

ЗДОРОВЬЕ В ПРЕДСТАВЛЕНИЯХ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ (НА ПРИМЕРЕ ВГМУ)

М. Г. КОРОЛЁВ

*Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет, Беларусь*

Здоровье представляет собой значимую ценность как для общества в целом, так и для конкретного человека. Уровень здоровья нации во многом влияет на экономический и политический потенциал государства. Для человека же индивидуальное здоровье выступает условием и ресурсом успешного продвижения по социальной лестнице. Именно поэтому формирование установок на здоровый образ жизни является одним из важных направлений воспитательной работы учреждений образования. В то же время эффективность этой работы зависит, в первую очередь, от понимания того, что молодые люди понимают под здоровьем, как к нему относятся и какие составляющие считают главными. Только тогда можно выработать действенную стратегию по улучшению показателей в этой сфере.

В Витебском государственном медицинском университете ежегодно проводится анкетирование студентов по выработанной методике в рамках мониторинга воспитательной и идеологической работы (опрашивается до 450 обучающихся). Ряд вопросов анкеты связан с восприятием здоровья и здорового образа жизни. Рассмотрим некоторые аспекты этих представлений на примере данных за 2017 год.

В системе ценностных ориентаций здоровье постоянно занимает первое место (эту позицию отметили 82 % респондентов). Для большинства молодых людей (75 %) данное понятие характеризует психологический и физический комфорт. При этом студенты считают заботу о здоровье исключительно личным делом каждого. О том, что государство через особые программы должно воздействовать на эту составляющую жизни белорусской молодежи, говорят лишь 8 % опрошенных. Одновременно присутствует несколько иждивенческое отношение к здоровью, которое воспринимается в большей степени как ресурс для достижения успехов в жизни (56 %).

79 % студентов ВГМУ оценивают свое здоровье как удовлетворительное или почти удовлетворительное. Наиболее значимым фактором, влияющим на сохранение здоровья, по результатам опроса оказалось правильное питание (98,5 %). Вслед за ним расположилось воздержание от чрезмерного употребления алкогольных напитков (95 %) и отказ от курения (94 %), что в целом соответствует базовым представлениям о здоровом образе жизни. Как важные были отмечены позиции «гармония в семейной и сексуальной

жизни» и «регулярные занятия спортом». Вниз иерархии факторов ушли хорошее жильё, наличие постоянной работы и регулярное посещение врача. Примечательно, что студенты-медики считают весьма распространёнными в среде белорусской молодёжи злоупотребление алкоголем, пристрастие к пиву и табакокурение, хотя себя максимально дистанцируют от этих занятий. Главными причинами приобщения к нездоровому образу жизни молодые люди называют отсутствие силы воли (51 %), безответственное отношение к собственному здоровью (51 %) и влияние друзей (44,5 %).

Таким образом, картина получается довольно позитивная. По меньшей мере, нормативное сознание студенческой молодёжи вполне соответствует установкам на здоровый образ жизни. Правда, в реальности ситуация выглядит не столь однозначной, о чем, например, свидетельствуют ответы на вопрос о проведении свободного времени. По результатам можно отметить такие положительные явления, как постоянный рост с 2013 года доли тех, кто занимается спортом, фитнесом или посещает тренажерные залы (39 %). Популярными остаются прогулки на природе (34 %), что в значительной мере способствует снятию напряжения от учебы и длительного нахождения в малоподвижном состоянии. Общая же тенденция снижения числа тех, кто проводит свободное время у экранов телевизора (8,5 %), компенсируется зависанием в Интернет-пространстве (30 %) и социальных сетях (26 %). Еще 11 % предпочитают играть в компьютерные игры, а 9 % заявляют, что вообще не имеют свободного времени.

Исходя из имеющихся данных о представлениях студенческой молодежи о здоровье, можно сделать некоторые выводы касательно организации воспитательной работы в этом направлении.

Во-первых, не стоит всецело полагаться на результативность пропагандистских мероприятий. Молодые люди и так демонстрируют высокий уровень нормативного сознания и «правильно» отвечают на вопросы анкеты мониторинга. Такие мероприятия, с нашей точки зрения, должны выполнять роль поддержки и носить больше культурно-просветительский характер.

Во-вторых, развитие волонтерского движения. Встречаясь с разными людьми и оказывая им помощь, молодые люди могут получать ценный опыт влияния тех или иных жизненных линий на судьбы человека. Спецификой нашего университета является то, что обучаясь на клинических кафедрах, студенты на практике сталкиваются со многими фатальными проявлениями нездорового образа жизни, что способно корректировать их последующий выбор. Для вузов же немедицинского профиля в некоторой степени подобный опыт способно дать волонтерство.

В-третьих, активная роль спортивного клуба. Минимально возможное – это проведение разнообразных общеуниверситетских спортивных мероприятий, приуроченных к праздникам, памятным датам, неделе битвы факультетов, соревнованиям между общежитиями и т. д. Здесь очень важно не до-

пускать формализма и делать спортивно-массовые мероприятия отличными друг от друга (возможно, использовать элементы этноспорта, делать целью похода/забега/лыжни/велопробега какой-либо культурно-исторический объект и т. п.). При наличии финансовых возможностей университета позитивную роль играет оборудование фитнес- и тренажерных залов, где студенты и сотрудники имели бы возможность бесплатно заниматься. В ВГМУ два таких зала в течение последнего года были открыты в двух общежитиях, и практика показала значительный интерес к этой форме здоровьесбережения.

Подводя итог, отметим, что возможности учреждения высшего образования в развитии установок на здоровый образ жизни довольно широки. Но только правильная организация этой среды вуза, постоянный мониторинг ценностных ориентаций студенческой молодежи с целью оперативного реагирования на изменения, отказ от формализма способны позволить эффективно решать поставленные задачи и способствовать развитию позитивных тенденций в этой сфере.

УДК 331.101.3

РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА СТУДЕНТОВ ЗАОЧНОЙ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Т. К. КОРОЛИК, П. Ю. СНОПОК

Белорусский государственный университет транспорта, г. Гомель

Многолетний опыт преподавания инженерно-графических дисциплин в вузе показывает, что на современном этапе развития общества остро возникает необходимость не только в совершенствовании методик преподавания предметов, но и поиска инновационных форм воспитательной работы. Особенно потребность воспитательного воздействия проявляется при заочной форме обучения. Анализ специфики, условий и возможностей студентов-заочников показал, что для качественного выполнения учебных программ у них присутствует основной сдерживающий фактор – огромный дефицит свободного времени. К другим аргументам в пользу необходимости поиска инновационных воспитательных методик, приемов, подходов можно отнести следующие обстоятельства:

- количество информации, которую студент может получить, переработать и запомнить, ограничено как у кратковременной, так и у долговременной видов памяти;
- большая информационная перегрузка от наличия современных средств коммуникаций (смартфоны, ноутбуки, свободный выход в интернет);