ЗДОРОВЬЕ – ЭТО ЖИЗНЬ

Родители учащихся X класса

Цель: привлечение внимания  общественности  (родителей) к понятию «здоровье».

Задачи:

- рассмотреть здоровье как основную ценность человеческого общества;

- раскрыть позитивные и негативные факторы, влияющие на здоровье человека;

- популяризировать здоровый образ жизни;

- способствовать повышению устойчивости молодого поколения к негативным  внешним воздействиям и возможным рискам человеческому здоровью;

 совершенствовать систему работы с семей.

Оборудование:

- презентация;

- листы для организации групповой работы;

- «Послания из будущего» (опережающее задание для учащихся класса).

Ход мероприятия

Этап 1. Приветствие.

Этап 2. Постановка проблемы (слово учителя).

Еще в конце XX века общество столкнулось с рядом изменений, которые оказали влияние на образ жизни людей в разных сферах. Например, быстрые темпы  роста  технологий  изменили способ обучения детей в школе через внедрение компьютеров, расширение доступа к информационным ресурсам, создание большого количества компьютерных и виртуальных развлечений. Эти перемены породили образ жизни детей, молодежи и взрослых, характеризующийся большой интеллектуальной и сенсорной перегрузкой и снижением двигательной активности и физических нагрузок. Еще одно значительное изменение – стремление жить в мегаполисах и общее увеличение численности населения в городах. В начале XIX века в городах проживало 3 % мирового населения. В начале XX – около 15 %, а на пороге XXI – уже почти половина (Гинзбург А. С.) Предполагается, что к 2025 году городское население составит 2/3 мирового. Трудность этой проблемы состоит в том, что мегаполисы служат источником экологического неблагополучия. Являются скоплением огромных масс людей, социальные связи между которыми слабые, а традиции, характерные для небольшого города, теряются. Это создает почву для унификации всех сфер жизни. Значительные перемены произошли также в духовной сфере. На первый план в обществе выходят краткосрочные индивидуальные цели, стремление к материальным накоплениям и новым ощущениям. Но вместе с увеличением скорости получения новых возможностей сокращается срок наступления пресыщения. Это провоцирует желание находить все более экстремальные способы получения ощущений. Быстрый темп изменений, затрагивающий все сферы жизни, не облегчает задачу приспособления, а, наоборот, усложняет ее, затрудняя выбор правильной и последовательной линии поведения. Эта ситуация провоцирует людей на уход в свой внутренний мир переживаний, стимулирует непрерывный рост неврозов, психических заболеваний, агрессивности, преступности, возрастание потребления алкоголя, наркотиков, психоактивных веществ с целью снятия напряжения. Все эти, а также масса других факторов создают среду обитания современного человека, которая влияет на формирование определенного образа жизни и выбор стиля жизни каждым конкретным человеком.

В Кодексе Республики Беларусь об образовании и Концепции непрерывного воспитания детей и молодежи в Республике Беларусь отмечается, что одной из составляющих воспитания является овладение ценностями и навыками здорового образа жизни, а содержание воспитательной работы должно быть «направлено на усвоение обучающимися многогранности понятия «здоровье», восприятие   его как общечеловеческой и личностной ценности».

Если пытаться строить разговор  с молодыми людьми о том, какой образ жизни является наиболее здоровым, то без учета этих факторов разговор может быть обречен на неудачу. Если строить разговор с точки зрения того. Что делать нельзя. Чтобы оставаться здоровым. То результат будет таким же, поскольку молодые люди любят оспаривать запреты. Они еще не успели почувствовать, что значит потерять здоровье, а существующие возможности слишком привлекательны, чтобы взрослый с пока еще сомнительным для них авторитетом мог убедить их не пробовать или не делать чего-либо. Несмотря на то что лучше учиться на чужих ошибках, они продолжают учиться по большей части на своих. Так как же уберечь наших детей от угроз этого мира?

Этой проблеме и посвящена наша встреча. Ведь чтобы разговаривать со своими детьми не поучая и быть для них авторитетом, нужно самому быть грамотным и «продвинутым».

Этап 2. «Поразмышляем вместе».

Работа в группах (родители делятся на 2 группы, каждой из которых предлагается выполнить задания).

Задание для группы 1: Составьте «Топ-10 вредных привычек молодого поколения». Аргументируйте свой ответ.

Задание для группы 2: Составьте «Факторы риска для здоровья  молодого поколения». Аргументируйте свой ответ.

Этап 3. «Афиширование».

Родители афишируют работу групп. Анализируют, высказывают свою точку зрения по рассматриваемым вопросам.

Учитель приводит данные современных исследований (презентация).

«Топ – 10 самых вредных привычек»

1. Диеты.
2. Неправильное питание или обжорство.
3. Компьютерная зависимость
4. Использование ненормативной лексики.
5. Привычка грызть ногти – онихофагия.
6. Недосыпание.
7. Недостаток движения или просто лень.
8. Курение.
9. Алкоголь.
10. Наркотики.

«Факторы риска здоровью молодого поколения»

Фактор № 1 – алкоголь.

- По данным ВОЗ, ежегодно в мире от неинфекционных заболеваний умирает около 41 млн. человек, из них 15 млн. - в возрасте от 30 до 69 лет. Специалисты отмечают, что чаще всего смерть наступает от сердечно-сосудистых заболеваний (43,6%), онкологии (21,9 %) и респираторных заболеваний (9,5 %).

- Данные наблюдений показали (20 лет):

- 59% смертей мужчин в возрасте 15-54 лет связаны со злоупотреблением спиртными напитками.

- Эта пагубная привычка повышает риск смерти от опухолей головы и шеи в 3,3 раза:

- от рака печени - в 2,1 раза,

- от туберкулеза - в 4,1 раза,

- от заболеваний печени - в 6,2 раза,

- от острой ишемической болезни сердца - в 3 раза, от заболеваний поджелудочной железы - почти в 7 раз.

Фактор № 2 – сидячий образ жизни.

- Страдает:

сердечно-сосудистая система.

- Ведет к:

ожирению.

- Одно из следствий:

сахарный диабет.

Фактор № 3 – курение.

- По оценкам ВОЗ, от последствий курения, каждый год умирает более 5 млн. взрослых.

- К 2030 году это число может возрасти до 8 млн.

- Исследования Республиканского научно-практического центра медицинских технологий, информатизации, управления и экономики здравоохранения в Беларуси, проведенные в 2021 году, показали:

- курение более распространено среди малообеспеченных слоев населения.

- Эта вредная привычка нередко становится причиной преждевременной смерти кормильцев, их инвалидизации.

Этап 4. «Открытый микрофон».

Родителям объявляется, что у них есть возможность обратиться ко всему миру и поднять волнующую их проблему, имеющую отношение к здоровью человечества. Каждый участник говорит о том, что ему кажется наиболее важным. В конце работы участникам предлагается составить «золотые правила здоровья и безопасности».

Этап 5. «Наши дети».

Предварительная подготовка – письма учащихся класса «Послание из будущего». Учащиеся класса заранее написали письма, в которых им предлагалось представить себя жителями будущего, в котором искоренены все самые страшные болезни человечества и все его пороки. Жители будущего посылают секретные послания, в которых раскрыты их тайны (золотые правила здоровья и безопасности).

Учитель (или приглашенные учащиеся класса) зачитывают «Послания из будущего».

Этап 6. «Государство и здоровье народа».

Учитель рассказывает о государственной программе «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021–2025 годы и ее приоритетных направлениях.

Государственная политика в Республике Беларусь направлена на сохранение здоровья нации: от 19 января 2021 г. Постановлением Совета Министров Республики Беларусь  № 28 утверждена программа государственная программа «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021–2025 годы.

Государственная программа подготовлена на основе ключевых положений Национальной стратегии устойчивого развития Республики Беларусь до 2035 года, Программы социально-экономического развития Республики Беларусь на 2021–2025 годы, ежегодных посланий Главы государства белорусскому народу и Национальному собранию Республики Беларусь, других стратегических и программных документов отраслевого и регионального развития, а также с учетом параметров демографического прогноза численности и структуры населения Республики Беларусь.

Анализ реализации мероприятий Государственной программы «Здоровье народа и демографическая безопасность Республики Беларусь» на 2016–2020 годы, утвержденной постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 14 марта 2016 г. № 200 (далее – Государственная программа на 2016–2020 годы), свидетельствует о достижении к 2020 году значений основных показателей по совершенствованию системы охраны материнства и детства, укреплению института семьи, стабилизации уровня смертности населения, улучшению показателей здоровья населения путем формирования самосохранительного поведения, снижения распространения негативных явлений пьянства и алкоголизма, ВИЧ-инфекции, туберкулеза.

Вместе с тем демографическая ситуация в Республике Беларусь остается сложной. За 2016–2019 годы численность населения сократилась на 96,3 тысячи человек. Коэффициент естественной убыли населения в целом по республике в 2019 году составил 3,5 на 1000 человек населения (в 2016 году – 0,2).

Отмечена тенденция снижения рождаемости. Так, если в 2016 году родилось 117,8 тысячи детей и рождаемость составила 12,4 на 1000 человек населения, то в 2019 году родилось 87,6 тысячи детей, или 9,3 на 1000 человек населения.

Сокращение рождаемости происходит по причинам снижения численности женщин репродуктивного возраста, повышения возраста материнства, снижения количества заключенных браков и увеличения уровня разводов.

Благодаря проводимой в организациях здравоохранения работе по обеспечению высокого уровня оказания медицинской помощи матерям и детям в стране отмечаются низкие показатели младенческой, детской и материнской смертности, обеспечено благополучное завершение беременности у женщин с тяжелым сахарным диабетом, пороками сердца, онкологией, редкими заболеваниями, после трансплантаций органов. Как следствие, младенческая смертность снизилась в 2019 году до 2,4 на 1000 родившихся живыми (в 2016 году – 3,2).

При стабилизации за 5 лет показателя общей смертности на уровне 12,6–12,8 промилле отмечается рост смертности населения трудоспособного возраста с 3,9 промилле в 2016–2017 годах до 4,1–4,3 в 2018–2019 годах за счет негативной тенденции старения населения.

Необходимо отметить, что основными причинами смертности трудоспособного населения по-прежнему являются болезни системы кровообращения (36,1 процента – 2019 год), новообразования (21,9 процента – 2019 год) и внешние причины (22,7 процента – 2019 год).

За пять лет смертность от внешних причин в республике снизилась на 9,5 процента (с 92,5 процента в 2015 году до 83,7 процента в 2019 году на 100 тысяч человек). В структуре внешних причин смертности случаи гибели в результате несчастных случаев, связанных с транспортными средствами, заняли в 2019 году четвертое место (9,2 процента). Удельный вес этих причин в структуре смертности остается высоким, что обусловливает его социальную значимость и необходимость межведомственного взаимодействия в целях снижения.

По итогам реализации Государственной программы на 2016–2020 годы в 2019 году из 20 показателей выполнено 18. Не обеспечено достижение сводного целевого показателя «Ожидаемая продолжительность жизни при рождении» – 74,5 года при плане 75 лет. Это связано в основном с сокращением общей численности населения и увеличением смертности населения трудоспособного возраста.

Не выполнен показатель «Смертность от случайных отравлений алкоголем на 100 тыс. человек» подпрограммы «Предупреждение и преодоление пьянства и алкоголизма» (17,2 случая на 100 тысяч человек при плане 11,3 случая на 100 тысяч человек). Данный показатель не выполнен в связи с сохранением в структуре потребления алкоголя высокой доли крепких алкогольных напитков, в том числе незарегистрированного алкоголя, недостаточной реализацией мер по ограничению доступности алкогольных напитков для населения.

Министерством здравоохранения обеспечивается стабильное финансирование системы здравоохранения на основании индикативного среднесрочного программно-целевого планирования, ориентированного на результат. Совместно с заинтересованными ведомствами осуществляется системная работа по совершенствованию и повышению оплаты труда работников отрасли, что позволяет сохранять на протяжении последних лет лидирующую позицию по уровню среднемесячной заработной платы среди отраслей социальной сферы.

Приоритетными направлениями в области охраны здоровья и демографической безопасности на 2021 – 2025 годы являются:

разработка мер по укреплению репродуктивного здоровья, формированию культуры здорового образа жизни и здоровьесбережения;

совершенствование системы поддержки семей с детьми, улучшение условий их жизнедеятельности, укрепление института семьи;

развитие амбулаторно-поликлинической службы;

переход от постатейного финансирования организаций здравоохранения к системе финансирования на основе достигнутых результатов;

внедрение национальной системы медицинской аккредитации организаций здравоохранения;

развитие здравоохранения регионов, в том числе межрегиональных и межрайонных центров.

Этап 7. Рефлексия. «Стул здоровья».

Участникам встречи объявляется, что стул, который стоит перед ними, волшебный. Каждый, кто садится на него, может вслух высказать пожелания относительно своего здоровья и здоровья близких, которое непременно сбудется. Пожелания должны быть только положительными.

Список использованных источников:

1. Корзенко, В. Н. Основы формирования здорового образа жизни школьников : пособие для педагогов общеобразоват. Учреждений / В. Н. Корзенко, А. Л. Смотрицкий, Г. Е. Смотрицкая. – Минск : Нац. Ин-т образования, 2009. – 176 с.
2. Купчинов, Р. И. Формирование здорового образа жизни учащейся молодежи : пособие для педагогов / Р. И. Купчинов. – Минск : НИО, 2007. – 192 с.
3. Луговцова, Е. И. Психология формирования культуры здорового образа жизни школьников : пособие для педагогов-психологов, педагогов соц. Учреждений общ. Сред. Образования / Е. И. Луговцова, - Минск : Нац. Ин-т образования, 2012. – 192 с. : ил.
4. ПОСТАНОВЛЕНИЕ СОВЕТА МИНИСТРОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ от 19 января 2021 г. № 28 «О Государственной программе «Здоровье народа и демографическая безопасность» на 2021 – 2025 годы»