

выявить преобладание растений семейства сложноцветных; по отношению к жизненным формам главенствующее положение занимают многолетние растения; эколого-биологический анализ показал, что распределение растений по экологическим группам характеризуется преобладанием мезофитов над ксерофитами и гигрофитами, мезо- и олиготрофов – над эвтрофами.

Сведения, полученные в ходе анализа, позволяют оценить разнообразие лекарственных растений Беларуси, применяемых в косметологии. Детальное изучение лекарственных растений открывает возможности для создания качественной, гипоаллергенной профессиональной косметики.

Литература

1 Попов, В. И. Лекарственные растения / В. И. Попов [и др.]. – Мн.: Польша, 1990. – 304 с.

2 Голубков, Е. П. Маркетинговые исследования: теория, методология и практика / Е. П. Голубков. – М.: «Финпресс», 2000. – 464 с.

3 Сапегин, Л. М. Ботаника. Систематика высших растений / Л. М. Сапегин. – Мн.: Дизайн ПРО, 2004. – 248 с.

УДК 37.014:613.94-057.87

Л. С. Дубровская

Науч. рук.: И. И. Концевая, канд. биол. наук, доцент

РАЗРАБОТКА МЕРОПРИЯТИЙ В РАМКАХ ПРОГРАММЫ «ЗДОРОВЬЕСБЕРЕЖЕНИЕ» ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ

Здоровьесбережение – это сохранение и укрепление здоровья детей, улучшение их двигательного статуса с учётом индивидуальных возможностей и способностей; формирование у родителей, педагогов, воспитанников ответственности в деле сохранения собственного здоровья.

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, отражающий не только настоящую ситуацию, но и дающий точный прогноз на будущее. Формирование ЗОЖ школьника представляет собой

социально-педагогический феномен, необходимость которого вызвана реальной потребностью личности и общества в здоровье как основополагающем, жизненно необходимым ресурсе саморазвития и развития.

Целью работы является разработка мероприятий по ЗОЖ у школьников; оценка уровня здоровья школьников и их отношение к проблемам здоровья и ЗОЖ.

Программа исследований включала в себя следующие задачи:

- определение возможностей внеклассной воспитательной работы в формировании установки на здоровый образ жизни у школьников;
- составление анкеты по оценке уровня отношения учащихся к проблемам ЗОЖ;
- разработка мероприятий по ЗОЖ.

Анкетирование проводили в средних школах № 24 и № 52 города Гомеля. В эксперименте приняли участие учащиеся 9-х и 11-х классов, возраст детей составил – 14-16 лет. Анкета заполнялась учениками под руководством классных руководителей.

В результате проведенных исследований была выполнена оценка уровня здоровья учащихся по их отношению к проблемам здоровья и ЗОЖ. В анкетировании участвовали 22 мальчика и 28 девочек, что в процентном отношении составляет, соответственно, 44% и 56%.

Как выявлено, основная часть учащихся относится к своему здоровью заботливо и внимательно, что составляет 26% мальчиков и 47% девочек. Показатели по безразличному отношению составляют 15% мальчиков, 9% девочек. Только лишь 3% от общего количества учащихся относятся плохо к своему здоровью.

Полученные нами результаты по анкете «Формирование ЗОЖ» подтверждают представление о состоянии здоровья детей школьного возраста в последние годы в нашей республики, а также подчеркивают важность активной работы по созданию здоровьесберегающей системы образовательного учреждения.

При обработке данных анкетирования по вопросу питания выяснилось, что школьники, которые каждое утро завтракают составляют 32% мальчиков, 10% девочек, принимают пищу не менее 3-х раз в сутки 7% мальчиков, 30% девочек. Едят не спеша, тщательно пережевывая пищу – 16% девочек, питаются как придется – 5% мальчиков.

Также важно отметить вопрос о свободном времени препровождении школьников: сидя у телевизора – 2% мальчиков и 4% девочек, сидя у компьютера – 27% мальчиков и 14% девочек. Встречаются с друзьями – 10% мальчиков и 12% девочек. Также

совершают прогулки 15% девочек, занимаются спортом 5% мальчиков и 7% девочек. Вариант другое (чтение) было предложено школьниками, положительно ответило 4% девочек.

Огорчает приверженность подростков к компьютеру в ущерб другим, более активным формам проведения свободного времени, особенно это выявлено у юношей, которые любят «уходить» в нереальный мир компьютерных игр. Однако остальная часть школьников предпочитают совершать прогулки, занимаются спортом.

В результате проведенного исследования выявлено, что 100% школьников знают о наркотиках, и наиболее часто называют основные виды наркотиков – героин, кокаин, марихуану, спайс. В основном информацию о вреде наркотиков современные школьники получают от друзей – это 56% школьников, из школы – 24% школьников, от родителей – 20%.

Анализ знаний о причинах употребления наркотиков показал, что 60% школьников считают, что люди употребляют наркотики за компанию; 7% школьников считают, что люди употребляют наркотики, потому что скучно жить; 13% школьников думают, что личные проблемы являются причиной употребления наркотиков.

Анализ знаний о доступности наркотиков выявил ряд закономерностей: 88% школьников не знают где достать наркотики; 12% школьников считают, что для них достать наркотики большая проблема, однако они могут это сделать.

Заключение. Были разработаны: 2 плана-конспекта внеклассных мероприятий по здоровому образу жизни, соответствующих плану внеклассных мероприятий школы. Активное участие ребят в викторине и круглом столе позволило выявить их высокий уровень знаний и существенную мотивацию в получении информации о ЗОЖ.

Разработан план-конспект урока по биологии на тему «Гигиена кожи. Принципы закаливания».

Результаты анкетирования обучающихся 9-х и 11-х классов являются объективно обусловленными и характеризуются возрастными особенностями, с одной стороны, и спецификой организации жизнедеятельности школьника, и уровнем его знаний о ЗОЖ, с другой стороны.

Литература

1 Брехман, И. И. Валеология – наука о здоровье / И. И. Брехман. – Мн.: ФиС, 1990. – 217 с.

2 Вайнер, Э. Н. Валеология / Э. Н. Вайнер. – Мн.: Фланта: Наука, 2005. – 180 с.

3 Дорошкевич, М. П. Основы валеологии и школьной гигиены / М. П. Дорошкевич. – М., 2003. – 238 с.

4 Дыхан, Л. Б. Педагогическая валеология / Л. Б. Дыхан. – Мн.: Март, 2005. – 527 с.

5 Кодекс Республики Беларусь об образовании: – Мн.: Нац. центр правовой информ. Респ. Беларусь, 2011. – 400 с.

УДК 582.29:582.475:630*187(476.2-37Гомель)

В. Д. Дульцева

Науч. рук.: **А. Г. Цуриков**, канд. биол. наук, доцент

ОЦЕНКА РЕСУРСНОГО ЗАПАСА ЛИШАЙНИКА *HYROGYMNA PHYSODES* В СОСНЯКАХ ЧЕРНИЧНЫХ ГОМЕЛЬСКОГО ЛЕСХОЗА

*Распределение удельной массы лишайника *Hyrogymnia physodes* в сосновых насаждениях черничного типа связано с возрастом древостоя. Установлено, что ресурсный запас лишайника *Hyrogymnia physodes* в сосняках черничных ГЛХУ «Гомельский лесхоз» составляет 58,8 т.*

Лес является одной из основ хозяйственной деятельности человека, источником получения материальных ресурсов (древесины, пищевых, лекарственных и технических, продукции охотничьего промысла), базой для развития лесного хозяйства, деревообрабатывающей и целлюлозно-бумажной промышленности, отдыха и туризма, других отраслей экономики [1, 2].

Известны субстратные предпочтения наиболее распространенных видов эпифитных лишайников. На стволе и ветвях сосен, елей и берез, на которые приходится более 80 % лесных площадей Беларуси, во всех климатических зонах доминирует *Hyrogymnia physodes*. Согласно данным литературы, лишайниковые вещества проявляют антибиотическую, противовирусную, фунгицидную, инсектицидную, противоопухолевую, антимуtagenную и цитотоксическую активность.

Таким образом, выяснение особенностей распространения лишайника *Hyrogymnia physodes* в сосновых лесах Гомельского лесхоза представляется весьма актуальной задачей, поскольку позволит произвести оценку запасов лишайникового сырья.