

определяется. Тогда чем? А ведь в современных условиях от качества образования зависит способность к перемене труда, переквалификации, овладение новым производственным аппаратом, без чего нет экономического развития.

Таким образом, выдвигается задача определения более глубоких, скрытых социальных факторов экономического развития, количественной и качественной их оценки.

*А.А. Ермашевич
Филиал БГЭУ (Бобруйск)*

ФОРМИРОВАНИЕ И СОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ

Охрана и укрепление здоровья студенчества в основном определяется образом жизни. Образ жизни студенту нельзя навязать извне. Обладая определенной автономностью и ценностью, каждая личность формирует свой образ действий и мышления. Главное – здоровый образ жизни – комплекс оздоровительных мероприятий, обеспечивающих гармоничное развитие и укрепление здоровья, повышение работоспособности студентов, продление их творческого долголетия.

В последние годы активизировалось внимание к здоровому образу жизни студентов, это связано с озабоченностью общества по поводу здоровья специалистов, выпускаемых высшей школой, роста заболеваемости в процессе профессиональной подготовки, последующим снижением работоспособности. Не существует здорового образа жизни как некоей особенной формы жизнедеятельности вне образа жизни в целом.

Формирование и сохранение здоровья молодежи – действительно серьезная проблема, которая требует определенных действий для ее решения со стороны государства. Не меньшую роль в этом вопросе занимают молодые люди. Именно от их желания и воли зависит их же здоровье, которое поддерживается правильным образом жизни, регулярными занятиями спортом. Но для того, чтобы заниматься спортом необходимо физическое самовоспитание. Этот процесс целенаправленной, сознательной, планомерной работы над собой может быть сопряжен с другими видами самовоспитания – нравственными, трудовыми, эстетическими.

Таким образом, способность молодого человека отмечать даже незначительные изменения в работе над собой имеет важное значение, т.к. подкрепляет его уверенность в своих силах, активизирует, содействует дальнейшему совершенствованию программы самовоспитания, реализации здорового образа жизни.

Поэтому, главная цель занятий физической культурой и спортом – формирование физической культуры личности, подготовка к социально – профессиональной деятельности, сохранение и укрепление здоровья человека.

БДЭУ. Беларускі дзяржаўны эканамічны ўніверсітэт. Бібліятэка.

БГЭУ. Белорусский государственный экономический университет. Библиотека.°

BSEU. Belarus State Economic University. Library.

<http://www.bseu.by> 11 elib@bseu.by