

ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

**Нехорошева Э.А. студентка 3 курса
факультета экономики и управления
Научный руководитель – Свечкарёв В.Г., доктор педагогических
наук, профессор
ФГБОУ ВО Майкопский ГТУ**

Ключевые слова: ЗОЖ, пропаганда, здоровье, медицина, физическая культура.

В статье рассматривается проблемы пропаганды ЗОЖ среди разных поколений. А также предложены пути их решение.

В условиях современной России вопросы защиты и поддержки здоровья населения, а также расширение объемов пропаганды здорового образа жизни сохраняют за собой статус наиболее приоритетных [1].

Термин «здоровый образ жизни» образовался относительно недавно, в 60-е годы 20-го века. Здоровым образом жизни называют систему поведения человека, позволяющую ему поддерживать свое физическое, психическое и нравственное здоровье. Физическим здоровьем принято считать естественное состояние организма, которое зависит от нормального функционирования всех его органов и систем.

Пропаганда ЗОЖ предлагает очень широкий спектр инструментов, направленных на повышение компетентности населения в вопросах сохранения и укрепления здоровья человека [2]. Выделяют следующие формы пропаганды ЗОЖ:

- вербальные формы: лекции, беседы;
- печатные формы: буклеты, брошюры, листовки;
- наглядные формы: интернет-сайты, фотографии, видеоролики.

Здоровье молодого поколения является наиболее важным фактором успешного развития общества, поэтому тема сохранения и укрепления здоровья детей является чрезвычайно важной. Пропаганду

ЗОЖ необходимо начинать с семьи. Практически невозможно вырастить здорового ребенка, который будет придерживаться здорового образа жизни, если родители, например, имеют вредные привычки. Фундамент правильного, здорового образа жизни в голове ребенка должен закладываться еще в детстве, чтобы уже во взрослом возрасте у него выработалось осознанное отношение к своему здоровью. Условия жизни, семейные традиции во многом будут задавать направление развития личности ребенка в будущем. То, что будет привито ему в детстве в системе этических, нравственных и других принципов, определит его отношение к себе и к другим людям, к своему здоровью. Часто родители совсем не понимают, каким образом необходимо объяснять ребенку и приобщать его к здоровому образу жизни. Им необходимо не только оберегать детей от вредных факторов внешней среды, но и создавать все необходимые условия для повышения уровня здоровья ребенка. Поэтому необходимо правильно использовать доступные инструменты пропаганды – необходимо влиять не только на детей, но и на их родителей.

Кроме того, пропаганда здорового образа жизни вынуждена быть приоритетной и в работе дошкольных организаций, ведь именно там, в ребенка закладывается основа его здоровья, необходимые в дальнейшей жизни навыки и привычки. Физически здоровый и хорошо развитый ребенок сможет гораздо лучше сопротивляться вредным факторам окружающей среды, он будет обладать гораздо более сильной социальной и физической адаптацией [3]. Современные учебные заведения являются не только образовательными и культурными центрами, но еще и мощным инструментом формирования здоровья учеников. Пропаганда в данных заведениях должна носить профилактический характер, необходимо донести до детей мысль о том, что в реальной жизни существует много увлекательного и интересного. Необходимо использовать классические методы – беседы, лекции, открытые уроки, семинары.

Весной каждого года в школах проводится День здоровья. В этот день в школах проводят линейки, классные часы, посвященные здоровому образу жизни и выезды на природу. Среди учеников проводятся мероприятия, приобщающие их к физической культуре и спорту: младшеклассники участвуют в веселых стартах, а ученики

старших классов участвуют в спортивных играх и конкурсах. Ежегодно «День здоровья» проводится в большинстве высших учебных заведений. В последние годы правительство предпринимает активные попытки донесения информации о ЗОЖ с помощью создания интернет-площадок специального назначения, а также социальных сетей, где размещается необходимая информация. Также необходима мощная пропаганда не только в пределах школ, детских садов, вузов, но и в общественных местах, так как воспитание ЗОЖ является очень тяжелой, трудоемкой задачей.

В настоящее время, когда, по статистике, к категории здоровых людей относят всего 16% населения, ощущается острая необходимость в создании большого количества ТВ-программ, видеороликов, контента в сети интернет, печатных материалов информационного, либо образовательного характера, которые будут направлены на формирование у подростков желания заниматься спортом, отказываться от употребления табака, алкоголя и наркотических средств. СМИ в пропаганде ЗОЖ необходимо настойчиво и аргументированно демонстрировать населению значимость физкультуры и спорта в воспитании молодого поколения.

Необходимо отметить, что поставленные цели и задачи можно достичь только лишь при системном и непрерывном выполнении необходимых мероприятий. В какой-то степени здоровый образ жизни является обязанностью каждого гражданина нашей страны, потому как именно на плечах молодого поколения будет лежать весь груз за будущее страны. Правительство осознает этот факт и старается пропагандировать здоровый образ жизни, вдохновлять детей и подростков на избрание верного пути.

Вкупе со всеми этими фактами можно прийти к выводу, что пропаганда здорового образа жизни является очень важной задачей в современной образовательной среде.

Библиографический список:

1. Гунажоков И.К. Физическое воспитание подрастающего поколения в современных условиях: социально-педагогические аспекты / И.К. Гунажоков, С.Д. Колдунов, В.Г. Свечкарёв, М.Х. Коджешау // В сборнике: Физическое воспитание детей в современных

условиях информатизации образования в России. Материалы I Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Москва, 2021. С. 68-72.

2. Коблев Я.К. Машина автоматизированного управления в практике физической культуры / Я.К. Коблев, В.Г. Свечкарёв, В.Н. Хачатуров // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2008. № 2 (36). С. 47-51.

3. Свечкарёв В.Г. Использование машины адаптивного воздействия в практике оздоровительной физической культуры / В.Г. Свечкарёв, В.В. Гурин // Кубанский научный медицинский вестник. 2006. № 11. С. 76-78.

4. Черкесов Ю.Т. Биомеханические аспекты валеологии / Ю.Т. Черкесов, В.И. Жуков, В.Г. Свечкарёв, Н.Ю. Хажилиев // В книге: Биомеханика и новые концепции физкультурного образования и системы спортивной подготовки. 1999. С. 147-149.

PROMOTION OF HEALTHY LIFESTYLES IN MODERN EDUCATIONAL SPACE

Nehorosheva E.A.

***Keywords:** Healthy lifestyle, propaganda, health, medicine, physical culture.*

The article deals with the problems of healthy lifestyle promotion among different generations. And also proposed ways to solve them.