
ГУМАНИТАРНЫЕ ПРОБЛЕМЫ МЕДИЦИНЫ

Л. А. Давыденко

Волгоградский научный центр РАМН и Администрации Волгоградской области

ОБОСНОВАНИЕ ДИФФЕРЕНЦИРОВАННОГО ПОДХОДА К ФОРМИРОВАНИЮ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ШКОЛЬНИКОВ — ЖИТЕЛЕЙ КРУПНОГО ПРОМЫШЛЕННОГО ГОРОДА

УДК 613.955

Изучены особенности образа жизни школьников крупного промышленного города в связи с территорией проживания и видом образовательного учреждения. Обоснована необходимость дифференцированного подхода к формированию здорового образа жизни.

Ключевые слова: образ жизни, образовательные учреждения, школьники.

L. A. Davydenko

VALIDITY OF DIFFERENTIATIVE APPROACH TO FORMATION OF HEALTHY LIFE-STYLE AMONG SCHOOL CHILDREN OF AN INDUSTRIAL CITY

The paper discusses the peculiarities of life style in schoolchildren in large industrial cities in connection with their residence area and the type of educational establishment. A need for a differentiated approach to maintaining a healthy life style is highlighted.

Key words: healthy life style, educational establishment, school children.

Исследования последних лет показывают, что образ жизни (ОЖ) современных детей и подростков имеет многочисленные дефекты, при этом наблюдается негативная динамика характеристик ОЖ, увеличивается распространенность рискованных форм поведения, деформирующих стиль жизни [1—4]. В этой связи необходимо научное обоснование политики и стратегии в области формирования здорового образа жизни — важного элемента, обеспечивающего санитарно-эпидемиологическое благополучие детей и подростков.

ЦЕЛЬ РАБОТЫ

Научная аргументация дифференцированного подхода к разработке региональной концепции здорового образа жизни на основе выявленных особенностей и закономерностей формирования образа жизни школьников — жителей крупного промышленного города.

МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

На урбанизированных территориях Волгоградского региона с 1998 по 2008 г. проводилось изучение и анализ образа жизни школьников 1, 5, 9, 11-х классов в зависимости от территории проживания и вида образовательного учреждения. Первое направление реализовалось на примере двух модельных территорий крупного города: промышленная — неблагополучная по экологическим и социально-экономическим условиям проживания; центральная — территория относительного экологического и социально-экономического благополучия. Второе — на примере 2 видов образовательных учреждений (ОУ): гимназии (лицеи) и массовые школы.

Характеристика ОЖ учащихся базировалась на показателях суточного бюджета времени, организации и характера питания, режима трудовой занятости, распространенности рискованных форм поведения.

Для количественной оценки разнородных показателей, характеризующих ОЖ, рассчитывались интегральные показатели: ИПР — суточный бюджет времени школьников, ИПП — организация и качество питания.

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

За период наблюдения выявлена негативная динамика в организации режима дня школьников: увеличилась распространенность нарушений режима прогулок (среди первоклассников — 86,4 → 90,4 %; девятиклассников — 61,9 → 70,7 %; $p < 0,05$), дополнительных учебных занятий среди учащихся 1, 5, 9-х классов (29,9 → 43,7 %), увеличилось число учащихся, «увлекающихся» компьютером (20,2 % → 47,2 %; $p < 0,001$). Более широкую распространенность приобрели вредные привычки среди подростков: число курящих девушек возросло с 11,8 до 29,9 % ($p < 0,001$), увеличилось число подростков, регулярно употребляющих алкогольные напитки (юношей 11,9 → 26,5 %, девушек — 10,7 → 16,1 %; $p < 0,01—0,001$).

В динамике лет обучения выявлены различия в распространенности нарушений режима дня у школьников. Нарушения режима дня особенно характерны для учащихся 1-х классов: не соблюдают режим сна 94,1 % (56,1—68,6 % в 5-х и 9-х классах, 32,4 % в выпускных; $p < 0,001$), режим подготовки уроков и прогулок на свежем воздухе (71,8 и 90,5 %; $p < 0,001$). Среди первоклассников меньше всего детей, занимающихся физической культурой и спортом — 25,4 % (число их возрастает до 44,3 % к 5-му классу и уменьшается до 28,6 % к моменту окончания школы). Самое большое число подростков, соблюдающих режим прогулок, среди учащихся 9-х классов (31,9 % в учебные, 62,6 % в выходные дни). Среди учащихся 5-х и 9-х классов наибольшая распространенность нарушений режима дня, обусловленных длительным просмотром телепередач (43,9 и 64,6 %). С возрастом увеличивается число школьников, длительно занимающихся на компьютере — 30,4 → 52,1 % ($p < 0,01$). Характерный элемент ОЖ современных старшеклассников — трудовая занятость: 26,4 % юношей и 13,9 % девушек совмещают учебу с работой.

Корреляционный анализ подтвердил зависимость факторов, определяющих оценочную градацию режима дня, от возраста ребенка. У первоклассников в наибольшей степени нарушения ОЖ обусловлены нерациональным режимом сна и прогулок ($r = 0,43—0,63$) в 5-х классах — длительностью просмотра телепередач ($r = 0,40—0,56$), в старших классах — режимом прогулок ($r = 0,62—0,70$) и продолжительностью выполнения домашнего задания ($r = 0,38—0,55$).

Выполненное исследование показало нарушения в организации и характере питания современных детей и подростков: нерациональный режим питания, отсутствие в ежедневном рационе питания биологически ценных продуктов. Набор продуктов, используемый в питании школьников, меняется с возрастом: от 1-го

к 11-му классу возрастает число детей и подростков, в рационе которых регулярно присутствуют мясо и мясопродукты (49,3 > 70,0 %; $p < 0,001$), овощи и фрукты (32,6 > 60, %; $p < 0,001$), в то же время в 2 раза уменьшается число школьников, регулярно потребляющих молоко и молочные продукты. Интегральная оценка питания (ИПП), прежде всего, связана с качественной полноценностью питания: в младших классах — с употреблением мяса и мясопродуктов ($r = 0,48$), в старших — молока ($r = 0,60$) и во всех возрастных группах — фруктов ($r = 0,43—0,53$).

Исследования показали более низкое качество организации жизни у девочек в сравнении с мальчиками, различия особенно выражены в старших классах. Среди девушек больше «недосыпающих» (59,6 против 46,1 %; $p < 0,05$), превышающих гигиенические нормы времени подготовки уроков (18,7 против 4,5 %; $p < 0,01$), выше распространенность дополнительных учебных нагрузок (58,6 против 41,6 %; $p < 0,01$). Для них более характерна низкая двигательная активность (76,6 против 60,5 %; $p < 0,01$), нарушения режима прогулок (74,4 против 62,9 %; $p < 0,001$), режима питания, менее регулярное употребление мясных и молочных продуктов ($p < 0,05—0,001$).

Результаты исследования показали, что дефекты ОЖ в большей степени присущи школьникам промышленных районов: в 1,5 раза больше подростков, имеющих «глубокое» недосыпание, в 2,4 раза меньше первоклассников, регулярно спящих днем, чаще встречаются дефекты режима дня, обусловленные длительным просмотром телепередач (30,1 против 20,2 %; $p < 0,05$), меньше распространенность занятий в спортивных секциях (29,0 против 41,8 %; $p < 0,01$). Учащиеся 1-х и 5-х классов в промышленных районах меньше бывают на свежем воздухе, чем их сверстники в районе сравнения (7,0 против 17,8 %; $p < 0,01$), хотя в выпускных классах, наоборот, чаще соблюдают режим прогулок подростки промышленных районов (34,7 против 20,1 %; $p < 0,001$). В промышленных районах больше «работающих» подростков (24,6 против 15,6 %; $p < 0,05$). В целом оптимальный и удовлетворительный вариант интегральной оценки организации и качества питания имеют 3,6 и 30,2 % учащихся промышленных районов против 30,7 и 45,5 % в центральном.

В промышленных районах выявлено больше юношей, «регулярно» употребляющих алкогольные напитки ($p < 0,05$), в более раннем возрасте имеет место первая проба наркотических веществ ($p < 0,05$); выше распространенность употребления наркотических веществ инъекционным путем (в 2,8 раза среди юношей, в 5 раз среди девушек). Подростки промышленных районов, особенно девушки, имеют более неблагоприятный сексуальный анамнез: ниже возраст полового дебюта (13—14 лет у 30,4 против 15,0 % в центральном), более характерна частая смена полового партнера (52,2 против 15,0 %; $p < 0,01$), выше распространенность незащищенного секса (69,0 против 40,0 %; $p < 0,05$).

В ходе исследований выявлены характерные соотношения распространенности дефектов режима дня в группах учащихся массовых школ и гимназистов, сопоставимых по социальным характеристикам. Дефицит сна более 2 часов, отсутствие дневного сна у первоклассников в выходные дни более характерны для учащихся массовых школ. Гимназисты-первоклассники по времени подготовки уроков чаще укладывались в гигиеническую норму (79,1 против 64,6 %; $p < 0,05$), в старших классах у большего числа гимназистов время приготовления домашнего задания превышает регламент (17,2 против 5,0 %; $p < 0,01$). Дополнительными занятиями вне школы более характерны для учащихся гимназий (60,5 против 41,4 %; $p < 0,001$). Старшеклассники-гимназисты чаще нарушают режим прогулок ($p < 0,01$), в то же время в 1,5—2 раза чаще занимаются физической культурой и спортом. Среди учащихся массовых школ больше «работающих» подростков — в 2,7 раза среди юношей, в 6,3 раза среди девушек.

Интегральная оценка организации и качества питания хуже у учащихся массовых школ, различия особенно выражены в промышленных районах (ИПП 0,42 против 0,39; $p < 0,01$). Выявлены различия в распространенности поведенческих факторов риска в городах учащихся гимназий и массовых школ, более выраженные в промышленных районах. Для учащихся массовых школ более характерно употребление крепких алкогольных напитков, знакомство с наркотиками

(19,5 против 9,2 % в гимназиях; $p < 0,05$), инъекционный путь их потребления (4,9 против 0,9 %; $p < 0,001$), распространенность интимных форм поведения (39,3 против 27,7 %; $p < 0,01$).

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, выявлены различия в характеристиках ОЖ школьников крупного промышленного города в зависимости от возраста, пола, территории проживания и вида образовательного учреждения. Полученные результаты обосновывают необходимость дифференцированного подхода к формированию ЗОЖ с учетом:

— на региональном уровне — экологической и социально-экономической ситуации территории проживания, вида образовательного учреждения;

— на уровне образовательного учреждения — возраста и пола учащихся.

ЛИТЕРАТУРА

1. Кучма В. Р. // Гигиена и санитария. — 2004. — № 6. — С. 51—53.
2. Сухарева Л. М., Рапопорт И. К., Звездина И. В. // Гигиена и санитария. — 2003. — № 3. — С. 51—55.
3. Хамошина М. Б. / Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: Мат. междунар. конгр. — М., 2004. — С. 260—262.
4. Шубочкина Е. И., Молчанова С. С., Куликова А. В. / Здоровье, обучение, воспитание детей и молодежи в XXI веке: Мат. междунар. конгр. — М., 2004. — С. 371—373.

Е. В. Бондаренко

Кафедра теоретической биохимии с курсом клинической биохимии ВолГМУ

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ И ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-СУБЪЕКТНОЙ ПОЗИЦИИ У СТУДЕНТА

УДК 614.2:371

Рассматривается роль профессионального воспитания в процессе формирования профессионально-субъектной позиции студента-медика. Приводятся данные уровня сформированности когнитивного компонента профессионально-субъектной позиции у студентов медицинского университета.

Ключевые слова: профессиональное воспитание, воспитание, когнитивный компонент, студент.

E. V. Bondarenko

VOCATIONAL TRAINING AND DEVELOPMENT OF PROFESSIONAL INDIVIDUAL ATTITUDE IN STUDENTS

The role of vocational training in the process of development of professional individual attitude in medical students is considered. The level of development of cognitive component of professional individual attitude in medical students is discussed.

Key words: vocational training, training, cognitive component, student

Проблема профессионального воспитания студентов в процессе обучения является актуальной, особенно в медицинском университете.

Образовательная среда медицинского университета имеет свою специфику, которая проявляется: 1) в особом языке, понятийно-терминологическом