

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОГО РЕБЕНКА

Х. Н. Симанович

(Учреждение образования «Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова»,
кафедра теории и методики физического воспитания)

Состояние здоровья современного ребенка в настоящее время является одной из главных проблем нашей цивилизации: плохая экология, неправильное питание, несоблюдение санитарно-гигиенических норм приводит к тому, что организм ребенка не до конца успевает сформироваться или уже с рождения имеет какие-то хронические заболевания.

Здоровье – это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов [1, с. 7].

Целью этого материала является изучение состояния здоровья современного ребенка, его формирования и воспитания через индивидуально-ориентированный подход к оздоровлению, образованию и воспитанию.

На вопрос «как сберечь и воспитать здорового ребенка в современных условиях?» ответить чрезвычайно сложно, но в то же время важно, ведь оно напрямую связано с его дальнейшим будущим. Из года в год в нашей стране наблюдается снижение уровня здоровья школьников.

Здоровье школьников напрямую зависит от условий обучения, питания, физической активности и семейного воспитания. В то же время очень важно учитывать гендерные особенности учащихся [2].

Состояние здоровья каждого ребенка зависит от его организма: отношения к внешним и внутренним факторам. Анализируя факторы, оказывающие негативное влияние на здоровье (патогенные факторы) в отношении здоровья учащихся, можно разделить их на две большие группы: факторы, напрямую связанные с учебным процессом, образовательными учреждениями (часто называемые «внутришкольные»), и допустимо влияющие на здоровье школьников [4, с. 32].

Согласно статистическим данным, в нашей стране индекс здоровья снижается из года в год и увеличивается заболеваемость детей и подростков. Заостряя внимание на характере заболеваний, можно отме-

тить изменения в сторону хронических неинфекционных, а именно сердечно-сосудистых, аллергических, нервно-психических, болезней органов дыхания и т. д. [3].

В состав хронических заболеваний современных подростков входят заболевания органов пищеварения, увеличилась доля хронических заболеваний нервной системы, а также заболевания костно-мышечной системы.

Данные, определяющие физическую дееспособность и физическую форму у нынешних детей, значительно меньше и слабее, чем показатели их сверстников 80-х – 90-х гг., в результате чего многие учащиеся не могут соответствовать стандартам физической подготовленности.

Причины этой ситуации в значительной степени связаны со школой. Серьезным фактором риска для развития здоровья учащихся является нарушение санитарно-гигиенических норм и правил в учебных заведениях: неполноценное питание, несоблюдение режимов учебы, прогулок на свежем воздухе, сна и отдыха. Также иногда объем образовательных программ, их количество может не соответствовать функциональным возможностям учащихся, что оказывает негативное воздействие на формирующийся организм.

Главным условием эффективной работы любой школы является укрепление здоровья учащихся. На данный момент проблемы по сохранению и укреплению здоровья нынешних детей должны решаться напрямую в образовательном учреждении, так как дети находятся на территории школы большую часть своего времени.

Также можно сказать, что неблагоприятные воздействия внутришкольной среды, в частности большие учебные нагрузки, могут повлиять на рост болезней опорно-двигательного аппарата.

При решении этих проблем положительные эмоции вызывает только тот факт, что «внутришкольный фактор» управляем. Задача всех специалистов (педагогов, медицинских работников, психологов) – превратить школу из фактора риска в фактор улучшения здоровья.

Подводя итоги, хочется подчеркнуть: мы все должны помнить, что здоровье молодого поколения является самым важным показателем благосостояния общества и государства, отражающим текущую ситуацию и прогноз на будущее.

Литература

1. Баранов, А. А. Состояние здоровья современных детей и подростков и роль медико-социальных факторов в его формировании / А. А. Баранов, В. Р. Кучма, Л. М. Сухарева // Вестник РАМН. – 2009. – № 5. – С. 6–11.
2. Высочин, Ю. В. Физическое развитие и здоровье детей / Ю. В. Высочин, В. И. Шапошникова // Физическая культура в школе. – 1999. – № 1. – С. 69–72.
3. Запруднов, А. М. Особенности современной подростковой гастроэнтерологии / А. М. Запруднов, К. И. Григорьев // Педиатрия. – 2011. – № 90(2). – С. 6–13.
4. Усанова, Е.П. Здоровье школьников: проблемы и пути их решения / Е.П. Усанова // Рос. педиатрич. журнал. – 1999. – № 6. – С. 32–34.