

## КУЛЬТУРА ЗДОРОВЬЯ В ОБРАЗЕ ЖИЗНИ СТУДЕНТА

Мавропуло О.С.

Донской государственный технический университет  
г. Ростов-на-Дону

*Проблема сохранения и воспроизводства здоровья человек и общества определяет стратегические задачи в системе физического воспитания подрастающего поколения, направленные на формирование культуры жизнедеятельности студента. Совершенствуя культуру здоровья и трансформируя ее в образ жизни, мы совершенствуем социокультурное пространство человека.*

*The problem of preservation and reproduction health of a person and society determines the strategic tasks in the system of physical education of the younger generation, aimed at promoting a culture of life of the student. Improving the culture of health and transforming it into a way of life, we improve the socio-cultural space.*

Одним из основных критериев благополучия общества является состояние здоровья населения. Во всех цивилизованных странах здоровье нации признается важнейшей социальной ценностью, характеризующей уровень социального развития страны. В этой связи проблема укрепления здоровья населения, особенно молодежи является одной из приоритетных в деятельности государственной власти. Очевидно, что чем лучше состояние здоровья молодого человека, тем период его активной профессиональной и практической жизнедеятельности является более продолжительным.

Здоровье человека является одним из существенных условий творческой деятельности современного человека. Оно является фундаментальной основой социальной активности и всех аспектов благополучия человека. Только здоровье обуславливает гармоничное развитие человека и возможность достижения высокого профессионализма.

Дискутируя на тему культуры здоровья и образа жизни студента важно понимать, что здоровье является отражением сущности явлений в образе жизни молодого человека. Независимо от научных направлений и подходов к определению культуры здоровья неоспоримым является, что данный вид культуры обусловлен действием образа жизни всего общества, социально-экономического статуса, социально-демографических и социокультурных характеристик, определяющих эффективность охраны здоровья различных категорий населения.

Современное понимание культуры здоровья человека движется в двух направлений: от идеи к действительности и от действительности к формированию идеи. Позиция отождествления культуры здоровья исключительно с интеллектуальными, духовными составляющими человека объективно не позволяет использовать весь ресурс двигательных способностей человека и возможности совершенствовать социокультурного пространства человека [1;98].

Культура здоровья является отражением сущности явлений в образе жизни человека. Если предложить образ жизни молодого человека – студента, как культуру здоровья, то актуальной будет разделить позицию Гегеля, который считает, что культура приобретает трудом и состоит в привычке и постоянной потребности человека вообще чем-либо заниматься. Практическая культура рождается также из ограничения человеческой деятельности, причиной которого является природная объективность и произвол других людей. Практическая культура становится результатом «дисциплины привычки к объективной деятельности и общезначимым умениям» [2;239].

На наш взгляд понятие «образ жизни» составляет только часть объема понятия «культура», именно ту ее часть, которая относится к настоящему времени, которая характеризует то, как люди живут «сейчас». Образ жизни не накапливается из поколения в

поколение, не образует подобие культурного наследия. Образ жизни символизирует динамическую сторону культуры. В понятие культуры входят как настоящее, так и прошлое, как статика, так и динамика. Культура, как более широкое формирование, включает огромное число черт, лишь часть из которых относится к образу жизни и здоровью человека.

И. Кант следует логике анализа проблемы здоровья, считает, что осмысление здоровья есть направленность его на определенные цели посредством разума. Кант в «Критике способности суждений» указывает на целевой характер здоровья: «Каждому, кто им (здоровьем) обладает, оно непосредственно приятно (по крайней мере в негативном смысле, т.е. как отсутствие телесных страданий). Но для того чтобы назвать его хорошим, его надо с помощью разума направить на цели, т.е. рассматривать как такое состояние, которое позволяет нам совершать все наши дела» [3;45].

Анализируя научные взгляды Быховской И.М., приходим к пониманию, что тело становится предметом интереса и заботы как необходимый инструмент человеческой деятельности, при этом тело человека должно содержаться в порядке и быть приспособленным для выполнения требования современной действительности [4].

Особенности образа жизни индивидов, который определяется культурой здоровья и отличающихся бесконечным многообразием поведения в силу преобладания в нем (поведении) фактора спонтанности и случайности, и образа жизни населения в целом формируют разные подходы к определению понятия «образ жизни». При этом большинство исследователей полагают, что образ жизни - это биосоциальная категория, определяющая тип жизнедеятельности в духовной и материальной сферах жизни человека. Согласно Ю. П. Лисицыну, "образ жизни - определенный, исторически обусловленный тип, вид жизнедеятельности или определенный способ деятельности в материальной и нематериальной (духовной) сферах жизнедеятельности людей" [5;24].

Вряд ли можно утверждать, что на современном этапе понятие «культура здоровья», «образ жизни» функционирует как окончательно сформировавшиеся научные категории. В условиях преобразований, затрагивающих все стороны жизнедеятельности населения, возрастает интерес к проблемам формирования культуры здоровья и образа жизни, что обусловлено как общественно-практическими, так и научно-теоретическими факторами развития общества.

Во многом остается открытым вопрос о том как, под воздействием каких факторов формируется образ культуры здоровья в системе ценностей человека, общества, и каковы здесь роль и возможности государственной политики. За пределами внимания большинства исследований, посвященных здоровью, остается вопрос о том, каким образом влияют на характер развития общества, его будущее, представления современного человека о полноценной жизнедеятельности.

Драмой для молодежи, а в последствии и всего общества может обернуться искусственное вытеснение физического совершенствования в следствии не востребоваемость его функциональных возможностей. В связи с этим, учитывая требования современной цивилизации, формирование культуры здоровья и ее трансформация в образ жизни молодого поколения, должна стать стратегически приоритетной задачей в системе физического воспитания студентов.

### Список литературы

1. Мавропуло О.С. Образ жизни и здоровье человека //Экономические и гуманитарные исследования регионов. 2010, №5. С.97-103.
2. Гегель Г. Философия права.-М, 1981.
3. Кант И. Критика способности суждений //Кант И. Собр. соч. тт 1-8,Т.- 5, 1994.
4. Быховская И.М. Физическая (соматическая) культура //Морфология культуры. Структура и динамика - М.: Наука,1994.- С.305-323.
5. Лисицын Ю.П. Образ жизни и здоровье населения. - М., 1982.