

В.М. Вергунова

ГООА ДПО Амурской областной ИРО ЦМиУКО, г. Благовещенск

К ВОПРОСУ О НЕОБХОДИМОСТИ СОЗДАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ УСЛОВИЙ ДЛЯ ВЫПУСКНИКОВ ШКОЛ В ПЕРИОД ПОДГОТОВКИ К ГОСУДАРСТВЕННОЙ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

Аннотация

Освоение образовательных программ основного и среднего общего образования завершается обязательной государственной итоговой аттестацией обучающихся. Период подготовки к государственной итоговой аттестации характеризуется повышенной стрессовой ситуацией для выпускников школ, что приводит к необходимости создания здоровьесберегающих условий в этот период.

Ключевые слова: государственная итоговая аттестация, выпускники школ городской и сельской местности, здоровьесберегающие условия.

Abstract

Mastering educational programs of secondary education ends by the final state standard examination. The period of preparation for the final state standard examination is characterized by high stress situation for school-leavers. It leads to the necessity of creating favourable health-keeping conditions.

Key words: final state standard examination, town and country school-leavers, health-keeping conditions.

Освоение образовательных программ основного и среднего общего образования завершается обязательной государственной итоговой аттестацией обучающихся. Государственная итоговая аттестация для выпускников школ проводится в форме единого государственного экзамена (ЕГЭ). Период подготовки к экзамену характеризуется повышенной стрессовой ситуацией для выпускников, что оказывает влияние на их состояние здоровья и приводит к необходимости создания здоровьесберегающих условий в этот период.

Для выявления создания необходимых здоровьесберегающих условий в период подготовки к государственной итоговой аттестации выпускников школ города и сельской местности Амурской области Региональным центром мониторинга и управления качеством образования перед началом экзаменов в мае 2010 года было проведено анкетирование родителей выпускников.

Анкета для родителей выпускников позволила оценить здоровьесберегающую деятельность учащихся города и сельской местности в школе и дома в период подготовки к экзамену. В опросе участвовали родители г. Благовещенска в количестве 112 человек, Благовещенского (23 чел.) и Тамбовского (105 чел.) районов. Общее количество респондентов принимавших участие в анкетировании составило 240 человек из них 186 женщин и 54 мужчины.

На вопрос об организации подготовки к государственной итоговой аттестации со стороны школы (информирование, своевременность оповещения, рекомендации) – 88,4% родителей городских выпускников и столько же (89,1%) родителей сельских выпускников отметили как удовлетворительное.

Предложенный рис. 1 наглядно демонстрирует, как часто происходит обсуждение вопросов здоровьесберегающей деятельности в период подготовки к экзамену на родительских собраниях:

постоянно – считают 42,9% родителей городских выпускников и 50,8% родителей сельских выпускников;

часто – 35,7% респондентов города и 21,9% респондентов села;

иногда – 7,1% респондентов города и 15,6% респондентов села;

не обсуждаются – 4,5% респондентов города и 3,1% респондентов села;

затруднились с ответом 9,8% родителей городских выпускников и 8,6% сельских выпускников.

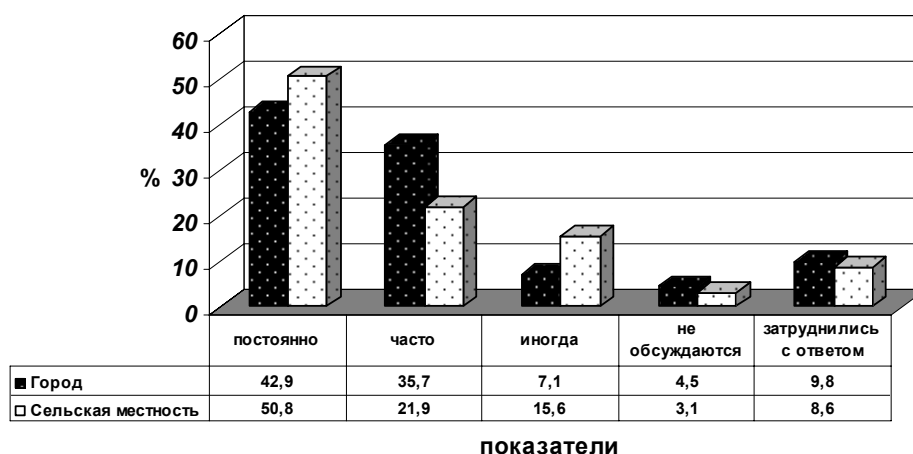


Рис. 1 Обсуждение вопросов здоровьесберегающей деятельности на родительских собраниях

На классных и общешкольных родительских собраниях проводятся встречи с родителями, где обсуждаются вопросы здоровьесберегающей деятельности в период подготовки к государственной итоговой аттестации,

например: «Как организовать режим школьника в период подготовки к экзамену», «Технология борьбы со стрессом во время экзамена», «Применение средств активного отдыха для снятия умственного утомления», «Рациональное питание – залог здоровья школьника» и другие.

В период подготовки к экзамену большинство родителей начинают задумываться о сохранении здоровья детей, о его укреплении. На рис. 2 показано, как часто в семье применяют здоровьесберегающие средства:

постоянно – отвечают 39,3% родителей городских выпускников и 46,9% сельских выпускников;

часто – считают 36,6% респондентов города и 25,0% респондентов села;

иногда – считают 19,6% респондентов города и 28,1% респондентов села.

Дополнительно не уделяют внимание вопросам здоровьесбережения в этот период – 4,5% родителей городских и сельских выпускников.

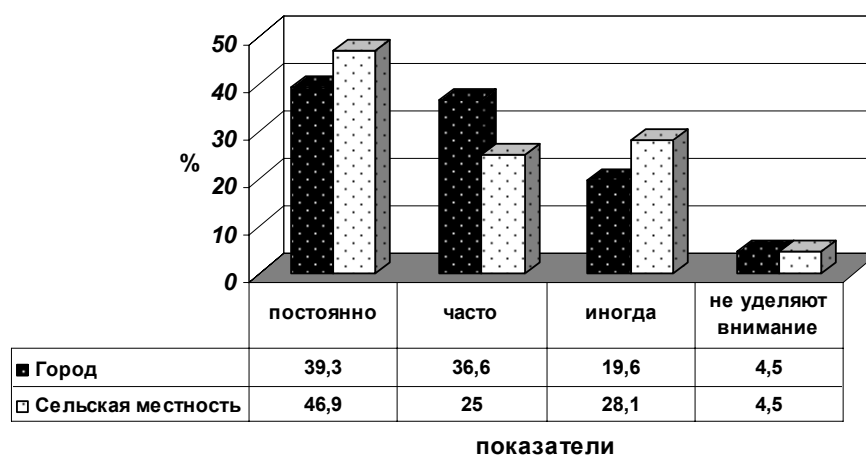


Рис. 2 Применение здоровьесберегающих средств в период подготовки к государственной итоговой аттестации в семье

Родители городской и сельской местности считают важным показателем успешной сдачи Единого Государственного Экзамена – использование в этот период выпускниками здоровьесберегающих средств. Из таблицы 1 видно, что родители в городе (30,1%), так же как и в сельской местности (38,2%) на первое место ставят ежедневные прогулки на свежем воздухе, рациональное питание, достаточный сон. На второе место родители в городе (29,1%) и в сельской местности (20,5%) отводят психологическим средствам – умению правильно настроиться на экзамен. На третье место родители в городе ставят использование медико-биологических средств (15,8%), родители сельской местности на третье место отводят средствам активного отдыха (16,3%). На четвертое место

родители в городе (12,7%) и в сельской местности (13,1%) отводят физическим упражнениям для улучшения вработывания в учебную деятельность и снятию умственного напряжения.

Таблица 1

Распределение здоровьесберегающих средств в период подготовки и сдачи государственной итоговой аттестации(%)

Показатели	Город (%)	Сельская местность (%)
Достаточный сон, ежедневные прогулки на свежем воздухе, рациональное питание	30,1	38,2
Психологические (аутотренинг, релаксация, и др.)	29,1	20,5
Медико-биологические (витамины, фитотерапия, кислородный коктейль, сауна, массаж и др.)	15,8	11,9
Физические упражнения для улучшения вработывания, снятия умственного напряжения (утренняя гимнастика, дыхательная гимнастика, гимнастика для глаз и др.)	12,7	13,1
Средства активного отдыха (спортивные игры, бег, занятия на тренажерах и др.)	12,3	16,3

Распределение здоровьесберегающих средств в таком порядке говорит о том, что основными компонентами здорового образа жизни являются ежедневные прогулки на свежем воздухе, рациональное питание и достаточный сон. Особенно этому уделяют внимание родители сельской местности. Также в этот период необходимо уделять время правильному психологическому настрою ребят.

Проведенное исследование показывает, что образовательное учреждение города и сельской местности на достаточно высоком уровне проводит организацию к единому государственному экзамену. Школа видит необходимость сбережения здоровья учащихся в этот период, формирование у выпускников и их родителей ценности здоровья, здорового образа жизни, выбора здоровьесберегающих технологий, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье выпускников.

Большинство родителей выпускников интересуются подготовкой своих детей к государственной итоговой аттестации, начинают в этот период дополнительно обращать внимание на укрепление здоровья детей и применять здоровьесберегающие средства.

Таким образом, государственная итоговая аттестация – это подведение итогов учебной работы за весь период обучения, что приводит к увеличению объема, продолжительности и интенсивности учебного труда, мобилизации всех сил организма учащихся. Поэтому необходимо создание здоровьесберегающих условий для выпускников в школе и дома в этот период, что позволит нивелировать появление негативных факторов учебной деятельности.