

**ОТНОШЕНИЕ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ ПЕДАГОГОВ
УЧРЕЖДЕНИЙ ОБЩЕГО СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
И ВОСПИТАТЕЛЕЙ УЧРЕЖДЕНИЙ ДОШКОЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

Третьякевич В.К.

Учреждение образования «Гродненский государственный
медицинский университет», г. Гродно, Республика Беларусь

**ATTITUDE TO HEALTHY LIFESTYLE OF TEACHERS
OF ESTABLISHMENTS OF GENERAL SECONDARY EDUCATION
AND EDUCATORS OF PRESCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS**

Tretyakevich V.K.

Grodno State Medical University, Grodno, Belarus

Реферат. Формирование навыков здорового образа жизни происходит преимущественно в детском и подростковом возрасте. Ключевое значение в этом вопросе имеет работа по его пропаганде, реализуемая педагогами учреждений общего среднего образования и воспитателями учреждения дошкольного образования. Эффективность этой работы во многом зависит от знаний и навыков в области здорового образа жизни у этих двух профессиональных категорий.

Цель исследования: сравнить отношение к состоянию индивидуального здоровья и здоровому образу жизни воспитателей учреждений дошкольного образования и педагогов учреждений общего среднего образования.

Материал и методы исследования. Проведено социологическое исследование по вопросам отношения к состоянию индивидуального здоровья, приобщения к вредным привычкам и навыкам формирования здорового образа жизни 105 воспитателей учреждений дошкольного образования и 105 педагогов учреждений общего среднего образования.

Выводы. Представления учителей воспитателей учреждений дошкольного образования и педагогов учреждений общего среднего образования о формировании основных компонентов здорового образа жизни отличаются несформированностью, что требует активизации данной работы, в том числе и организациях здравоохранения на уровне оказания первичной медико-санитарной помощи.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, воспитатели учреждений дошкольного образования, учителя учреждений общего среднего образования.

Abstract. Formation of habits of a healthy lifestyle occurs primarily in childhood and adolescence. Key to this issue is the work to promote it, implemented by teachers of general secondary education institutions and educators of pre-school education institutions. The effectiveness of this work largely depends on the knowledge and skills in the field of a healthy lifestyle in these two professional categories.

The purpose of the research is to compare the attitude towards the state of individual health and healthy lifestyle of educators of pre-school education institutions and teachers of general secondary education institutions.

Material and methods of investigation. A sociological survey was conducted on the issues of attitudes toward the state of individual health, familiarizing with harmful habits and habits of forming a healthy lifestyle of 105 educators of pre-school education institutions and 105 teachers of general secondary education institutions.

Conclusions. Representations of teachers of pre-school education institutions and teachers of general secondary education establishments on the formation of the main components of a healthy lifestyle are characterized by their unformed nature, which requires the intensification of this work, including health organizations, at the level of primary health care.

Key words: healthy way of life, educators of pre-school education institutions, teachers of general secondary education institutions.

Введение. В настоящее время уделяется много внимания дифференцированному подходу в формировании здорового образа жизни (далее – ЗОЖ) [2, 5].

ЗОЖ, пропагандируемый, в первую очередь, врачами, выражает ориентированность личности на укрепление и развитие индивидуального и общественного здоровья, и реализуется в виде первичной профилактики, направленной на предотвращение развития заболеваний [1, 4].

В современных условиях особое внимание уделяется системе непрерывного образования по вопросам здоровьесбережения [5]. Важное значение при этом приобретает развитие здоровьесберегающих технологий [3]. Это система мер включает взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья ребенка на всех этапах его обучения и развития.

Известно, что формирование навыков ЗОЖ происходит преимущественно в детском и подростковом возрасте. В этом процессе важной является роль не только семьи, но и представителей различных социальных групп. Ключевое значение в формировании навыков ЗОЖ имеет работа по его пропаганде, реализуемая педагогами учреждений общего среднего образования (далее – УОСО) и воспитателями учреждения дошкольного образования (далее – УДО), которые в подавляющем большинстве случаев являются для детей примером для подражания. Эффективность этой работы во многом зависит от знаний и навыков в области ЗОЖ у этих двух профессиональных категорий.

Цель исследования: сравнить отношение к состоянию индивидуального здоровья и ЗОЖ воспитателей УДО и педагогов УОСО.

Материал и методы исследования. Данное исследование проводилось с применением социологического метода с помощью специально разработанной анкеты, включавшей 27 вопросов, каждый из которых имел несколько вариантов ответа. При проведении исследования акцент был сделан на вопросах отношения к состоянию индивидуального здоровья, приобщения к вредным привычкам и навыкам формирования ЗОЖ.

Всего было опрошено 105 учителей УОСО и 105 воспитателей УДО.

Статистическую обработку полученных результатов проводили с помощью вычисления критерия согласия Пирсона (χ^2).

Результаты исследования и их обсуждение. По результатам анкетирования установлено, что «хорошим» состояние индивидуального здоровья назвали 18,3% опрошенных учителей УОСО и 11,5% воспитателей УДО, «скорее хорошим» – соответственно, 32,7% и 33,7%, «удовлетворительным» – соответственно, 46,2% и 53,8%, а как «скорее плохое» его расценили, соответственно, 2,8% и 1,0% респондентов. Статистически достоверных различий при этом выявлено не было ($\chi^2=6,21$; $p=0,18$, $df=4$).

При анализе ответов на вопрос об отношении к состоянию индивидуального здоровья установлено, что у 12,5% опрошенных учителей УОСО и 9,1% воспитателей УДО оно оказалось скорее безразличным. Более внимательными к состоянию индивидуального здоровья оказались, соответственно, 71,4% и 66,7% респон-

дентов обеих групп. Причем «расточительным» его считали, соответственно, 16,1% и 24,2% опрошенных педагогов и воспитателей.

Распределение ответов респондентов обеих групп на вопрос о том, «что мешает в полной мере заботиться о своём здоровье», выглядело следующим образом. Так, наиболее значимой причиной оказался «недостаток материальных средств», что было характерно для 20,3% учителей УОСО и 23,8% воспитателей УДО и усугублялось личной неорганизованностью респондентов обеих групп: соответственно, 24,2% и 23,5% ответов. «Дефицит времени» в качестве фактора, затрудняющего заботу о состоянии индивидуального здоровья, оказался значимым для 18,5% педагогов УОСО и 17,5% воспитателей УДО, а «недостаток физических и моральных сил» – соответственно, для 18,5% и 18,1% опрошенных. Кроме того, «наличие более важных дел, чем сохранение здоровья», отметили 8,9% учителей и 4,9% воспитателей, а «нежелание предпринимать соответствующие усилия» как причину указали, соответственно, 9,6% и 12,0% опрошенных обеих групп.

Несформированными у респондентов оказались и представления о собственно ЗОЖ. Так, под ЗОЖ 20,0% учителей УОСО и 22,4% воспитателей УДО понимали только полноценное питание, 18,5% и 21,9% респондентов – соблюдение правил личной гигиены, а 16,5% и 14,6% анкетированных – рациональное сочетание труда и отдыха. Значительно более редкими оказались ответы о необходимости здорового сна (11,8% и 20,5% ответов, соответственно) и физической активности (9,0% и 5,0%, соответственно), рационального ограничения физических нагрузок (2,8% и 2,4%, соответственно) и поддержания нормальной сексуальной активности (3,0% и 1,7%, соответственно). Значительная часть респондентов обеих групп под ЗОЖ понимали обеспечение материальных потребностей (8,5% учителей УОСО и 5,7% воспитателей УДО), устойчивость к внешним раздражителям (4,5% и 2,1%, соответственно), регулярные поездки к морю в отпускной период (3,3% и 3,4%, соответственно), и даже наличие рационального эгоизма (3,0% и 1,4%, соответственно).

В связи с вышеизложенным небудительно выглядят ответы респондентов обеих групп об их глубокой приверженности соблюдению принципов ЗОЖ, что оказалось характерным для 32,9% учителей УОСО и 43,7% воспитателей УДО, а также

убежденности при этом в сохранении индивидуального здоровья (соответственно, 29,0% и 28,9% вариантов ответов) и обеспечении активного долголетия (соответственно, 7,9% и 4,4% ответов).

Следует также отметить, что респонденты весьма часто переоценивали индивидуальный уровень знаний о ЗОЖ, считая его вполне достаточным, что оказалось характерно для 22,6% опрошенных учителей и 13,5% педагогов. Несформированными свои представления по вопросам формирования ЗОЖ считали только, соответственно, 12,5% и 8,6% респондентов. Большая же часть анкетированных обеих групп либо признавала частичные пробелы в имеющихся знаниях (соответственно, 39,4% и 46,2% респондентов), либо вообще затруднились с ответом (соответственно, 25,5% и 31,7% опрошенных).

В связи с этим не удивляют полученные результаты анкетирования о низкой физической активности респондентов, из числа которых регулярно занимались физкультурой только 22,8% учителей УОСО и 17,6% воспитателей УДО, а не считали эти занятия для себя необходимыми, соответственно, 27,7% и 25,5% опрошенных.

Это же касается и вопроса о рациональности питания. Так, в результате опроса выяснилось, что большинство респондентов не придерживались рекомендованных гигиенических норм питания, что оказалось характерным для 43,3% учителей УОСО и 47,1% воспитателей УДО. Причем трехразового характера питания придерживались только, соответственно, 26,7% и 23,1% анкетированных, а четырехразового – соответственно, 30,0% и 29,8% респондентов. При этом лишь 30,5% педагогов УОСО и 19,4% воспитателей УДО старались употреблять в пищу натуральные продукты, 19,0% и 19,5% – соблюдать умеренность в еде, а 12,6% и 20,8% анкетированных – сделать рационы питания максимально разнообразными.

В процессе исследований нам представлялось весьма важным выяснить отношение обеих групп респондентов к вредным привычкам.

Так, нам удалось установить низкую частоту распространения курения среди опрошенных: на момент проведения анкетирования постоянно курили только 6,7% учителей УОСО, курящих же воспитателей выявить не представилось возможным

($\chi^2=18,92$; $p=0,0003$; $df=3$). В свою очередь, никогда не пробовали закурить, соответственно, 68,3% и 75,8% респондентов. Кроме того, нами также был установлен факт сокращения потребления табака среди ранее куривших учителей и воспитателей: соответственно, 25,0% и 12,1%.

Данная тенденция была отмечена нами и при анализе частоты распространенности употребления респондентами спиртных напитков, которая оказалась также относительно невысокой и составила только 46,4% и 51,5%, соответственно. Причем к «часто выпивающим» отнесли себя лишь, соответственно, 3,6% и 3,0% опрошенных обеих групп. Кроме того, убежденными противниками употребления алкоголя были 11,4% учителей УОСО и 6,1% воспитателей УДО.

Все вышеизложенное может служить косвенным свидетельством эффективности пропаганды ЗОЖ, проводимой в стране, в том числе в организациях здравоохранения на уровне оказания первичной медико-санитарной помощи, что подтверждается и результатами анкетирования: по мнению значительной части респондентов (соответственно, 30,7% и 37,6%) в течение последних 5 лет количество получаемой ими от медицинских работников информации по вопросам формирования ЗОЖ значительно возросло ($\chi^2=8,23$; $p=0,04$; $df=3$).

Выводы.

Представления учителей УОСО и воспитателей УДО о формировании основных компонентов ЗОЖ отличаются несформированностью, что требует активизации данной работы, в том числе и в организациях здравоохранения на уровне оказания первичной медико-санитарной помощи.

Литература

1. Авчинникова, С. О. Формирование здорового образа жизни как направление социальной работы / С. О. Авчинникова // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 2006. – № 6. – С. 25-28.
2. Государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016-2020 годы : утв. Советом Министров Респ. Беларусь 14 марта 2016 г., № 200 [Электронный ресурс] // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – Режим доступа: <http://pravo.by/document/?guid=3871&p0=C21600200>. – Дата доступа: 06.06.2018.
3. Современные технологии сохранения и укрепления здоровья детей : учебное пособие / под ред. Н. В. Сократова. – Москва : Сфера, 2005. – 220 с.

4. Стародубов, В. И. Основные направления в развитии медицинской профилактики / В. И. Стародубов, Н. П. Соболева, Л. А. Сковердяк // Профилактика заболеваний и укрепление здоровья. – 2007. – Т. 10, № 2. – С. 3-6.

5. Woynarowska, B. Edukacja zdrowotna / B. Woynarowska. – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2007. – 604 s.

References

1. Avchinnikova, S. O. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni kak napravlenie sotsialnoy raboty / S. O. Avchinnikova // Problemy sotsialnoy gigieny, zdavoohraneniya i istorii meditsiny. – 2006. – № 6. – S. 25-28.

2. Gosudarstvennaya programma «Zdorove naroda i demograficheskaya bezopasnost Respubliki Belarus» na 2016-2020 gody : utv. Sovetom Ministrov Resp. Belarus 14 marta 2016 g., # 200 [Elektronnyy resurs] // Natsionalnyy pravovoy Internet-portal Respubliki Belarus. – Rezhim dostupa: <http://pravo.by/document/?guid=3871&p0=C21600200>. – Data dostupa: 06.06.2018.

3. Sovremennyye tehnologii sohraneniya i ukrepleniya zdorovya detey : uchebnoe posobie / pod red. N. V. Sokratova. – Moskva : Sfera, 2005. – 220 s.

4. Starodubov, V. I. Osnovnyie napravleniya v razvitiy meditsinskoй profilaktiki / V. I. Starodubov, N. P. Soboleva, L. A. Skoverdyak // Profilaktika zabolevaniy i ukreplenie zdorovya. – 2007. – Т. 10, № 2. – С. 3-6.

5. Woynarowska, B. Edukacja zdrowotna / B. Woynarowska. – Warszawa : Wydawnictwo Naukowe PWN, 2007. – 604 s.

Поступила 08.06.2018.

УДК: 616.248-022.8/9-053.2

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ И ЗНАЧИМОСТЬ ФАКТОРОВ РИСКА БРОНХИАЛЬНОЙ АСТМЫ ДЕТСКОГО НАСЕЛЕНИЯ ГОРОДА ГРОДНО И ГРОДНЕНСКОГО РАЙОНА

¹Шпаков А.И., ¹Заводник Л.Б., ¹Петров С.В., ²Хоха Р.Н.

¹Учреждение образования «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы», г. Гродно, Республика Беларусь

²Учреждение образования «Гродненский государственный медицинский университет», г. Гродно, Республика Беларусь

PREVALENCE AND SIGNIFICANCE OF RISK FACTORS OF BRONCHIAL ASTHMA OF CHILDREN POPULATION OF GRODNO AND DISTRICT

¹Shpakou A.I., ¹Zavodnik L.B., ¹Petrov S.V., ²Khokha R.N.

¹Yanka Kupala State University of Grodno, Grodno, Belarus

²Grodno State Medical University, Grodno, Belarus

Реферат. Определена реальная распространённость у детей бронхиальной астмы с учетом отягощенной наследственности по аллергическим заболеваниям и астме у родителей. Установлены