***Здоровьеобеспечение подрастающего поколения в современных условиях***

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, не только отражающий настоящую ситуацию, но и дающий прогноз на будущее. Трудовые ресурсы страны, ее безопасность, политическая стабильность, экономическое благополучие и морально-нравственный уровень населения непосредственно связаны с состоянием здоровья детей, подростков, молодежи.

Анализ состояния здоровья населения России по данным официальной статистики и результатам эпидемиологических исследований, показывает, что оно намного хуже, чем в большинстве индустриально развитых стран, и следует ожидать его дальнейшего ухудшения, если существенно не будут изменены в благоприятном направлении условия, влияющие на здоровье[[1]](#footnote-1). Поэтому проблемы здоровья молодежи в настоящее время находятся в сфере первостепенных интересов государства. Политика нашего государства в этом направлении предполагает формирование физически здоровой, образованной, всесторонне развитой, социально активной личности, что нашло отражение в приоритетном национальном проекте «Здравоохранение»[[2]](#footnote-2).

Здоровье будущих поколений в наших руках, если мы не воспитаем в них культуру здорового образа жизни, то это может губительно повлиять на нашу нацию и на здоровье последующих поколений. Наше физическое состояние непосредственно влияет на состояние наших будущих или уже рожденных детей.

На состояние здоровья подрастающего поколения оказывают существенное влияние такие факторы как неблагоприятные социальные и экологические условия. Резко отрицательная экологическая обстановка в районах проживания и обучения детей и подростков существенно повышает их заболеваемость и снижает потенциальные возможности образовательного процесса.  
 Одновременно с негативным воздействием экологических и экономических кризисов на подрастающее население страны оказывают неблагоприятное воздействие множество факторов риска, имеющих место в общеобразовательных учреждениях, которые приводят к дальнейшему ухудшению здоровья детей и подростков от первого к последнему году обучения.

По данным специалистов НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков, в последние годы наметились следующие негативные тенденции: значительное снижение числа абсолютно здоровых детей (их остается не более 10-12%), стремительный рост числа функциональных нарушений и хронических заболеваний, которые регистрируются более чем у 50-60% школьников, резкое увеличение доли патологии органов пищеварения, опорно-двигательного аппарата, почек и мочевыводящих путей, увеличение числа школьников, имеющих несколько диагнозов[[3]](#footnote-3)1.

Прежде чем рассматривать механизм здоровьеобеспечения подрастающего поколения, необходимо дать исчерпывающее определение такого термина, как здоровье.

Согласно определению всемирной организации здравоохранения (ВОЗ): «Здоровье - это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезни, т.е. это физическая, социальная, психологическая гармония человека, доброжелательные отношения с людьми, природой и самим собой»[[4]](#footnote-4)2.

В настоящее время принято выделять несколько компонентов (видов) здоровья:

1. *Соматическое здоровье* - текущее состояние органов и систем организма человека, основу которого составляет биологическая программа индивидуального развития, опосредованная базовыми потребностями, доминирующими на различных этапах развития. Эти потребности, во-первых, являются пусковым механизмом развития человека, а, во-вторых, обеспечивают индивидуализацию этого процесса.

2. *Физическое здоровье* - уровень роста и развития органов и систем организма, основу которого составляют функциональные резервы, обеспечивающие адаптационные реакции.

3. *Психическое здоровье* - состояние психической сферы, основу которой составляет состояние общего душевного комфорта, обеспечивающее адекватную поведенческую реакцию. Такое состояние обусловлено как биологическими, так и социальными потребностями, а также возможностями их удовлетворения.

4. *Нравственное здоровье* - комплекс характеристик мотивационной и потребностно-информационной сферы жизнедеятельности, основу которого определяет система ценностей, установок и мотивов поведения индивида в обществе. Нравственным здоровьем опосредована духовность человека, так как оно связано с общечеловеческими истинами добра и красоты [[5]](#footnote-5)1.

Механизм здоровьеобеспечения подрастающего поколения в современных условиях складывается из следующих компонентов:

1)Правильное питание;

2)Двигательная активность(не менее 30 минут в день).Без физической нагрузки не может быть здоровья;

3) Рациональный режим труда и отдыха;

4) Искоренение вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики);

5) Закаливание;

6)Соблюдение личной гигиены.

В заключение хотелось бы сказать, что для того, чтобы здоровьеобеспечение подрастающего поколения было выполнимым и более эффективным, данные компоненты непременно должны действовать именно в комплексе.

Кроме того, несмотря на то, что на сегодняшний день в России создано большое количество спортивных и оздоровительных учреждений, необходимо и дальше развивать эту отрасль, а также увеличивать ее финансирование.

***Источники***

1) Ким С.В. Валеологическая безопасность научно-методической деятельности педагога сферы физкультурного образования / С.В. Ким - СПб.: Шатон, 2003.

2) НИИ Гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «НЦЗД» РАМН. http://www.niigd.ru/

3) Солдатова Т.А. Образование, творящее здоровье. Санология и валеология в учебном процессе: методическое пособие для педагогов. - Ростов-на-Дону, 1994.

4) http://www.coolreferat.com

5) http://www.repenergy.ru

1. http://www.coolreferat.com [↑](#footnote-ref-1)
2. http://www.repenergy.ru [↑](#footnote-ref-2)
3. 1 НИИ Гигиены и охраны здоровья детей и подростков ФГБУ «НЦЗД» РАМН. http://www.niigd.ru/ [↑](#footnote-ref-3)
4. 2 Солдатова Т.А. Образование, творящее здоровье. Санология и валеология в учебном процессе: методическое пособие для педагогов. - Ростов-на-Дону, 1994.С.15. [↑](#footnote-ref-4)
5. 1 Ким С.В. Валеологическая безопасность научно-методической деятельности педагога сферы физкультурного образования / С.В. Ким - СПб.: Шатон, 2003.С. 53. [↑](#footnote-ref-5)