

Радько Н. А., Русина В. В.

ГИГИЕНИЧЕСКАЯ ОЦЕНКА ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Научный руководитель ст. преп. Волох Е. В.

Кафедра гигиены детей и подростков

Белорусский государственный медицинский университет, г. Минск

Актуальность. Физическое воспитание (ФВ) – это организованный процесс воздействия на растущий организм физических упражнений, гигиенических мероприятий и естественных сил природы с целью укрепления здоровья, обеспечения гармоничного физического развития и лучшей подготовки к разнообразной деятельности путём всестороннего развития физических способностей, формирования и совершенствования двигательных качеств, воспитания умений и навыков. Физическое воспитание оказывает благотворное влияние на организм только при осуществлении его в соответствии с гигиеническими требованиями.

Цель: гигиеническая оценка организации физического воспитания учащихся учреждений общего среднего образования (УОСО) на примере уроков физической культуры и здоровья (ФКЗ).

Материалы и методы. В работе использован социологический метод с участием 98 учащихся 5-х классов УОСО г. Минска с помощью специально разработанного опросника. Данные обработаны программой Microsoft Excel, использован расчет критерия Фишера (F).

Результаты и их обсуждение. В ходе данного исследования отмечено, что место урока (ФКЗ) в режиме школьного дня и соблюдение фактического расписания не соответствуют гигиеническим требованиям. Так, все респонденты ответили, что уроки ФКЗ проводятся чаще одного раза в неделю первыми и (или) последними. Почти каждый третий школьник (29,6%) ответил, что иногда вместо учебного предмета ФКЗ проводятся другие уроки и каждый седьмой (15,3%), что снимают с урока для репетиций, дежурств в столовой и т.д. Кроме того, периодически длительность урока ФКЗ сокращается педагогом (27,6% респондентов).

При анализе распределения учащихся по группам для занятий физической культурой отмечено, что 61,2% пятиклассников относятся к основной группе, 28,6% – к подготовительной, 6,1% – к специальной медицинской группе (СМГ) и 4,1% ($F=0,037$, $p<0,05$) – к группе лечебной физической культуры (ЛФК). Не проводится индивидуализация урока и не соблюдаются рекомендации для детей с разными группами для занятий физической культурой: нагрузка 67,8% обучающихся, относящихся к подготовительной группе, не отличается от нагрузки детей основной группы. На момент проведения исследования у незначительного количества учащихся отмечены изменения со стороны работы сердечно-сосудистой системы по артериальному давлению и частоте сердечных сокращений: у 4,1% респондентов отмечена брадикардия, у 7,1% – тахикардия ($F=0,007$, $p<0,05$).

Недостаточным является уровень знаний и навыков школьников в части самоконтроля за состоянием собственного здоровья: большинство опрошенных не умеют измерять пульс (53,1%), контролируют частоту своего пульса на уроке ФКЗ только 16,4% респондентов, причем по 25% из них – по напоминанию учителя и исходя из своего самочувствия, и только 50% – на каждом уроке. Отмечен недостаточный контроль медработника школы за организацией уроков ФКЗ.

Не соответствуют гигиеническим требованиям и условия проведения данных уроков в части недостаточного набора помещений и санитарного их содержания. Большинство респондентов отметили, что спортивный зал не убирается перед уроком (81,6%) и не проветривается (73,5%).

Выводы. Условия проведения и организация уроков ФКЗ осуществляются с нарушением требований действующих санитарных норм и правил, что может оказывать неблагоприятное воздействие на состояние здоровья подрастающего поколения и указывают на необходимость усиления текущего мониторинга за организацией физического воспитания в УОСО со стороны санитарно-эпидемиологической службы.