

Алюминий, присутствующий только в стоке с ливневки превышает норму.

Вывод. Основная причина загрязнения водоема – р. Большой Бакал – сброс в него неочищенных или недостаточно очищенных сточных вод промышленными предприятиями, а также предприятиями коммунального хозяйства. Загрязнению водоема способствует также нерациональное ведение сельского хозяйства: остатки удобрений и ядохимикатов, вымываемые из почвы, попадают в водоем и загрязняют его.

С целью предотвращения загрязнения, засорения, заиления и истощения водных объектов создаются водоохранные зоны. В их пределах устанавливаются прибрежные защитные полосы, на территориях которых вводятся дополнительные ограничения природопользования. Для промышленных предприятий, в соответствии с требованиями Постановления Правительства РФ от 23 ноября 1996 года № 1404, в пределах водоохранных зон запрещаются:

- размещение складов ядохимикатов, минеральных удобрений и горюче-смазочных материалов, мест складирования и захоронения промышленных и бытовых отходов, накопителей сточных вод;
- складирование мусора;
- заправка топливом, мойка и ремонт автомобилей и других машин и механизмов;
- размещение стоянок транспортных средств;
- проведение без согласования строительства и реконструкции зданий, сооружений, коммуникаций и других объектов, а также землеройных и других работ.

Следовательно, для предотвращения причин загрязнения нашего водного объекта можно произвести ряд мероприятий:

1. В эксплуатации промышленных предприятий заменить устаревшее оборудование на новые более эффективные установки.
2. Запретить сброс канализационных стоков.
3. Установить дополнительные сооружения для очистки воды на фильтровальной станции и котельной.

Библиографический список

1. Муравьев, А.Г. Оценка экологического состояния природно-антропогенного комплекса: учебно-метод. пособие / А.Г. Муравьев. – СПб.: Крисмас +, 1997. – 39 с.
2. Харченко, А.Л. Полевая экология. Программа по экологическому образованию / А.Л. Харченко, Е.И. Шомина. – М.: ИСАР, 1998. – 40 с.
3. Шустова, Л.А. Химические аспекты экологии / Л.А. Шустова, С.Б. Шустов. – Н. Новгород: ИСАР, 1998. – 20 с.

Бобырь Н.П.

Дошкольное образовательное учреждение № 4, Нижний Тагил, Россия

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО САДА

Высочайшие темпы развития общества предъявляют все более высокие требования к человеку и его здоровью, но в последние годы наблюдается заметное ухудшение состояния здоровья детей. Это обусловлено многими факторами. Помимо неблагоприятных климатических особенностей, на здоровье детей отрицательно влияет ухудшение экологической обстановки. Также на состояние здоровья ребенка оказывают влияние различные факторы: наследственность, социальные условия, образ жизни. К актуальным проблемам детского здоровья относятся: гиподинамия, детские стрессы, тревожность.

Дошкольное образовательное учреждение – первая ступень, обеспечивающая развитие дошкольника в полноценную и гармоничную личность. Одной из основных задач на протяжении последних лет, над которой работает наш коллектив, является воспитание здорового ребенка с учетом психофизиологических принципов, возрастных и индивидуальных особенностей детей, а также разработка и внедрение в практику здоровьесберегающих технологий, формирование у ребенка потребности в здоровом образе жизни.

Воспитание здорового ребенка в нашем детском саду строится по нескольким направлениям:

создание условий для физического развития и снижения заболеваемости детей;

- повышения педагогического мастерства и деловой квалификации воспитателей детского сада;
- комплексное решение физкультурно-оздоровительных задач в контакте с медицинскими работниками.

В качестве основных компонентов, влияющих на качество образовательного процесса в детском саду были выделены:

- создание системы лечебно-профилактической и педагогической работы по сохранению и укреплению здоровья ребенка, приобщение его к общечеловеческим ценностям;

- организация психо-профилактической работы, отработка системы коррекционных мероприятий для детей, имеющих отклонения в здоровье; создание условий для эмоционального благополучия детей во взаимодействии всех субъектов воспитания: ребенок-педагог, ребенок-ребенок, ребенок-родитель, педагог-родитель;

- создание здоровьесберегающего пространства, способствующего психическому и физическому здоровью детей.

В целях оздоровительной и лечебно-профилактической работы с детьми была разработана система профилактической и коррекционной работы:

- точечный массаж по методу Уманской;
- комплексы по профилактике плоскостопия;
- комплексы по профилактике нарушений осанки;
- дыхательная гимнастика;
- снятие умственной усталости во время занятий (релаксационные паузы, физкультминутки, массаж ушных раковин);
- ходьба босиком;
- полоскание полости рта;
- обширное умывание;
- оптимальный двигательный режим.

В работе с детьми используются здоровьесберегающие технологии, которые помогают в создании благоприятных условий для полноценного проживания ребенком дошкольного детства, формирования основы базовой культуры личности, лучшему усвоению знаний детей и способствуют их гармоничному и всестороннему развитию.

Все здоровьесберегающие технологии можно разделить на 3 группы:

Технологии сохранения и стимулирования здоровья (динамические паузы, подвижные и спортивные игры, массажная дорожка);

Технологии обучения здоровому образу жизни (утренняя гимнастика, физкультурные занятия, точечный массаж, дни здоровья);

Технологии музыкального воздействия (музыкотерапия, сказкотерапия, библиотерапия).

Работа с родителями является важной составляющей всего педагогического процесса, ведь от нашего сотрудничества многое зависит. Взаимодействие коллектива детского сада с родителями воспитанников происходит под девизом: «В здоровом теле – здоровый дух!». Для этого используются различные формы и методы:

- групповые родительские собрания;
- анкетирование;
- совместные акции: спортивные праздники, дни здоровья;
- консультации, рекомендации;
- дни открытых дверей для обучения родителей приемам и методам оздоровления детей (тренинги, практикумы).

Применение в работе здоровьесберегающих технологий позволяет достичь положительной динамики состояния здоровья, снизить уровень заболеваемости, повысить уровень физического развития детей, физической работоспособности, общей выносливости, развития основных психических процессов (памяти, мышления, воображения, восприятия).

Бородачева С.Е., Соцков Е.Ф., Мезенцева В.А.

Самарская государственная сельскохозяйственная академия, Кинель, Россия

ФАКТОРЫ РИСКА ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ

«Ничто так сильно не разрушает организм, как физическое бездействие...»
Аристотель

Физическое и психическое здоровье необходимо рассматривать в динамике, а именно как процесс, изменяющийся на протяжении жизни человека. Способность организма сопротивляться воздействию вредных факторов, определяется потребностью в занятиях физическими упражнениями.

Особую актуальность представляет проблема здоровья молодежи. От этого зависит благополучие будущей молодой семьи, производственный потенциал и обороноспособность страны. В 2009 г. на молодых людей в возрасте от 15 до 24 лет приходилось 40% всех новых случаев ВИЧ-инфекции среди взрослых людей. В любой отдельно взятый год около 20% подростков, испытывают какую-либо проблему в области психического здоровья, наиболее часто депрессию или тревогу; 150 миллионов молодых людей употребляют табак; примерно 430 миллионов молодых людей в возрасте от 10 до 29 лет ежедневно умирают в результате межличностного насилия; 700 миллионов учащихся молодежи ежедневно умирают от дорожно-транспортных травм.

К числу факторов, отрицательно влияющих на здоровье студентов, российские ученые Э.Н. Вайнер, Н.К. Иванова, А.М. Куликов, Е.А. Ямбург и др. относят перегрузку учебными занятиями, авторитарный стиль взаимоотношений педагогов и студентов, недостаточный учет индивидуальных особенностей в обучении и воспитании, гиподинамию и др. В современных условиях развития отечественной высшей школы становится очевидным, что успешное решение проблемы сохранения и укрепления здоровья студентов во многом зависит от совместных усилий педагогов, социальных служащих, психологов, социальных психологов. Возникла потребность обоснования педагогических технологий решения этой проблемы в рамках педагогики и психологии высшей школы.

Отсутствие знаний по культуре здоровья, пренебрежение здоровьем являются одной из причин того, что 40% студентов не имеют представления о здоровом образе жизни; около 50% студентов пробовали наркотики. Эти данные говорят о том, что сохране-