

**ШЕМЕТЮК Д.С., ЗАРЕЦКАЯ Я.А.**

Брест, БрГТУ

Научный руководитель – Бажанова Г.К.,  
старший преподаватель

### **РАЗВИТИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ КАК ОСНОВЫ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ СТУДЕНТОВ**

*Введение.* Студенческой молодёжи большого города непросто сохранить здоровье в условиях ежедневно подвергающихся воздействию множества негативных для организма факторов, влияющих как на его физическое, так и психическое здоровье. Ведётся обширная пропаганда здорового образа жизни (ЗОЖ), государственными органами и отдельными организациями разработаны специальные региональные программы оздоровления. Студенческая молодёжь составляет особую социальную группу, объединённую определённым возрастом, специфическими условиями труда и жизни. Процесс жизнедеятельности, а также факторы непосредственно связанные с учебной деятельностью (такие как продолжительность учебного дня, учебная нагрузка по расписанию, перерывы между занятиями, состояние аудиторий, социально-психологическая атмосфера, нестабильное и несбалансированное питание и др.) оказывают серьёзное влияние на состояние здоровья молодёжи.

*Цель исследования* – содействовать формированию у студентов общекультурных и профессиональных компетенций в области проектирования, применения здоровьесберегающих технологий в различных социальных средах.

*Методы исследования.* В работе применялся анализ научно-методической литературы, математико-статистические методы, социологический опрос.

*Результаты и их обсуждение.* Образ жизни во многом определяет культуру здоровья и безопасности человека, влияет на его будущее, но при этом студенты самостоятельно не готовы вести здоровьесберегающий образ жизни, ожидая грамотной помощи со стороны ВУЗа. Первостепенной задачей ВУЗа, является обращение внимания студента на ведение ЗОЖ, которая может служить качественной предпосылкой будущей самореализации в профессиональном и творческом плане, их активного долголетия, способности к созданию здоровой семьи. Социологический опрос показал, что молодые люди ставят здоровье на первые места в иерархии жизненных приоритетов, однако, не предпринимают должных мер по его сохранению. В связи с этим, вполне обоснованным является осознание роли и укрепления здоровья обучающихся с учётом того, что, по данным всемирной организа-

ции здравоохранения, здоровье человека на 50–55% зависит от образа его жизни, более чем на 20% – от состояния окружающей среды, на 15–20% от наследственности и лишь на 10% составляет вклад медицины.

Общеизвестно, что образовательный процесс в вузе предполагает не только обучение и воспитание, но и оздоровление студента, формирование у него понятия культуры здоровья. Одним из основных направлений деятельности учебных заведений должно стать создание в студенческой среде климата, предполагающего: сохранение, укрепление здоровья, поддержание здорового образа жизни, формирование высокой духовной и нравственной культуры обучающихся.

Сохранение и укрепление здоровья находятся в прямой зависимости от уровня теоретических знаний и практических навыков студентов, мотивации на ведение здорового образа жизни, осознания ими личной ответственности за собственное благополучие и благополучие общества [1].

Медико-валеологический блок знаний становится приоритетным и позволяет решать задачи, поставленные государственными стандартами.

Анализ существующих программ показал, что сегодня необходим новый «модульный», «универсальный» подход к «здоровьесозидающему» компоненту, отвечающему за изменение отношения молодых людей к своему здоровью и создание у них практики здорового образа жизни. Формирование основ его возможно на основе дисциплины «Безопасность жизнедеятельности», в которой заложены базовые знания и представления студентов о культуре безопасности. Но для комплексного решения задачи, поставленной государством необходима дисциплина, ориентированная на формирование культуры безопасности и укрепление здоровья; на формирование знаний и практических действий в системе овладения культурой здоровья.

*Выводы.* Таким образом, основным фактором развития культуры здоровьесберегающих технологий как основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности студентов является создание нового «модульного» подхода к «здоровьесозидающему» компоненту, который дает возможность для подготовки студенческой молодежи к ведению здорового образа жизни, и обеспечение его в обществе в различных социальных сферах и институтах.

1. Ребко, Э. М. Развитие культуры здоровья студентов как основа формирования культуры безопасности жизнедеятельности / Э. М. Ребко, А. П. Федорова // Молодой ученый. – 2014. – №3. – С. 1005–1009.