

Омурова Ж.Н.

ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ШКОЛЬНИКОВ ПИЛОТНЫХ ШКОЛ
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

Zh.N. Omurova

ASSESSMENT OF GENERAL HEALTH STATUS OF PUPILS IN PILOT
SCHOOLS IN KYRGYZ REPUBLIC

УДК: 616-053.5:364.628(575.2)

Приведено изучение распространенности отклонений в состоянии здоровья у обучающихся пилотных школ КР, а так же факторов влияющих на данные показатели. Были исследованы 1170 школьников различных школ по всем регионам республики. Выявлен относительно высокий процент распространенности головных болей, невротических состояний и состояний стресса среди исследованных учащихся.

Ключевые слова: Школьное здоровье, неврозы школьников, психологическое здоровье.

The presented study is focused on the prevalence of general health problems among the pilot schools pupils in Kyrgyz Republic, and also on factors affecting the general health indicators. The study involved 1170 students from the pilot public schools in different country regions. The study revealed the high prevalence of headaches, neurosis – like conditions and stress in the examined groups.

Key words: general health of school age, neurosis of school age, psychological health.

Введение: Наиболее актуальными наряду с другими проблемами у подростков являются неврозы, невротические состояния, психосоматические расстройства. Причины, способствующие наиболее частому проявлению данных расстройств, можно разделить на три основные группы - физиологические, психологические и социальные. Между тем, именно эти же слагаемые определяют успех обучения.

Еще два десятилетия назад понятие «детский стресс» не существовало. Однако, последние исследования доказали, что дети также как их родители страдают от страхов, избыточных нагрузок, сильного психологического давления, в итоге каждый третий ребенок испытывает стресс. Причины могут быть самые разные: потеря близкого родственника, развод родителей, пропажа дорогих вещей, но самый сильный это школьный стресс.

Школа сегодня серьезный психогенный фактор, причиной такого положения можно назвать постоянную гонку за призрачным успехом: не опоздать, быть лучше других, прочитать, во время сдать. Следует отметить, что неврозы у школьников часто обусловлены неблагоприятной психологической обстановкой в школе, выражающейся в эмоциональном насилии

в отношениях учитель-ученик, а также отношениями между учащимися (рэкет). Большую роль в этом играет также вовлечение подростков в сферу вынужденной трудовой занятости, нередко принимающей формы "скрытой эксплуатации" несовершеннолетних.

Несправедливое отношение учителя, которое проявляется в привычных для некоторых учителей окриков: «Опять все тебя ждут!», «Ну что за почерк!», «Ты опять не успел!» приводит к сильнейшему стрессу. Такое негативное, пренебрежительное, а нередко подавляющее ребенка отношение учителя также является очень трудной, а порой неразрешимой проблемой для ученика.

Серьезное влияние на качество знаний оказывает здоровье школьников, которое напрямую зависит от объема учебной программы и новых педагогических технологий, к сожалению, не проводится их экспертиза по соответствию санитарно-гигиеническим нормам и как результат возникают различные отклонения в состоянии здоровья детей и подростков школьного возраста. Поэтому в настоящее время, наряду регистрируемыми нарушениями в состоянии здоровья школьников часто встречаются психические расстройства. Вместе с тем, существующая система образования, наряду с неблагоприятными факторами среды, направлена не на сохранение и укрепление здоровья субъектов образовательного процесса, а на его ухудшение. Об этом свидетельствуют массовые нарушения физического и нервно-психического развития детей, что проявляется в невротических состояниях, дефектах полового созревания, уменьшении уровня физической подготовленности.

Материалы и методы:

Целевой аудиторией явились учащиеся разных возрастных групп (младшие, средние, старшие классы). Исследование проводилось в каждой области республики с репрезентативной выборкой национального уровня. Выборка состояла из 1170 учащихся. Проводился анализ показателей заболеваемости учащихся. Для изучения состояния здоровья школьников взята

методика из принятого стандарта протокола медицинского осмотра детей и подростков. В целях выявления влияния факторов «риска» на показатели состояния здоровья осуществилось анкетирование школьников.

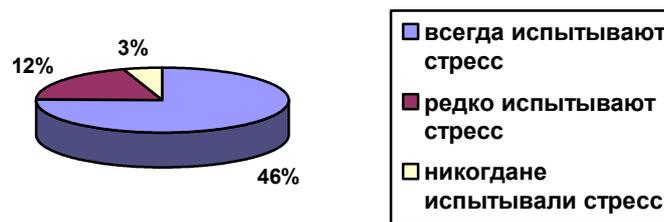
Результаты и обсуждение:

Общая картина состояния здоровья учащихся по данным анкетирования такова: среди серьезных прочих проблем, связанных со

здоровьем, учащиеся чаще всего также называли частые головные боли - 16% (от 9% в Ошской области до 20% в Чуйской). Выяснение у родителей характера заболеваний у их ребенка показало, что 25% опрошенных отметили наличие частых головных болей.

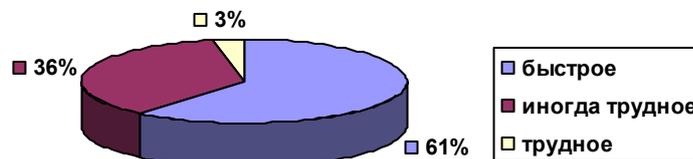
По данным опроса установлено, что 46% школьников всегда испытывают стресс, 12% - редко и лишь 3% - никогда (диаграмма1)

Диаграмма 1. Состояние стресса среди учащихся.



Косвенным признаком наличия стресса у ребенка служит характер его засыпания и наличие чрезмерной раздражительности. Так, 61% опрошенных родителей назвали процесс засыпания ребенка быстрым, 36% - иногда трудным и 3% отметили о частой трудности засыпания ребенка.(диаграмма 2)

Диаграмма 2. Структура ответов родителей о характере засыпания их детей.



Большинство опрошенных родителей высказались о наличии у ребенка чрезмерной плаксивости, раздражительного характера, сердитости, страшных сновидений, нарушения аппетита и слуха, а также жалоб на головные боли (59%, 51%, 54%, 53% и 62% соответственно), меньшая часть их отметили отсутствие таковых явлений (34%, 39%, 41%, 41% и 31% соответственно), и лишь небольшое количество родителей высказались об их частом проявлении (7%, 10%, 5%, 6% и 7% соответственно).

Также выявлено наличие у ребенка жалоб на тошноту, утренние боли в животе, заметные расстройства настроения и нервные движения. Большинство опрошенных родителей указали на отсутствие у ребенка вышеуказанных симптомов (64%, 52%, 55%, 70% соответственно), меньшая

их часть отметила наличие таковых иногда (34%, 41%, 43%, 27%, соответственно), а небольшое количество родителей высказались об их частом проявлении (2%, 7%, 2%, 3% соответственно).

Увеличение учебной нагрузки неизбежно нарушает режим, ведет к резкому сокращению сна и отдыха, вызывает утомление и тревогу. Интенсификация учебного процесса происходит за счет увеличения количества учебных часов. Фактическая учебная школьная нагрузка составляет в начальной школе 6,2- 6, 7 часов в день, в основной школе 7,2- 8 часов в день и в среднем звене 8- 9 часов в день. Проведенные исследования показали, что 51% учащихся на выполнение домашнего задания затрачивают 3-4 часа, таким образом, рабочий день современного школьника составляет 9-10 часов в начальной

школе, 10-11 - в основной и 11-13 - в средней школе. Нерациональная организация труда в современной школе: концентрация трудных предметов в один день, отсутствие больших перемен приводит к тому, что только 16% всех опрошенных никогда не чувствуют усталости в конце недели и 12% - не чувствуют себя уставшими после школы. На вопрос «Как ведут себя уставшие школьники на уроке?» - 34% указали «невнимательность», 14% - безучастность и 12% - расслабленность и вялые ответы.

Выявлено, что с поступлением в школу резко ограничивается двигательная активность детей. Существующие в школе уроки физкультуры обеспечивают лишь 10-12% от оптимального уровня необходимой двигательной активности. Исследования показали, что только 29% школьников имеют возможность заниматься спортом. «Какие уроки тебе нравятся поскольку привлекает стиль и методы преподавания учителя?», несмотря на сложность предмета 314 респондента выбрали математику, 175 - русский язык.

Выводы: Выявленный нами высокий удельный вес частых головных болей среди школьников связан вероятно со множеством разнообразных стрессовых факторов, воздействующих на развивающуюся нервную систему учащихся, т.е. несоответствием учебной нагрузки функциональным возможностям детского организма на каждом возрастном этапе.

Было бы целесообразным внести предложение в правительство о создании в школах республики кабинетов: медицинского, психологической службы, социологической службы.

Необходимо создание комфортных условий для раскрытия личности ребенка. В благоприятной среде учащиеся имеют одинаковое право проявлять компетенцию в решении вопросов по улучшению школьной

среды, принимать участие в активном процессе обучения, что укрепляет взаимоотношения ученика и учителя, улучшает климат в классе и в школе.

Профилактическая работа должна начинаться в семье и продолжаться на всех последующих этапах развития и обучения ребенка.

Подразумевает внесение в педагогический процесс аспектов, способствующих положительному изменению существующей ситуации, здоровьесберегающие технологии. Это внедрение технологий, которые позволят сохранить и укрепить здоровье учащихся, создание условий для позитивного настроения и для улучшения взаимоотношения в школе, развитие в ученике чувства собственного достоинства и взаимоуважения. Еще одним фактором риска для ребенка является сам учитель, он может знать свой предмет, но может не знать ребенка, его возрастные и индивидуальные особенности, его возможности.

В связи с этим необходимо разработать программу подготовки педагогов, которая даст необходимый объем знаний по вопросам охраны здоровья школьников в образовательных учреждениях.

Литература:

1. Князев Г.Г., Слободская Е.Р., Сафронова М.В., Савина Н.Н. «Психологическое и соматическое здоровье школьников», Москва 2008.
2. Калиева Б, Субанова М, Буйлашев Т. Отчет по качественному исследованию состояния здоровья школьников в Кыргызской Республике и факторов, обуславливающих его. Бишкек 2007.
3. Калиева Б, Субанова М, Баталгазиева К. Методическое пособие для учителя «Культура Здоровья» 2005.
4. Покровский В.И. «Популярная медицинская энциклопедия», Москва 1991

Рецензент: д.мед.н., профессор Султаналиева Р.Б.