

Уровень здоровья студенческой молодежи в современных условиях
Самарин Артём Викторович

Тюменский государственный университет, Физической культуры, Тюмень, Россия
E-mail: samara4572@yandex.ru

Тенденции ухудшения здоровья молодежи, обусловленные снижением материального благополучия значительной части населения, ухудшение экологической ситуации, распространение здоровьеразрушительных стереотипов поведения, ослабление инфраструктуры системы здравоохранения сделали проблемы формирования здорового образа жизни учащихся одной из приоритетных задач системы образования. Своеобразную значимость эта проблема приобретает в высшей школе.

Студенческая молодежь – будущая интеллектуальная элита общества, от которой в значительной мере зависит распространение идеалов и практики здорового образа жизни в других слоях молодежи и в обществе в целом. Стремительная динамика социально-экономических преобразований в нашем обществе обуславливает потребность в формировании таких представителей интеллектуальной элиты, которые были бы способны не только адаптироваться к переменам, но и радикально перестраивать сами жизненные условия. В демократическом обществе молодежи важно управлять течением своей жизни, совершенствуясь при этом как личность, а не подчиняться обстоятельствам. Высшее профессиональное образование – система формирования интеллектуальной элиты общества – должна ответить на эту потребность социума совершенствованием профессиональной подготовки студентов. В современных условиях проблема профессионального совершенствования человека неразрывно связана с его личностным ростом и культурным развитием.

Актуальность физического воспитания студентов, очевидна. Ибо одним из решающих условий, обеспечивающих результативность и продуктивность труда человека любой профессии, является наличие крепкого здоровья и высокой общей работоспособности, базирующихся на необходимой физической подготовленности и нормальном физическом развитии.

По мере развития цивилизации здоровье все больше и больше приобретает социальную значимость и в настоящее время рассматривается как социальная категория: здоровье индивида и общества, населения. Здоровье — показатель национального престижа, стабилизирующий фактор доверия к политико-экономической системе в целом, необходимое условие высокого трудового потенциала, показатель уровня культуры, наиболее яркий критерий эффективности государственного управления.

Состояние здоровья может быть объективно установлено лишь по совокупности многих параметров: конституциональных, гигиенических, антропометрических, иммунологических, физиологических, биохимических и других показателей, определяемых с учетом полового и возрастного факторов, а также социальных, климатических, географических и метеорологических условий.

Здоровье – это состояние любого живого организма, при котором он в целом и все его органы способны полностью выполнять свои функции; отсутствие недуга, болезни [2, с 28-30].

П. И. Калью в работе «Сущностная характеристика понятия здоровье“ и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация» рассмотрел 79 определений здоровья, сформулированных в разных странах мира, в различное время и представителями различных научных дисциплин [1].

Среди определений встречаются следующие [3, с. 42-43]:

1. Здоровье — нормальная функция организма на всех уровнях его организации, нормальный ход биологических процессов, способствующих индивидуальному выживанию и воспроизводству.

2. Динамическое равновесие организма и его функций с окружающей средой.

3. Участие в социальной деятельности и общественно полезном труде, способность к полноценному выполнению основных социальных функций.

4. Отсутствие болезни, болезненных состояний и изменений.

5. Способность организма приспосабливаться к постоянно изменяющимся условиям внешней среды

Согласно Калью, все возможные характеристики здоровья могут быть сведены к следующим концепциям:

· Медицинская модель — для определений, содержащих медицинские признаки и характеристики; здоровье как отсутствие болезней и их симптомов

· Биомедицинская модель — отсутствие субъективных ощущений нездоровья и органических нарушений

· Биосоциальная модель — включаются рассматриваемые в единстве медицинские и социальные признаки, при этом приоритет отдаётся социальным признакам

· Ценностно-социальная модель — здоровье как ценность человека; именно к этой модели относится определение ВОЗ.

По определению ВОЗ «Здоровье — это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не полного отсутствия болезней или физических дефектов» [4]. Таким образом, ВОЗ выделяет три компонента здоровья:

1. Физическое здоровье — уровень физического развития, развития функциональных возможностей и адаптационных способностей органов и систем организма.

Основу физического здоровья составляют морфологические и функциональные резервы клеток, тканей, органов и систем органов, обеспечивающие приспособление организма к воздействию различных факторов среды.

2. Духовное или духовно-нравственное (психическое) здоровье. Высшей ценностью человека является его духовная сущность, нравственность. Именно с человека, с его нравственных основ начинается как процесс разложения, так и восстановления личности, общества, окружающей среды. Какими бы значимыми не представлялись результаты, достигаемые воспитанием физических качеств и двигательных способностей индивида, они могут оказаться, по меньшей мере, бесполезными для общества, если обладатель их не воспитан нравственно, если у него не выработаны твердые моральные принципы и нет активного стремления приложить свои силы на благо общества.

Основой психического здоровья является состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную регуляцию поведения. Это состояние обуславливается потребностями биологического и социального характера и возможностями их удовлетворения. Правильное формирование и удовлетворение базовых потребностей составляет основу хорошего психического здоровья человека.

Основу нравственного здоровья человека составляет система ценностей, установок и мотивов поведения в социальной среде. Этот компонент связан с общечеловеческими библейскими истинами, истинами добра, любви и красоты.

3. Социальное здоровье. Социальный уровень здоровья характеризует активность человека в обществе и на производстве, стремление к поиску новых, более эффективных форм организации труда, увеличению его производительности и т. д.

Проблема здоровья — кардинальна для всего человечества. Особенно она актуальна в нашей стране. Именно от состояния здоровья отдельного человека и общества в целом зависит продвижение экономических и политических реформ, благополучие страны.

Неудовлетворительное состояние здоровья и физической подготовленности населения, особенно молодежи, связаны не только с ухудшением социально-экономических условий жизни, биологических факторов, экологической среды, но и с недооценкой в обществе оздоровительной роли физической культуры и спорта, отсутствием должной физкультурной образованности, низкого уровня знаний по основам теории и методики физических упражнений, оздоровительной работы, направленной на формирование физической культуры личности, на сохранение и укрепление здоровья человека.

Таким образом, проблемы здорового образа жизни и здоровья и их важного компонента физической культуры и спорта непосредственно и основополагающе увязываются с проблемами социально-экономического развития России.

Литература

1. Калью П.И. Сущностная характеристика понятия «здоровье» и некоторые вопросы перестройки здравоохранения: обзорная информация. — М., 1988.
2. Психология здоровья: новое научное направление // Психология здоровья / под редакцией Г.С. Никифорова. — СПб.: Питер, 2003. — С. 28-30. — 607 с. — (Учебник для вузов).
3. Психология здоровья / под редакцией Г.С. Никифорова. — СПб.: Питер, 2003. — С. 42-43. — 607 с. — (Учебник для вузов).
4. Преамбула к Уставу (Конституции) Всемирной организации здравоохранения.