

Назаренко И. И.

СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ МОЛОДОГО ПОКОЛЕНИЯ КАК СОЦИАЛЬНАЯ ПРОБЛЕМА

В нашу жизнь сегодня все настойчивее входят новые реалии. Много теперь значат деньги, престиж, статус. Только следует помнить, что физически нездоровому или слабому человеку гораздо труднее добиться в жизни успеха.

Здоровье молодого поколения – это социальная проблема развития всего общества. Сохранение и восстановление здоровья зависит от уровня культуры, которая является мера осознания и овладения человеком своего отношения к самому себе, обществу, природе. Поэтому нужно стремиться, чтобы педагоги помогали молодежи приобретать такие знания о здоровье и навыки его укрепления, которые бы вошли в их культуру, быт, привычки.

Ухудшение состояния здоровья молодежи в значительной мере обусловлено такими причинами, как нестабильность общества, неполноценное питание, загрязнение окружающей среды, снижение жизненного уровня большинства семей; отсутствие знаний о законах формирования, сохранения и укрепления здоровья, несоблюдение главных принципов организации быта.

Так же важным является образ жизни, выбор которого зависит от осознанного отношения личности к собственному здоровью. В процессе обучения особенно важным является приобретение студентами умения самостоятельно анализировать и обобщать информацию, касающуюся здорового образа жизни.

Здоровье молодых людей не является личным делом их самих и родителей, а определяется как социальная проблема развития всего общества, как важный субъект государственной политики. Благодаря реабилитации сознательности каждого человека, воспитанию целостного гуманистического кругозора и культуры здоровья, ликвидации физкультурной неграмотности станет возможным процесс массового оздоровления населения.