

УДК 371.72-057.87:57.048

МОРОЗОВА В.Ю., студент, **СУЛТАНОВА Д.В.**, студент

Научные руководители - **Шевцова В.В.**, канд. мед. наук, доцент,

Глушанко В.С., докт. мед. наук, профессор

УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов

медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

НАПРАВЛЕНИЯ ФОРМИРОВАНИЯ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ КАК БАЗОВОГО ЭЛЕМЕНТА СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СПЕЦИАЛИСТА

Введение. Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) провозглашён принцип, в соответствии с которым «обладание наивысшим достижимым уровнем здоровья является одним из основных прав каждого человека». Проблема здорового образа жизни (ЗОЖ) в современном мире во многом зависит от уровня образованности и эффективности профессиональной подготовки.

В соответствии с образовательным стандартом первой ступени высшего образования по специальности 1-79 01 01 Лечебное дело освоение отдельных образовательных программ по данной специальности должно обеспечивать формирование у будущих специалистов социально-личностных компетенций, которые включают культурно-ценностные ориентации, знание и умение следовать идеологическим и нравственным ценностям общества и государства [2, с. 501].

Изучение учебной дисциплины «Общественное здоровье и здравоохранение» также направлено на формирование и развитие социально-личностных компетенций специалиста [2, с. 502], в числе которых способности к социальному взаимодействию, работе в команде, межличностным коммуникациям, владению навыками здоровьесбережения.

Целенаправленное формирование культуры здорового образа жизни студенческой молодежи, как базового элемента социально-личностных компетенций специалиста с высшим образованием, является актуальной проблемой [1, с. 482].

Цель работы – изучение закономерностей и методик формирования, сохранения и укрепления здоровья студенческой молодежи, а также путей и способов пропаганды здорового образа жизни и привития культуры здоровья.

Материалы и методы исследования. Методом случайного отбора были сформированы выборочные статистические совокупности из числа студентов 4 и 6 курсов лечебного факультета по 100 единиц наблюдения в каждой. При проведении исследования использованы социологический (анкетирование), статистический, сравнительный, аналитический методы.

Результаты исследования. Здоровый образ жизни способствует формированию у человека рациональных потребностей, общественно полезных ценностных установок, осознанному приобщению к здоровьесберегающим формам поведения.

С целью изучения приверженности здоровому образу жизни, поиска опти-

мальных путей и способов пропаганды ЗОЖ и привития культуры здоровья студенческой молодежи были проанализированы: динамика приверженности ЗОЖ на протяжении от 4 до 6 курсов, приоритеты факторов мотивации здоровьесбережения, перспективные цели в отношении ЗОЖ, ранжирование достижений, успехов и интересов респондентов.

В процессе изучения приверженности здоровому образу жизни установлена позитивная динамика с 78% анкетированных студентов 4 курса до 93% студентов 6 курса. Этот факт подтверждает важность вовлечения студенческой молодежи в здоровьесберегающий процесс посредством организации педагогических действий, направленных на овладение знаниями, умениями и навыками с ориентированием на формирование имиджа здорового образа жизни. Проведение занятий по ЗОЖ, формирование мотивации к ЗОЖ на практических занятиях, надлежащая организация учебного процесса способствуют росту социально-личностных компетенций будущего специалиста.

Изучение ранжирования факторов мотивации приверженности ЗОЖ позволило установить следующее: 65 респондентов (38%) считают приоритетным сохранение и укрепление здоровья; 20 (11,6%) – сохранение красоты; 14 (8,2%) – репродуктивное здоровье; 72 (42,2%) не указывают конкретный мотивирующий фактор. Определение перспективных направлений, путей и способов пропаганды здорового образа жизни и привития культуры здоровья необходимо проводить с учетом ранжирования по значимости мотивов здоровьесбережения: потребность в сохранении собственного здоровья, красоты, воспитание здоровых детей.

В качестве ближайших целей в отношении укрепления здоровья респондентами указаны следующие: планируют записаться в спортивную секцию – 35,6%; организовать здоровое питание – 19,4%; бросить курить – 12,7%; поддерживать физическое развитие – 7,2%; продолжать здоровый образ жизни – 28,3%. Ценностный подход к проблемам здоровья у студенческой молодежи является показателем их готовности к формированию культуры здорового образа жизни.

Здоровье, как естественная и абсолютная ценность, сосуществует с категориями «интересы», «достижения», «успехи». Ранжирование достижений, успехов и интересов респондентов в непрофессиональной сфере позволило определить следующие категории: владение иностранными языками (100%), навыками пользователя ПК (100%), занятия спортом (56%), танцами (28%), рукоделием (25%), музыкой (22%), рисованием (11%), чтением художественной литературы (11%), увлечение фотографией (8%), игрой в шахматы (5%). Приверженность семейным ценностям установлена у 33 % респондентов.

Заключение. 1. Установлена позитивная динамика приверженности здоровому образу жизни с 78% анкетированных студентов 4 курса до 93% студентов 6 курса, что подтверждает важность вовлечения студенческой молодежи в здоровьесберегающий процесс посредством надлежащей организации образовательного процесса. 2. Определение перспективных направлений формирования приверженности здоровому образу жизни и привитию культуры здоровья сту-

денческой молодежи необходимо проводить с учетом ранжирования ими по значимости мотивов здоровьесбережения: потребность в сохранении собственного здоровья, красоты, в воспитании здоровых детей. 3. Ценностный подход к проблемам здоровья у студенческой молодежи является показателем их готовности к формированию культуры здорового образа жизни и развитию социально-личностных компетенций. 4. Формирование и развитие индивидуальности, воспитание культуры здоровья и здорового образа жизни является неотъемлемой частью профессиональной культуры.

Список использованных источников: 1. Алфёрова, М. В. Методика изучения профессиональных компетенций врача-организатора здравоохранения на этапе додипломной подготовки / М. В. Алфёрова, Т. В. Колосова, В. В. Шевцова // *Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации: материалы 74-й науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 23–24 января 2019 г.* / Витебский гос. мед. ун-т.; под ред. А.Т. Щастного. – Витебск, 2019. – С. 480–482. 2. Шевцова, В. В. Социально-личностные компетенции студентов лечебного факультета при изучении дисциплины «Общественное здоровье и здравоохранение» / В. В. Шевцова, Т. В. Колосова, М. В. Алфёрова // *Достижения фундаментальной, клинической медицины и фармации: материалы 74-й науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 23–24 января 2019 г.* / Витебский гос. мед. ун-т.; под ред. А. Т. Щастного. – Витебск, 2019. – С. 501–502.

УДК 159.923.33

СИДОРЕНЯ Е.А., студент

Научный руководитель - **Петрович С.А.**, ст. преподаватель
УО «Витебский государственный ордена Дружбы народов
медицинский университет», г. Витебск, Республика Беларусь

ПРОБЛЕМА СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ К ОБУЧЕНИЮ В ВУЗЕ

Введение. Понятие «адаптация» возникло в XIX веке и изначально получило широкое применение в биологии (приспособление строения и функций организма к условиям существования и привыкания к ним). В частности, в теории «естественного отбора» Чарльза Дарвина подчеркивалось возникновение новых видов путем изменения и приспособления организмов к соответствующим условиям среды.

В дальнейшем термин стали использовать для изучения личности и даже коллективного поведения. Адаптация компенсирует недостаточность привычного реагирования на новые условия биологического, психологического и социального существования. Регуляторами адаптации человека выступают мотивы, мышление, способности, знания, жизненный опыт. Она выражается не только в приспособлении организма и психики к новым условиям, но, главным образом, в выработке фиксированных способов поведения, позволяющих справляться с трудностями. Этот процесс способствует дальнейшему нормаль-