассматривается в качестве критического, когда на фоне расширения микросоциальных контактов, у детей обнаруживается повышенная чувствительность к среде и адаптации к началу общего образования [2].

Комплекс гигиенических исследований проводился с использованием стандартных методов. Выбор методических приемов определялся конечными целями исследования.

Оценка уровня санитарно-эпидемиологического благополучия помещений для начальных классов различных учебных заведений проводилась в соответствии с СанПиН 2.4.2.1178–02 "Гигиенические требования к условиям обучения в общеобразовательных учреждениях". При оценке учебного процесса критериями были взяты уровни учебной нагрузки, гигиенические требования к составлению школьного расписания с учетом трудности предметов [3] и режим дня школьников, для чего проводилось изучение недельного бюджета времени с помощью специальной анкеты, разработанной для опроса учеников и их родителей. Организация физкультурно-оздоровительной работы в учебных заведениях оценивалась в соответствии с учебными программами по физической культуре [3, 4]. Оценка организации просветительско-воспитательной работы с учащимися, направленной на формирование ценности здоровья и здорового образа жизни, проводилась в соответствии с разработанной региональной программой "Основы здорового образа жизни" (приказ Министерства Образования Саратовской области № 684 от 03.08.2001 г. "О введении региональной программы "Основы здорового образа жизни").

Анализ инфраструктуры всех обследуемых учебных заведений выявил типичные несоответствия гигиеническим требованиям, на основании которых образовательные учреждения были отнесены лишь ко II группе санэпидблагополучия.

Оценка санэпидблагополучия обследуемых школ и гимназий показала, что эти учреждения значительно перегружены по сравнению с их проектными мощностями и действующей материально-технической базой.

Набор помещений во всех образовательных учреждениях соответствовал требованиям санитарных правил. Однако типичными для всех учреждений общего образования являлись такие дефекты, как уменьшение площади классных комнат: в лицеях – 1,8–2,0 кв. м., в школах – 2,2–2,5 кв. м. на 1-го учащегося, несоответствие показателей искусственного освещения допустимым нормам в большинстве измерений, несоответствие функциональных размеров школьной мебели росту учащихся, отсутствие полноценной организации горячего школьного питания.

Оценка организации учебно-воспитательного процесса в обследуемых образовательных учреждениях позволила выявить, что недельная учебная нагрузка, установленная для общеобразовательных учреждений РФ, превышала допустимые величины в классах гимназий – на 2–7 часов, в классах школ традиционной формы обучения – на 1–3 часа.

Школьное расписание уроков во многих классах гимназий и школ страдало типичными методическими ошибками и одинаково часто не отвечало рекомендациям СП 2.4.2.782–99. Наиболее частым нарушением являлось неправильное составление расписания без учета фаз дневной и недельной умственной работоспособности и распределение трудности предметов в течение дня и по дням недели.

Проведенная гигиеническая оценка урока в различных учреждениях общего образования показала, что в гимназических классах структура урока нерациональна и характеризуется отсутствием чередования учебно-методических подходов, малым количеством видов учебной деятельности, неправильной организацией физкультминуток, отсутствием контроля со стороны учителя за правильной посадкой ученика. Утомление по данным хронометража у гимназистов наступало раньше (на $25 \pm 1,0$ минуте), нежели у школьников (на $33 \pm 0,8$ минуте). Данное обстоятельство позволило проанализировать количественные характеристики урока в учреждениях различного типа. Получены достоверные различия: в классах гимназии плотность урока выше ($79,11 \pm 1,2$), количество видов учебной деятельности меньше ($3,67 \pm 1,05$), и они длиннее ($8,44 \pm 2,34$), чем в учреждениях контрольной группы (классы общеобразовательной школы: $70,0 \pm 1,0$ – $5,4 \pm 1,0$ – $5,8 \pm 3,06$, соответственно).

Неправильная организация учебного процесса в учреждениях общего образования определенным образом сказывается на длительности основных режимных моментов у учащихся начальных классов [1].

Анализ изучения режима дня учащихся 2 и 3-х классов различных учебных заведений выявил значительное увеличение времени, используемое детьми на самоподготовку (2–4 часа) и незначительность различий в продолжительности выполнения домашних заданий (на 4 %).

Одновременно с этим наблюдалась тенденция снижения времени, предназначенного для прогулок на свежем воздухе, как в будние, так и в выходные дни. При анализе индивидуальных результатов анкетирования была отмечена обратная взаимосвязь длительности прогулок и выполнения домашнего задания.

Неполноценная организация дневного отдыха признана у 90 % всех обследуемых детей. Никто из учащихся первых классов гимназий и школ не имели дневного сна, который является обязательным режимным моментом в данном возрасте.

Средняя продолжительность ночного сна у школьников в будние дни также оказалась недостаточной. Физиолого-гигиенические нормативы выдерживались лишь в 6 % случаев. В значительном числе случаев (87 %) ночной сон был укорочен у учащихся на 1–2 часа и более 3 часов (7 % случаев).

Занятия учащихся по интересам, включающие в себя внешкольные занятия в музыкальной школе, иностранными языками и т. д., отнимали у обследуемых младших школьников из различных учебных заведений в среднем от 1 часа 30 минут до 2–3 часов (в 60–64 % случаев).

В свободное от учебных и внеучебных занятий время школьники среди занятий по интересам достаточное количество времени уделяли чтению, просмотру телевизионных передач, игре на компьютере. Длительность просмотра детьми телепередач в выходные дни увеличивалась в два раза, и средняя продолжительность составляла 3 часа (50 % случаев).

Таким образом, в свободное от учебных и внеклассных занятий время у учащихся младших классов различных учебных заведений преобладал статический компонент. Значительное число школьников имели суммарную статическую нагрузку, учитывающую уроки, факультативные занятия, самоподготовку, внешкольные занятия, от 3 до 6 часов, у гимназистов – от 4 до 8 и более часов в день.

Одним из основополагающих условий, обеспечивающих здоровье детей, является рациональная организация двигательной активности. Анализ организации физкультурно-оздоровительной работы, проводимой с учащимися начальных классов различных образовательных учреждений г. Саратова, убедительно доказы-

вает, что этот резерв профилактики и сохранения здоровья школьников практически не используется.

У большинства обследованных учебных заведений отсутствовали должные условия и рациональная организация занятий физической культурой и спортом. Спортивные залы имелись во всех образовательных учреждениях, из них только один отвечал гигиеническим требованиям по площади. Ни одно учебное заведение не имело полного набора учебно-спортивных помещений и помещений гигиенического назначения (душевые, санузлы), наличие которых является обязательным для физкультурных залов. Оснащение спортивных залов в гимназиях и школах нельзя признать полностью удовлетворительным. Доля исправного спортивного инвентаря, соответствующего возрасту младших школьников, по всем учебным заведениям составила от 20 до 70 % от необходимого уровня.

Использование всех обязательных форм физического воспитания в обследуемых гимназиях и школах не было представлено в полном объеме.

Анализ физкультурно-оздоровительной деятельности обследуемых образовательных учреждений показал, что своевременное распределение детей по группам физвоспитания не всегда сопровождалось организацией полноценной и эффективной работы с учащимися всех групп. В условиях современной школы практически прекратились занятия по специальной программе, ЛФК с учащимися подготовительной и специальной групп, что связано чаще всего с отсутствием в школах специалистов по работе с ослабленными детьми.

Анализ уроков физкультуры в образовательных учреждениях показал, что в обследуемых школах, чаще, чем в гимназиях, место урока в школьном расписании не соответствовало динамике работоспособности в течение учебного дня и недели. По результатам хронометража структура урока и продолжительность его основных частей только в 40 % случаев отвечали гигиеническим требованиям. В структуре многих уроков выявлено снижение количества времени, отведенного на заключительную часть урока, или полное ее отсутствие.

Получение подобных данных не позволяет признать физкультурно-оздоровительную работу, проводимую в различных общеобразовательных учреждениях, вполне удовлетворительной.

Задача формирования у школьников ценности здоровья, культуры здорового образа жизни

выделялась как наиболее распространенная в системе здоровьесберегающей деятельности обследованных образовательных учреждений. Во всех учебных заведениях эта работа декларировалась и реализовалась в виде бесед о здоровье с учащимися (85 %), с родителями (50 %), в виде выпуска специальных информационных листов (15–20 %). Еще одной популярной формой здоровьесбережения являлось проведение "дней здоровья" и спортивных праздников (40–60 %), реализуемые, как правило, в рамках регионального или школьного компонента. В ряде школ (80 %) реализовались обучающие программы, направленные на формирование гигиенических знаний, формирование ценности здоровья и здорового образа жизни.

Таким образом, анализ направлений работы образовательных учреждений по программе сохранения и укрепления здоровья школьников показал, что обследуемые учебные заведения используют лишь минимально допустимый комплекс здоровьесбережения. В подавляющем большинстве учреждений общего образования используются малодейственные формы работы по охране и укреплению здоровья, такие как беседы и лекции, причем эта форма здоровьесберегающей деятельности преобладает вне зависимости от вида учебного заведения. В то же время в данных учреждениях имеет место недостаточное внимание к тем формам, которые являются непосредственной функцией учреждений образования (обеспечение здоровьесберегающей инфраструктуры учреждения, контроль за организацией учебного процесса, физкультурно-оздоровительной работы). Это доказывает, что "основные компоненты организации жизни ребенка в школе пока исключены из анализа возможных причин ухудшения здоровья, ошибочно не рассматриваются в числе приоритетов здоровьесбережения учащихся" [1].

ЛИТЕРАТУРА

1. Безруких М.М. Здоровьесберегающая школа. – М.: МПСИ, 2004. – 240 с.
2. Кучма В.Р. Теория и практика гигиены детей и подростков на рубеже тысячелетий. – М., 2001. – 376 с.
3. Методы контроля и управления санитарно-эпидемиологическим благополучием детей и подростков: Руководство к практическим занятиям для студентов высших медицинских учебных заведений / Под ред. В.Р. Кучмы. – М., 1999. – 589 с.
4. Приказ МО РФ, МЗ РФ, Госкомспорта России и РАО от 16 июля 2002 г. № 2715/227/166/19 // Вестник образования России. – 2002. – № 18. – С. 38–44.

Eliseev Yu. Yu., Kleskhina Yu. V. Health promoting potential of educational establishments of various types // Vestnik of Volgograd State Medical University. – 2005. – № 2(14). – P. 28–30.

This article describes the evaluation criteria of the activity of educational institutions aimed at health promoting of students.

The analysis revealed that health promoting activities in educational establishments are non-systematic. Educational institutions neglect such important issues as organizing the education process, motor performance and institution infrastructure.