

# ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ СОЗДАНИЯ И ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

## ФОРМИРОВАНИЕ ЦЕННОСТНОГО ОТНОШЕНИЯ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ КАК АКТУАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНОЙ ПЕДАГОГИКИ

*Н.Ю. Андрущенко, Т.Ф. Денисенко  
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Здоровый образ жизни – активная деятельность человека, которая направлена на сохранение, укрепление своего здоровья и сознательный отказ от вредных привычек. Здоровье – важнейший фактор, позволяющий человеку полноценно трудиться. По данным экспертов Всемирной организации здравоохранения, здоровье каждого человека на 10% зависит от уровня медицинской помощи, на 20% – от условий окружающей среды, на 20% – от наследственной предрасположенности к болезням и на 50% – от образа жизни человека. Поэтому в Республике Беларусь здоровый образ жизни населения – приоритет государственной политики. Здоровье учащейся молодежи является одним из важнейших показателей, определяющих потенциал страны (экономический, интеллектуальный, культурный), а также одной из характеристик национальной безопасности. Среди важнейших социальных задач, которые сегодня стоят перед образованием – забота о здоровье, физическом воспитании и развитии учащихся. Резерв сохранения здоровья человека заложен в организации образа его жизни.

Проблема здорового образа жизни находится в поле зрения ученых из различных областей знаний: валеологии (Н.М. Брехман), психологии (И.И. Дубок), экологии (В.Н. Ковалева), педагогики (Р.И. Купчинов) [1–4].

Цель данной статьи – рассмотреть проблему формирования ценностного отношения учащейся молодежи к здоровому образу жизни.

**Материал и методы.** С целью выявления отношения молодежи к проблеме здорового образа жизни было проведено исследование среди учащихся Индустриально-технологического колледжа Витебска. Выборку составили 100 респондентов в возрасте 15–16 лет. Для достижения поставленной цели были использованы общелогические методы (индукция и дедукция, анализ и синтез, сравнение и обобщение), анкетный опрос.

**Результаты и их обсуждение.** Результаты исследования показали, что для 32% респондентов главным в жизни является здоровье. 41% опрошенных оценили состояние своего здоровья как удовлетворительное, 10% – хорошее, 35% – отличное, 15% – затруднились ответить.

57% учащихся интересуются физической культурой и спортом (см. рисунок 1). Но только 21% из них занимаются спортом



Рисунок 1 – Темы, интересующие молодежь

Анализ полученных данных свидетельствует о том, что только 30% опрошенных не курят. Каждый пятый курильщик выкуривает до 10 сигарет в день.

45% респондентов употребляют алкогольные напитки по праздникам, 38% – не употребляют алкоголь, 17% – пробовали алкоголь один или два раза. При этом, 53% опрошенных считают, что больше всего здоровью вредит употребления алкоголя и наркотиков, 26% – курение, 16% – не соблюдение личной гигиены, 5% – нарушение режима дня и отдыха.

Учащиеся отметили, что отношение к собственному здоровью обусловлено, в том числе обучением и воспитанием. Поэтому 55% опрошенных считают, что говорить о вреде курения, алкоголя, наркотиков необходимо с 14–16 лет, 3% – с детства, 42% – с 15–17 лет.

53% респондентов ответили, что работу по формированию здорового образа жизни должны осуществлять непосредственно сами учащиеся, 20% – тренеры, 16% – педагоги, 11% – врачи (см. рисунок 2).



Рисунок 2 – Работа по формированию здорового образа жизни у учащейся молодежи

Источником информирования о здоровом образе жизни 39% опрошенных назвали телевизионные передачи, 34% – педагогов, 14% – книги, газеты, журналы, 13% – друзей.

По результатам исследования нами была предложена программа «Здорово жить». Цель программы – формирование у учащейся молодежи ценностного отношения к здоровому образу жизни и профилактика аддиктивного поведения. План программы предполагает проведение ряда мероприятий в течение учебного года:

- Круглый стол на тему: «ЗОЖ – что это значит?».
- Лектории на тему: «Колледж – территория здоровья».
- Лекции на темы: «Скажи сигарете нет», «Проблемы века: пьянство и наркомания».
- АКЦИЯ «Я выбираю жизнь без СПИДа».
- Дискуссия на тему: «Интернет-зависимость: хорошо или плохо».
- Классный час на тему: «Венерические заболевания».
- Классный час на тему: «Я скоро буду мамой».
- Флешмоб «Наркотики: за или против».
- Тематическая неделя: «Курение – укорачивает жизнь».
- Профилактическая акция: «Табак и вино с болезнями заодно».
- Организация и проведение спортивно-массовых мероприятий

**Заключение.** Для большинства учащейся молодежи здоровый образ жизни не является ценностью. Вместе с тем, большая часть молодых людей интересуется вопросами здоровья. Однако не достаточно уделяют ему внимание. Поэтому работа по пропаганде здорового образа жизни и формированию ценностного отношения к нему, профилактике употребления алкоголя, табака, наркотиков среди молодежи должна быть не единичной, а являться систематичной и целенаправленной.

#### Список литературы

1. Брехман, И.И. Валеология – наука о здоровье / И.И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 2005. – 212 с.
2. Дубок, И.И. Психологические особенности формирования культуры здорового образа жизни у детей и подростков: инструктивно-методические рекомендации для валеологов, педагогов, психологов / И.И. Дубок, Ж.И. Скиба. – М., 2010. – 192 с.
3. Ковалева, В.Н. Организация экологически благоприятной здоровьесберегающей среды в школе: пособие для педагогов общеобразовательных учреждений / В.Н. Ковалева. – Минск: Нац. ин-т образования, 2010. – 168 с.
4. Купчинов, Р.И. Формирование у учащихся здорового образа жизни (материалы для лекций, бесед, факультативных занятий): пособие для учителей, классных руководителей, воспитателей / Р.И. Купчинов. – Минск: Нац. ин-т образования, 2009. – 224 с.