

Галушкио Ирина Геннадьевна

преподаватель

Галушкио Анна Вячеславовна

аспирант

Пономаренко Анастасия Романовна

студентка

ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Краснодарский край

ПРОПАГАНДА ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

КАК СРЕДСТВО РАЗВИТИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Аннотация: в данной статье рассматривается проблема пропаганды здорового образа жизни как средства развития школьников. На данный момент в обществе, особенно среди подростков, все больше распространяются такие проблемы, как курение, наркомания и пьянство. Вследствие этого возрастает смертность детей, увеличивается количество детей, имеющих различные заболевания на этом фоне. За счет этого уничтожается и настоящее, и будущее человечества.

Ключевые слова: Всемирная организация здравоохранения, школьники, пропаганда, здоровый образ жизни, общеобразовательная организация.

Здоровый образ жизни – это система жизнедеятельности, зафиксированная на изменении бывалых привычек, затрагивающих еду, отдых и физическую активность. В связи с ростом заболеваемости и смертности, особенно важно внедрение здорового образа жизни и культуры. Более активная работа со школьниками и их родителями даст возможность нашему обществу вырастить здоровое, умное и развитое поколение.

Современное общество не уделяет особого внимания своему здоровью, а также своему образу жизни. Эту ответственность перекладывают на врачей, что и является большой ошибкой. Главной потребностью и обязанностью каждого человека должно стать укрепление и складывание своего здоровья.

Факторы, оказывающие воздействие на здоровье:

- человек и его образ жизни (50%);
- экология (20%);
- наследственные факторы (20%);
- работа организаций здравоохранения (10%).

И не менее важный фактор – здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни заключается в:

- правильном и рациональном питании;
- режиме дня;
- отказе от вредных привычек;
- физической активности.

Пропаганда здорового образа жизни – это действие, помогающее показать актуальность данной проблемы. К сожалению, в наших общеобразовательных организациях и общественных местах этим мероприятиям уделяют очень мало внимания. Это является большим минусом, так как по большей мере именно школьникам стоит закладывать основы правильного образа жизни.

В первую очередь родители должны служить примером подражания для своих детей и помогать в формировании взглядов на жизнь. Каждый ребенок смотрит на своих родителей и хочет быть как они, поэтому здоровый образ жизни родителей играет значительную роль.

Методы пропаганды:

- лекции, семинары, дискуссии;
- журналы, статьи, листовки;
- телевидение, интернет, радио.

Цели пропаганды:

- пополнить знания о здоровье и здоровом образе жизни;
- выработать обеспокоенность, как за своё здоровье, так и здоровье всей страны;
- показать значимость в действиях по сохранению и укреплению здоровья.

Всевозможная пропаганда здорового образа жизни очень важный момент. Школьники не заинтересованы антитабачной и антинаркотической рекламой, это показывает то, что реклама неэффективна. С этим необходимо бороться, улучшать качество и количество подобных реклам, в этом должно быть задействовано наше государство. Нам требуется добиться того, чтобы наше поколение чаще обращало на подобные проблемы внимание и вырабатывало заинтересованность собой и своим образом жизни.

Здоровый образ жизни является важной составляющей полноценной жизни школьника в активно меняющемся мире. Пропаганда здорового образа жизни с раннего возраста ведёт к формированию здоровой личности, способности воспитать здоровое поколение.

Список литературы

1. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/propaganda-zdorovogo-obraza-zhizni-v-obrazovatelnoy-srede> (дата обращения: 06.12.2017).
2. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://mirznanii.com/a/154310/propaganda-zdorovogo-obraza-zhizni-v-shkole> (дата обращения: 06.12.2017).