

Прокуратура осуществляет надзор за исполнением основных законодательных актов, регламентирующих деятельность образовательного учреждения в области защиты прав детства [5].

Таким образом, можно сказать, что образовательное учреждение взяло на себя миссию сплочения общества в воспитании подрастающего поколения, нашего будущего.

Библиографический список

1. Бордовский, В.А. Современные проблемы совершенствования образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях / В.А. Бордовский. – СПб: 1997. – 79 с.

2. Конасова, Н.Ю. Программа оценки и развития общекультурной компетентности учащихся средней школы / Н.Ю. Канасова // Научное обозрение: гуманитарные исследования, 2013. – № 6. – 40 с.

3. Лебедев, О.Е. Эффективное управление школой в современных условиях : учеб. пособие / под ред. О. Е. Лебедева – СПб.: КАРО, 2006. – 272 с.

4. Шиянов, Е.Н. Идея гуманизации образования в контексте отечественных теорий личности / Е.Н. Шиянов – Ростов–на–Дону, 2005. – 57 с.

УДК 57.04 577.0 615.01. 615.07

Пнёва Т.В., Звягинцева В.А.

Лесосибирский филиал
Сибирский государственный университет науки и технологий имени
академика М.Ф. Решетнева
Лесосибирск, Россия
dmitrylegal@mail.ru

**ТЕХНОЛОГИИ, СБЕРЕГАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА, И
ПРОБЛЕМЫ ИХ ЭФФЕКТИВНОСТИ**

Аннотация. В данной статье рассматриваются типы технологий берегающее здоровье человека и рассмотрены основные проблемы эффективности и целесообразности их применения.

Ключевые слова: Здоровьесберегающие, технологии, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика, массаж, фитотерапия, арттерапия.

Pneva T. V., Zvyagintseva V. A.

Lesosibirsk branch Siberian state University of science and technology
named after academician M. F. Reshetnev
Lesosibirsk, Russia

TECHNOLOGY ECONOMY HUMAN HEALTH, AND CHALLENGES TO THEIR EFFECTIVENESS

Abstract. This article discusses the types of technologies saving human health and the main problems of efficiency and feasibility of their application.

Keywords: health-Saving, technologies, physiotherapy, aromatherapy, hardening, gymnastics, massage, phytotherapy, art therapy.

В связи с каждым днем растущими умственными нагрузками в современном образовании и довольно выраженной тенденцией на ухудшение самочувствия обучающихся, здоровьесберегающие технологии образовательного процесса в условиях ежедневного быта молодёжи в современном образовательном учреждении стали предметом особых исследований.

При анализе данных о состоянии самочувствия молодых людей в разных регионах государства демонстрирует, собственно, что численность сравнительно здоровых юношей и молодых женщин быстро понижается уже к завершению обучения в школе. Это говорит не лишь только о не очень благоприятных критериях жизни и смещении в худшую сторону экологических критериев, но еще о абсолютно недостаточном интересе руководителей, педагогов учебных заведений к задаче обучения здоровьесберегающему воспитанию.

За период обучения в школе количество здоровых ребят уменьшается приблизительно в 4 раза, количество близоруких ребят к выпускным классам составляет 17%, нервно-психические расстройства - 2,8%, несоблюдение осанки - 46%. Одно из нередких патологий у школьников - нарушение остроты зрения, составляющее в классах до 30-40%. У множества подростков имеется дисгармоническое развитие, собственно, что формирует трудности в общем работоспособности подрастающего поколения. А нынешние болезненные дети - это будущее поколение нашего государства. Уже в настоящее время на физическом уровне зрелыми появляются не больше 14% детей. В следствие этого,

довольно закономерно, что в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» самочувствие подростков отнесено к приоритетным направлениям государственной политики.^[6]

Разработка здоровьесберегающих технологий напрямую связана с привитием способностей и умений здорового образа жизни, расширением теоретических сведений о собственном самочувствии, о жизнедеятельности здорового организма, его отдельных органов и систем, а еще мерами профилактики.

Существуют следующие типы технологий:

1. Здоровьесберегающие: витаминизация, организация здорового питания, вакцинопрофилактика, обеспечение двигательной активности.

2. Оздоровительные: массаж, фитотерапия, арт-терапия, физическая подготовка, физиотерапия, ароматерапия, закаливание, гимнастика,

3. Технологии обучения здоровью: включение соответствующих тем в предметы общеобразовательного цикла: такие как «Разговор о правильном питании», «Все цвета, кроме черного» (ранняя профилактика наркомании), «Приключение в стране здоровья» и т.д.).

4. Воспитание культуры здоровья: факультативные занятия по развитию личности учащихся, внеклассные и внешкольные мероприятия, фестивали, конкурсы и т.д.^[5]

Как таковой проблемы эффективности применения всех типов технологий сберегающих здоровье отсутствуют, за исключением проявлений аллергических реакций на некоторые виды препаратов и трав, а также несовершенствия преподнесения методологии и финансирования пропаганды здорового образа жизни.

Говоря о эффективности фитотерапии, как и в общем лечении специальными лекарственными растениями, можно сказать, что она действительно помогает излечить некоторые лёгкие заболевания, в том числе нервной системы, однако для лечения средних и тяжёлых заболеваний данный метод не эффективен.^[3]

Арт-терапия или художественная терапия достаточно эффективно может излечить детей дошкольного и начального школьного возраста от невротических и психологических заболеваний при комплексном лечении, например с психологом. Для остальных групп возрастов, в силу особенностей течения болезней в указанном возрасте, данный метод лечения может быть эффективен в исключительных случаях.^[1]

Ароматерапия как здоровьесберегающая технология является полностью неэффективной, поскольку по показаниям новейших исследований эффекты ясности сознания и оздоровления является не более чем эффектом плацебо. Однако, не смотря на доказанную не эффективность, учёными доказано, что вдыхание паров мяты в действительности снижает уровень кортизола, отвечающего за стресс, и благодаря этому достигается положительный результат при лечении стресса.

Закаливание организма человека является достаточно эффективным для профилактики заболеваний, однако его необходимо производить с учетом физиологических особенностей организма. Одной из простых форм закаливания является контрастный душ после выполнения физических упражнений в том числе физических нагрузок. Контрастный душ тренирует нервно-сосудистый аппарат кожи и улучшает физическую терморегуляцию.^[4]

Библиографический список

1. Копытин, А.И. Арт-терапия / А.И. Копытин – СПб. – 2001. – 200 с.
2. Бишофф, К. Австралийское чайное дерево (*Melaleuca alternifolia*) / Бишофф Ф. Гуале // Журнал ветеринарно-диагностических исследований. – 1998. – Вып. 10, ном. 2 (апрель) – С. 208-210.
3. Гончарова, Т.А. Энциклопедия лекарственных растений / Т.А. Гончарова – М.: МСП, 1999. – С. 3–7
4. Епифанов, В.А. Естественные факторы природы / В.А. Епифанов // Лечебная физическая культура. – М.: Гэотар-Медиа, 2006. – С. 57–61.
5. Смирнов, Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология здоровья в школе / Н.К. Смирнов. – М.: АРКТИ, 2005. – 320 с.
6. Яковлева, Т.В. О проблемах сохранения и укрепления здоровья школьников / Т.В. Яковлева // Здоровьесберегающее образование. – М., 2009. – № 2. – С. 17.