

development of diseases; improving-sports complex activity as sports oriented and the health on elimination of the expressed risk factors and the complex of the actions for the patients' rehabilitation; preventive-educational direction is considered from the point of view of the benefits of the educational component (motivation on health maintenance, preventive care).

The special attention is paid to the analysis of theoretical and legal bases of national networks of health promoting schools in the European countries activity. The main aspects are determined and legislated. They include the goals and objectives of the establishment and activity of the European network of health promoting schools; the main directions of its activity; forms and methods; management structure of activity and interaction and cooperation within the European network of health promoting schools.

It is determined that the idea of the project of the European network of health promoting schools is a further development of the WHO strategy, developed in the Ottawa Charter, the programme «Health for all», «Health – 2020» and «Europe – 2020».

Key words: *health, the main directions, prevention, health sports direction, preventive educational direction, health promotion school, European network of health promoting schools.*

УДК 3702+004.9+371.212

Е. Бобро, В. Коджебаш

Южноукраинский национальный педагогический
университет имени К. Д. Ушинского

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ ПРЕПОДАВАНИЯ ОБЩЕМЕДИЦИНСКИХ И ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ В ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ

У зв'язку з омолодженням захворюваності, підвищенням ризику розвитку патологічних станів різних систем організму та збільшенням впливу негативних екологічних факторів на здоров'я обґрунтовується необхідність поглибленого вивчення загальномедичних та екологічних дисциплін з метою розкриття їх потенційної можливості надання студентській молоді повноцінного уявлення про методи та способи збереження здоров'я. У результаті поглибленого вивчення дисциплін медико-біологічного профілю студентами педагогічних ВНЗ відбувається формування професійно компетентної особистості педагога, який має навички позитивного ставлення до збереження здоров'я, володіє ефективними здоров'язберезувальними технологіями й методами надання таких знань підростаючому поколінню.

Ключові слова: *основи медичних знань, екологія, патологічний стан, моніторинг здоров'я, захворювання, здоров'язберезувальні технології.*

Постановка проблеми. Здоров'є в наше время рассматривается как показатель цивилизованности, социально-экономического и культурного состояния нации. А здоров'є населения, согласно резолюции ООН № 38/54 от 1997 года, считается главным критерием эффективности и целесообразности всех сфер хозяйственной деятельности государства. Сохранение и укрепление здоровья подрастающего поколения является приоритетной задачей, с которой, в первую очередь, сталкиваются педагоги младшей и средней школы. Из этого следует, что в современных реалиях актуальным становится создание такой образовательной системы, которая должна воспитать не только осведомленного профессионального

педагога, но сохранить и его здоровье [4, 5]. Однако, наблюдается ухудшение здоровья уже у студенческой молодежи. Это может быть связано как с изменением динамического стереотипа (в период перехода к новой форме обучения в ВУЗе), так и с влиянием окружающей среды, появлением пагубных привычек – всем тем, что приводит к перенапряжению адаптационных возможностей организма. Выявляется необходимость создания у студентов – будущих учителей профессионального мировоззрения, обязательным компонентом которого будет наличие здоровьесберегающих привычек по отношению к себе, а также умение в дальнейшем их прививать ученикам.

Анализ актуальных исследований. Формированию ценностного отношения к здоровью у подрастающего поколения много внимания уделяют Б. Т. Долинский [4, 19], В. П. Горашук [8, 8]. Определением состояния здоровья у студенческой молодежи занимаются Г. П. Грибан, Р. А. Дубинский. Анализ выносливости молодого организма проводит М. М. Линец. Оценку влияния экологических факторов на состояние здоровья студентов дают И. П. Гутько и Н. А. Барабаш. Большое количество работ современных ученых посвящено созданию методик оценивания функционального состояния организма: Г. Л. Апанасенко, А. И. Босенко [2, 20; 3, 28], В. В. Власов, Н. В. Макаренко, О. И. Мозговой и др.

Цель статьи – обосновать необходимость расширения общих медицинских и экологических знаний у студентов педагогических ВУЗов в связи с изменением экологической обстановки и ухудшением общего состояния здоровья.

Методы исследования. Теоретический анализ литературы, обобщение документальных материалов, математическая статистика.

Изложение основного материала. На протяжении последних 10-ти лет в результате проведения медицинских осмотров было определено, что на момент поступления в ВУЗ абитуриенты имеют ряд отклонений здоровья как временного, так и постоянного характера. Помимо этого отмечено, что за время обучения в ВУЗе количество здоровых студентов снижается, в среднем, на 25 % [6, 128]. Ухудшение общего состояния здоровья учащейся молодежи связано со множеством факторов. Изменения условий жизни и деятельности, переход на новый вид обучения по кредитно-модульной системе – всё это может способствовать повышению уровня нервных и психоэмоциональных нагрузок. Смена социального окружения и расширение интересов приводит к ускорению темпа студенческой жизни. Несоблюдение режима дня и питания, снижение физической активности сказывается на изменении антропометрических данных у юношей и девушек [10, 105]. Возможность выхода из-под контроля родителей и, как следствие, появление пагубных привычек приводит к истощению сил. Не стоит забывать и об изменении

окружающей среды, появлении негативных экологических факторов, что напрямую будет влиять на все системы организма.

Отмечено, что за осенне-весенний период количество студентов, переболевших ОРЗ, ОРВИ порой превышает 60 %–65 %, причем считается, что основной причиной такого высокого показателя заболеваемости является именно снижение местного или общего иммунитета индивидуума. И это при условии, что период 15–25 лет, по общемедицинским критериям, является возрастом наиболее крепкого здоровья и высокого уровня иммунитета. Однако основная рекомендация: «чаще бывать на свежем воздухе для восстановления защитных сил организма» – в пределах мегаполиса уже теряет свою ценность в связи с повышенной загазованностью этого самого «свежего» воздуха автотранспортом и выбросами разнообразных предприятий, в первую очередь, промышленных. Отмечено, что в условиях больших городов в зависимости от сезона образование тумана повышается на 10–30 % в сравнении с сельской местностью, что связано с запыленностью воздуха. Следствием данного факта является повышение уровня заболеваемости бронхо-легочной системы, в том числе среди студенческой молодежи.

Следующее место по обращаемости к специалистам занимают жалобы на боли в области эпигастра, диспепсические расстройства, изжоги, тошноту. Некомпетентность молодого поколения, которую можно объяснить отсутствием знаний и опыта, приводит к отягощению ситуации и формированию явных и косвенных признаков хронического гастрита. Так на сегодняшний день знания студентов о здоровом питании недостаточны и обрывочны. Современный человек употребляет все более рафинированные, высококалорийные продукты, бедные или лишенные биологической информации; в его рационе зачастую не достаёт белков, витаминов, пищевых волокон, пища пересыщена быстроусвояемыми углеводами, нередко содержит остаточные (иногда немалые, с превышением ПДК (предельно допустимая концентрация)) количества пестицидов, тяжелых металлов, медикаментов (которыми лечили животных). Бедой современных пищевых технологий является наличие колоссального ассортимента консервантов, красителей, улучшителей вкуса и прочих пищевых добавок, мишенями действия которых оказываются различные органы и системы развивающегося организма. Данную информацию студенты либо не знают в полном объёме, либо сознательно игнорируют. Однако следует все же разъяснять студентам важность правильного выбора продуктов питания, поскольку все вышеперечисленные компоненты обладают разной степенью токсичности.

В результате отсутствия системного отношения к здоровью снижается адаптивная способность организма, наблюдается истощение отдельных систем и организма в целом. Это может проявиться в виде

нейроциркуляторной дистонии с субъективными жалобами на головные боли, расстройство сна, раздражительность, беспокойство, ухудшение памяти и объективное изменение артериального давления. Отмечено, что в период психоэмоционального напряжения у юношей и девушек наблюдается учащение пульса до 80–90 уд/мин и повышение давления до 139/90 мм рт.ст., что не является нормой для данной возрастной группы, а свидетельствует о дезадаптации нервной и сердечнососудистой систем. В результате к окончанию периода обучения в ВУЗе количество здоровых студентов уменьшается в 2–3 раза [9, 198].

Иллюстрацией необходимости совместного преподавания общемедицинских и экологических знаний могут быть исследования, проведенные в городах со сложной экологической обстановкой. Выявлено, что повышенное содержание взвешенных частиц загрязнителей воздуха: оксиды азота, оксид углерода, углеводород, угольная пыль и др., являясь токсикантами, вызывают заболевания бронхо-легочной системы у подрастающего поколения (55 % случаев) на первом месте и органов пищеварения (11 % случаев) на втором [1, 46].

Следовательно, становится важным понимание, что для поддержания здорового образа жизни уже недостаточно информации о деятельности и состоянии собственного организма как биологической системы. Необходимо знание процессов, касающихся целостной экосистемы, и механизмов их влияния на человеческий организм. Таким образом, выявляется необходимость формирования нового понимания жизнедеятельности человека. Методологически это важно для студентов именно педагогических ВУЗов, поскольку им нести данные знания школьникам. Соответственно, обилие глубокой и разносторонней информации, касающейся здорового образа жизни, в курсах валеологии, экологии, основ медицинских знаний вполне оправдано. Заметим, что содержание экологического образования базируется на общенаучном, глобальном и региональном уровне, тогда как информация о ближайшем природно-техническом окружении и бытовом повседневном уровне, которые определяют зону компетенции студентов, зачастую отсутствует.

Именно поэтому В. Олексенко, рассматривая восемь основных факторов риска для здоровья молодежи, отдаёт на откуп медикам и занятиям физкультурой только избыточный вес и хронические заболевания, остальные шесть, по его мнению, можно нивелировать с помощью педагогических технологий [7, 95]. Стратегия заключается в том, чтобы, прежде всего, создавать условия для сохранения здоровья. Условия, которые также будут способствовать развитию студента. Поэтому одним из существенных результатов означенных технологий должно стать и формирование экологического сознания у студентов. В связи с этим в курсе экологии мы стараемся подробно знакомить студентов с экологическими

проблемами Одесского региона, города Одессы, одесского побережья как важной санаторно-курортной оздоровительной территории нашей страны.

Все вышеизложенное свидетельствует о необходимости изучения предметов медико-биологического блока: анатомии, физиологии как иллюстрации процессов происходящих в организме; общих медицинских знаний для получения информации об некоторых патологических состояниях и основных видах заболеваний с целью скорого их выявления; валеологии как системы поддержания здоровья и экологии в связи с тем, что влияние экологических факторов на организм человека с развитием техногенных аномальных процессов только усиливается. В данном контексте преимущество знаний в области дисциплин естествознания может привести к положительному результату в процессе поддержании здоровья и учителей и учеников (схема 1).

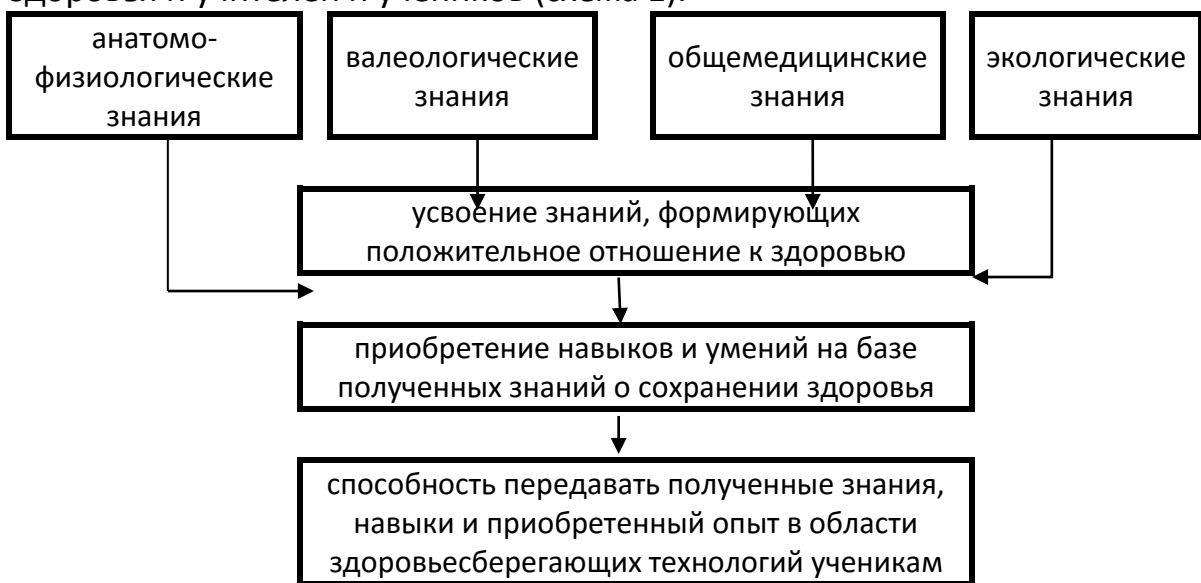


Рис 1. Формирование профессионально компетентной личности педагога

Основной задачей учителей является обучение и воспитание учеников [3, 15]. Однако для этого необходимо, прежде всего, создать условия для обучения самих учителей. Будущих педагогов необходимо знакомить с нормативной базой документов, принятых в рамках национальных программ: «Здоровье нации», «Репродуктивное здоровье», «К предупреждению на Украине распространения инфекционных заболеваний», а также программ международного уровня «Европейская сеть школ укрепления здоровья» – проект, созданный при совместной деятельности «Комиссии европейских сотовариществ» (КЕС), Европейского регионального бюро ВОЗ (ЕРБ ВОЗ), Европейского совета (ЕС). Проект предполагает глубокое рассмотрение вопросов по укреплению здоровья детей и учащейся молодежи [8, 64]. Необходимо обеспечить студенту доступ ко всем видам информации по данному вопросу, чтобы в

результате молодий спеціаліст мав можливість придбати власний досвід для передачі його майбутнім учням.

Практичне значення дослідження. Глибоке вивчення дисциплін медико-біологічного профілю та преемність знань в області природних наук може привести до явного позитивного результату та оздоровленню, як окремого індивіда – майбутнього педагога, так і підліткового покоління в цілому – учнів.

Висновки та перспективи подальших наукових досліджень. Розроблено схему формування професійно компетентної особистості педагога в області здоров'я зберігаючих технологій, обов'язковими умовами якої є:

1. Вивчення студентами знань, формуючих позитивне ставлення до здоров'я.

2. Набуття навичок та умінь на основі отриманих знань збереження здоров'я.

3. Здатність передавати отримані знання, навички та набутий досвід в області здоров'я зберігаючих технологій учням.

Перспективи подальших наукових досліджень. Розкриття інформаційного потенціалу дисциплін медико-біологічного профілю з метою формування у майбутніх педагогів активної творчої позиції в області навчання підліткового покоління здоров'я зберігаючим технологіям.

ЛИТЕРАТУРА

1. Башева Т. С. Екологічна безпека населення в умовах техногенної міської середовища : матеріали Х міжнародної науково-практичної конференції [«Trends of modern science 2014»], (Шеффілд, 30 травня – 07 червня 2014 рр.) / Т. С. Башева, А. О. Будник // Sheffield : SCIENCE AND EDUCATION LTD LTD, 2014. – V. 21. – С. 46.

2. Босенко А. І. Адаптація центральної нервової системи студенток-спортсменок до геомагнітного поля землі / А. І. Босенко, А. А. Кузнецова // Вестник МГПУ імені І. П. Шамякіна. – 2013. – С. 19–21.

3. Босенко А. І. Оцінювання навчальних досягнень з фізичного виховання у вищих навчальних закладах за допомогою показників велоергометричного тестування / А. І. Босенко, І. І. Самокиш // Наука і освіта. – 2014. – № 4. – С. 27–32

4. Долинський Б. Т. Здоров'язберігаюча діяльність вчителя початкової школи / Б. Т. Долинський. – Одеса : М. П. Черкасов, 2011. – 250 с.

5. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язберігаючих навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності / Б. Т. Долинський. – Одеса : М.П. Черкасов, 2001. – 270 с.

6. Комарова І. А. Медико-соціальні проблеми адаптації студентів першого курсу ЧелГУ / І. А. Комарова // Збірник праць викладачів та співробітників ЧелГУ. – 2003. – С. 127–135.

7. Олексенко В. М. Фактори збереження й зміцнення здоров'я студентів за педагогічними технологіями / В. М. Олексенко // Проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 1. – С. 95–97.

8. Основи організації навчально-виховного процесу з предмета «Основи здоров'я» в загальноосвітній середній школі / [В. П. Горашук, А. І. Босенко, О. В. Бобро та ін.]. – Одеса : Рекламсервіс, 2015. – 72 с.

9. Ушакова Я. В. Здоровье студентов и факторы его формирования / Я. В. Ушакова // Вестник Нижегородского университета им. Н. И. Лобачевского. – 2007. – № 4. – С. 197–202.

10. Хотієнко С. В. Анатомо-фізіологічні параметри та оцінка фізичної підготовленості студентської молоді / С. В. Хотієнко, А. В. Вовк, Т. Д. Азанова-Фролова // Проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 5. – С. 103–106.

РЕЗЮМЕ

Бобро Е., Коджебаш В. Теоретико-методологические подходы преподавания общемедицинских и экологических знаний в педагогических высших учебных заведениях.

В связи с омоложением заболеваемости, повышением риска развития патологических состояний различных систем организма, увеличением влияния негативных экологических факторов на здоровье обосновывается необходимость углубленного изучения общемедицинских и экологических дисциплин с целью раскрытия их потенциальной возможности обеспечить студенческой молодежи полноценное представление о методах и способах сохранения здоровья. В результате глубокого изучения дисциплин медико-биологического профиля студентами педагогических ВУЗов наблюдается формирование профессионально компетентной личности педагога, который имеет навыки позитивного отношения к сохранению здоровья, владеет эффективными здоровьесберегающими технологиями и методами передачи знаний подрастающему поколению.

Ключевые слова: основы медицинских знаний, экология, патологическое состояние, мониторинг здоровья, заболевания, здоровьесберегающие технологии.

SUMMARY

Bobro E., Kodzhebash V. Theoretical and methodological approaches to the teaching of general medical and ecological knowledge in pedagogical universities.

The article purpose is to justify the need to enhance the general medical and environmental knowledge among the students of pedagogical universities in connection with the environmental changing and the deterioration of general health.

Research methods. Theoretical analysis of the literature, documentaries generalization, mathematical statistics are used by the author.

Results and discussion. It is noted that during studying at high school the amount of healthy students decreases on average by 25%. The deterioration of the students' youth general health is associated with many factors: changes in the living conditions and activity, the transition to a new type of studying as credit-modular system, decreasing of physical activity, increasing of nervous and psycho-emotional loads, changing in the social environment, the possibility of a parental control getting away, failure of day and a diet regime, the appearance of bad habits, the different negative changes in the environment, the deterioration of ecological state of many regions. As a result of the lack of a systematic attitude to health the students reduce the adaptive capability of their organisms; there is a depletion of its systems, especially the nervous and cardiovascular.

The practical significance. A thorough study of the medical and biological disciplines and the knowledge continuity in the natural sciences can lead to a marked improvement and a positive result both each individual (the future teacher) and the younger generation – schoolchildren.

Conclusions. *The scheme of a professionally competent teacher person in the sphere of healthcare technologies formation is identified. Its requisites are the following:*

1. *Knowledge obtaining by the students, forming a positive attitude to their health.*
2. *The skills and knowledge acquisition on the basis of the obtained knowledge about healthkeeping.*
3. *The ability to transfer acquired knowledge, skills and experience in the sphere of healthcare technologies to schoolchildren.*

Perspectives for further research is *disclosure of the medical and biological subjects' information potential for the purpose of formation at the future teachers of active creative position in the sphere of younger generation healthcare technologies studying.*

Key words: *fundamentals of medical knowledge, ecological problems, pathological state, health monitoring, healthcare technologies.*

УДК 611.718:[61-057.875-055.2]-071.3

К. Бугаєвський

Класичний Приватний Університет

АНАТОМІЧНІ ТА МОРФОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ БУДОВИ ТАЗУ СТУДЕНТОК ВИСОКОГО ЗРОСТУ

У статті відображено результати дослідження особливостей тазу у студенток високого зросту. Метою статті є опис та аналіз морфо-антропологічних особливостей тазу таких дівчат. Методами дослідження були пельвіометрія, атропометрія, метод індексів, їх статистична обробка. Виявлено зміни у вигляді різних видів вузького тазу з I–III ступенем звуження, широкий і «стертий» тазу. У досліджуваній групі студенток високого зросту домінують дівчата, які мають показники не широкого чи нормального, а вузького тазу – 76,67 %. Практичне значення дослідження полягає у виявленні порушень рівня репродуктивного здоров'я серед студенток. Встановлено, що більшість із них можуть мати проблеми під час виношування дитини пологів. Подальші дослідження будуть спрямовані на вивчення особливостей менструального циклу в цій групі.

Ключові слова: *дівчата-студентки, високий зріст, атропометрія, морфологічні особливості, розміри тазу, індексна оцінка, репродуктивне здоров'я.*

Постановка проблеми. Накопичення знань про закономірності розвитку жіночого організму є одним з актуальних завдань сучасної профілактичної та клінічної медицини. Розміри жіночого тазу знаходяться в основі всієї професійної діяльності акушера як важливий об'єкт виношування та народження дитини [7, 48]. Тому особливий інтерес має комплексне вивчення морфологічних значень та антропологічних показників, варіабельність форм і розмірів тазу в молодих жінок, особливо в юнацькому та першому репродуктивному віці, серед яких домінуюче місце займають дівчата-студентки [6, 12; 14, 80; 16, 46].

Аналіз актуальних досліджень. Вивчення наукової літератури дозволяє констатувати недостатню кількість робіт, присвячених вивченню індивідуальної анатомічної мінливості жіночого організму у віці 17–23 років, тобто в період закінчення росту в довжину, завершення формування морфологічного та психологічного статусу, досягнення функціональної