

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение
«АРМАВИРСКИЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ЦК ПМ №1
протокол №2
от «08 октября» 2024 г.
Председатель ЦК
Кожина И.А. И.А.

СОГЛАСОВАНО
Старший методист

К.А. Леонтьева
«08» 11 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель директора по

УП

Н.М. Михальцова

«08» 11 2024 г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

для внеаудиторного мероприятия
научно-практическая конференция

на тему:

«РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДОЙ ДЕВУШКИ»

Преподаватель
профессионального модуля
Торосян Н.Н.

2024 г.

Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торосян Н.Н.

Научно-практическая конференция на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» была организована для студентов ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж». Проведение таких мероприятий вырабатывает у студентов интерес к будущей профессии, создают творческую атмосферу сотрудничества, решают задачу всестороннего и гармоничного развития личности, стимулирует к познанию нового и неизведанного и выполняет главные задачи внеаудиторных мероприятий: образовательную и воспитательную.

Мероприятие очень интересное, богато в плане воспитания любви к будущей профессии, развития у студентов памяти, творческих способностей. Видна система работы преподавателя по организации внеаудиторных мероприятий, ИКТ.

Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки и проведения мероприятия. С самого начала чётко прослеживалась подготовленность студентов к мероприятию. Студенты не только добросовестно выучили материал, свободно ориентировались в общем потоке информации, проявляя такие качества, как умение владеть собой ответственность, целеустремлённость, творческие способности. Мероприятие с самого начала и до окончания держало весь зал в заинтересованном напряжении. Это говорит о том, что тема и сценарий были грамотно подобраны педагогом.

Преподаватель широко использовал возможности компьютерной и мультимедийной техники. Прослеживалась связь с уже изученным материалом на занятиях. Данное мероприятие помогает развивать творческий потенциал студентов. Взаимопонимание и контакт со студентами у преподавателя находятся на высоком уровне.

Все материалы методической разработки носят рекомендательный характер и могут быть полезны педагогическим работникам на этапе обобщения и систематизации знаний студентов, расширения их кругозора.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» _____ В.А.Арушанян

Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торосян Н.Н.

Целью научно-практической конференции на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» является распространение успешного методического опыта в области организации коллективных творческих дел, направленных на пробуждение интереса к качественному владению общекультурными и профессиональными компетенциями, ориентация студентов на дальнейшее изучение дисциплины, формирование духовных потребностей и творческих способностей студенческой молодежи.

Актуальность методической разработки состоит в том, что выбранная тематика направлена на формирование и развитие коммуникативных навыков студентов, творческих способностей личности, поддержание стремления к самостоятельной деятельности. Проведение данного мероприятия позволяет формировать умения слушать, дополнять, объективно оценивать работу товарищей, создать благоприятный климат в студенческом коллективе, сформировать молодого человека, обладающего активной жизненной позицией.

Содержание методической разработки носит научный характер, соответствует современным научным достижениям, и включает наиболее ценный опыт практической деятельности преподавателя.

Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки и проведения мероприятия. С самого начала чётко прослеживалась подготовленность студентов к мероприятию. Студенты не только добросовестно выучили материал, свободно ориентировались в общем потоке информации, проявляя такие качества, как умение владеть собой, ответственность, целеустремлённость, творческие способности. Мероприятие с самого начала и до окончания держало весь зал в заинтересованном напряжении. Это говорит о том, что тема и сценарий были грамотно подобраны педагогом. Все материалы методической разработки носят рекомендательный характер и могут быть полезны педагогическим работникам на этапе обобщения и систематизации знаний студентов, расширения их кругозора.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» И.А.Кожина

Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торосян Н.Н.

Научно-практическая конференция на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» была организована для студентов ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж». Такие мероприятия создают творческую атмосферу сотрудничества, решают задачу всестороннего и гармоничного развития личности, стимулируют к познанию нового и неизведанного и выполняют главные задачи внеаудиторных мероприятий: образовательную и воспитательную.

Мероприятие очень интересное, богато в плане воспитания и развития у студентов памяти, творческих способностей. Видна система работы преподавателя по организации внеаудиторных мероприятий.

Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки и проведения мероприятия. С самого начала чётко прослеживалась подготовленность студентов к мероприятию. Студенты не только добросовестно выучили материал, свободно ориентировались в общем потоке информации, проявляя такие качества, как умение владеть собой ответственность, целеустремлённость, творческие способности. Мероприятие с самого начала и до окончания держало весь зал в заинтересованном напряжении. Это говорит о том, что тема и сценарий были грамотно подобраны педагогом. Преподаватель широко использовал возможности компьютерной и мультимедийной техники. Данное мероприятие помогает развивать творческий потенциал студентов.

Преподаватель Торосян Н.Н. обладает высоким интеллектуальным уровнем и владеет профессиональной лексикой в полном объеме. Взаимопонимание и контакт со студентами у преподавателя находятся на высоком уровне. Все материалы методической разработки носят рекомендательный характер и могут быть полезны педагогическим работникам на этапе проведения коллективных творческих дел студентов.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» *Торосян* Т.Е. Большакова

Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торосян Н.Н.

Научно-практическая конференция на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» была организована преподавателем ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Торосян Н.Н. для студентов специальности 34.02.01 Сестринское дело.

Целью создания методической разработки является распространение успешного методического опыта в области организации коллективных творческих дел, направленных на пробуждение интереса к будущей профессии, формирование духовных потребностей и творческих способностей студенческой молодежи.

Актуальность методической разработки состоит в том, что выбранная тематика направлена на формирование и развитие коммуникативных навыков студентов, творческих способностей личности, поддержание стремления к самостоятельной деятельности. Проведение данного мероприятия позволяет формировать умения слушать, дополнять, объективно оценивать работу товарищей, создать благоприятный климат в студенческом коллективе, сформировать молодого человека, обладающего активной жизненной позицией.

Содержание методической разработки носит научный характер, соответствует современным научным достижениям, и включает наиболее ценный опыт практической деятельности преподавателя. Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки и проведения мероприятия. С самого начала чётко прослеживалась подготовленность студентов к мероприятию. Студенты не только добросовестно выучили материал, свободно ориентировались в общем потоке информации, проявляя такие качества, как умение владеть собой, ответственность, целеустремлённость, творческие способности. Все материалы методической разработки носят рекомендательный характер и могут быть полезны педагогическим работникам на этапе формирования отношения студентов к здоровому образу жизни, расширения их кругозора.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»  К.А. Леонтьева



Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торосян Н.Н.

Научно-практическая конференция на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» была организована преподавателем ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» Торосян Н.Н. для студентов.

Актуальность методической разработки состоит в том, что выбранная тематика направлена на формирование и развитие коммуникативных навыков студентов, творческих способностей личности, поддержание стремления к самостоятельной деятельности.

Целью создания методической разработки является распространение успешного методического опыта в области организации коллективных творческих дел, направленных на пробуждение интереса к будущей профессии, ориентация студентов на дальнейшее изучение этой дисциплины, формирование духовных потребностей и творческих способностей студенческой молодежи.

Содержание методической разработки носит практический характер, соответствует современным научным достижениям, и включает наиболее ценный опыт практической деятельности преподавателя. Все материалы методической разработки носят рекомендательный характер и могут быть полезны педагогическим работникам на этапе обобщения и систематизации знаний студентов, расширения их кругозора.

Преподаватель Торосян Н.Н. хорошо владеет аудиторией. Обладает высоким интеллектуальным уровнем и владеет профессиональной лексикой в полном объеме. Взаимопонимание и контакт со студентами у преподавателя находятся на высоком уровне. Мероприятие с самого начала и до окончания держало весь зал в заинтересованном напряжении. Это говорит о том, что тема и сценарий были грамотно подобраны педагогом. Преподаватель широко использовал возможности компьютерной и мультимедийной техники. Данное мероприятие помогает развивать творческий потенциал студентов.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» _____ К.С. Гнутова

Отзыв
на методическую разработку научно-практической конференции
на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки»,
созданную преподавателем
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж»
Торсян Н.Н.

Целью научно-практической конференции на тему: «Репродуктивное здоровье молодой девушки» является распространение успешного методического опыта в области организации коллективных творческих дел, направленных на пробуждение интереса и формирование духовных потребностей и творческих способностей студенческой молодежи.

Представленный материал повышает интерес к будущей профессии, помогает студентам правильно расставлять приоритеты между современными технологиями и своим здоровьем.

Актуальность методической разработки состоит в том, что выбранная тематика направлена на формирование и развитие коммуникативных навыков студентов, творческих способностей личности, поддержание стремления к самостоятельной деятельности.

Проведение данного мероприятия позволяет формировать умения слушать, дополнять, объективно оценивать работу товарищей, создать благоприятный климат в студенческом коллективе, сформировать молодого человека, обладающего активной жизненной позицией.

Содержание методической разработки носит научный характер, соответствует современным научным достижениям, и включает наиболее ценный опыт практической деятельности преподавателя.

Преподаватель хорошо владеет аудиторией. Обладает высоким интеллектуальным уровнем и владеет профессиональной лексикой в полном объеме. Взаимопонимание и контакт со студентами у преподавателя находятся на высоком уровне. Преподаватель показал высокий методический уровень подготовки и проведения мероприятия. С самого начала чётко прослеживалась подготовленность студентов к мероприятию. Студенты не только добросовестно выучили материал, свободно ориентировались в общем потоке информации, проявляя такие качества, как умение владеть собой ответственность, целеустремлённость, творческие способности.

Преподаватель высшей квалификационной категории
ГБПОУ «Армавирский медицинский колледж» _____ Т.Е.Кучинская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная научно – практическая конференция предназначена для реализации следующей задачи – дать студентам достаточный объём знаний о репродуктивном здоровье молодой девушки.

Цели научно – практической конференции:

- сформировать у студентов общекультурные и профессиональные ценности;
- привлекать студентов АМК к проведению тематических внеклассных мероприятий в целях повышения качества усвоения материала;
- формирование интереса к избранной профессии и чувства гордости за избранную профессию;
- развитие общих человеческих ценностей: гуманности, милосердия, сострадания, уважения к жизни и здоровью человека;
- способствовать формированию студенческого коллектива единомышленников;
- способствовать воспитанию у студентов духовности, трудолюбия, ответственности и исполнительности;
- развитие сотрудничества студентов и педагогов.

На конференции студенты знакомятся с основными теоретическими аспектами о репродуктивном здоровье молодой девушки.

Репродуктивное здоровье является неотъемлемой составляющей здоровья человека, имеющей важнейшее значение для дальнейшего воспроизводства населения и обеспечения стабильного развития общества. Между тем медико-демографическая ситуация в стране характеризуется снижением рождаемости, что во многом связано с неудовлетворительным состоянием репродуктивного здоровья молодежи, вступившей в фертильный возраст. Но, к сожалению, для этого возраста характерны и основные дисфункциональные нарушения в репродуктивной сфере. Проблема репродуктивного здоровья девушек и женщин стала центром внимания педагогики, физиологии, здравоохранения.

Материал изложен логично, доступно и последовательно, содержит всю необходимую информацию о репродуктивном здоровье молодой девушки.

Научно – практическая конференция «Репродуктивное здоровье молодой девушки» обеспечивает формирование общих и профессиональных компетенций (ПК 1.1; 1.2; 1.3; ОК 11; 4; 6) и обеспечивает формирование необходимых знаний и умений по специальности 34.02.01 «Сестринское дело»

Материалы конференции могут быть использованы для специальностей «Лечебное дело», «Сестринское дело».

ПЛАН ПОДГОТОВКИ КОНФЕРЕНЦИИ

Участники: студенты гр. 2MN, 2МК, 2MF

№	Содержание работы	Ответственный
1	Подбор литературы и разработка сценария	Преподаватели Кожина И.А. Торосян Н.Н.
2	Подготовка докладов: 1. «Репродуктивное здоровье и поведение молодежи во время студенческой жизни» 2. «Сохранение репродуктивного здоровья девушки – будущей матери». 3. «Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье молодёжи».	Студенты групп участников (по 1 чел. от группы)
3	Мультимедийное сопровождение	Студенты гр. 2MN, 2MF
4	Подбор видеороликов	Студенты гр. 2МК
5	Оформление материалов конференции	Студенты гр. 2МК
6	оформление аудитории общежития АМК	Студенты гр. 2MN, 2MF
7	Ведущие конференции	Студенты гр. 2МК

Ответственные Кожина И.А.; Торосян Н.Н.
преподаватели модуля ПМ 04.

Наглядность:

- ✓ Мультимедийное сопровождение всей конференции.
- ✓ Видеоролики:
 - «Репродуктивное здоровье девочки»
 - «Репродуктивное здоровье девушки»
 - «Репродуктивное здоровье женщины»
- ✓ Анатомо- физиологические иллюстрации в виде плакатов. Праздничные украшения. Цветы. Воздушные шары.

СЦЕНАРИЙ ПРОВЕДЕНИЯ КОНФЕРЕНЦИИ

Тема: «Репродуктивное здоровье молодой девушки».

Участники: *студенты группы 2MN, 2МК, 2MF*

Время и место проведения: *Лекционный зал общежития АМК с 12.00- 13.00*

№	Перечень докладов	Регламент
1	Вступительное слово преподавателя Кожина И.А.	3 минуты
2	Доклад № 1 «Репродуктивное здоровье и поведение молодежи во время студенческой жизни». Студентка группа 2МК Айвазян К.	5 минут
3	Видеоролик «Репродуктивное здоровье подростков и его охрана»	6 минуты
4	Выступление акушер гинеколога, Желтышевой Светланы Николаевны, по вопросу сохранения репродуктивного здоровья молодежи	8 минут
4	Доклад № 2 «Сохранение репродуктивного здоровья девушки – будущей матери». студентка гр. 2MN Евглевская К.	5 минут
5	Видеоролик «Способы сохранения репродуктивного здоровья»	6 минуты
6	Доклад № 3 «Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье молодёжи». Ковалькова В. студентка гр. 2MN	5 минут
7	Презентация «Репродуктивное здоровье населения России»	6 минут
8	Анкетирование: «Гармоничность образа жизни студентов»	5 минут
10	Заключительное слово преподавателя Торосян Н.Н.	3 минут

11	<i>награждение участников конференции дипломами. Фото участников конференции</i>	<i>6 минут</i>

Доклад по теме:
«Репродуктивное здоровье и поведение молодежи во время студенческой жизни»

Концепцией демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года определены основные направления охраны здоровья нации. Одним из приоритетов государственной политики является воспроизводство населения России, которое закономерно связано с репродуктивным здоровьем населения. Для формирования репродуктивного потенциала Российской Федерации вопрос репродуктивного здоровья подростков и молодежи в настоящее время является наиболее актуальным. Реализация репродуктивного потенциала напрямую зависит от состояния репродуктивной системы, наличием или отсутствием нарушений в ней, а также общим уровнем соматического здоровья. Всемирная организация здравоохранения трактует понятие «репродуктивное здоровье» как способность людей к зачатию и рождению детей, возможность сексуальных отношений без угрозы заболеваний, передающихся половым путем, гарантию безопасности беременности, родов, выживания и здоровья ребенка, благополучия матери, возможность планирования следующих беременностей, в том числе предупреждение нежелательной беременности.

Многие исследователи расширяют возрастные рамки понятия «репродуктивный потенциал населения» и достаточно часто включают в него доступность медицинской помощи, в частности по профилю «акушерство и гинекология», информированность и возможность использования современных методов контрацепции, в том числе в подростковом возрасте.

На основании данных Федеральной службы государственной статистики в последнее время происходит снижение показателей здоровья несовершеннолетних по основным классам болезней. Заболеваемость детей в возрасте от 0 до 14 лет за 2014 год по сравнению с 2013 годом увеличилась на 2,3%, в возрасте от 15 до 17 лет уменьшилась на 2,4%. Тенденция повышения заболеваемости в обеих возрастных категориях наблюдается в следующих основных классах: новообразования, болезни эндокринной системы, болезни глаза и его придаточного аппарата, болезни органов пищеварения, травмы, отравления и некоторые другие последствия воздействия внешних причин. По данным Министерства здравоохранения РФ (2014) количество абортов в возрасте 15-19 лет составляет (9,4 %), также количество родов на подростковый возраст возрастает с каждым годом.

В последнее время к проблеме охраны репродуктивного здоровья подростков и молодежи приковано внимание достаточно большого количества исследователей. Авторами неоднократно предлагались к внедрению в систему образования программы, формирующие репродуктивное здоровье у подрастающего поколения.

Большинство граждан Российской Федерации несовершеннолетнего возраста уже в скором времени реализуют свою репродуктивную функцию, так называемое «рискованное (небезопасное) репродуктивное и сексуальное поведение», и именно от их репродуктивного здоровья, уровня культуры,

элементарных знаний гигиены, во многом будет зависеть здоровье будущего поколения нации.

Низкий уровень осведомленности несовершеннолетних о различных аспектах репродуктивного здоровья, несмотря на большое количество источников информации (телевидение, интернет), свидетельствует о невозможности применения традиционного подхода к гигиеническому и половому воспитанию молодежи для обеспечения оптимального уровня знаний для сохранения репродуктивного здоровья.

Опыт экономически развитых государств доказал, что половое воспитание молодежи положительно сказывается на формировании репродуктивного здоровья несовершеннолетних и может быть одним из эффективных инструментов решения демографической проблемы. Несмотря на это в настоящее время в Российской Федерации отсутствует единая система, направленная на повышение грамотности подрастающего поколения по вопросам репродуктивного здоровья. До настоящего времени недостаточно раскрыта роль социально-биологических и медико-организационных факторов нарушений репродуктивного поведения. Публикации, посвященные изучению возможностей прогнозирования и выделения контингентов риска нарушений репродуктивного поведения, в доступной литературе единичны, что по определению исключает проведение целенаправленных профилактических мероприятий. В настоящее время отсутствует единая научно обоснованная концепция риска нарушений репродуктивного поведения подростков и молодежи, что исключает единый подход к их профилактике в масштабах страны.

Сегодня назрела необходимость углубленной оценки ситуации в области репродуктивного поведения девушек-студенток формирующего репродуктивный потенциал страны. В настоящее время в средних специальных учебных заведениях Российской Федерации обучается достаточно большое количество студентов. Ведь студенческий возраст это критический период, как в биологическом, психическом, так и в социальном развитии человека.

Нарушения в репродуктивной системе у студенток может стать толчком к психосоциальной дезадаптации со всеми ее осложнениями. Наиболее ярко проявляется депрессия у девушек-студенток в случаях незапланированной беременности и может стать причиной необдуманных решений в отношении прерывания беременности. Не мало важный момент, на который необходимо обратить внимание, не только педагогическому составу, но и родителям, при дезадаптивных реакциях, связанных с непреднамеренной беременностью студенток, - вероятность суицидных попыток. Целенаправленных исследований репродуктивного здоровья студентов ССУЗа во взаимосвязи с их репродуктивным поведением до настоящего времени не проводилось. Поэтому исследование, направленное на разработку и обоснование комплекса мероприятий по коррекции нарушений репродуктивного поведения студенток ССУЗа является актуальным.

Для решения задач исследования репродуктивного здоровья студентов, в рамках ежегодных профилактических осмотров проведен опрос 100 студенток всех курсов по специально разработанной анкете.

В результате анкетирования установлено, что большинство студенток выросли в семьях с неблагоприятным климатом (хроническая стрессовая ситуация в семье, неполная семья, низкий доход в семье) – 62% опрошенных. Более половины обследованных (58%) респонденток выросли в простой нуклеарной семье. Треть опрошенных студенток употребляют алкоголь и курят. В результате исследования выявлено положительное отношение к информированию по вопросам репродуктивного образования (70%). Анализ осведомленности по вопросам репродуктивного поведения выявил низкую информированность об эффективных методах контрацепции, непрофессиональные источники получения информации, приемлемость внебрачных половых связей (76%), что предопределило особенности сексуального и контрацептивного поведения студенток. Средний возраст начала половой жизни 15-17 лет. Особенности репродуктивного поведения определили гинекологическую заболеваемость анкетированных. Доля, имевших хотя бы одно заболевание передающееся половым путем в анамнезе, составляла 9%.

Таким образом, низкая степень информированности студенток по вопросам репродуктивного поведения и инфекций, передаваемых половым путем, низкая информированность в вопросах контрацепции, ранний сексуальный дебют, недостаточное участие врачей и педагогов в информационной работе приводит к формированию у студенток рискованного репродуктивного поведения. Для решения данной проблемы необходима разработка комплекса мероприятий по улучшению репродуктивного поведения студенток, включающий популяризацию здорового образа жизни и отказа от вредных привычек, информационную работу по вопросам безопасного репродуктивного поведения.

Список литературы

1. Баранов, А.А. Стратегия "здоровье и развитие подростков России" как инструмент международного взаимодействия в охране здоровья детей / А.А. Баранов, В.Р. Кучма, И.К. Рапопорт // Российский педиатрический журнал. – 2011. – № 4. – С. 12-18.
1. Гигиеническое поведение студенток вуза как фактор риска нарушений репродуктивного здоровья / М.Б. Хамошина, М.Г. Лебедева, Т.В. Вострикова. и др. // Материалы XI Всероссийского научного Форума Мать и дитя: – М., 2010 – С. 643-644
2. Гормональная контрацепция у подростков и молодых женщин / В.Е. Радзинский, М.Б. Хамошина, Р.Г. Абдуллаева, Е.В. Радзинская // Фарматека. - №1 (171). – 2009. С. 10-16.
3. Журавлева, И.В. Репродуктивное здоровье подростков и проблемы полового просвещения / И.В. Журавлева // Социологические исследования. – 2004. – №. 7. – С. 133-141.
4. Концепция демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года. Утверждена Указом Президента Российской Федерации №1351 от 9 октября 2007 г.
5. Кротин, П.Н. Репродуктивное поведение и контрацептивный выбор подростков и молодежи / П.Н. Кротин, Т.Ю. Кожуховская, А.А. Таенкова // РМЖ. – 2004. – Т. 12. – С. 5.
6. Кротин, П.Н. Репродуктивный потенциал современных девушек-подростков / П.Н. Кротин, В.К. Юрьев, А.М. Куликов // Гедеон Рихтер в СНГ. – 2001. – № 3. –С. 5-8.
7. Лебедева, М.Г. Медико-географические особенности формирования репродуктивного здоровья девушек-подростков / М.Г. Лебедева, М.Б. Хамошина, Т.В. Вострикова // Доктор. Ру. Гинекология. Эндокринология. – 2012. – №7. – С35-41.
8. Лебедева, М.Г. Медико-социальные и социально-географические особенности формирования репродуктивного здоровья девушек-подростков. автореф. дис. ... канд. мед. наук: 14.01.01 / Лебедева Марина Георгиевна – М., 2010. – с 23.
9. Пустотина, О.А. [Стандарты репродуктивного образования: международный опыт](#) / О.А. Пустотина // Status Praesens – 2012. – № 11. – С. 16-19.
10. Радзинский, В.Е. Девушки-подростки РФ: современные тенденции формирования репродуктивного потенциала / В.Е. Радзинский, М.Б. Хамошина, М.Г. Лебедева // Сибирский медицинский журнал – 2010. – №4. – С.41-44.
11. Роль информационно-образовательных программ в репродуктивном поведении студенток вуза / М.Б Хамошина, М.П. Архипова, А.В Тигиева. и др // Мать и дитя: матер. V Регионального науч. Форума. - Геленджик, 2011 - С.343-344.
12. Савельева, И.С. Репродуктивное здоровье и репродуктивное поведение современной молодежи: перспективы и пути оптимизации: автореф. дис. ... докт. мед. наук: 14.00.01 / Савельева Ирина Сергеевна. – М., 2004. – 48 с.
13. Семятов, С.М. Репродуктивное здоровье девушек-подростков Московского мегаполиса в современных социально-экономических и экологических условиях : автореф. дис. ... докт. мед. наук: 14.01.01/ Семятов Саид Мухамматович. – М., 2009. – 54 с.

14. Серов В.Н. Гинекологическая эндокринология / В.Н. Серов, В.Н. Прилепская, Т.В. Овсянникова. – М.: Мед. пресс-информ, 2004. – 520 с.
15. Симрок, В.В. Формирование репродуктивного здоровья как основа формирования здоровья нации / В.В. Симрок и др. // Перспективы медицины та біології. – 2013. – №. 5, № 1. – С. 50-54.
16. Сурмач, М.Ю. Репродуктивное здоровье и репродуктивный потенциал: методология исследования и оценки / М.Ю. Сурмач // Медицинские новости. – 2010. – Т. 3. – С. 40-45.
17. Сухих, Г.Т. Состояние и перспективы репродуктивного здоровья населения России / Г.Т. Сухих, Л.В. Адамян // Современные технологии в диагностике и лечении гинекологических заболеваний. – М., 2007. – С. 5-17.
18. Хамошина, М.Б. Репродуктивное образование – эффективное направление охраны репродуктивного здоровья девушек-подростков М.Б Хамошина // Вестник НГУ. Серия: Биология, клиническая медицина. – 2004. – Т.2. – № 4. – С.48-56.
19. Щепин, О.П. Общественное здоровье и здравоохранение: учебник / О.П. Щепин, В.А. Медик– М.: ГЭОТАР-Медиа, 2011. – 592 с.
21. World Health Organization. Global Status Report on Non-Communicable Diseases 2010 / Geneva, Switzerland: World Health Organization // 2011 – [Электронный ресурс] URL http://www.who.int/nmh/publications/ncd_report_full_en.pdf

Доклад по теме:

«Сохранение репродуктивного здоровья девушки – будущей матери»

Девушки должны знать, что именно от женщины зависит в основном атмосфера взаимной любви, сердечности и простоты, не говоря уже о том, что беременность, роды, кормление и уход за ребенком тесно связаны с жизнью женщины. Девушка должна принимать активное участие в воспитании своего характера. К счастливой любви, счастью в замужестве и материнстве надо готовить себя заранее.

У девочек-подростков быстрее, чем у мальчиков, формируется самосознание, у них сильнее потребность во взаимопонимании, психологической близости. Интерес к собственной внешности проявляется у девушек в 2 раза чаще и раньше, чем у мальчиков.

Девочки по-разному воспринимают происходящие с ними изменения в период полового созревания: одни радуются, другие стесняются. В их поведении в этот период наблюдаются две крайности. У одних девушек преобладает непомерное требование к своей внешности, самобичевание, они болезненно переживают недостатки своей внешности (диспропорции тела, угри на лице и др.), у других ярко выражено кокетство. Именно в этот период очень важно объяснить девочке естественность происходящих в ней перемен, необходимость перехода ее из одного в другое качественное состояние.

Мать, педагог, врач должны подготовить девочку к этим изменениям и научить правильно вести себя в период полового созревания.

Спорт, занятия в кружках, домашний труд помогут отвлечь девушку от чрезмерной критичности и кокетства.

Родителям и педагогам не следует забывать, что у девушек очень развито и легко ранимо самолюбие, с чем необходимо считаться. Не рекомендуется стыдить девушек, рассказывая окружающим о их провинности и ошибках. Не нужно подавлять в них самолюбие и гордость, стыдливость и достоинство. Эти чувства надо использовать для воспитания положительных черт в характере. Сама девушка в этом возрасте начинает понимать свои недостатки и бороться с ними.

Девушкам надо предоставлять больше самостоятельности, но ни в коем случае не исключать полностью контроль над их поведением. Полное своеволие может привести к появлению эгоизма, себялюбия, зазнайства. В то же время и абсолютное подчинение является вредным, так как девушка может стать безвольным орудием в руках других людей или, напротив, у нее возникает протест, бунт. Девушки иногда убегают из дома, выходят замуж, чтобы уйти из-под родительской опеки.

Психология пола девушки отличается неустойчивостью. Вначале они любят свою девичью компанию, уже в 13—14 лет появляется желание дружить попарно. Родители должны помочь девушке при выборе друзей или подруги, проявив при этом особый такт. В этом возрасте надо знать о вреде ранней половой жизни.

Преждевременная половая жизнь может привести к венерическим болезням, воспалительным заболеваниям влагалища, матки и ее придатков, последующему бесплодию, особенно при частой смене партнеров. Не следует забывать о том, что у подростков половая близость происходит обычно в неподходящих условиях и при отсутствии элементарных знаний. Это может привести у девушек к развитию половой холодности и психоэмоциональной опустошенности.

Тезис о том, что половое воздержание до вступления в брак вредно, который проповедуют сторонники свободы половых отношений, является ложным.

Сексопатологи, наблюдая женщин с половыми расстройствами, ни разу не встретили больных с нарушениями на почве полового воздержания до вступления в брак. В то же время расстройства вследствие случайных беспорядочных половых связей и половых излишеств встречаются часто.

Сторонники свободы половых отношений вводят молодых людей в заблуждение утверждением вреда полового воздержания. Правда, и в капиталистических странах, где широко пропагандируется свобода половых отношений, не все разделяют подобные взгляды.

В ряде книг, изданных за рубежом, приводятся аргументы «за» и «против» добрачной половой жизни.

Аргументы в пользу половой жизни до брака: физиологическая потребность полового удовлетворения, получение психического и физического успокоения; развитие эмоций, которые могут оказаться полезными в супружестве; физическая адаптация в молодом возрасте происходит более легко; эротическая тренировка, особенно для мужчин, которая может пригодиться в будущем; развитие гетеросексуальных эмоций с целью профилактики гомосексуализма; при несоответствии можно легко, без осложнений разойтись, что значительно проще бракоразводного процесса; возможность проверки перед браком, подходят ли партнеры друг другу с точки зрения удовлетворения полового чувства.

Аргументы, против добрачных связей: осложнения в случае огласки; реальная угроза нежелательной беременности; угроза венерических заболеваний; появление чувства вины и угрызений совести в результате осознанного нарушения моральных, этических и юридических норм; боязнь общественного осуждения; возможность вступления в нежелательный брак из-за мимолетной половой близости; необходимость вступления в брак, чтобы оправдать

«добрачную» беременность; добрачная нерегулярная половая жизнь впоследствии способствует супружеским изменам и внебрачным половым связям, что отрицательно сказывается на семейной жизни; возможность психологических травм на почве добрачной половой жизни, которые будут отягощать супружескую жизнь, особенно у женщин; опасения женщин, что мужчина потеряет уважение к ней и не пожелает вступить в брак из-за того, что она уже имела половые связи.

Все доводы в пользу добрачных связей в основном сводятся к одному получить удовольствие. Доводы против половой жизни до брака отражают последствия и нередко тяжелые в результате легкомысленного вступления в половую связь ради удовлетворения сиюминутной потребности. Утверждения о вреде воздержания, которые исходят из западных стран, охваченных угаром секса, не соответствуют физиологическим нормам развития.

Воздержание не только безвредно, но и необходимо, физиологически обосновано. Девушки, которые хотят испытать высшую степень личного счастья, должны знать, что один из ключей к нему они держат в своих руках и название ему — целомудрие. Девичья гордость и честь, скромность — лучшее украшение девушки.

Воспитание и понимание моральной чистоты имеет большое гражданственное значение. В. А. Сухомлинский справедливо считал, что для того, чтобы подросток понимал и чувствовал красоту жизни, необходимо научить его понимать и беречь красоту интимных чувств.

Половое поведение в нашей стране обусловлено определенными правовыми нормами. Нарушение этических норм, в том числе и в сфере интимных отношений, должно находить и находит общественное осуждение, а в ряде случаев и уголовно наказуемо, как, например, при умышленном заражении венерическими болезнями, растлении и побуждении к половой близости несовершеннолетних, гомосексуальных связях, криминальных абортах, развратных действиях.

Если все-таки девушка до наступления половой зрелости имеет половые сношения, во избежание нежелательной беременности следует принимать меры по ее предупреждению.

Девушки должны знать, что до 17 лет даже при совершенно нормальной менструальной функции система гипоталамус — гипофиз — яичники на гормональную контрацепцию может дать нежелательные, а иногда и опасные реакции с нарушением функции этой системы. Перед применением контрацептивных средств надо обязательно посоветоваться с гинекологом, который в зависимости от физического и полового развития поможет подобрать методы предупреждения беременности, наименее опасные для здоровья девушки-подростка. Наиболее безопасный для девушки способ предохранения,

одновременно оберегающий ее и от возможности заражения заболеваниями, передающимися половым путем, — применение презерватива.

Если же беременность все-таки наступила и нет возможности по различным причинам родить, девушки должны помнить, что прерывание ее в ранние сроки (7 — 8 нед.) менее опасно, чем в более поздние, особенно после 12 нед. Поэтому девушкам, живущим половой жизнью или даже имевшим однократное половое сношение, надо строго следить за сроками менструаций. При задержке очередной менструации надо как можно раньше обратиться к врачу, чтобы прервать нежелательную беременность на ранних ее сроках.

Половая зрелость, как уже говорилось, наступает у девушек не раньше 18 лет. Однако это только физиологическая половая зрелость. Ко времени ее наступления человек не всегда успевает получить профессиональное образование. Он еще не может в полной мере проявлять самостоятельность и разрешать личные жизненные проблемы. С завершением профессионального образования проявляется социальная зрелость, которая предоставляет возможность создавать семью. Этапность физиологического развития и формирования половой системы предопределяет, по мнению некоторых исследователей, необходимость соблюдения режима ограничений и сдержанности вплоть до наступления полной психологической и социальной зрелости. В этой связи большое значение имеет самовоспитание — выработка воли, умения контролировать свои поступки.

Добрачные и внебрачные половые связи вносят дисгармонию в поведение человека и создают трудности в семейной жизни. Человек, познавший интимную близость до вступления в брак, часто ищет более острых ощущений и нередко попадает в беду. Доступность половой связи снижает ее привлекательность, а легкодоступные женщины вызывают отталкивающее отношение к ним.

Суммируя данные по половому воспитанию, надо ясно отдавать себе отчет в том, что это длительный процесс и формирование индивидуального полового поведения происходит постепенно с возрастом девушки. И всё это время нельзя недооценивать роль родителей, как образца для подражания, а так же роль друзей, подруг, школы и всего нашего общества в целом.

Список литературы

1. Аистова Л.С. Квалификация хулиганства: Учеб.-практ. пособие. СПб., 2004.-264с.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 2000.-326с.
3. Асмолов А. Г. Психология личности. — М., 2000. —276с.
4. Афанасьева Т.М. Семейные портреты. М.: Знание, 2005.- 226с.
5. Безруких М. Я и другие, или Правила поведения для всех. М.: Маяк, 2001.- 348с.
6. Богданович Л,А. Белый ужас; М.: 2008.- 97 с.
7. Бытко Ю.И. Учение о рецидиве преступлений в российском уголовном праве: История и современность. Саратов, 2003.-224с
8. Деларю В.В. Губительная сигарета; М.: Медицина, 2007. – 80 с.
9. Еремин Б А. Рынок труда и занятость в современной России. — СПб., 2003. -342с.
- 10.Ерышев О.Ф. Жизнь без наркотиков. М.: Астрель АСТ, 2005.–159с.
- 11.Завьялов А.С. Последствия застолья // Учительская газета, 2004. – 11 авг.С.4-6.
- 12.Казьмин В.Д. Курение, мы и наше потомство. М.: Сов. Россия, 2003.- 61
- 13.Кон И.С. Психология старшеклассника. - М.: Просвещение. 2005. - 207с.
- 14.Крысько В.Г. Социальная психология: Схемы и комментарии. М., 2004.- 326с.
- 15.Кузнецова М.Н., Сметник В.П., Фролова О.Г.; О вашем здоровье, женщины. М.: Медицина, 2003.-224с.
- 16.Лидерс А.Г. Три модуса групповой психологической работы с подростками // Журнал практического психолога. - 2005. - № 10-11. - С. 68-238с.
- 17.Лоранский Д.Н., Лукьянов В.С.; Азбука здоровья для молодёжи. М.: Профиздат. 2000. – 176 с.

Доклад по теме: «Факторы, влияющие на репродуктивное здоровье молодёжи»

Курение.

Большой вред всему организму может причинить такое вредное явление, как курение. Главным действующим агентом табака является никотин. Это наркотический яд. Дым, образующийся при сгорании (тлении) табака, содержит не только никотин, но и ряд других веществ, вредных для организма человека. К ним относятся аммиак, оксид углерода, синильная кислота, смолистые вещества и др. Во время каждой затяжки дыма при курении он вступает в непосредственное соприкосновение со слизистыми оболочками рта и носоглотки, с бронхами и легкими. При этом вещества, входящие в состав табачного дыма, быстро проникают в кровь и доносятся до всех органов и тканей человека.

Исключительно вредное влияние оказывает курение на органы дыхания, пищеварения, сердечно-сосудистую и нервную системы. Табачный дым, попадая в рот, раздражает слизистую оболочку, снижает обоняние, вкусовые ощущения, разрушает зубную эмаль.

По данным Всемирной организации здравоохранения, стенокардия и инфаркт миокарда встречаются у заядлых курильщиков в 12—13 раз чаще, чем у некурящих, язва желудка — в 10 раз чаще и т. д.

Установлено закономерное возрастание риска врожденных уродств с увеличением числа ежедневно выкуриваемых женщиной сигарет, особенно в течение 3-го месяца беременности. Шведские ученые Эрикссон, Келлен и Вестерхолм выявили значительное преобладание курящих в группе женщин, родивших детей с волчьей пастью и заячьей губой. Уместно одновременно отметить, что, по данным немецкого ученого Кнерра, интенсивное курение отцов также способствует увеличению частоты различных дефектов развития у детей.

Дети, родившиеся от курящих во время беременности матерей, часто имеют измененную реактивность организма, слабую и неустойчивую нервную систему. К году дети курящих матерей догоняют по развитию и массе тела детей некурящих матерей. Однако имеются данные, свидетельствующие о том, что такие дети отстают в росте и развитии от своих сверстников на 7 лет.

Кроме того, курение позволяет сделать паузу между словом и действием, между вопросом и ответом. Вот тут сигарета помогает выиграть время, чтобы хоть минуту подумать. Люди нерешительные, дымя сигаретой, кажутся себе «круче», а подростки — взрослее. И, наконец, сигарета успокаивает уже тем, что находится у вас во рту. Природой задумано так, чтобы человек испытывал чувство покоя и комфорта под действием сосательного рефлекса. Точно так же, как младенец успокаивается у маминой груди или когда ему дают соску,

взрослые приходят в себя, взяв в рот сигарету (на этом же основано известное средство от бессонницы: стакан теплого молока выпить на ночь через соломинку).

Исследования ученых последних лет позволяют со всей определенностью утверждать, что прежние представления о пользе курения не более чем миф. Если раньше считалось, что курение помогает справиться со стрессами, расслабляет, то новые исследования опровергают это мнение. Никотин и другие компоненты табачного дыма действуют на рецепторы головного мозга таким образом, что вызывают ухудшение настроения вплоть до психического расстройства. Курение увеличивает вероятность развития депрессии в четыре раза.

Алкоголь — это биологический яд!

Он поражает все органы и системы, нарушая их функции, значительно снижает сопротивляемость организма к неблагоприятным воздействиям внешней среды, к влиянию токсичных и инфекционных агентов.

Возраст приобщения к спиртному в последние несколько лет резко снизился за счёт того, что в потребление алкоголя включается все больше подростков моложе 13 лет. Подростки воспроизводят нормы женского и мужского алкогольного поведения, принятые в российском обществе, в котором одновременно сосуществуют две «алкогольные культуры»: «мужская», ориентированная на злоупотребление спиртным, и «женская», ориентированная на умеренное потребление.

Существуют ещё и значительные различия в отношении к спиртному молодёжи из разных слоев общества. Так, ученики профессионально-технических училищ (ПТУ), куда чаще поступают подростки из семей с низким социальным и образовательным статусом родителей, пьют намного чаще учеников средних школ и больше склонны сильно напиться. Кроме того, они чаще «начинают» не с шампанского или сухого вина, как их более социально благополучные сверстники, а с самого тяжелого спиртного напитка — водки.

Анализ мотивов обращения к спиртному учеников школ и ПТУ также указывает на большую степень социальной депривации последних. «Праздники» и «общение» — доминирующие мотивы алкогольного потребления у школьников — у их сверстников из ПТУ встречаются реже, чем ссылки на отрицательные эмоции и скуку («хочется есть», «отнимают деньги, бьют старшие ребята», «холодно в общежитии», «тошно», «не по себе», «ничего не хочется»).

Таким образом, в то время как для школьников спиртное — в первую очередь атрибут веселья, для учеников ПТУ оно — возможность изменить психическое состояние, «уйти» от проблем, которые они не могут решить. Серия исследований, проводившихся сектором социологии девиантного поведения Института социологии Российской академии наук среди учеников нескольких

подмосковных городов, показала, что наиболее «сильно пьющие» работающие несовершеннолетние. Как показал опрос, проведенный в Москве среди молодых людей 14—39 лет, занятых на производстве, 77 % юношей и 51 % девушек выпивают раз в месяц и чаще, при этом среди них соответственно 45,5 % и 30,6 % имеют опыт неоднократного сильного опьянения. Причина этого — высоко алкоголизированное взрослое окружение, в которое попадают работающие молодые люди моложе 20 лет, занятые, как правило, неквалифицированным трудом. Уклониться от потребления спиртного с товарищами по работе им сложно, поскольку в России, как известно, широко распространена практика выпивок на рабочем месте во время рабочего дня. Это позволяет говорить об усиливающейся дифференциации потребления спиртного подростками, выросшими в разной социальной среде.

Все это неизбежно ведет к повышению заболеваемости и смертности лиц, страдающих алкоголизмом. Особенно остро проявляется и тяжело протекает пьянство у девушек и молодых женщин.

У женщин, употребляющих спиртные напитки, наблюдаются нарушения менструальной и детородной функций, ослабевает половое влечение. Алкоголь пагубно отражается на потомстве. Известно, что частой причиной нарушения нервно-психического и физического развития детей является пьянство их родителей, а иногда даже однократное употребление ими спиртных напитков.

Основная опасность — рождение неполноценного ребенка с пороками развития. Выдающиеся писатели и ученые, такие, как Л. Н. Толстой, В. М. Бехтерев и другие, также подчеркивали, что следствием алкоголизма являются нервные и психические болезни, вырождение потомства.

Наркотики.

Употребление наркотиков, в отличие от употребления алкоголя, еще недавно не считалось проблемой, традиционной для России, трудно оценить, какая из этих проблем сейчас более актуальна для молодых людей. С одной стороны, злоупотребление спиртным в России имеет массовый характер, а употребление наркотиков распространено пока меньше. Проблему употребления психоактивных веществ серьезно видоизменил социально-экономический кризис, контингент их приверженцев стал моложе: первые пробы наркотиков происходят уже в 13-14 лет, а иногда и в младшем школьном возрасте.

Доминирующим мотивом первой пробы наркотиков школьники называют «любопытство», а наркоманы, находящиеся на излечении, — «желание получить удовольствие».

По-видимому, одна из основных ошибок пропаганды здорового образа жизни среди подростков состоит в том, что потребление спиртного, наркотиков и курение не отделяются друг от друга, и основное внимание уделяется тому, какой вред они наносят здоровью, тогда как подросток, принимая решение о

том, попробовать ли ему алкоголь, табак или наркотик, в каждом случае руководствуется разными соображениями.

По данным Всемирной организации здравоохранения, наркотики заняли первое место среди виновников преждевременной смерти людей и уже опередили сердечно-сосудистые заболевания и злокачественные опухоли. Во всём мире идёт вал наркомании среди мужчин и женщин. За ними втягиваются в этот омут юноши, девушки, подростки и даже дети.

Несомненно, наркомания – тяжёлая болезнь и проблема всего общества. И эту болезнь легче предупредить, чем лечить. Для каждого человека вопрос о трезвой жизни и жизни без наркотиков решается по-разному в зависимости от его характера, интересов, здоровья, жизненных ситуаций.

Одна из основных черт пагубного действия наркотиков заключается в том, что это болезнь молодого возраста, в значительно большей степени, чем алкоголизм. Одна из главных особенностей современной заболеваемости наркоманиями – снижение нижней возрастной границы начала наркотизации до 12 – 15 лет. В этом одна из опасностей наркомании. «Баловство» с наркотиками может привести к трагедии.

Подводя итог всему вышесказанному, следует отметить, что социология здоровья становится той специальной теорией, которая своим развитием будет способствовать дальнейшему расширению сферы интересов общей социологии и одновременно выходу за счет последней на более высокий уровень теоретической разработки собственных вопросов. В развитом виде она позволит преодолеть коммуникационные трудности между естественными, техническими и общественными науками, между медициной, здравоохранением и социальными науками. Ее плодотворные обобщения, научные методы и частные методики могут быть применены непосредственно в сфере медицинских исследований проблем здоровья и болезни, нормы и патологии.

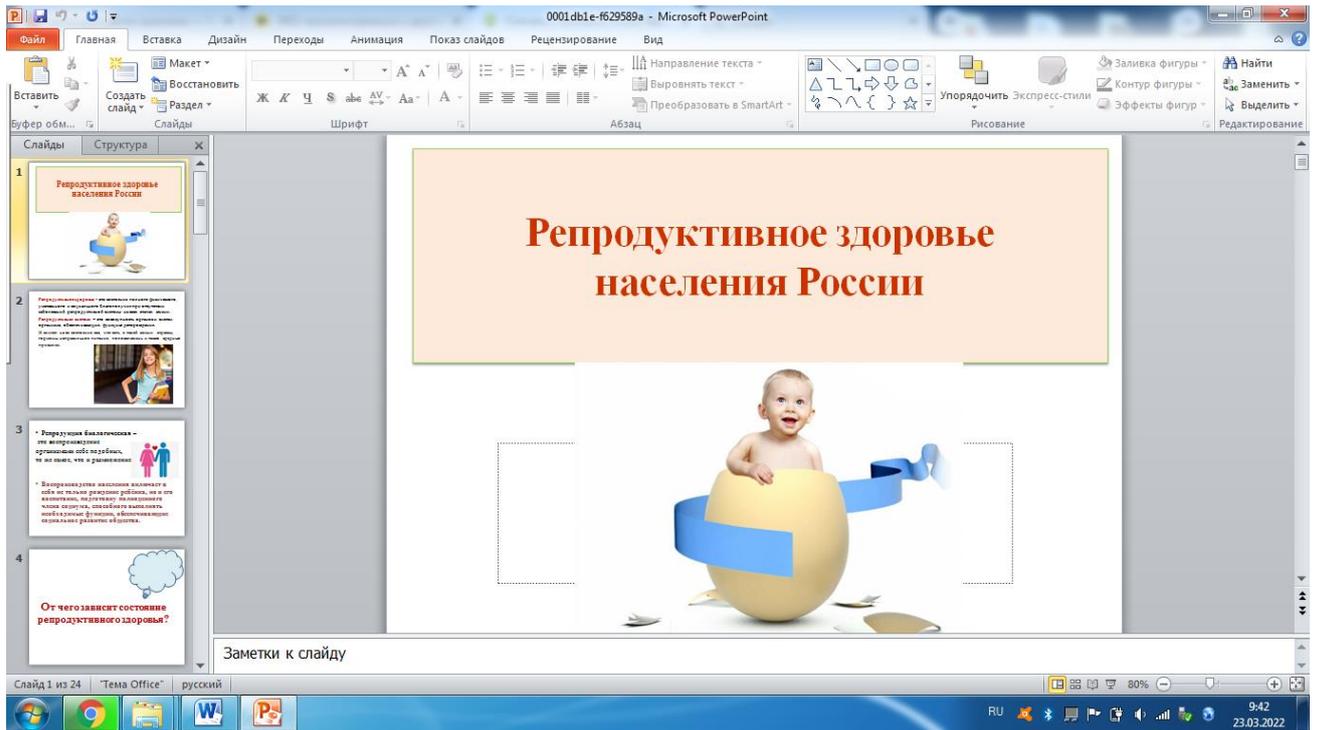
В наше время однозначно и убедительно доказана несовместимость беременности и приема алкогольных или наркотических стимуляторов: повышается риск прерывания беременности и рождения больного ребенка. В ранние сроки результатом действия никотина, алкоголя и наркотиков является гибель оплодотворенных яйцеклеток и эмбрионов, задержка роста и развития плода, нарушение формирования органов и систем плода, спонтанные выкидыши, мертворождения.

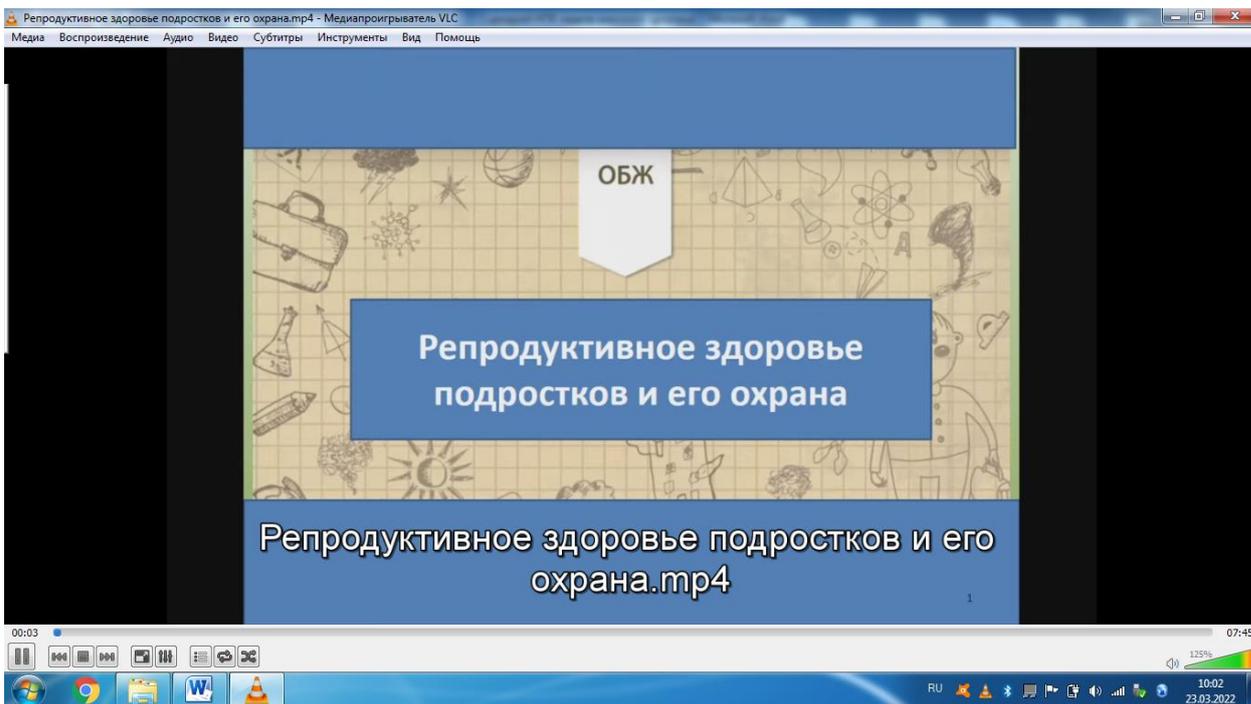
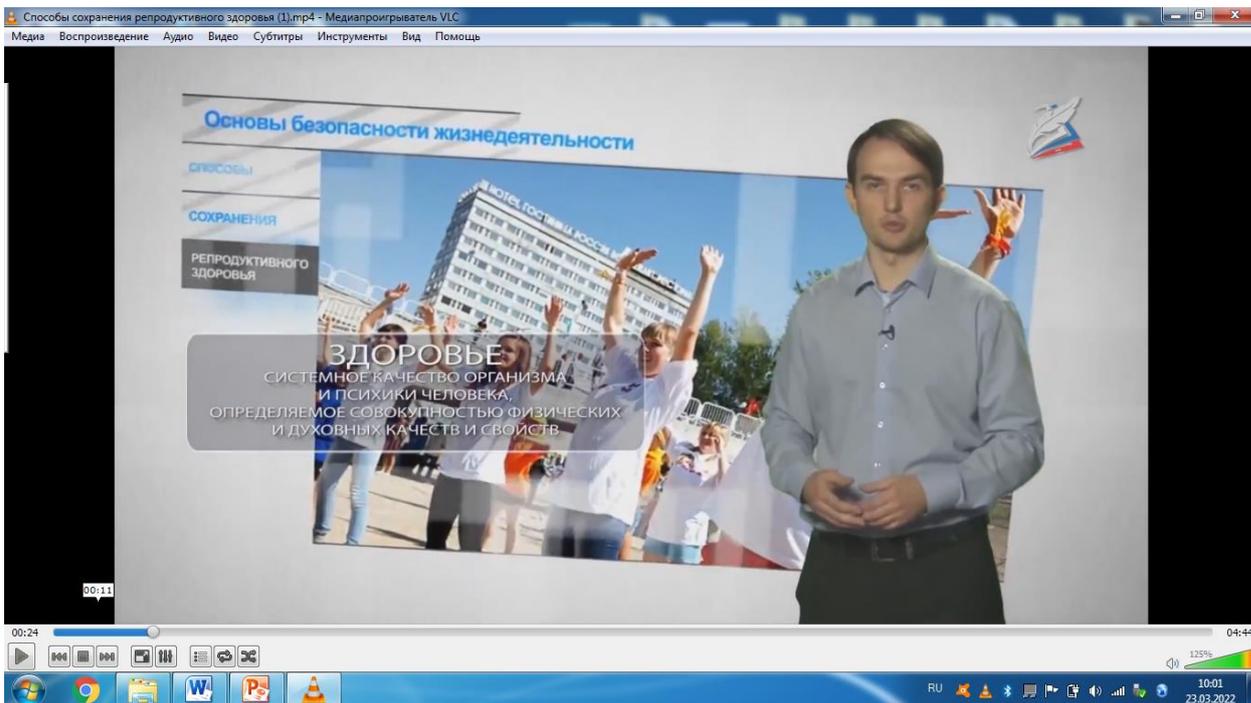
Ребенок , родители которого наркоманы.

Список литературы

1. Малышева С.В. «Образ Я» и представление о сверстнике у подростков, переживающих одиночество. Автореф. канд. психол. наук. - М., 2003. – 265с.
2. Мартыненко А.В., Валентик Ю.В., Полесский В.А.; Формирование здорового образа жизни молодёжи. М.: Медицина, 2003. -192 с.
3. Маюров А.Н.; Антиалкогольное воспитание. М.: Просвещение, 2007. -189
4. Мудров М.Я. Избранные произведения. М.: - 2003. – 237 с.
5. Нойтберг Р. Новая книга о супружестве; Волгоград.:2003.-160с.
6. Нравственность, агрессия, справедливость // Вопр. психологии. 2002. № 1.С.3-7.
7. Обухова Л.Ф. Детская психология: теория, факты, проблемы. М., 2008.- 296с.
8. Пащенко С.З. Во вред здоровью, семье, потомству. М.: Московский рабочий, 2005. – 95с.
9. Романов К. М. Практикум по социологии. – М., 2004.-357с.
- 10.Сусков И.И.; Алкоголь и наследственность.–М.: Знание, 2004.– 64с.
11. Таболин В.А., Жданова С.А., Пятницкая И.Н.; Алкоголь и потомство.- М.: Высшая школа. 2004. – 108 с.
12. Теория и методика социальной работы /Под рук. И.Г. Зайнышева. — М.: Союз, 2004. — Ч. 1. С.45-48.
13. Энциклопедия здоровья в 4-х томах, т.2. Гл. ред. Покровский В.И. М.:ИПО «Автор», 1992. -278 с.
14. Энциклопедия социальной работы: В 3 т. / Пер. с англ.— М.: Центр общечеловеческих ценностей, 2004.-468с.

Приложение 2





Анкета «Гармоничность образа жизни студентов» (Н.С. Гаркуша)

Цель: наличие у обучающихся понимания ценности и значимости здоровья, ведения здорового образа жизни.

Инструкция. Отметьте знаком «+» пункты, характерные для Вашего образа жизни.

1. Как Вы оцениваете состояние своего здоровья?

- а) хорошее; б) удовлетворительное; в) плохое; г) затрудняюсь ответить.

2. Занимаетесь ли Вы физической культурой или спортом?

- а) да, занимаюсь; б) нет, не занимаюсь.

3. Как долго днём бываете на улице, на свежем воздухе?

- а) чаще всего больше 2 часов; б) около часа; в) не более 0,5 часа или вообще не выхожу на улицу.

4. Делаете ли утром следующее:

- а) физическую зарядку; б) обливание; в) плотно завтракаю; г) курите по дороге в школу.

5. Обедаете ли в школьной столовой?

- а) да, регулярно; б) иногда; в) нет.

1. **6. В котором часу ложитесь спать?**

- а) до 21 часа; б) между 21 и 22 часами; в) после 22 часов.

7. Употребляете ли Вы спиртные напитки, наркотические вещества или курите?

- а) да, активно; б) изредка; в) никогда.

8. Как Вы чаще всего проводите свободное время?

- а) занимаюсь в спортивной секции, кружке; б) провожу время с друзьями; в) читаю книги; г) помогаю по дому; д) преимущественно смотрю телевизор (видео); е) играю в компьютерные игры; ж) другое.

Бланк ответов

№ вопроса	Вариант ответа						
	а	б	в	г	д	е	ж
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
Сумма баллов:							

Обработка результатов

Ответы оцениваются по десятибалльной шкале

№ вопроса	Вариант ответа						
	а	б	в	г	д	е	ж
1	10	5	0	0			
2	10	0					
3	10	5	0				
4	10	10	0	0			
5	10	5	0				
6	10	5	0				
7	0	5	10				
8	10	5	5	5	0	0	0

Подсчитайте общее количество баллов.

Интерпретация

Высокий уровень – 110 – 80 баллов – осознанное отношение школьников к собственному здоровью; ведение здорового образа жизни; самостоятельное целенаправленное овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Средний уровень – 75 – 50 баллов – частичное понимание школьниками важности сохранения, укрепления здоровья и ведения здорового образа жизни, эпизодическое овладение практическими навыками сохранения и преумножения здоровья.

Низкий уровень – 45 баллов и меньше – отсутствие у школьников понимания ценности и значимости здоровья, ведение образа жизни, способствующего развитию болезней.





