

Новикова Татьяна Михайловна

воспитатель

МБДОУ г. Ростова-на-Дону «Д/С №83 «Теремок»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

Абдульманова Любовь Витальевна

канд. пед. наук, доцент

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ПРОБЛЕМЫ СОСТОЯНИЯ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПЕДАГОГОВ

***Аннотация:** в данной статье проанализирована проблема здоровьесбережения детей и взрослых. Детально рассмотрен вопрос здоровья педагога, который заслуживает большого внимания, поскольку от состояния здоровья педагога зависит успешность учебно-воспитательного процесса.*

***Ключевые слова:** здоровье, здоровые дети, подрастающее поколение, педагог, заболевания, психолого-медико-социальная профилактика, восстановление здоровья.*

Состояние здоровья подрастающего поколения – важный показатель благополучия общества и государства. Тенденция ухудшения состояния здоровья детей создает реальную угрозу национальной безопасности страны.

Существенное уменьшение доли здоровых детей при рождении, рост числа инвалидов с детства, больных с хронической патологией.

Причинами такого катастрофического положения являются социально-экономическая нестабильность в обществе, неблагоприятное санитарное состояние среды обитания детей (условия и режим обучения, бытовые условия и т. д.), экологическая ситуация, реформирование системы образования и здравоохранения, низкая медицинская активность и санитарная грамотность населения, свертывания профилактической работы и пр. Под понятием здоровья детей следует понимать состояние полного социально-биологического и психи-

ческого благополучия, гармоничное, соответствующее возрасту физическое развитие, нормальный уровень функционирования всех органов и систем организма и отсутствие заболеваний. Пути сохранения здоровья детей в ДОО рассматривали В.Г. Алямовская, Ю.Ф. Змановский, Л.В. Абдульманова, В.Т. Кудрявцев и др.

Проблема здоровья педагога заслуживает большого внимания, так как от состояния здоровья педагога зависит успешность учебно-воспитательного процесса.

50% – образ жизни. Эта составляющая формулы здоровья, которая зависит от самого человека. Но для большинства педагогов образ жизни – это профессиональные обязанности. В основе физического и психического здоровья лежит социальное благополучие, следовательно, физическое здоровье – психическое здоровье – профессиональное здоровье. Ведь именно профессия должна обеспечить необходимое для здоровья социальное благополучие.

Под профессиональным здоровьем понимаем способность организма сохранять и активизировать компенсаторные, защитные, регуляторные механизмы, обеспечивающие работоспособность, эффективность педагогической деятельности и развитие личности педагога.

Существование современного педагога протекает на фоне жизни его страны, и страдает он от тех же проблем, что и остальные граждане. Но есть в его деятельности своя специфика;

– во-первых, педагогическая профессия – профессия здоровье разрушающая;

– во-вторых, мы наблюдаем, кризис педагогической профессии, воспитатели, как и учителя, «постарели», так как молодежь все реже идет в педагогику.

«Работа съедает», это признают многие педагоги. Работу на дом сейчас приносят, пожалуй, только педагоги и бизнесмены, но последние, в отличие от первых, имеют материальную возможность полноценно отдохнуть и восстановиться, чего не скажешь о педагогах. Даже продолжительный летний отдых не способствует полноценному восстановлению сил.

Профессию педагога можно отнести к «группе риска» по частоте нарушений здоровья и серьезности протекающих заболеваний.

Обработав статистические данные по заболеваемости педагогов, сотрудники института В.М. Бехтерева обнаружили ярко выраженные преобладающие заболевания:

- сердечно-сосудистые;
- желудочно-кишечные;
- нарушения опорно-двигательного аппарата;
- болезни крови;
- нарушение функции щитовидной железы.

По показателям 54% педагогов имеют нарушения массы тела, 70% нарушения опорно-двигательного аппарата. Нарушения в нервно-психическом здоровье имеют:

- после 10-ти лет работы более 35% педагогов;
- после 15-ти лет стажа – 40% педагогов;
- после 20-ти лет – более 50% педагогов.

Постоянное перенапряжение приводит к ряду соматических заболеваний (язва желудка, ишемическая болезнь сердца, сахарный диабет, гипертония).

К основным профессиональным заболеваниям педагогов относятся:

- миопия (близорукость);
- ларингит;
- синдром хронической усталости;
- гиподинамия;
- остеохондроз.

Причинами заболеваний являются:

- отсутствие стабильного режима труда и отдыха;
- снижение двигательной активности;
- эмоциональная перенапряженность;
- большая учебная нагрузка как результат низкой почасовой оплаты;

- отсутствие системы психопрофилактических мероприятий, комнат психологической разгрузки;
- использование авторитарного стиля руководства.

Проблема профессионального здоровья педагога в настоящее время настолько значима, что необходимо создание нового направления *психолого-медико-социальной профилактики и восстановления здоровья педагога*.

Список литературы

1. Лободин В.Т. Как сохранить здоровье педагога / В.Т. Лободин, Г.В. Лавренова, С.В. Лободина. – М.: Линка-Пресс, 2005. – 136 с.
2. Педагогика и психология здоровья / Под ред. Н.К. Смирнова. – М.: АПКиПРО, 2003.
3. Универсальный словарь по русскому языку. – СПб.: ИГ «Весь», 2009. – 1184 с.
4. Шабунова А.А. Здоровье населения в современной России: состояние и динамика. – Вологда: ИСЭРТ РАН, 2010. – 408 с.