Современные подходы к сохранению здоровья школьников в образовательной среде

 Симонова С.Н., учитель географии МБОУ

 «СОШ№ 28 с УИОП имени А.А.Угарова»

В последнее время охрана и укрепление здоровья подрастающего поколения, его интеллектуальное и физическое развитие становятся важнейшими государственными задачами. По данным Минздравсоцразвития России, из 13,4 миллионов детей школьного возраста более половины (53%) – имеют ослабленное здоровье, две трети детей в возрасте 14 лет имеют хронические заболевания, лишь 10 процентов выпускников общеобразовательных учреждений могут быть отнесены к категории здоровых. По оценкам специалистов, к факторам риска для здоровья школьников, помимо трудностей социально-экономического характера и ухудшения экологии, можно отнести: снижение их физической активности, стрессовую педагогическую тактику, чрезмерную интенсивность образовательного процесса, преждевременное начало дошкольного систематического обучения, несоблюдение элементарных физиологических и гигиенических требований к организации учебного процесса, функциональную неграмотность педагогов в вопросах охраны и укрепления здоровья, массовую неграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья детей.

Традиционно выделяются несколько компонентов здоровья: соматическое, физическое, психическое, социальное, духовно-нравственное. Основу психического здоровья составляет полноценное психическое развитие человека на всех этапах онтогенеза. Неразвитые психические функции не позволяют ребенку полноправно взаимодействовать с миром людей, познавать, чувствовать и понимать этот мир, а потому создают депривационную ситуацию, и, как следствие этого - нарушение психического здоровья (страхи, тревожность, психическое напряжение, комплексы, негативные переживания, неадекватные реакции и пр.). Условия для здорового психического развития детей – это целостная медико-психолого-педагогическая система, включающая образовательный, социальный и культурный контекст. Основной характеристикой такой системы является понятие социальной ситуации развития . Ее основу составляет переживание ребенком среды своего обитания и себя в этой среде. Если эти переживания позитивны, среда обладает развивающим эффектом, и в ней возможны реализация и укрепление психического здоровья ребенка.

Ответственность за психическое развитие как основы психического здоровья ребенка лежит на взрослых – родителях, воспитателях, педагогах, психологах. Психологическое здоровье обеспечивается в образовательном учреждении тем, что взрослые помогают растущему человеку находить достойное с его точки зрения, удовлетворяющее его место в познаваемом, переживаемом им мире.

Укрепление психологического здоровья предполагает внимание взрослых к внутреннему миру ребенка, к его способностям и знаниям, его отношению к себе, к сверстникам, к окружающему миру, к происходящим семейным и общественным событиям, к жизни как таковой. Учащиеся разного возраста пытаются разобраться в самих себе, но их интерес к самопознанию превышает их возможности. Отсюда – неадекватные способы познания себя и других, неудовлетворенность этим познанием, неопределенность в оценках и самооценках, намерениях, поступках и т.п. Неумение понять свои личностные проблемы, отсутствие представлений о возможных способах их разрешения нарушают позитивное отношение школьников к себе, деформируют образ жизни в целом, толкают детей к социально неодобряемым формам поведения.

Согласно словарю под психическим здоровьем личности понимается «состояние душевного благополучия». Организация активности личности может быть индикатором ее психологического здоровья, а показателем личного успеха сегодня должно стать здоровье человека. Если у школьников появится привычка к укреплению своего здоровья, занятиям спортом, то будут в значительной степени решены и такие острые проблемы, как наркомания, алкоголизм, детская безнадзорность.

Профилактика безнадзорности, правонарушений, других асоциальных явлений сегодня рассматривается как необходимая и естественная составляющая деятельности школы. Приоритетность задач охраны и укрепления здоровья ребенка обуславливает необходимость создания и реализации в современных школах специальных превентивных образовательных программ, обеспечивающих формирование у подрастающего поколения ценностных установок по отношению к собственному здоровью, формирование у детей и подростков культуры здоровья. Укрепление здоровья – процесс, помогающий человеку усилить контроль над детерминантами здоровья и таким образом улучшить его.

В настоящее время в образовательной среде нашей школы создана система профилактики наркомании. Превентивные мероприятия носят системный плановый характер и осуществляются среди всех участников образовательного процесса по тематике, связанной с психолого-педагогической профилактикой незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ.

Вопрос заботы о здоровье учащихся требует не только решений, вызванных охранительной позицией взрослых по отношению к детскому здоровью. Гораздо важнее пробудить в детях желание заботиться о своем здоровье, основанное на их заинтересованности в учебе, в выборе учебных курсов, адекватных собственным интересам и склонностям. Насыщенная, интересная и увлекательная школьная жизнь становится важнейшим условием формирования здорового образа жизни. Проблема психологического здоровья школьников может быть решена только при условии реальной заинтересованности и позитивного взаимодействия всех участников образовательного процесса.