



2016, том 18 [11]

УДК 372.8:612

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ РСО-АЛАНИЯ КАК ПОКАЗАТЕЛЬ КАЧЕСТВА РЕГИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЫ

И.Ю. Кокаева¹, З.Р. Джиеова²

¹ГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный педагогический институт»
Владикавказ, Россия

²ГБОУ ВО «Северо-Осетинский государственный педагогический институт»
Владикавказ, Россия

Аннотация. Цель исследования — изучить состояние здоровья студенческой молодежи в региональном образовательном пространстве республики Северная Осетия-Алания; определить наиболее распространенные заболевания, изучить основные факторы риска. На студентов — будущих учителей начальной школы ложится особая миссия по формированию культуры здоровья у обучающихся. Поэтому в процессе профессиональной подготовки в педагогических вузах особое внимание уделяется формированию компетентности будущих учителей в вопросах культуры здоровья и здорового образа жизни. Результаты исследования могут быть полезны при проектировании здоровьесберегающей образовательной среды.

Ключевые слова: здоровье студентов, здоровьесберегающая компетентность студентов педагогического вуза.

Состояние здоровья подрастающего поколения — важнейший показатель благополучия общества и государства не только в конкретное время, но и дающий точный прогноз на будущее. Здоровье студентов в настоящее время является предметом пристального внимания [1, с. 256]. На сегодняшний день возникло много вопросов, связанных с формированием новых подходов к укреплению здоровья студентов. Несомненно, этот процесс следует начинать ещё со школьной скамьи, воспитывая у школьников требовательное отношение к своему здоровью. Только продуманная и систематическая работа с обучающимися дает возможность сформировать, укрепить и сохранить здоровье детей и молодежи.

Известно, что студенческая молодежь одна из представительных групп населения нашей страны. В настоящее время в Российской Федерации более 3 миллионов студентов, из них 23 905 — студенты республики Северная Осетия-Алания. Студенчество можно рассматривать как отдельную группу населения, имеющую свои установки в поведении, отличия в образе жизни.

Целью нашей работы стало изучение состояния здоровья студентов РСО-Алания.

В процессе реализации поставленной цели решались следующие задачи:

1) изучить состояние здоровья студенческой молодежи в РФ;



2) проанализировать медицинские справки студентов РСО-Алания и выявить наиболее распространенные заболевания в популяции студенческой молодежи (16—20 лет);

3) провести анкетирование среди студентов СОГПИ и определить уровень культуры здоровья и здоровьесберегающую компетентность будущих учителей.

Существует много определений понятия «здоровье», смысл которых определяется профессиональной точкой зрения авторов. Известно, что здоровье — это состояние физического, психического, нравственного, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов [2, с. 25].

Физическое здоровье — это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

Психическое здоровье зависит от состояния головного мозга, оно характеризуется уровнем и качеством мышления, развитием внимания и памяти, степенью эмоциональной устойчивости, развитием волевых качеств.

Нравственное здоровье определяется теми моральными принципами, которые являются основой социальной жизни человека, т.е. жизни в определенном человеческом обществе. Отличительными признаками нравственного здоровья человека являются, прежде всего, сознательное отношение к труду, овладение сокровищами культуры, активное неприятие нравов и привычек, противоречащих нормальному образу жизни. Физически и психически здоровый человек может быть нравственным «уродом», если он пренебрегает нормами морали. Поэтому социальное здоровье считается высшей мерой человеческого здоровья.

В среднем у каждого будущего студента перед поступлением в вуз были заболевания, зарегистрированные в детские и школьные годы. Самым распространенным нарушением здоровья студенческой молодежи в республике Северная

Осетия-Алания являются болезни органов дыхания.

Второе ранговое место занимают инфекционные болезни. Далее идут болезни опорно-двигательного аппарата, сердечно-сосудистой системы, органов пищеварения, глаз, а также травмы [3]. Во время обучения в вузе студенты чаще всего обращаются в поликлинику с жалобами на органы дыхания, с целью лечения ОРЗ и гриппа. Вместе с тем меньше внимание уделяется лечению заболеваний органов пищеварения, мочеполовой системы, болезней крови и эндокринной системы. Каждый третий студент является носителем хронического заболевания.

Для определения особенностей образа жизни и культуры здоровья нами было проведено анкетирование среди студентов четырех вузов республики: ГГАУ, ГМИ, СОГУ, СОГПИ (всего 306 человек). Результаты опроса показали, курят 13,4% парней и 18,1% девушек. Употребляют спиртные напитки (в том числе и слабоалкогольные) 16% девушек и 24% парней. Вредные для здоровья привычки для студентов большей части Российской Федерации являются более распространенными. Но тревожность полученной нами информации повышается при изучении других компонентов здорового образа жизни. Так, например, занимаются физической культурой и делают регулярно зарядку только 25% опрошенных студентов, посещают спортивные секции 10,5%; занимаются танцами 16,5%, соблюдают режим дня 17,8%, правильно питаются 14,5% девушек и юношей и, наконец, во время каникул выезжают для отдыха в санатории 5,9%. Согласно опросу студентов, 64,7% вообще не занимаются физической культурой и спортом. Подавляющее большинство студентов предпочитают пассивные формы досуга.

Активные формы отдыха — занятия спортом, работа в саду или на приусадебном участке — привлекают в совокупности только 5,3% городских и 11,7% сельских студентов [4]. Используемые студентами механизмы релаксации, формы досуга крайне недостаточны для компенсации затрат нервной, психической энергии, необходимых для успешной учебы.





Согласно результатам исследований, причиной плохого самочувствия студентов являются стрессы, вызванные неустойчивостью быта и досуга, перегруженностью учебных программ, отсутствием нормальных механизмов релаксации, крайне необходимых при интенсивной учебной нагрузке.

Несмотря на то, что ценность здоровья у подавляющего большинства студентов относится к числу основных, тем не менее она не отражается на реальном образе жизни. Для изучения сформированности уровня культуры здоровья студентам четырех вузов республики предлагалось ответить на вопросы: «Что такое здоровье?», «Что такое здоровый образ жизни?», «К какой группе здоровья они относятся?», «Какие здоровьесберегающие технологии они знают?» и т.д.

Сравнительный анализ результатов опроса показал, что более высокий уровень культуры здоровья имели студенты ГБОУ «Северо-Осетинский государственный педагогический институт» (СОГПИ), у которых формирование культуры здоровья — одна из основных профессиональных компетенций будущих педагогов. Большая часть студентов знают: что такое здоровье; от каких факторов оно зависит, как называется наука о здоровье и здоровом образе жизни, имеют представление о здоровьесберегающих технологиях в образовании. Более высокий уровень культуры здоровья отразился на количестве пропусков студентов по болезни. У студентов педагогического института он оказался меньше, чем у студентов других вузов.

Таблица

Результаты опроса студентов педагогического вуза

Знают факторы и компоненты здоровья:	имеют четкое представление — 60%	имеют не полное представление — 35%	не смогли ответить — 5%
Оценили свое здоровье:	«отл» и «хор» — 65%	«удовл» — 30%	«неуд» — 5%
Пропускают занятия по болезни:	часто — 26%	редко — 25%	не пропускают — 49%
Ведут здоровый образ жизни:	стараятся придерживаться — 59%	с некоторыми нарушениями — 21%	ведут нездоровый образ жизни — 20%
Наиболее распространенные вредные привычки:	несоблюдение режима питания — 50%	курят — 23%	употребляют спиртные напитки — 13%

Здоровье детей и молодежи в любом обществе является актуальной проблемой и предметом первоочередной важности, оно определяет будущее страны, научный и экономический потенциал нации. Именно здоровье учащейся молодежи выступает «движущей силой всеобщего качества жизни».

ЛИТЕРАТУРА

1. Гогаев Т.П., Урусова М.С., Маликова О.Г. К вопросу о состоянии здоровья молодежи РСО—А // Сборник студенческих научных статей «Молодежь и наука»: Материалы XI региональной студенческой научной конференции. Выпуск XI. В 2 ч. Ч. 1. Сев. Осет.

гос пед. инс-т. Владикавказ: Изд-во СОГПИ, 2015. С. 138—143.

2. Кокаева И.Ю. Развитие регионального образовательного пространства как фактор сохранения и укрепления здоровья младших школьников (на примере Республики Северная Осетия-Алания): дисс. ... д-ра пед. наук. Владикавказ, 2011.

3. Кокаева И.Ю. Формирование ресурса здоровья школьников в условиях регионального образовательного пространства // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3. Педагогика и психология. 2010. № 4. С. 31—37.

4. Кокаева И.Ю. Моделирование здоровьесберегающей образовательной среды — важная педагогическая задача // Современные технологии обучения: Сборник статей и тезисов. 2009. С. 149—153.





THE STATE OF HEALTH OF STUDENTS OF NORTH OSSETIA-ALANIA AS AN INDICATOR OF THE QUALITY OF THE REGIONAL EDUCATIONAL ENVIRONMENT

I.Y. Kokaeva, Z.R. Dgioeva

*State budgetary educational institution of higher professional education
"North-Ossetian state pedagogical Institute"
Vladikavkaz, Russia*

Annotation. The purpose of the study was to examine the state of the health of students in regional educational space of the Republic of North Ossetia-Alania; to identify the most common diseases, to investigate the major risk factors. For students — future teachers of primary school has a special mission for the formation of culture of health of students. Therefore, in the process of training in pedagogical universities, special attention is paid to the formation of competence of future teachers in the issues of health culture and healthy lifestyle. The results of the study may be useful in the design of a health-preserving educational environment.

Key words: students health, health-preserving competence of students of pedagogical.

REFERENCES

1. Gogaev T.P., Urusova M.C., Malikovf O.G. To the question about the state of health of youth of North Ossetia-Alania. *Collection of student research papers "Youth and science: proceedings of the XIth regional students' scientific conference, the release of the XI*. In two parts. Part 1. Sev. Oset. state ped. ins-t. Vladikavkaz, publishing house of the North Ossetian state pedagogical university, 2015. P. 138—143 (In Russian).

2. Kokaeva I.Yu. The Development of regional educational space as a factor of preservation and strengthening of health of younger schoolboys (on the Republic

example Northern Ossetia-Alania). *Dissertation on competition of a scientific degree of the doctor of pedagogical Sciences*. Vladikavkaz, 2011.

3. Kokaeva I.Yu. Formation of health resource schoolboys in the conditions of regional educational space. *Bulletin of Adyghe state University. Series 3. Pedagogy and psychology*, 2010, no. 4, pp. 31—37.

4. Kokaeva I.Yu. Simulation of a health-preserving educational environment is an important pedagogical problem. *Modern technology of education: a collection of articles and abstracts*, 2009, pp. 149—153.