

Библиографический список

5. Дроговцова Н.О. Здоровьесберегающие технологии в работе с детьми, педагогами и родителями // Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: материалы VIII международной научно-практической конференции, Екатеринбург, 28 февраля 2019 г./ФГАОУ ВО «Рос. гос. проф. – пед. ун-т». 2019.-703 с.
6. Дроговцова Н.О. Подготовка студентов к использованию здоровьесберегающих технологий в работе с детьми // Современные технологии в образовании: материалы IV Всероссийской научно-практической конференции (г. Армавир, 12 апреля 2019 года) /науч. ред. Е.В. Демко. – Армавир: APMStyling, 2019. – 156 с.
3. Селевко, П. К. Современные образовательные технологии: учебное пособие / П. К. Селевко. Москва: Народное образование, 1998. 134 с.

Круглова Н.М., Комлева С.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

ФАКТОРЫ РИСКА ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ СОВРЕМЕННОГО ЧЕЛОВЕКА

Аннотация: Изучения проблемы здоровья в России обусловлена рядом обстоятельств, приобретающих в нашей стране особую значимость. Сложные условия социально-экономического развития инициировали ряд явлений, негативно отразившихся на состоянии здоровья детей, подростков и взрослых. В связи с ухудшением экологической обстановки, социальных условий жизни, снижением благосостояния значительной массы людей, в последние десятилетия наблюдается ухудшение здоровья население в целом и отдельных групп.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, спорт, критерии, здоровье.

Здоровье – комплексно, целостное и многомерное состояние организма человека, развивающегося в процессе реализации генетического потенциала в условиях социальной и экологической среды и позволяющее человеку в различной степени осуществлять его социальное и биологические функции.

Культура здоровья людей формируется в результате продуманных усилий общества через пропаганду гигиенических знаний и принципов здорового образа жизни. Однако у многочисленного Российского населения, отмечается недостаток знаний о факторах, определяющих здоровье и принципах поведения.

Также существует ряд исследований, которые констатируют парадоксальную ситуацию, что у большинства обследуемых ими

респондентов при положительном отношении к основным правилам здорового образа жизни, в частности к рациональному питанию и двигательной деятельности – в реальности их используют лишь 10% опрошенных. Исходя из этого, рассматривая проблему здоровья, важно обратить внимания на то, что в иерархии ценностей человека оно во многих случаях занимает не первое место (которое, в свою очередь, часто отводится материальным благам жизни). В строгом смысле понимания значимости здоровья, оно и не должно занимать первое место, так как является не самой важной ценностью, а лишь важнейшим условием реализации смысла жизни человека.

Основными причина смерти населения являются болезни кровообращения, сердечно – сосудистых заболеваний обусловлена изменением демографической ситуации (в основном за счет увеличения числа пожилых людей), экономическими факторами, неадекватной медико-социальной помощью и недостаточным финансированием здравоохранения.

Для профилактики достаточно вести определенный образ жизни. В своих работах ученые обращают внимания на то, что многие люди не имеют определенной грамотности в вопросах сохранения здоровья и факторов риска, разрушающих его.

Высокий уровень заболеваемости населения атеросклерозом, диабетом, ишемической болезнью сердца, гипертонией, излишне высокая масса тела, злоупотребление алкоголем и курение, в значительной степени являются следствием нездорового образа жизни и низкого уровня культуры здоровья.

Основными направлениями разработки программ являются:

- ✓ снижение риска негативного воздействия экологических факторов;
- ✓ внедрение инновационных решений в аспекте предупреждения возникновения негативных факторов;
- ✓ улучшение социальной политики;
- ✓ разработка программ по модернизации системы здравоохранения;
- ✓ повышение гражданского самосознания населения.

На сегодняшний день оценка риска здоровью представляет собой комплексный анализ всех составляющих воздействия анализируемого фактора на здоровье человека, включая научное обоснование допустимых уровней воздействия.

В руководстве по оценке рисков здоровью населения указывается, что в практически ориентированном отношении при оценке того или иного риска необходимо:

- получить и проанализировать информацию о влиянии действующих факторов риска на состояние здоровья человека;

➤ получить достаточное количество информации о рассматриваемом риске, которая бы позволила осуществить на высоком научном уровне гигиеническое обоснование оптимальных управленческих решений по устранению или снижению его влияния и контроля его действия.

Оценка риска для здоровья человека включает в себя качественную и/или количественную характеристику вредного влияния, которое может развиваться в результате воздействия определенных негативных факторов на конкретную группу людей при специфических условиях. Необходимо отметить, что количественная оценка риска и возможного ущерба от него здоровью человека очень затруднительна. Также одной из современных проблем является сложность в установлении связей между воздействием некоторых рисков, и развитием негативных последствий для здоровья.

Таким образом, факторы здорового образа жизни не лечат, а способствуют нормализации и поддержанию на высоком уровне функционирования присущих данному объекту биологических и психических процессов.

Здоровый образ жизни не предполагает единый для всех стереотип поведения, так как, несмотря на существование общих, научно обоснованных рекомендаций, он все же носит индивидуальный характер. Факторы образа жизни, имеющие статистически значимую связь со здоровьем, могут быть использованы каждым человеком с учетом индивидуальных особенностей и потребностей. Определяя необходимость разработки эффективных мероприятий по снижению воздействия негативных факторов на здоровье человека, важно отметить, что этот процесс должен включать все уровни общественной жизни.

Библиографический список

1. Березин И.П., Дергачев Ю.В. [Текст] Школа здоровья. - М, 2004. - 125 с.
2. Куценко Г.И., Новиков Ю.В. Книга о здоровом образе жизни [Текст] - СПб, 2005. - 122 с.
3. Лещинский А.В. Берегите здоровье. [Текст] - М.: «Физкультура и спорт», 2005. - 214 с.

Кузнецов И.И., Кетриш Е.В.

Российский государственный профессионально-педагогический университет
г. Екатеринбург, Россия

**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ ПЕДАГОГА ПО
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ
ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**