

Таким образом, активно обращаясь к характеристике исторического контекста функционирования комплекса ГТО в советское время, современные журналисты отмечают недостатки данного комплекса, история внедрения комплекса в жизнь советской России подвергается ироническому переосмыслению, нередко сопровождающемуся пренебрежительными коннотативными смыслами. Критическому переосмыслению подвергаются и попытки советского правительства «придать комплексу второе дыхание» в изменившихся исторических условиях.

Анализ показал, что в контекстах употребления лексемы ГТО в современной публицистики часто не содержится прямо сформулированного негативного мнения об этом феномене, отрицательная оценка создается при помощи использования автором статьи особых контекстных партнеров, имеющих отрицательные коннотативные смыслы в сознании современных россиян.

Таким образом, отрицательный «имидж» формируется как бы исподволь, подсознательно для читателей статьи. Все же надеемся, что вводимый Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и защите Отечества» в будущем будет вызывать у россиян только положительные реакции.

#### *Список литературы*

1. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс: история, развитие, перспективы : учеб.-метод. пособ. / Под ред. Л.А. Рапопорта. – Екатеринбург: СОК ОГ ФСО «Юность России»; Изд-во АМБ, 2013. – 300 с.
2. Национальный корпус русского языка. Режим доступа: [www.ruscorpora.ru](http://www.ruscorpora.ru).

**Першина В.М., Селиверстова Г.П.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург

### **Проблемы формирования здорового образа жизни в студенческой среде и пути их решения**

Одним из главных направлений молодежной политики в современной России обозначено формирование отношения к здоровому образу жизни как к

личному и общественному приоритету, пропаганда ответственного отношения к своему здоровью. Сохранение и укрепление здоровья нации во многом определяется отношением каждого к своему здоровью.

Тревогу вызывает состояние здоровья детей, подростков и молодежи, особенно актуальной является проблема здоровья студенческой молодежи. Студенты относятся к числу наименее социально защищенных групп населения, в то время как специфика учебного процесса и возрастные особенности предъявляют повышенные требования практически ко всем органам и системам их организма. Анализ научной литературы, посвященной здоровью студенческой молодежи, показывает, что за время обучения в вузе здоровье студентов не только не улучшается, но и в ряде случаев ухудшается [4].

Все множество факторов, отрицательно влияющих на здоровье студентов, условно можно разделить на две группы:

1. Объективные, связанные с организацией условий жизни (продолжительность учебного дня; плотность нагрузки, обусловленная расписанием; питание и его регулярность; сон и его достаточная величина; организованная двигательная активность и другие);

2. Субъективные, личностные характеристики (организованность и дисциплинированность; мотивированность здорового образа жизни; соблюдение оптимального режима дня; наличие вредных привычек; сформированность физической культуры личности и реализация ее деятельного компонента) [5].

Здоровый образ жизни (ЗОЖ) – это комплекс активных, трудовых и закаляющих мероприятий позволяющих повысить защитные способности организма от неблагоприятных факторов воздействия окружающей среды, а так же позволяющий до глубокой старости сохранять нравственное, психическое и физическое здоровье. Актуальность здорового образа жизни вызвана возрастанием и изменением характера нагрузок на организм человека в связи с усложнением общественной жизни, увеличением рисков техногенного,

экологического, психологического, политического и военного характера, провоцирующих ухудшение здоровья [2, с.118].

Здоровый образ жизни отражает обобщенную типовую структуру форм жизнедеятельности студентов, для которой характерны единство и целесообразность процессов самоорганизации, самодисциплины, саморазвития, направленных на полноценную реализацию своих сущностных сил, дарований и способностей. Он создает такую социокультурную среду для личности, в условиях которой возможны высокая творческая самоотдача, работоспособность, трудовая и общественная активность, психологический комфорт. При здоровом образе жизни ответственность за свое здоровье формируется у студента как часть его общекультурного развития. Это безусловно подчеркивает положительное воздействие соблюдения ЗОЖ на общекультурное развитие студентов [2, с. 119].

Формирование здорового образа жизни населения невозможно без системного подхода, в реализации которого значимая роль может и должна отводиться учреждениям высшего профессионального образования. Эта позиция закреплена и в новых образовательных стандартах, согласно которым выпускник высшего профессионального образования должен обладать «способностью и готовностью к формированию навыков здорового образа жизни».

В решении этой задачи вузы сталкиваются с целым рядом проблем. Первая из них заключается в том, что современные студенты имеют очень низкую мотивацию к формированию собственного здорового образа жизни. Иногда лишь упоминание об очередном мероприятии, в названии которого есть слово «здоровье», вызывает у них негативизм и отторжение. Вторая проблема связана с тем, что количество студентов с нарушениями здоровья с каждым годом растет, а уровень их знаний о причинах, механизмах развития своих недугов, о доступных путях самооздоровления остается стабильно низким. Третья важная проблема: в процессе обучения студенты в большей степени получают лишь информацию о здоровом образе жизни. Чаще всего они не

имеют возможности практически применить полученные знания и сформировать на их основе умения и навыки самооздоровления.

Не случайно студенты чаще прибегают к медикаментозной коррекции своих заболеваний, либо приему табака и алкоголя для снятия стресса, чем к адекватной физической нагрузке и рациональной психологической саморегуляции. В результате такой оторванности теории от практики у будущих специалистов и не формируется осознанная позиция в отношении здорового образа жизни [3, с. 161].

В то же время существующие подходы к формированию теоретических знаний по основам здорового образа жизни не всегда учитывают индивидуальные особенности состояния здоровья, структуру современной заболеваемости студентов, мотивации к формированию здорового образа жизни. Поэтому поиск современных подходов к процессу формирования теоретических знаний является необходимой составляющей физкультурного образования, которая в значительной степени влияет на привлечение студентов к различным формам двигательной активности [1].

Четвертая проблема заключается в том, что система обучения в вузе с характерной для нее психической перегрузкой на фоне физической гиподинамии является значимым фактором ухудшения здоровья. Однако путей, которые позволяют студентам улучшать свое здоровье непосредственно в процессе обучения, практически не предлагается [3, 162].

Таким образом, в настоящее время необходима разработка таких образовательных технологий, которые могли бы, прежде всего, формировать мотивацию студентов к здоровому образу жизни. И один из путей формирования этой мотивации в том, чтобы содержание данных технологий отталкивалось от тех нарушений здоровья, которые уже имеются у студентов. В итоге такая индивидуализация значительно повышает успешность деятельности и является важным механизмом формирования мотивации. Необходимо и то, чтобы создаваемые технологии логично вписывались в образовательный

процесс вуза, имели полное программно-методическое обеспечение, повышали качество высшего профессионального образования.

#### *Список литературы*

1. Глыбочко П.В., Еругина М.В. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи. – URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-zdorovogo-obraza-zhizni-studencheskoy-molodezhi-1>

2. Иваницкая А.Е. Здоровый образ жизни как основа спортивной культуры (на примере студенческой среды) Иваницкая А.Е. // Материалы Всероссийской научно-практической конференции с участием зарубежных стран «Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта: опыт, перспективы развития». – 2013. – С. 118-120.

3. Нежкина Н.Н., Антонов А.А. Современные технологии формирования здорового образа жизни в системе физического воспитания учреждений высшего профессионального образования// Материалы Всероссийской научно-практической конференции с участием зарубежных стран «Стратегия формирования здорового образа жизни средствами физической культуры и спорта: опыт, перспективы развития». – 2013. – С. 161-165

4. Павлов В.И., Кузнецов М.А. Проблемы формирования здорового образа жизни студентов. – URL: [http://www.ssc.smr.ru/media/journals/izvestia/2011/2011\\_1\\_1927\\_1929.pdf](http://www.ssc.smr.ru/media/journals/izvestia/2011/2011_1_1927_1929.pdf)

5. Футорный С.М., Кашуба В.А. К проблеме формирования основ здорового образа жизни студентов в процессе физического воспитания. – URL: <http://lib.sportedu.ru/Press/FVS/2011N1/p126-129.htm>

**Петрова Н.М.**

Российский государственный профессионально-педагогический университет,  
г. Екатеринбург

### **Анализ проблем здоровья студентов**

Одна из главных задач общества традиционно считается сбережение здоровья. Особую значимость в последнее время отводят вопросу сохранения и укрепления здоровья студентов, потому как эта часть населения наиболее сильно испытывает негативное воздействие окружающей среды, подвержена высоким интеллектуальным нагрузкам, изменившимся условиям жизни.

Анализ состояния проблемы здоровья, демонстрирует, что существовавшая система его формирования подорвана, а новая – только создается в неблагоприятных условиях трудовой деятельности, жизни,