**ПОИСК ПУТЕЙ СОХРАНЕНИЯ И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ БЕЛОРУССКОЙ НАЦИИ**

*Грачева О.С.*

*г.Минск, Беларусь*

*The article considers the health of the nation as a whole and its prosperity, directly depend on the physical health of each individual member of the society*

Здоровье нации в целом и ее процветание напрямую зависят от физического здоровья каждого отдельно взятого члена социума. Поэтому проблема укрепления здоровья граждан является приоритетной в стратегии развития каждого социально ориентированного государства. Государственная политика каждой страны не может быть не нацелена на снижение заболеваемости, инвалидности и смертности среди населения. В Республике Беларусь, где отмечается преобладание смертности над рождаемостью - в среднем на 0.363% в год [5] проблема сохранения здоровья граждан стоит очень остро. Это касается и подрастающего поколения, поколения, которое будет определять состояние и развитие Беларуси в предстоящие 20-30 лет.

Как предпосылка заботы о будущем страны проблематика качества жизни этого поколения в контексте обеспечения его здоровья, которое определяется ВОЗ как «не только отсутствие болезни как таковой или физических недостатков, а состояние полного физического, душевного и социального благополучия» [4], складывается из нескольких факторов:

* в первую очередь это ухудшение экологической обстановки, обусловленное аварией на чернобыльской АЭС и общим ухудшением условий жизни на планете;
* во-вторых, снижение доли физических затрат на обеспечение жизнедеятельности, в свою очередь привело к минимизации двигательной активности;
* в–третьих, компьютеризация белорусского общества, которая охватила нашу республику в последние 3-5 лет, существенно трансформировала коммуникативную составляющую молодежного сообщества, виртуальное общение для них стало проще и доступнее реального;
* в-четвертых, никогда еще так остро как сейчас не стояла проблема «отцов и детей». Связанно это так же с пресловутым научно техническим прогрессом, который как никогда сильно развел старшее и младшее поколение. Непонимание и неприятие старшим поколением молодежного образа жизни и общения, приводит к нигилизму со стороны младшего поколения в отношении моральных и нравственных ценностей родителей;
* в–пятых, изменение векторной направленности экономики в сторону капиталистических отношений привело белорусское общество к «обществу потребления», в котором по мнению Ю. Н. Давыдова нет критериев для оценки «каче­ства» жизни, ее духовной содержательности, зато его участники впол­не способны подсчитать ее „количество", распадающе­еся на количество предметов, которыми обладает потребитель, количество наслаждений, которые он пе­реживает, и т. д. и т. п. [1]
* в-шестых, система образования в последние годы претерпевает существенные изменения, увеличение объемов информации способствовало тому, что классическая модель начального, среднего и высшего образования уступает место модели образования в течение всей жизни.

Все это в комплексе, а так же ряд других, более мелких, но никак не менее значимых факторов, привело к теперешней ситуации в Республике Беларусь, общему снижению уровня физического и психического здоровья. Около 30% студентов поступающих в ВУЗы республики отнесены к специальной медицинской группе[2], еще около 40% отнесены к подготовительной и лишь 30% можно считать условно здоровыми. В добавок к этому наблюдается достаточно высокий показатель смертности от суицида среди работоспособного населения, а так же алкоголизация и наркотизация и табакокурение молодежи, которая завтра станет родителями следующего поколения белорусов. Можно сказать, что у наших внуков будут курящие бабушки и пивозависимые дедушки. При этом уровень вовлеченности населения в занятия физкультурой и спортом остаётся низким – данные национального опроса 2009 года [показали](http://iac.gov.by/nfiles/000019_989564.pdf), что 25% респондентов не занимается физкультурой (рост на 11% с 2004 года), а половина делает это «от случая к случаю».[5] А ведь давно известно, что физкультурно–спортивная деятельность призвана не только развивать физические и нравственные качества, но и путем вовлечения в активную двигательную деятельность возможно решение иных проблем, связанных с организацией досуга, воспитания подрастающего поколения, психоэмоциональная реабилитация и рекреация.

Спорт является как бы микромоделью общества, которая формирует определенные отношения, воспроизводится на разных, достаточно многочисленных уровнях и оп­ределяется как типовое поведение. За рубежом физкультура и спорт является универсальным механизмом оздоровления людей, способом самореализации человека, его самовыражения и развития, а также средством борьбы против асоциальных явлений. Занятия физическими упражнениями в европейском и американском обществе становятся не скучным обязательным, а модным и элитарным. На государственном же уровне это означает наиболее дешевый способ сохранения здоровья нации в широком его смысле.

Однако при всей привлекательности сферы физической культуры мы можем наблюдать катастрофическую деградацию данной отрасли. Причин этому предостаточно и лежат они как в экономической, так и в социально-педагогической плоскости. И если материально-техническая сторона вопроса должна решаться специалистами сферы экономики, то решение социально-педагогических вопросов ложится на плечи педагогов по физическому воспитанию. И только при комплексном подходе можно будет выйти из создавшейся ситуации.

Со стороны педагогов необходимо предложить те средства и методы, которые бы способствовали активному вовлечению молодежи в физкультурно-спортивную деятельность. А для сознательного и активного включения индивида в какую-либо деятельность необходимо удовлетворение его личностно-значимых потребностей. Исследования последних лет показывают превалирование эстетико-гедонистических потребностей в иерархии потребностно-мотивационной сферы современной молодежи в возрасте самоопределения (16-35лет). Именно основываясь на удовлетворении данного рода потребностей и необходимо строить процесс физкультурного образования подрастающего поколения, избирать те средства и методы которые способны удовлетворить их.

Средства и методы физического воспитания предыдущих поколений не вполне способны удовлетворить потребности молодежи, поэтому с их стороны вполне закономерно стремление к поиску новых. И такой процесс вполне объясним, так как сегодня производственная и общественная жизнь не ориентирована на «воспроизведение подобного», а предполагает творческое участие[3], что в свою очередь является хорошим признаком, так как, согласно А. Толстых, «если новое поколение трудящихся подменяет старшее на остающихся неизменными технологических позициях, это означает, что в тех или иных областях производства наметился застой»[3]. В связи с этим наше внимание привлекли виды физкультурно-спортивной активности, возникающие в самой молодежной среде. Проведенный анализ позволил нам выделить четыре основных направления по которым сейчас идет активное развитие:

 *-Фитнесс- направление.* Направление в котором все средства и методики направлены на преобразование внешнего облика( устранение лишнего веса, формирование красивой фигуры, выработка правильной осанки и красоты движений).

 *-Игровые направления.* Сюда относятся виды, где участники выполняют определенные роли, действие протекает в определенных рамках места, времени и смысла, в обозримом порядке, по добровольно принятым правилам и вне сферы материальной пользы или необходимости. Основой этих видов является классические спортивные игры с видоизмененными правилами или условиями игры.

 –*Восточное (религиозное) направление.* Это виды физической активности, пришедшие к нам с востока.

 *-Экстремальное направление.* Направление, где люди осознано, подвергают свою жизнь риску, преодолевая различного рода фобии.

Мы имеем основания предполагать, что развитие этих направлений будет определять развитие отрасли физической культуры и спорта в ближайшем будущем. И при помощи этих средств возможно активное включение молодежи в физкультурно-спортивную активность и, как следствие, улучшение физического и психического здоровья нации, что в свою очередь создаст предпосылки социального благополучия белорусов.

*Литература:*

1. Давыдов, Ю. Н. Эстетика нигилизма/ Ю.Н. Давыдов.- Москва, 1975.- С.154.

2. Оболочков, С.Г. Программно-методическое обеспечение занятий с девушками специальной медицинской группы на младших курсах педагогического вуза/ С.Г.Оболочков// Теория и практика физической культуры.-2010.-№2-С.48.

3. Толстых, А.В. Опыт конкретно-исторической психологии личности/А.В.Толстых.-СПб: Алетейя, 2000.-288 с

4. Устав (Конституция) принят Международной конференцией здравоохранения, в Нью-Йорке с 19 июня по 22 июля 1946 г., подписан 22 июля 1946 г. представителями 61 страны (*Off. Rec. Wld Hlth Org*.,2, 100) и вступил в силу 7 апреля 1948 года. Поправки, принятые Двадцать шестой, Двадцать девятой, Тридцать девятой и Пятьдесят первой сессиями Всемирной ассамблеи здравоохранения (резолюции WHA26.37, WHA29.38, WHA39.6 и WHA51.23), вступили в силу 3 февраля 1977 г., 20 января 1984 г., 11 июля 1994 г. и 15 сентября 2005 г.-26с.

5. <http://nmnby.eu/news/analytics/4830.html> Дата доступа: 20.10.2012 г.