

ЧАЙКОВСКАЯ А.А., строительный факультет, гр. ПП-12,
Брест, БрГТУ.

Научный руководитель – Козлова Н.И., канд. пед. наук, доцент, доцент
кафедры ФВиС, БрГТУ, Брест

ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У МОЛОДЕЖИ

Введение. Молодежь – это будущее нашей страны. Состояние здоровья и образ жизни молодых людей является одной из главных предпосылок развития страны. При рассмотрении состояния здоровья молодых людей выявлено, что в области здоровья молодежи существует реальная угроза будущему развитию общества в нашем государстве. На сегодняшний день формирование здорового образа жизни является одним из основных направлений государственной молодежной политики.

Цель работы – определить проблемы формирования здорового образа жизни современной молодежи.

Методы исследования. В работе применялись следующие методы: анализ литературных и интернет-источников, педагогические наблюдения, опрос, анкетирование.

Результаты и их обсуждение. В современном мире проблемы поддержания здорового образа жизни выходят на первый план. Проблемы употребления психотропных веществ среди молодых людей набирают все большие обороты. Все чаще в СМИ слышна ужасающая статистика смертности от употребления психо-активных веществ. Данная проблема получила свое распространение под влиянием современной моды. В масс-медиа мы видим рекламу табачной и алкогольной продукции. В художественных фильмах чаще встречаются сцены с употреблением наркотических веществ. Все это откладывается в подсознании молодых людей, которые наблюдают за этим на экранах телевизоров или мониторов. Так же отмечен рост числа хронических заболеваний от употребления психоактивных веществ, таких как болезни органов дыхания и органов пищеварения. По данным отделения профилактики ВИЧ/СПИД, общее количество случаев ВИЧ-инфекции в возрастной группе 15-29 лет составляет 9 867 человек (удельный вес в общей структуре ВИЧ-инфицированных – 50,3%).

Как правило, отдых современной молодежи заключается в «прожигании жизни» в ночных клубах, где каждый подобный «отдых» проводится (с целью расслабиться) путем употребления тех или иных психотропных веществ. В данные заведения попадают несовершеннолетние молодые люди, и здесь же они могут приобрести любой из видов психоактивных веществ, начиная со слабоалкогольной продукции и заканчивая наркотическими веществами. Данная проблема не является ни для кого секретом, но для ее разрешения предпринимается недостаточно усилий.

На сегодняшний день на профилактическом учете по употреблению алкоголя в Республике Беларусь состоят 18 тысяч молодых людей до восемнадцати

лет. По рекомендациям ВОЗ, чтобы узнать реальную цифру, надо умножить официальную на четыре. Данные последних лет свидетельствуют о том, что алкоголизм в юношеском возрасте формируется вследствие приема пива, либо слабоалкогольных напитков. Из числа потребителей ежедневно или через день пьют алкогольные напитки (включая пиво) 33 процента юношей и 20 процентов девушек. Доля регулярно потребляющих пиво людей составляет 76 процентов. Большое распространение привычек, наносящих вред здоровью, – курение (45%), употребление алкоголя (25%), низкая физическая активность (53%).

Рассматривая проблемы формирования здорового образа жизни, можно отметить, что многие представители современной молодежи не желают заниматься физической культурой и спортом. Эта проблема объясняется тем, что молодые люди в настоящее время не имеют достаточной мотивации для занятий.

По данным выборочного обследования домашних хозяйств по уровню жизни, на начало 2015 года физкультурой и спортом занимались 45,6% молодых мужчин и 40,8% молодых женщин 16–30 лет. По данным обследования, среди молодежи, занимающейся физической культурой и спортом, доля тех, кто посещает организованные занятия, среди мужчин составляет 56,1%, среди женщин – 46,3%.

Среди населения, проживающего в городах, доля тех, кто занимается физической культурой и спортом, в 2 раза выше, чем среди сельских жителей – 29,3% против 14,9%. Политика в области здравоохранения неразрывно связана с политикой в области физической культуры, спорта, туризма, так как занятия спортом, активный и здоровый образ жизни населения играют важную роль в профилактике большинства заболеваний.

Выводы. Сохранение и укрепление здоровья населения Беларуси возможно при соблюдении следующих условий – формирование в системе социальных и духовных ценностей общества важности здорового образа жизни, мотивации быть здоровым; обеспечение государством правовых, экономических, организационных и инфраструктурных условий для ведения здорового образа жизни.

Литература

1. Современные проблемы формирования здорового образа жизни среди детей и молодежи [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://moluch.ru/archive/81/14591/>. – Дата доступа: 05.04.2017.
2. Масштабы подросткового алкоголизма в Беларуси специалисты называют катастрофическими [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://news.tut.by/society/383651.html>. – Дата доступа: 05.03.2017.