

## Экология и здоровье.

«Человек – высший продукт природы.  
Но для того, чтобы наслаждаться  
сокровищами природы, человек  
должен быть здоровым, сильным и  
умным»

(И.И. Павлов)

Влияние условий жизни на здоровье людей было замечено еще в глубокой древности. Но лишь в XX столетии человечество в полной мере осознало, что многие болезни непосредственно связаны с загрязнением атмосферы, плохим водоснабжением, недоброкачественными продуктами. По данным Всемирной организации здравоохранения, здоровье населения на 50% зависит от образа жизни, на 20% – от наследственных особенностей организма и на 10% – от развития здравоохранения.

Экологическая ситуация в России уже многие годы остается далеко не благополучной. Кризисное положение с охраной окружающей природной среды оказывает отрицательное влияние на здоровье человека. Ухудшение экологической обстановки стимулирует увеличение детской смертности и сокращение продолжительности жизни людей.

Необходимо предотвратить рост загрязнения природной среды и предусмотреть меры по охране пресной воды, по защите атмосферы, по охране и рациональному использованию земельных и лесных ресурсов, по удалению, хранению и переработке отходов.

Важно с детских лет овладевать умениями и знаниями, чтобы стать активным участником борьбы за сохранение одной из основных ценностей человечества – природной среды.

Катастрофическое снижение качества и уровня здоровья населения, особенно у детей и подростков – неопровержимый факт, реальность нашего времени, которая вызывает тревогу у специалистов и государственных деятелей во всем мире. Проблема сохранения и развития здоровья человека в динамично меняющихся экологических условиях стала предметом пристального внимания врачей, физиологов, экологов, психологов, специалистов в области образования, физической культуры и спорта.

Лет 10–15 назад слово “экология” употреблялось не часто. А теперь оно у всех на слуху. И хотя перед человечеством стоит множество нерешенных проблем, экологические – одни из важнейших.

Ежедневно мы слышим предостережения об экологической опасности и призывы к спасению и защите природы. Но они останутся словами, если каждый человек не осознает главного: человечество стоит на пороге

экологической катастрофы. Здесь нет преувеличения. Вдумайтесь в цифры: наша огромная и, как мы привыкли думать, более, или менее развитая страна занимает 45-е место в мире по продолжительности жизни, 36-е — по уровню детской смертности и первые места по загрязнению атмосферы, водоемов, содержанию вредных химических веществ в почве и продуктах сельского хозяйства. Все чаще в питьевой воде и пищевых продуктах обнаруживаются вредные для здоровья примеси: остатки лекарственных препаратов и гормонов, тяжелые металлы, пестициды.

Около 20% населения нашей страны проживает в зонах экологического бедствия, а еще 35-40% — в экологически неблагоприятных условиях. Отравленные атмосфера, вода, воздух, продукты оборачиваются утратой здоровья людей.

Мы с учениками нашей школы выявляем влияние окружающей среды на здоровье человека, изучаем литературу по данному вопросу, показываем значимость чистой природы для человека и важность ее охраны. На наших занятиях мы говорим о том, что воздух станет чище, если улучшить экологические характеристики автомобилей, поставить газоочистители на промышленные предприятия и использовать природный газ в качестве топлива.

Изучая экологические проблемы нашего района, мы выявили основные загрязнители водоемов. Это - предприятия, морские и речные суда, сбросы сточных вод, твердые отходы, тепловые отходы АЭС и ТЭС. Решение этой проблемы мы видим в строительстве очистных сооружений, механической и биологической очистке воды и применении системы оборотного водоснабжения.

Почвы района загрязнены промышленными выбросами, свалками мусора, причем часто несанкционированными.

Мы учим детей воспринимать красоту природы, ведь преобразуя мир вокруг себя, украшая и создавая гармонию в среде своего обитания — в родном доме, в районе проживания, в местах проведения досуга — человек занимается экологически целесообразной деятельностью. Он создает и развивает здоровьесберегающее пространство.

Многие, если не все, экологические проблемы связаны с нашей экологической безграмотностью. И первоочередную задачу мы видим в сообщении людям экологических, природоохранных знаний, в формировании их экологической культуры.

Много лет учащиеся нашей школы занимаются изучением экологического состояния своего Колпинского района.

Целью творческих работ учащихся является исследование основных источников загрязнения окружающей среды. Ребята узнают о видах отходов, существующих в городской и пригородной зоне, об уровне загрязнения, а так же о том, как решают данную проблему органы муниципальной власти. Эта проблема является актуальной, так как с каждым днем увеличивается численность городского населения, растет число промышленных

предприятий. Следствием этого является рост отходов различного рода. Растет уровень детских заболеваний. Старшеклассники узнают об этой проблеме и рассказывают о ней на школьных и районных мероприятиях другим людям. Чем больше люди будут знать об экологических проблемах, существующих в районе их проживания, тем скорее они найдут пути их решения и реализуют.

В нашей школе сложились хорошие традиции. И ежегодно методическое объединение естественных наук проводит предметные недели в апреле месяце. В рамках этой недели мы с учениками проводим акции - «Мы против вредных привычек», конференции о здоровом питании, о роли физической культуры в жизни школьника. Ученики старших классов проводят лекции и беседы о вредных привычках в 6 – 9 классах, выпускают стенгазеты о вреде курения, алкоголизма, наркомании и табакокурения. Традиционно проводятся выставки плакатов, газет на тему «Сохраним нашу планету чистой и зеленой». Я провожу викторины, конкурсы, брейн - ринги, игры по станциям и экологические уроки на тему «Здоровый образ жизни». Участвуем в районных и городских конкурсах по экологии, на которых творческие работы моих учеников получают грамоты и дипломы.

Традиционно принимаем участие в субботниках по уборке территории и озеленению участка вокруг школы. Ежегодно изготавливаем и развешиваем кормушки зимой и регулярно подкармливаем птиц.

Я стараюсь создавать для своих учеников здоровьесозидающую образовательную среду, чтобы они сознательно относились к сохранению своего здоровья и следовали здоровому образу жизни.

*Учитель биологии и географии ГБОУ школа № 589  
Колпинского района Санкт-Петербурга, учитель  
высшей категории Мазурова Валентина Ивановна.*