

В нашей стране действует закон о реабилитации нацизма, статья 354.1. В 2021 году эту статью решили ужесточить и добавить пункт «о публичном оскорблении ветеранов» за которое грозит лишение свободы до пяти лет или штраф на сумму от двух до пяти миллионов рублей. Ужасно, что в 21 веке приходится на законодательном уровне говорить, что нельзя оскорблять ветеранов. Но больше всего меня поразило то, что в 2019 году по этой статье обвинили всего несколько человек для чего тогда ужесточили этот закон? И что вообще считается оскорблением ветеранов? На мой взгляд оскорбление – это то, в каких условиях некоторые из них доживают свои оставшиеся дни. А контрастом идет помпезный парад на девятое мая. Несомненно, этот праздник и сам парад нужен людям для поднятия веры и в знак вечной памяти, но стоит ли тратить на него так много средств. К сожалению, мы стали забывать о истинном предназначении этого дня. Для нового поколения девятое мая – это просто одна из традиций нашей Родины, не все помнят, что это день скорби и святой памяти о людях, которые отдали жизнь ради будущего.

Проблема такого восприятия молодежью войны заключается в неправильной подаче этой темы. Я считаю, что нам нужно привить подросткам любовь к нашей истории. Для этого нам необходимо говорить в первую очередь не про победу, а про войну, большие потери, горе и страдания людей, которые потеряли все. А также не забывать, что нас привело к этой войне и больше не допускать таких ошибок. Подростки сами должны делать вывод по поводу войны, мы должны дать им факты, а они должны понять. Если мы их заставим думать, то они лучше проникнутся к своей истории.

Великая отечественная война – это самая большая трагедия в истории нашей страны. Она унесла огромное количество невинных людей, и мы должны сделать все, чтобы не забыть об этом и впредь не допускать подобного.

#### Литература:

1. <https://45.мвд.пф/document/14763153>
2. <http://stat.апи-пресс.пф/stats/ug/t/14/s/17>
3. <https://sozd.duma.gov.ru/bill/1050812-7>
4. <http://duma.gov.ru/news/50992/>
5. <http://sachvestnik.ru/molodezh/esse-na-temu-voyny-glazami-sovremennoy-molodezhi-13-05-2017.html>

## ОТНОШЕНИЕ МОЛОДЕЖИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ

**Боклан М.О.**

*студент 2 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Крестьянинова Т.Ю., доцент,  
кандидат биологических наук,

Здоровый образ жизни является неотъемлемой частью жизни многих людей. И не зря, ведь поддерживая свое здоровье можно не только увеличить продолжительность жизни, но и значительно повысить ее качество. Каждый вкладывает в это немаленькое понятие что-то свое, но, обобщив, можно сказать, что здоровый образ жизни состоит из активного образа жизни, здорового питания, избегания стрессов, соблюдения режима дня, отсутствия вредных привычек [1, с.95-96].

Успешная деятельность, хорошее настроение, прекрасное самочувствие все это непосредственно зависит от состояния здоровья человека. Поэтому так важно поддерживать свое здоровья уже сейчас, не откладывая на будущее.

Ориентированность молодежи на ведение здорового образа жизни зависит от различных условий. В первую очередь, это условия, способствующие ведению здорового

образа жизни в их основных сферах жизни, то есть в сфере досуга, учебной, трудовой, семейно-бытовой, а также система ценностных отношений молодых людей [2, с.39-40].

Целью исследования является определение отношения современной молодежи к здоровому образу жизни.

Методы исследования: метод теоретического анализа литературы и Интернет-ресурсов, метод анкетирования, метод статистической обработки данных.

Исследование было проведено среди студентов 2 курса Витебского государственного университета имени П. М. Машерова в возрасте от 17 до 23 лет. В опросе приняли участие 55 респондентов, среди опрошенных преобладают девушки (80%).

Согласно результатам опроса, 47,3% считают, что здоровый образ жизни – это здорово, 38,2% придерживаются позиции, что его иногда следует соблюдать, 10,9% думают, что можно обойтись без него и 3,6% вообще не видят смысла в поддержании здорового образа жизни.

При этом, лишь 16,4% опрошенных считают необходимым придерживаться принципов здорового образа жизни. Для 69,1% это важно, но не является главным в жизни, 14,5% людей, к сожалению, принципы здорового образа жизни совсем не волнуют.

Зарядка по утрам способствует укреплению здоровья, заряжает энергией, но лишь 3,6% респондентов занимаются зарядкой регулярно, 18,2% делают это редко и 78,2% не делают зарядку.

Не обнадеживающая ситуация и с правильным питанием. У 70,9% не выходит поддерживать правильное питание, 14,5% не видят в этом смысла, только 14,5% постоянно следят за своим питанием.

Сон – это естественный физиологический процесс пребывания в состоянии с минимальным уровнем мозговой деятельности и пониженной реакцией на окружающий мир. При нормальном количестве часов полноценного ночного сна (7-8 часов) ежедневная производительность труда сохраняется на высоком и примерно одинаковом уровне. При этом, вреден как недосып, так и пересып. 38,2% респондентов ответили, что спят 6-7 часов, а 29,1% 7-8 ч. Поэтому можно говорить о том, что у большинства респондентов преобладает полноценный сон. 12,7% спят 5-6 часов, 9,1% – 3-4 часа, 10,9% – более 8 часов.

Немаловажной составляющей здоровья человека является наличие или отсутствие вредных привычек. Наиболее распространенным и губительным является употребление алкогольных напитков и курение. В ходе опроса выяснилось, что большинство (69,1%) респондентов не курит, однако 56,4% периодически употребляет алкоголь и 5,5% делает это не менее 3-х раз в неделю. При этом, 45,5% опрошенных признались, что они часто подвержены стрессам, 40% подвергаются стрессам время от времени и 14,5% не подвергаются стрессам регулярно.

В вопросе о том, как они обычно проводят свободное время, самыми не популярными вариантами ответов оказались занятия спортом и вылазки на природу. Самым популярным времяпровождением оказался просмотр фильмов и сериалов, недалеко ушло общение с друзьями и семьей, а также занятие творческой деятельностью.

И, наконец-то, спорт. Только 14,5% респондентов занимаются спортом регулярно. 60% делает это время от времени, не систематически, а 25,5% и вовсе не занимаются никакой физической активностью.

Центральными причинами не соблюдения здорового образа жизни являются следующие: неумение правильно распоряжаться своим временем, его недостаток, вредные привычки (алкоголь, курение), нарушенный режим дня, постоянные физические и эмоциональные нагрузки

Таким образом, можно говорить о том, что респонденты в основном положительно относятся к здоровому образу жизни, однако большинство все же его не соблюдает. Это подтверждается наличием вредных привычек, небольшой физической активностью,

нежеланием большинства делать утреннюю зарядку или наладить режим питания, а также наполнением своего свободного времени. Стоит отметить, что важным индикатором состоянием общества, является здоровье молодых людей. При этом именно на студенческие годы приходится рост количества заболеваний.

#### Литература:

1. Савченко, М.Ф. Здоровый образ жизни как фактор активного долголетия и безопасной жизнедеятельности / М.Ф. Савченко, Л.М. Соседова // XXI век. Техносферная безопасность. – 2016. – Т. 1. – № 2. – С. 95–105.
2. Плещев, А.М. Главные составляющие здорового образа жизни / А.М. Плещев // Вестник Шадринского государственного педагогического университета. – 2018. № 3 (39). – С. 39-43.

## ТИПОЛОГИЯ ЦЕННОСТНЫХ СИСТЕМ

**Болдак Д.А., Алексеюк А.В.**

*учащиеся 4 курса Волковысского колледжа УО «Гродненский государственный университет им. Янки Купалы», г. Волковыск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Сорока-Скиба Г.И., исследователь  
в области искусствоведения, преподаватель

*Введение.* Целый ряд наук занимается исследованием вопросов ценностных ориентаций, формирований ценностных оснований личности и общества, влиянием социума на мировоззренческие проблемы. Практико-ориентированная парадигма образования в УССО не в полной мере реализует гуманитарную направленность. В образовательной среде колледжа имеют место «пробелы», которые возможно ликвидировать за счет определенных реорганизаций образовательного процесса.

*Основная часть.* Аксиология как философский раздел, изучающий вопросы природы ценностей, их местом в реальности и структурой ценностного мира, обнаруживает связи ценностей между собой, социальными и культурными факторами и структурой личности. К.М. Хоруженко трактует ценностное отношение как «представление о том, что свято для человека, класса, группы, общества в целом, их убеждения и предпочтения, выраженные в поведении. Ценности не подвергаются сомнению, они служат эталоном, идеалом всех людей» [11, с. 533]. Такое важное учение как праксиология (праксеология) также имеет прямое отношение к контексту диссертационного исследования, поскольку оно является учением о человеческой деятельности, о реализации человеческих ценностей (*наше подчеркивание*) в реальной жизни. Специалист в этой области, философ, психолог, основоположник научной социальной психологии Д.Б. Парыгин предложил концепцию умонастроения, в которой была предложена попытка объединить в общую категорию как сознательные, так и эмоциональные компоненты целостной направленности личности. Автор отмечает, что умонастроение есть «особый вид устойчивого настроения чувств, которые группируются вокруг каких-то идейных установок и определяют способ восприятия и оценки человеком окружающей действительности, а также направленность его воле устремлений и интересов» [8, с. 31-32].

Формирование ценностных ориентаций личности в процессе социализации, несмотря на осознанность усвоения ценностей социальной среды, не подразумевает самостоятельной выработки собственных внутренних ценностей. В связи с этим ряд авторов противопоставляют процессу социализации процесс индивидуализации, который может быть определен как отдельный, наиболее «вершинный» по сравнению с адаптацией и социализацией процесс развития системы ценностных ориентации личности. Согласно М.С. Яницкому индивидуализация понимается как процесс формирования автономной системы ценностей [13]. В зарубежной гуманистической психологии данный процесс