

способного возраста. Если демографическая ситуация не изменится, то к 2050 г. в стране может остаться не более 4,5 млн жителей.

В Республике Беларусь за последние 10 лет наблюдается снижение рождаемости (на 8%), физической подготовленности населения, особенно подрастающего поколения. Сегодня 10% детей до 15 лет имеют хронические заболевания. В первые классы поступает только 47% здоровых детей, а к моменту их перехода в пятый класс этот показатель снижается почти в два раза.

Общая заболеваемость детей в возрасте до 14 лет за последние пять лет возросла на 14%. В основном это дети, живущие на территориях, пострадавших от Чернобыльской катастрофы. Количество здоровых детей на загрязненных радионуклидами территориях за последние 12 лет уменьшилось с 60,5 до 20,3%.

Результаты социологических опросов показывают, что лишь 10—15% населения республики используют рекомендации специалистов по вопросам здорового образа жизни. По оценкам Всемирной организации здравоохранения, это низкий показатель.

Полностью здоровые дети составляют только 15% из 1,5 млн учащихся общеобразовательных школ.

При решении указанных проблем велика роль здорового образа жизни, физической культуры и спорта. Физическая культура, являясь одной из граней общей культуры, во многом определяет поведение человека на производстве, в учебе, быту, общении.

Р.И. Фидельская, А.Н. Дударев
ВГУ им. П.М. Машерова (Витебск)

ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ: ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Бурные и кардинальные перемены, переживаемые в нашей стране за последние годы в области политики и экономики, привели к формированию новых мировоззренческих и ценностных ориентаций молодежи.

Нами было проведено исследование представлений о здоровом образе жизни (ЗОЖ) и мотивов, побуждающих к его осуществлению, у учителей и учащихся школ г. Витебска. Исследование позволило выявить стереотипные, связанные в основном с отсутствием вредных привычек, занятиями спортом, рациональным питанием, представления о здоровом образе жизни у учащихся и большей части учителей.

Несмотря на то, что декларативно здоровье в системе ценностей у всех испытуемых ставилось на первое место, реальные компонен-

ты, обеспечивающие высокий уровень здоровья, связанные с системой отношений, осознанием смысла жизни, не занимали в ней ведущего места.

На вербальном уровне необходимость ведения ЗОЖ осознавалась практически всеми. Причем за сознательным пониманием редко стоят реальные действия, связанные с реализацией здорового образа жизни, что объясняется, на наш взгляд, во-первых, односторонним подходом к этому понятию. Во-вторых, принципы ЗОЖ редко становятся руководством в поведении, так как они чаще всего навязаны извне и не являются личностными установками человека. В то же время сохранение здоровья как мотив деятельности возникает чаще всего в период зрелости, когда у человека появляется много болезней. К сожалению, в качестве факторов, побуждающих к изменению образа жизни, принятию ответственности за свое здоровье, чаще всего выступают болезнь, жизненный кризис, другие экстремальные ситуации.

Проблемы формирования здорового образа жизни, особенно среди студенческой молодежи, весьма актуальны и имеют большую социально-экономическую значимость. Осознание студентами культуры личного и общественного здоровья, выработка собственного стиля ЗОЖ являются одной из приоритетных задач учебно-воспитательного процесса в вузах. В данном направлении ведется определенная работа в ВГУ им. П.М. Машерова. Для практического внедрения соответствующих программ учебным отделом скорректированы планы и адаптировано содержание программ подготовки соответствующих специалистов.

Педагогам необходимо освоить понятие “профилактика”, принятое в системе Всемирной организации здравоохранения. Понятия “профилактика” и “диагностика” не должны быть чуждыми для школы. Исходить при этом необходимо из двух принципов:

- 1) единства состояния здоровья и успешности обучения;
- 2) соответствия возможностей учащихся и предъявляемых к ним требований.

Идея ЗОЖ в образовании не может быть реализована вне идеи профилактики и следования указанным принципам. Это обуславливает постоянный поиск новых или модернизированных подходов к обучению и воспитанию учащейся молодежи.