

ФАКТОРЫ РИСКА ЗДОРОВЬЯ

Аннотация. В данной статье речь пойдет о том, что влияет на здоровье современных детей, о том какие факторы воздействуют, что делает государство для поддержания и сохранения здоровья детей, также пойдет речь о том, что может сделать семья для формирования здорового образа жизни.

Ключевые слова: фактор риска, ЗОЖ, здоровье, пропаганда, семья, государство.

Здоровье — это главное жизненное благо
Януш Корчак.

Здоровье — бесценное богатство каждого человека в отдельности, и всего общества в целом. При встречах и расставаниях с близкими нам людьми мы всегда желаем им хорошего здоровья, потому что это — главное условие полноценной и счастливой жизни. Снижение уровня общей культуры населения, рост потребления спиртных напитков, наркотиков, преступность и другие антиобщественные явления оказывают негативное влияние на социально-экономическое и духовное развитие общества. В этих условиях особую актуальность приобретают проблемы профилактики потребления спиртных напитков и формирование среди населения ценностей здорового образа жизни. Важнейшей задачей государства является создание эффективной экономики, позволяющей трудящимся влиять на уровень своих доходов и благосостояния, что позитивно отразится на их материальных и культурных запросах и потреблении. Формирование идеологии и практики здорового образа жизни посредством повышения культурного уровня населения и ориентации индивидов на культурные формы времяпрепровождения должны стать краеугольными камнями государственной политики. Для этого необходимо восстановить роль семьи в воспитательной работе. В большинстве семей основные силы и время родителей расходуются на материальное обеспечение, но не на духовное воспитание и развитие детей. Семья несет основную ответственность за формирование у детей и подростков идеалов и ценностей здорового образа жизни, критического отношения к вредным привычкам и негативным социальным явлениям. В семье формируется мировоззрение, духовные и нравственные качества и поведения ребенка, его отношение к окружающим. Развитие интересов и склонностей, формы проведения свободного времени, привычки и поведение детей зависят от родителей. Поэтому очень важно с детства прививать у детей любовь к спорту, вести здоровый образ жизни, проводить свободное время с пользой. Важным условием здорового образа жизни является предупреждение и своевременное выявление у ребенка вредных привычек и формирование негативного отношения к ним. Основы здорового образа жизни закладываются в семье в процессе воспитания посредством развития у ребенка интереса к чтению, спортивным играм, посещению театра и кино, путешествиям, походам, поездкам на природу (в лес, на рыбалку, по историческим местам и др.). Немаловажное значение имеет личный пример родителей, их жизненные ценности, интересы и нравственные

нормы, отношение к здоровью. Отрицательное отношение семьи к спиртным напиткам, к курению и другим вредным привычкам обычно не остается незамеченным ребенком и оказывает влияние на его взгляды и поведение. На семью в значительно большей степени, чем на другие социальные институты, ложится основная ответственность за социализацию личности, за формирование важнейших жизненных ценностей, критическое отношение к употреблению спиртных напитков, наркотиков. Государство в свою очередь пропагандирует здоровый образ жизни с помощью различных культурно – массовых мероприятий, таких как: «Кросс наций», «Лыжня России». С каждым годом увеличивается количество стадионов, спортивных площадок. Чтобы не предпринимало государство, ключевую роль в воспитании отношения к вредным привычкам, «ложится на плечи» семьи, недаром говорят: «Если хотите воспитать хороших детей, тратьте на них в два раза меньше денег и в два раза больше времени».

Хотченко И.А.

Украинская инженерно-педагогическая академия
г. Харьков, Украина

ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ И ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОБЛЕМЫ ОЗДОРОВЛЕНИЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ КИТАЯ

Аннотация. Студенчество в большинстве стран мира представляет собой одну из социально активных групп общества. Охрана здоровья студенческой молодежи входит в число приоритетных задач развития социума. Интересным для изучения в данном направлении является опыт физического оздоровления студентов ВУЗов в Китае – стране, которая издревле считается колыбелью всей цивилизации.

Первые упоминания о физической культуре в учебных заведениях в Древнем Китае датируются началом III тысячелетия до н.э. Военно-физическое воспитание во II тысячелетии до н.э. было представлено пятью видами стрельбы из лука, пятью видами езды на колесницах, владением щитом и копьем [2].

Освещая теоретический аспект изучаемой проблемы, следует отметить значительный вклад в раскрытие темы оздоровления студентов на примере Китайской Народной Республики, сделанный китайским профессором Ван Цзыпу [1]. По мнению учёного, целью физического воспитания студентов вузов КНР является формирование физической культуры личности. Задачи физического воспитания в учебных заведениях Китайской Народной Республики:

- укрепление здоровья путем упражнений элементарной физической культуры, формирование потребности в поддержании высокого уровня физической и умственной работоспособности, самоорганизации здорового образа жизни;
- повышение уровня физической подготовки;
- совершенствование психомоторных способностей, обеспечивающих высокую производительность профессиональных действий;