



«ЗАМАНАУИ ӘЛЕМДЕГІ ҒЫЛЫМ МЕН БІЛІМ»

ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ҒЫЛЫМИ-ТӘЖІРИБЕЛІК КОНФЕРЕНЦИЯ МАТЕРИАЛДАРЫ

«НАУКА И ОБРАЗОВАНИЕ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ»

МАТЕРИАЛЫ МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

«SCIENCE AND EDUCATION IN THE MODERN WORLD»

THE MATERIALS OF THE INTERNATIONAL SCIENTIFIC AND PRACTICAL CONFERENCE

Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі «Болашақ»
академиясы

Министерство образования и науки Республики Казахстан Академия
«Болашақ»

«Заманауи әлемдегі ғылым мен білім»

*Халықаралық ғылыми-тәжірибелік
конференция материалдары*

«ҚАЗІРГІ ФАРМАЦИЯДАҒЫ ДЕНСАУЛЫҚ САҚТАУ АСПЕКТІЛЕРІ»



Материалы

Международной научно-практической конференции

«Наука и образование в современном мире»

«ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ АСПЕКТЫ СОВРЕМЕННОЙ ФАРМАЦИИ»



«Science and Education in modern world»

The materials of the international scientific-practical conference

«THE HEALTH ASPECTS OF MODERN PHARMACY»

Том 2

Қарағанды – Караганды - Karagandy

Болашақ-Баспа

2019

2

**АДАМ ДЕНСАУЛЫҒЫН
ҚАЛЫПТАСТЫРУДАҒЫ
ЖАРАТЫЛЫСТАНУ ҒЫЛЫМДАРЫНЫҢ
МАҢЫЗЫ**

**ТӘЖІРИБЕЛІК ФАРМАЦИЯНЫҢ
ӨЗЕКТІ МӘСЕЛЕРІ**



**РОЛЬ ЕСТЕСТВЕННЫХ НАУК В
ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА**

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ
ПРАКТИЧЕСКОЙ ФАРМАЦИИ**



**THE ROLE OF SCIENCE IN SHAPING
HUMAN HEALTH**

**ACTUAL PROBLEMS OF PRACTICAL
PHARMACY**

Кий А.Г.

Ассистент кафедры физической реабилитации коммунальное заведение высшего образования
«Хортицкая национальная учебно-реабилитационная академия»
Запорожского областного совета
г.Запорожье, Украина
doctor-alexander@ukr.net

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА, КАК АКТУАЛЬНАЯ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИ-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

***Аннотация.** В статье озвучены наиболее вероятные причины, влияющие на нездоровье студентов, определена медико-педагогически-социальная направленность проблемы. Предложены и обоснованы принципы ее разрешения усилиями заинтересованного контингента студенчества и методологическими рекомендациями преподавательского коллектива. Описан опыт внедрения здоровьесберегающих технологий кафедрой физической реабилитации Хортицкой национальной академии.*

***Ключевые слова:** здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, кафедра физической реабилитации, Хортицкая национальная учебно-реабилитационная академия.*

Такие простые, знакомые каждому с детства понятия как здоровье, здоровый образ жизни, биопродукт, экология, спорт (из простых повседневных упражнений стал культивироваться наравне с едой и одеждой) сегодня стали модными. Очень обнадеживающим звучит девиз современной молодежи: «Модно быть здоровым!». Очень важно развивать эти тенденции, и закрепить отношение к ним к естественным жизненным потребностям.

Современная медицина – медицина болезней и больных. Она лечит болезни, а не формирует у людей настрой на здоровый образ жизни. Всемирная организация здравоохранения провозгласила направление медицины, согласно которому в XXI веке медицина должна перейти от «защитно-оборонительных» позиций к «социально-конструктивным», связанным с созданием самого здоровья и активного долголетия людей. Из «лечащего болезни» врач должен стать «конструктором здоровья», а «медицина болезней» должна стать «медициной здоровья» [1-3].

Одна из главных задач, как показателей качества подготовки высококвалифицированных кадров наряду с профессиональной компетентностью следует рассматривать укрепление здоровья студентов, повышение их работоспособности.

С учетом современной кризисной социально-экономической ситуации в стране, изучение здоровья современных студентов следует рассматривать, как комплексную медицинскую, педагогическую и социальную проблему, так как на него оказывает влияние комплекс различных факторов, которые вызывают различные виды напряжения (физическое, психическое, физиологическое, духовное, социальное и др.), требующие активизации приспособительных механизмов, снижающих риск разного рода заболеваний.

В последние годы ограниченные материальные ресурсы государства использовались, как правило, на лечение и оказание неотложной помощи, а профилактике заболеваний и популяризации ЗОЖ не уделялось должного внимания. Всё это привело к ухудшению здоровья студентов Украины.

К сожалению, с каждым годом отмечается тенденция к ухудшению состояния здоровья абитуриентов. Количество первокурсников, отнесенных к специальной медицинской группе, возросло в разы. Около 80% студентов характеризуются низкой физической активностью, увеличилось количество студентов с дефицитом массы тела до 20 кг (особенно у юношей), а избыточную массу тела демонстрирует более 20%. Такое состояние здоровья молодежи – результат не только длительного воздействия неблагоприятных социально-экономических факторов, но и результат нежелания заботиться о своем здоровье: у большинства студентов отсутствуют элементарные познания основ культуры и понимания необходимости ЗОЖ, они не владеют его элементами, а вредные привычки, которые имеют место уже в школьной среде, многократно возрастают [4].

Только треть из них положительно относятся к проблеме двигательной активности и необходимости занятий физической культурой и спортом.

В новых социальных условиях вузовского обучения, вчерашний школьник, претерпевает сложный социально-психофизиологический процесс, сопровождаемый напряжением компенсаторно-приспособительных систем организма студентов, он испытывает умственное и психоэмоциональное напряжение, сопровождаемое нарушением режима труда, отдыха и питания.

Значительная часть молодых людей оказалась перед острыми проблемами в жизни, связанными с бедностью и безработицей. Это нередко приводит к срыву адаптации и возникновению различных заболеваний.

Также, к числу факторов, отрицательно влияющих на здоровье студентов и отягощающим обучение в вузе в современных рыночных условиях, относят:

- транспортную проблему современного города, т.к. на дорогу затрачивается, как правило, много времени;
- необходимость совмещения его с работой. Студенты заняты, как правило, низкооплачиваемым и малоквалифицированным трудом, часто в вечернее и ночное время, испытывая как моральное, так и физическое неудовлетворение, накапливая при этом физическую и психологическую усталость, нарушение режима и питания.

Характеризовать питание необходимо не просто, как нерегулярное или всухомятку, но и как недостаточное. Оно не только подорожало, но и уменьшилось в объеме или количестве, при условии того, что процесс развития у большинства молодых людей ещё не закончился.

Даже поверхностное изучение структуры и содержания свободного времени показало наличие статистически значимой связи между количеством жалоб на плохое самочувствие, состоянием нездоровья и времени пребывания студентов на воздухе. Свободное время студентов значительно меньше средней продолжительности свободного времени молодежи других социальных групп.

Особое место в вузе принадлежит предупредительного рода социальным мероприятиям. В числе таких:

- возможность оценки функционального состояния органов и систем методом нелинейного анализа с использованием исследовательской аппаратуры «Oberon»;
- широкий ассортимент физиотерапевтических процедур с профилактической целью при наличии хронической патологии в период ремиссии;
- активная санпросвет работа сезонных заболеваний;
- кураторские часы по профилактике туберкулеза, ВИЧ, венерических заболеваний;
- организация диетпитания в пищеблоке академии;
- кислородные коктейли и фиточаи.

Также немаловажным является проведение спортивных турниров, спартакиад и конкурсов в спортзале, футбольном поле и волейбольной площадке, в парковых зонах заповедника о.Хортица.

В качестве основных задач могут быть определены следующие:

- активное и привлекательное осуществление пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ) студентов в вузе на индивидуальном уровне;
- повышение уровня организации массовой оздоровительной и спортивной работы в учебном заведении,
- оптимизация учебного процесса на основе применения современных и здоровье сохраняющих технологий,
- вариативная и адаптивная физическая культура в вузе,
- улучшение материальных и санитарных условий обучения, быта, питания и отдыха студентов и др.

Одной из важнейших целей педагогической системы образования и формирования у студентов кафедры физической реабилитации здоровье-сберегающих технологий является подготовка будущего физических терапевтов к личностно-профессиональной деятельности в сфере ЗОЖ. Достижение этой цели возможно при условии признания и закрепления ценностей здоровья в основных документах, регламентирующих деятельность высшего учебного заведения. Ими определены основные задачи, при решении которых достигается формирование здоровье сберегающих тенденций у будущих физических терапевтов [5].

Во-первых, охрана здоровья студентов и преподавателей, как субъектов образовательного процесса, на которых действует комплекс негативных воздействий психологического, биоритмологического, информационного, биомеханического и социального характера.

Во-вторых, это коррекция образа жизни и здоровья студента как индивида юношеского возраста, с присущими ему анатомо-физиологическими особенностями, уровнем здоровья и накопленными факторами риска.

И, в-третьих, это формирование культуры здоровья у студента как будущего в перспективе носителя эталонов здорового образа жизни, а также индивидуума, имеющего хорошее физическое, психическое и нравственное здоровье, необходимое для успешной профессиональной деятельности.

Информационная обеспеченность формирования здоровьесберегающих компетенций – это неотъемлемый компонент педагогической системы. Именно поэтому учебная и научная информация по вопросам здоровья и ЗОЖ носит опережающий характер, что подтверждается началом просвещения студентов в области здоровья с первых курсов обучения в вузе.

При этом преследуется цель достижения следующим условием:

- овладение знаниями о биологической природе организма человека;
- овладение системой знаний о взаимосвязи физического, психического и социального здоровья человека и общества;
- иметь представление о взаимодействии организма и среды;
- осознание здоровья как ценности;
- овладение системой знаний, умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- овладение организационно-деятельностными умениями, необходимыми для самоанализа, развития своих творческих способностей и повышение квалификации;
- овладение системой знаний о человеке как субъекте образовательного процесса, его возрастных и индивидуальных особенностей;
- овладение знаниями по охране здоровья и безопасности жизнедеятельности;

При соблюдении определенных педагогических условиях это способствует предотвращению стрессовых и конфликтных ситуаций в период обучения и во время экзаменационных сессий, сохранению и укреплению здоровья.

Вопрос укрепления здоровья и снижения уровня заболеваемости студентов постоянно находится в зоне внимания ректората, ученого совета, отделов по воспитательной, учебной и научной работы Хортицкой Национальной академии.

Приоритетными направлениями являются активизация и привлекательность пропаганды ЗОЖ, результативность борьбы с вредными привычками, эффективность оздоровительной и массовой спортивной работы.

В этой связи актуально звучит мысль К.Ушинского о том, что программы и методы воспитания только тогда будут иметь силу в действительности, если они перейдут в убеждение воспитателя.

Именно поэтому, на кафедре физической реабилитации, в процессе обучения ЗОЖ, педагоги с успехом используют личный опыт борьбы с избыточным весом, отказа от табакокурения (на территории академии категорически запрещено), употребления алкоголя. Требования к педагогам, которые занимаются формированием ЗОЖ, кроме профессиональной компетентности и грамотности, включают культуру здоровья педагогического коллектива (преобладающее представительство сотрудников кафедры имеют спортивные достижения и являются преподавателями физвоспитания) [6].

Список использованных источников:

1. Карпенко А.Н. Краткий психологический словарь /В.А. Петровский, М.Г. Ярошевский. М.: Политиздат, 1985. – 201 с.
2. Апанасенко Г.Л. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики. М.; Просвещение, 1987. – 146 с.
3. Амосов Н.М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. /н.М. Амосов. – Донецк: Сталкер, 2002. – 590 с.

4. Апанасенко Г.Л., Попова Л.А. Медицинская валеология / Серия "Гиппократ". – Ростов н/Д: Феникс, 2000. – 248 с.

5. Бондин В.И. Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования. // Теория и практика физической культуры. –2004, №10, С. 15 – 18.

6. Вайнер Э.Н. Социальные аспекты здоровья и здорового образа жизни // Валеология, 1998, № 3, С.17–23.

Кий А.Г.

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА, КАК АКТУАЛЬНАЯ МЕДИКО-ПЕДАГОГИЧЕСКИ-СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

Аңдатпа. Мақалада студенттердің денсаулығына әсер ететін ең ықтимал себептер анықталды, бұл мәселенің медициналық-педагогикалық және әлеуметтік бағыттылығы анықталды. Оның шешілу қағидалары мүдделі студенттік органның күшімен және оқытушылар құрамының әдістемелік ұсынымымен негізделеді және негізделеді. Хортит ұлттық академиясының Физикалық реабилитация бөлімі арқылы денсаулық сақтау технологияларын енгізу тәжірибесі сипатталған.

Кілтті сөздер: денсаулық сақтау технологиялары, салауатты өмір салты, дене шынықтыру бөлімі, Хортиция Ұлттық тренинг және қалпына келтіру академиясы.

Kiy A.G.

HEALTH OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTION AS RELEVANT MEDIKO-PEDAGOGICHESKI-SOTSIALNAYA PROBLEM

Annotation. The article sounded the most probable causes affecting the unhealthiness of students, defined the medical-pedagogical and social orientation of the problem. The principles of its resolution are proposed and substantiated by the efforts of the interested student body and methodological recommendations of the teaching staff. The experience of introducing health-saving technologies by the Department of Physical Rehabilitation of the «Khortytsia National Academy» is described.

Key words: health-saving technologies, healthy lifestyle, Department of Physical Rehabilitation, «Khortytsia National Educational and Rehabilitation Academy».