

по месту жительства с последующим обсуждением в учебной группе, участие в тематических форумах в рамках НИРС и интеллектуальных студенческих играх и конкурсах, участие в мероприятиях, посвященных знаменательным датам в жизни страны, города, предприятий, фирм, учреждений.

В современных условиях особое значение приобретают встречи с молодыми выпускниками — сверстниками и “старшими современниками” студентов, получившими первые впечатления и опыт практической работы в избранной сфере, распырившими свой социальный и жизненный кругозор.

Е.К. Куликович
БГЭУ (Минск)

ОСОБЕННОСТИ ПРОПАГАНДЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СРЕДИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Научные данные убедительно подтверждают необходимость в современных условиях заботливого отношения к своему здоровью, активных занятий физическими упражнениями, отказа от вредных привычек. Однако эффективность пропаганды здорового образа жизни (ЗОЖ) среди молодежного контингента остается крайне низкой. В связи с этим изучение особенностей пропаганды ЗОЖ приобретает все большую актуальность. Исследования, проводимые в университете, анализ накопленного опыта позволяют уточнить некоторые подходы к этой проблеме.

Существует ряд распространенных заблуждений в области пропаганды здорового образа жизни:

1. Считается, что нарушение норм ЗОЖ в молодежном возрасте связано с недостатком информации о вреде курения, алкоголя, наркомании или пользе физической культуры и спорта. Однако данные исследования жизни студентов минских вузов показали, что количество информации, поступающей из различных источников (в том числе от преподавателей и медиков), не всегда перерастает в убеждения и мотивы ведения здорового образа жизни.

2. Высказывается мнение, что современная молодежь не имеет достаточно времени для занятий физической культурой и спортом в силу своей занятости (учеба, работа, устройство личной жизни и т.д.). Мониторинг, проводимый в общежитиях БГЭУ (n=415), показал, что знают о вреде курения 95 % опрошенных, при этом курят почти 30 %. Причины, по которым студенты начали курить, выглядят так: за компанию — 28 %, от нечего делать — 28, чтобы

расслабиться — 42, ради интереса — 18, из любопытства — 13, проблемы в учебе — 5, влияние рекламы — 2, другие — 6 %.

Очевидно, что не занятость, а неорганизованное свободное время становится причиной вредных привычек. Более того, следствие безделья — не только вредные, но и противоправные, действия молодежи.

3. При пропаганде ЗОЖ делается акцент на сохранении здоровья. При этом даже студенты, имеющие слабое здоровье, вполне им удовлетворены. Таким образом, забота о здоровье для молодежи носит скорее вербальный, чем практический, характер.

4. Считается, что достаточно активизировать разъяснительную и воспитательную работу с молодежью и за короткое время можно добиться успехов в приобщении ее к здоровому образу жизни. Но это не так. Здесь важны многие аспекты: личный пример родителей и педагогов, наличие материальной базы для занятий физической культурой, наконец — отношение общества в целом к этой проблеме. Следовательно, современный узкий, прагматичный подход к пропаганде здорового образа жизни быстрых успехов не обеспечивает. Пропаганду ЗОЖ необходимо рассматривать в широком культурологическом контексте.

В связи с вышеизложенным можно выделить следующие особенности пропаганды здорового образа жизни среди молодежи.

1. По мнению большинства специалистов (А.В. Чоговадзе, Б.И. Новиков, М.Я. Виленский и др.), образ жизни молодежи никак нельзя назвать здоровым. Это касается практически всех основных компонентов — несвоевременное питание, систематическое недосыпание, недостаточная двигательная активность, психологические перегрузки и т.д. Причем это связано не столько с отсутствием необходимых знаний или педагогического контроля, сколько с особенностями учебной деятельности и специфических субкультурных ценностей, типов поведения. В связи с этим пропаганда здорового образа жизни должна носить комплексный характер, формируя у молодежи четкое понимание того, что здоровье является базой, основой достижения профессиональных и жизненных ценностей.

Важная роль в этом принадлежит предмету “Физическая культура”, которая должна обеспечить у юношей и девушек комплекс знаний и практических навыков по сохранению здоровья, высокой работоспособности средствами физических упражнений.

2. В процессе обучения в вузе у студентов наблюдается устойчивая тенденция к формированию вредных привычек (рост числа студентов, курящих, потребляющих алкоголь и наркотики). Причем до 2-го курса отмечается быстрый рост потребления эпизодического, далее — систематического характера. Это, по нашему мнению,

связано с умственными и психологическими перегрузками, а также неумением снять стресс. Следовательно, особенно важным является психолого-педагогическая помощь студентам в период адаптации к учебной деятельности в вузе с активным привлечением к занятиям спортом, художественной самодеятельностью и творчеством. Эти виды деятельности способствуют эмоциональной и физической разрядке, расширению круга общения, самореализации студентов, а поэтому противодействуют вредным привычкам.

3. Проводимые мероприятия по пропаганде здорового образа жизни должны соответствовать интересам молодежи, носить эмоциональный, красочный характер. Моральное и материальное поощрение участников таких мероприятий способствует закреплению позитивного к ним отношения у молодых людей. В частности, выявлено, что по мере вовлеченности юношей и девушек в спортивно-массовую работу возрастает оценка значимости физического воспитания как элемента профессиональной подготовки и профилактики вредных привычек.

Г.В. Бороздина
БГЭУ (Минск)

РОЛЬ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ГУМАНИТАРНЫХ ДИСЦИПЛИН В ФОРМИРОВАНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СТУДЕНТОВ

Роль высшей школы в формировании профессионала в настоящее время обусловлена: *во-первых*, задачами подготовки личности, умеющей актуализировать свой потенциал, проявлять компетентность, связывать свои действия с ожидаемыми результатами, видеть проблемы, моделировать профессиональное мастерство; *во-вторых*, переносом акцента в вузовском образовании с информативности на создание ситуаций востребованности, самосозидания, творческого саморазвития; *в-третьих*, необходимостью развития таких профессионально важных качеств, которые отвечали бы требованиям быстро меняющегося социума (осознание значимости "Я" в собственной судьбе, умения адекватно оценивать сложившиеся жизненные и профессиональные события и, исходя из этой оценки, принимать решения и строить перспективы дальнейшей деятельности, понимая личную ответственность за принятые решения и действия).

Не секрет, что во многих вузах (и наш университет не является исключением) некоторые преподаватели являются представителя-