

Гигиенические требования к организации полевой практики студентов ВУЗов

Полевая практика направлена на углубление и систематизацию знаний, развивает профессиональные умения студентов и является практической составляющей теоретических учебных курсов в биологическом образовании. Она направлена на стимулирование профессионального самовоспитания, развитие инициативы, формирование личностного стиля познавательной деятельности студентов. Полевая практика предусматривает создание условий для приближения содержания учебных предметов к реальной жизни, наблюдению и исследованию студентами явлений природы и процессов жизнедеятельности живых организмов.

Правильная организация полевой практики имеет не только учебное, а и воспитательное значение, способствует и усвоению знаний, и формированию собранности, организованности и дисциплины студентов. Она должна отвечать организационным, дидактическим, психологическим, этическим и санитарно-гигиеническим требованиям, которые тесно связаны между собой и дополняют друг друга.

Студенческая молодежь сконцентрирована в основном в больших городах. В городах деформирован биоценоз. Общение с природой почти исключено, а с себе подобными – избыточно. Дефицит положительных эмоций приводит к нарушениям деятельности центральной нервной системы, внутренних органов. Постоянные психические перегрузки, стрессовое состояние от поездок на транспорте, семейные неурядицы могут приводить к психической инвалидности, суицидальным попыткам, по числу которых крупные города выходят на самые высокие показатели [2].

При организации учебного процесса необходимо иметь в виду, что молодые люди уже находятся в стрессовых условиях города, который сам по себе является экологически агрессивной средой жизни для них.

Среди факторов, которые также становятся причинами нервно-психических отклонений, можно выделить несоблюдение гигиенических требований к организации умственного труда студентов во время обучения. Это - несоблюдение норм продолжительности работы, в частности затянутые периоды повышенного умственного напряжения без необходимых пауз, дополнительные занятия, чрезмерное увлечение разными мероприятиями.

Гигиена же оценивает природу фактора, степень вредности (или пользы) его воздействия на органы человека или их системы, а также время, через которое может проявиться благоприятное или неблагоприятное действие фактора. Дело в том, что во многих случаях неблагоприятные факторы окружающей среды влияют на человека незаметно для него. Однако при длительном воздействии они постепенно ослабляют организм, уменьшают устойчивость молодого человека к болезням, снижают его работоспособность.

В конечном итоге человек преждевременно стареет и умирает. Поэтому без гигиены в настоящее время невозможно обойтись при решении любого вопроса, который обеспечивает условия обучения студентов.

Именно школьная (применима и к студенчеству) гигиена, как направление гигиенической науки, изучает влияние разных внешних факторов на молодой организм, на состояние его здоровья, физическое и физиологическое развитие ребенка. Она также изучает влияние условий жизни и труда на здоровье молодежи и разрабатывает мероприятия по профилактике заболеваний, по обеспечению оптимальных условий существования, сохранению здоровья и продлению жизни.

Все задачи школьной гигиены тесно связанные с работой преподавателей. От них требуется умение использовать знание гигиены для решения вопросов, которые касаются нормирования нагрузок во время занятий, условий проведения и определение их места в учебном режиме дня студентов. Кроме этого в процессе обучения и воспитания студенческой молодежи важно соблюдать психолого-педагогические принципы работы с ними, и с особым вниманием нужно учитывать их возрастные физиологические особенности.

Поэтому в организации учебно-воспитательного процесса преподавателям, методистам и руководителям учебных заведений нужно соблюдать в первую очередь «Государственные санитарные правила и нормы устройства, содержания общеобразовательных учебных заведений и организации учебно-воспитательного процесса», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Украины [1].

Итак, для оптимальной производительности работы студентов во время полевой практики как формы привлечения студентов к мотивированной познавательной деятельности необходимо соблюдать следующие гигиенические требования:

- обеспечить оптимальный уровень трудоспособности студентов на основе их возрастных психофизиологических особенностей;
- учитывать особенности динамики трудоспособности студентов на протяжении одного занятия, рабочего дня, недели, учебной года;
- обеспечить оптимальность учебной нагрузки с учетом «вхождения» в работу, ее последовательности, ритмичности и размерности;
- предупреждать утомление студентов путем изменения видов и форм учебно-познавательной деятельности;
- соблюдать в организации практики принцип гуманизма, который предусматривает проявление внимательного отношения к неуверенным в себе студентам; положительных эмоций, радости, сотрудничества, взаимопонимания.

Гигиенические требования ставят перед преподавателем важную задачу: любые новации, инициативу, творчество, интенсификацию учебной полевой практики осуществлять на основе главного критерия - не навредить здоровью молодого поколения.

При соблюдении всех гигиенических требований к организации полевой практики будет достигнута максимальная работоспособность студентов, что

способствует укреплению и улучшению состояния их здоровья, а также повышению эффективности учебной деятельности. Такой подход в биологическом образовании обеспечит создание наиболее благоприятных условий для нормального развития молодого организма, полного расцвета физических и духовных сил человека.

1. Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу ДСанПіН 5.5.2.008-01 [Електронний ресурс] : Закон України інформаційно-правовий портал – Режим доступу: <http://uazakon.com/big/text1581/pg1.htm>

2. Стожаров А.Н. Медицинская экология: учеб. пособ. / А.Н. Стожаров. — Минск: Высшая школа, 2007. — 368 с.