

3. Коробка Л. «Психологічне здоров'я людини в контексті здорового способу життя» Освіта регіону № 2 2011.

ПРОФІЛАКТИКА ДИТЯЧОГО ТРАВМАТИЗМУ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*Козова Д., Стукан В., Лактіонов Г., Черевко А.Д.
Університет митної справи та фінансів, Інститут «Митна Академія»*

На сьогоднішній день безпеці життєдіяльності в освітніх установах приділяється значна увага: організація роботи з охорони праці, попередження травматизму дітей та працівників. Але все ж таки безпека навчального процесу на уроках фізкультури у загальноосвітніх установах, бажано бути кращою.

Стан справ із забезпеченням безпеки навчально-виховного процесу в освітніх установах є катастрофічним. Шкільний травматизм становить 12-15% від загального травматизму дітей (Рис.1). Травми, отримані на перервах, становлять до 80%, на уроках фізкультури – до 20% (Рис.2).

Тому дитячий травматизм (тим більше під час занять фізкультурою і спортом) вимагає значно глибшого вивчення і впровадження профілактичних заходів на всіх етапах фізичного виховання в школі. Це одне з найважливіших завдань сучасного суспільства, зокрема кожного вчителя фізкультури. І реалізується воно дотриманням техніки безпеки на уроках фізичної культури дітьми.



Рис. 1. Дитячий травматизм (%) (2006-2011)



Рис. 2. Шкільний травматизм (%) (2006-2011)

Саме тому своїм дослідженням прагнемо привернути увагу спеціалістів по охороні праці, медичних працівників, небайдужих громадян, дітей та вчителів усіх шкіл міста Долинської, Кіровоградського регіону, України в цілому до проблем шкільного дитячого травматизму, з метою проведення комплексних, профілактичних заходів щодо його попередження. У розробку даної теми значний внесок здійснили Макаренко А.С., Велитченко В.К., Башкірова В.Ф. Особливої уваги заслуговує педагогічна спадщина А.С. Макаренка.

Макаренко не був спеціалістом із фізичної культури, але, знаючи військовий стрій і військову гімнастику, здійснював фізичне виховання колоністів. Аналіз виховної роботи і в колонії, і в комуні стверджує, що педагог застосовував різносторонні педагогічні засоби, щоб зміцнити здоров'я вихованців, виховати дисциплінованість щодо дотримання правил техніки безпеки.

У своїх творах, зокрема в «Педагогічній поемі» і «Прапорах на вежах», він яскраво і переконливо показав значення фізичного виховання для дітей і молоді, розглядаючи його, як складову частину всебічного розвитку людини, як важливий засіб розумового, морального і трудового виховання. Він дав багато цінних порад, накреслив шляхи фізичного загартування організму дітей і молоді: створення для них відповідних санітарно-гігієнічних умов, дотримання правил техніки безпеки, правильний режим життя, використання природних факторів, правильний режим харчування, добра організація відпочинку, широка програма фізичного виховання (гімнастика, теніс, волейбол, футбол, верхова їзда, парашутизм, стрілецька справа, лижний і водний спорт тощо).

Проект містить загальну характеристику основ ТБ на уроках фізичної культури:

- обов'язковий перелік документів із техніки безпеки в освітній установі; дається загальна характеристика профілактичних про-

- титравматичних заходів як основного напрямку діяльності з техніки безпеки на уроках фізичної культури;
- особлива увага звернена на профілактику травматизму серед дітей середнього шкільного віку;
- окремим розділом є питання про надання першої допомоги при травмах, що виникли в результаті недотримання ТБ на заняттях із фізичної культури.

Особливу цінність роботи становить дослідно-експериментальний розділ, де вміщено результати експериментального дослідження, мета якого – відслідкувати процес формування стійкої мотивації до занять фізкультурою та спортом без ризику для здоров'я; проведення цілеспрямованої профілактичної роботи (практичні заняття, бесіди (співбесіди), анкетування та тестування).

Експериментальне спостереження проводилося під час занять із фізичної культури в НВК "Долинська гімназія-загальноосвітня школа I-III ступенів №3" в період із 03.09.2014 року по 22.01.2015 року.

Було проведено моніторингове дослідження стану дитячого травматизму в НВК "Долинська гімназія – загальноосвітня школа I-III ступенів №3" (Рис.3 та Рис.4).



У 2006 році сталося 7 шкільних та 15 побутових травм. У 2007 році – 1 шкільна та 7 побутових травм. У 2008 – 5 побутових травм. У 2009 році – 9 побутових травм. У 2010 році – 1 шкільна травма (на перерві) з вини учня, 3 - побутові. У 2011 році – 3 побутові травми. У 2012 – 2 шкільні та 3 побутові. Усі травми сталися з необережності.

Рис. 3. Аналіз стану дитячого травматизму в НВК «Долинська гімназія – загальноосвітня школа I-III ступенів №3» (з 2006 по 2012 р.р.) (у цифрах)



Рис. 4. Рис. 3. Аналіз стану шкільного дитячого травматизму в НВК «Долинська гімназія – загальноосвітня школа I-III ступенів №3» (з 2006 по 2012 р.р.) (у цифрах)

Хотілося б звернути увагу на те, що після проведення експериментального спостереження 23 особи 5-В класу зазначили, що їм подобається відвідувати уроки фізкультури (Рис.5). Можна виділити позитивні сторони проведеного експериментального спостереження: якщо хоч одна дитина змогла визначитися з відповіддю на позитивному рівні, полюбити заняття з фізичної культури, є сенс проводити уроки так, як експериментальні.

У роботі вміщено пропозиції щодо проведення "уроку здоров'я" (Рис.6), дається орієнтовний перелік бесід із безпеки життєдіяльності, моніторингові спостереження за ходом експерименту (вхідне та вихідне анкетування).

Протягом експериментального періоду випадків травматизму на уроках фізичної культури не зафіксовано.



Рис. 5. Результати анкетування у 5-В класі (%)



Рис. 6. Пропозиції щодо проведення "уроку здоров'я"

Представлені в проекті практичні рекомендації дадуть можливість учителям та учням застосовувати на практиці інноваційні форми роботи з техніки безпеки на уроках фізичної культури.

Література

1. Книга наказів НВК "Долинська гімназія – загальноосвітня школа I-III ступенів №3", 2012-2013 н.р. – с. 200.

2. Комплексні заходи щодо профілактики травматизму серед учасників навчально-виховного процесу в Долинському спеціалізованому загальноосвітньому навчальному закладі I-III ступенів № 3, запобігання дитячому травматизму в побуті (2011-2012 н.р.)
3. Макаренко А.С. Деякі висновки з педагогічного досвіду//Твори в 7 томах /А.С.Макаренко. – К. 1953-1955.
4. Статистичні матеріали по дитячому травматизму, НВК "Долинська гімназія – загальноосвітня школа I-III ступенів №3" (з 2006 по 2012 р.р.)

ПСИХОЛОГІЯ ЗДОРОВ'Я ЯК ВСЕБІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ ЛЮДИНИ

Корніяш Д.О., Корчан Н.О.

Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка

Психологія здоров'я – новий напрям у вітчизняній психології, який переживає період становлення, визначає пріоритети своїх наукових інтересів, зв'язок з суміжними областями наукового знання. Центральною проблемою психології здоров'я є збереження, зміцнення та розвиток здоров'я, спираючись на його психологічну складову, коли саме здоров'я у єдності його духовної, соціальної і соматичної компонентів стає реальною передумовою повного розкриття потенціалів людини, його саморозвитку, самовдосконалення, самоактуалізації і самопізнання. Вочевидь, що мета психології здоров'я – всебічне вдосконалення людини.

Актуальність проблем психології здоров'я диктується сучасним настанням навантаження на нервову систему, психіку людини. Інформаційний пресинг, прискорення ритму життя, негативна динаміка міжлюдських взаємовідносин (замкнутість, зниження рівня соціальної підтримки, національна, майнова роз'єднаність) – усе це формує емоційну напругу як із чинників розвитку різноманітних захворювань. Життя за умов невизначеності обумовлює як психічну, так і психосоматичну патологію [1].

Власне кажучи, можна назвати три види здоров'я: здоров'я фізичне, психічне й духовне. Фізичне здоров'я – це стан організму, обумовлений нормальним функціонуванням усіх його органів та систем. Якщо добре працюють усі органи й системи, то й весь організм людини (система саморегулююча) правильно функціонує та розвивається.

Психічне здоров'я залежить від стану мозку, воно характеризується рівнем і якістю мислення, розвитком уваги і пам'яті, ступенем емоційної стійкості, розвитком вольових якостей.

Духовне здоров'я визначається тими моральними принципами, які є основою соціального життя у певному людському суспільстві. Відмінними ознаками духовного здоров'я є, передусім, свідоме ставлення до праці, оволодіння скарбами культури, жваве несприйняття традицій і звичок, які суперечать нормальному способу життя. Тому духовне здоров'я вважається вищою мірою людського здоров'я [2].

З даної диференціації можна надати більш розширене визначення здорового життя. ЗСЖ – це спосіб життя, заснований за принципами моральності, раціонально організованої, активної праці, які загартовують організм від несприятливих впливів довкілля, і дозволяють до глибокої старості зберігати духовне, психічне й фізичне здоров'я [3].

На наше здоров'я впливають як зовнішні, так і внутрішні фактори.