

УДК 378.172:796

ЗДОРОВЬЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ: СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ

Маркова Н.В., Рютин С.Г.

ФГБОУ ВО «Тюменский индустриальный университет», Тюмень, e-mail: natmark6161@mail.ru

В статье представлен анализ современных тенденций в области динамики показателей здоровья молодежи, в сравнении с соответствующими показателями в СССР и за последние 20 лет. На базе статистических данных обоснована актуальность темы исследования. Выявлены основные установки молодежи в части сохранения и укрепления здоровья. Проанализированы основные аспекты, в рамках которых здоровье молодежи рассматривается как объект исследования и объект управления. Выявлены функции органов власти, государственных и негосударственных организаций в области сохранения и укрепления здоровья молодежи. Проведена оценка основных проблем взаимодействия субъектов в сфере сохранения и укрепления здоровья населения, в частности, при реализации различных государственных программ. Выявлены основные подходы к здоровью молодежи, в частности проведен анализ существующих тенденций в области сохранения и укрепления психологического и физического здоровья молодежи. Показана роль образовательных организаций в деятельности по укреплению и сохранению здоровья молодежи. Рассмотрены основные показатели мониторинга здоровья молодежи, подходы к оценке здоровья молодого поколения. Проанализированы современные тенденции в области создания и использования специализированных технологий при сохранении и укреплении здоровья молодежи.

Ключевые слова: здоровье молодежи, здоровый образ жизни, репродуктивное здоровье, государственные программы, тенденции сохранения здоровья

HEALTH OF STUDENT YOUTH: MODERN TRENDS

Markova N.V., Ryutin S.G.

Tyumen Industrial University, Tyumen, e-mail: natmark6161@mail.ru

The article presents the analyze of the current trends in the field of dynamics of youth health indicators in comparison with the corresponding indicators in the USSR and over the past 20 years. The relevance of the research topic is based on statistical data. The basic attitudes of young people in terms of maintaining and promoting health are revealed. The main aspects in which youth health is considered as an object of study and an control object are analyzed. The functions of authorities, state and non-governmental organizations in the field of preserving and strengthening the health of youth are identified. The assessment of the main problems of the interaction of subjects in the field of preservation and strengthening of public health, in particular, in the implementation of various government programs was carry out. The main approaches to youth health were identified, in particular, an analysis of existing trends in the field of maintaining and strengthening the psychological and physical health of youth was carried out. The role of educational organizations in activities to strengthen and maintain the health of youth is shown. The main indicators of monitoring the health of youth, approaches to assessing the health of the young generation are considered. The current trends in the creation and use of specialized technologies while maintaining and strengthening youth health are analyzed.

Keywords: youth health, healthy lifestyles, reproductive health, government programs, health trends

Современное население характеризуется достаточно низким уровнем физической подготовки, что характерно и для «подвижной» социальной группы – подростков и молодежи. Многие предпочитают проводить досуг в помещениях, за компьютерами и телевизором вместо активного отдыха; этим в том числе обусловлено снижение общего уровня здоровья населения. Кроме того, большинство населения ведет нездоровый образ жизни, испытывает стрессы на работе и в процессе обучения [1].

Ввиду этого оздоровление жителей нашей страны сегодня является достаточно важным направлением развития общества и политики государства, и исследование системы государственного управления в области физической культуры и спорта достаточно актуально.

Цель исследования: анализ современных тенденций молодежи в части отношения к здоровью, а также анализ управленческих, организационных, социальных тенденций в области укрепления и сохранения здоровья молодежи.

Материалы и методы исследования включают в себя анализ информационных и методических материалов для исследования отношения молодежи к здоровью и современных тенденций его сохранения и укрепления.

Результаты исследования и их обсуждение

Современные молодые люди имеют достаточно низкий уровень мотивации в области ведения здорового образа жизни, что выявлено на основании социологического опроса молодежи (возраст 18–30 лет), про-

веденного через социальные сети, в котором приняли участие 248 человек. Было выявлено, что среди опрошенных молодых людей достаточно высока доля тех, кто не настроен вести здоровый образ жизни (20%), тех, кого здоровье интересует только в аспекте внешней привлекательности (30%), что является недостаточно надежным стимулом, а также тех, кто полагает, что здоровье для человека неважно, а важнее интеллект и духовная сфера (25%). При этом лишь 15% опрошенных ведут здоровый образ жизни.

Результаты опроса указывают на то, что здоровье и здоровый образ жизни не находятся в списке приоритетов современной молодежи.

В свою очередь, повышению мотивации молодежи к ведению здорового образа жизни и снижению заболеваемости способствуют развитие системы популяризации физической культуры и спорта и повышение эффективности системы детско-юношеского спорта, отбора и подготовки спортивного резерва [2]. Для этого необходимо обеспечить правовые и организационные механизмы взаимодействия общества и государства, которые в целом реализуются в процессе деятельности органов исполнительной власти различных уровней, включая федеральный, региональный и муниципальный.

На современном этапе деятельность органов исполнительной власти не имеет эффективного взаимодействия с обществом, что обуславливает значимость исследования особенностей их деятельности в области управления сферой физической культуры и спорта, а также разработку предложений по совершенствованию этой деятельности.

В условиях демографических проблем Российской Федерации (достаточно высокого уровня смертности и низкого уровня рождаемости в сравнении с развитыми странами) здоровью молодежи уделяется пристальное внимание. При этом само здоровье молодежи рассматривается в двух аспектах – физическом и психологическом.

В аспекте физического здоровья особое внимание уделяется физической подготовленности и здоровому образу жизни молодежи. В части психологического здоровья сделан акцент на развитии соответствующих ценностных ориентиров молодежи – стремлении отказаться от вредных привычек, вести здоровый образ жизни и заниматься физическими упражнениями.

На государственном уровне, в частности в «Стратегии развития физической культуры и спорта 2020», указано на ряд проблем в области развития современной молодежи [3]:

1) в Российской Федерации на 2018 г. не менее 60% школьников и студентов име-

ли какие-либо нарушения здоровья (и лишь 14% обучающихся старших классов практически здоровы);

2) свыше 40% допризывной молодежи в 2018 г. не соответствовали требованиям к состоянию здоровья, предъявляемым для прохождения армейской службы;

3) около 85% населения не занимаются регулярно физической культурой или спортом, среди детей, подростков и молодежи соответствующая доля населения в 2018 г. составляла 65%.

По сравнению с СССР, негодными к армейской службе оказывались лишь 15% молодых людей, при этом около 75% школьников и студентов регулярно занимались спортом и физической культурой. Учитывая приведенные статистические данные, можно отметить, что общая тенденция здоровья молодого поколения имеет отрицательный характер.

Исходя из перечисленных проблем, функции системы государственного управления в области укрепления и сохранения здоровья молодежи сводятся к следующим основным положениям [4]: разработке направлений государственной политики в области развития физической культуры и спорта, а также оздоровления населения; реализации направлений государственной политики в области развития физической культуры и спорта, а также оздоровления населения; разработке методов повышения физической активности разных групп населения (школьников, молодежи, взрослых, пожилых); реализации и популяризации физического воспитания и спорта; контролю результатов внедрения мер, методов, мероприятий в систему физического воспитания.

В аспекте психологического здоровья особое внимание уделяется инструментам, которые позволят нивелировать негативное влияние на молодежь западных ценностей, например ориентаций на «свободную жизнь», брачно-семейные отношения без обязательств (регистрации брака), приобретение вредных привычек [5].

Ввиду этого особое значение приобретает исследование общих тенденций в молодежной среде, которые касаются отношения к здоровью в целом, а также тенденций в области сохранения и укрепления здоровья молодежи.

На основании исследования данных социологических опросов и системы здравоохранения и образования, был выявлен ряд негативных тенденций в области уровня здоровья молодого поколения, таких как:

1) «омоложение» наркомании и алкоголизма. В частности, в 1990 г. средний возраст начала употребления спиртных на-

питков составлял 20 лет, в 2010 – 16 лет, в 2015 – 13 лет [6]. Аналогичны данные по началу употребления наркотических (психотропных) веществ: в 2010 г. молодые люди, имеющие соответствующую зависимость, начинали употреблять наркотические или психотропные вещества в возрасте 18–22 лет, в 2015 уже в возрасте 14–16 лет [7];

2) снижение уровня физической подготовленности молодежи, что, в частности, отражено в Стратегии развития физической культуры и спорта до 2020 г.;

3) снижение уровня репродуктивного здоровья молодежи (раннее начало половых отношений, рост числа родов с осложнениями). По статистике, в 1995 г. девушки начинали половую жизнь в 16–17 лет, в 2005 – в 14–15, в 2010 – в 13–14 лет. Современная российская молодежь начинает сексуальные отношения в среднем в 16–17 лет. При этом всего 7,1% приобретают первый опыт в браке. Такое отношение молодежи к сексуальному здоровью в дальнейшем негативно скажется на функции деторождения и в том числе обусловит усугубление демографических проблем;

4) снижение доли молодежи, которая придерживается здорового образа жизни (здоровый образ жизни подразумевает отказ от вредных привычек, регулярные занятия физической культурой, сбалансированное питание).

Также в нашем государстве практически отсутствует идеология, которая нацеливала бы молодежь на эффективную трудовую деятельность, на жизнь полноценной, активной жизнью, что провоцирует среди молодежи несколько халатное отношение к своему здоровью.

Крайне негативной тенденцией выступает и распространение ложной и неактуальной информации в интернет-сети. В частности, на сегодняшний день наряду с непроверенной информацией о путях сохранения и укрепления здоровья, в информационном пространстве имеются возможности для потенциальной информационной угрозы психическому и физическому здоровью молодежи [8].

В области управления оздоровлением молодежи в ходе исследования выявлены следующие социальные тенденции: молодежь возлагает ответственность за здоровый образ жизни на государство; органы власти и местного самоуправления не стремятся привносить новое в процесс управления оздоровлением населения.

Первая социальная тенденция выявлена на основе социологического опроса молодых людей, в ходе которого выясняли препятствия в организации здорового образа жизни (рис. 1). Анализ результатов показал, что молодые люди склонны обвинять государство в том, что для них не созданы условия для здорового образа жизни в контексте спорта (40%) и правильного питания (30%), лишь 5% опрошенных указывают, что препятствием к организации здорового образа жизни является их собственная неорганизованность. Также 5% обвиняют в отсутствии мотивации к здоровому образу жизни своих родителей, а 20% ожидают внешней мотивации.

При этом полученная тенденция (возложение ответственности за свой образ жизни на государство) пересекается с выявленными данными, когда органы власти не стремятся проявить инициативу в области организации спорта.



Рис. 1. Результаты опроса молодежи об организации ими здорового образа жизни



Рис. 2. Распределение ответов о предпринятых мерах для организации и развития молодежного спорта должностных лиц органов власти и местного самоуправления

Вышеизложенное подтверждается результатами опроса (рис. 2) должностных лиц органов власти и местного самоуправления на предмет того, какие меры они предпринимают для организации здорового образа жизни молодежи (опрошено 32 человека, в полномочия которых входит организация спорта).

Было выявлено, что органы власти не стремятся отступить от утвержденных программ развития спорта на подведомственной территории (60%), еще 10% опрошенных хотели бы, но не имеют финансирования, 10% не стремятся проявить инициативу, а 20% считают, что граждане сами должны организовывать спорт.

Также существуют и более частные методы оценки отношения молодежи к своему здоровью (например, специализированные методы оценки психологического здоровья).

Сложность оценки тенденций в области здоровья молодежи сегодня состоит в том, что сама по себе категория «здоровье» и здоровье молодежи, как объект управления, носит интегративный характер, в частности психологическое здоровье молодежи тесно взаимосвязано с физическим, и эта связь достаточно тесная. Это обуславливает разнообразие направлений и трендов в области укрепления и сохранения здоровья молодежи.

В целом тенденции управления в области поддержания и сохранения здоровья молодежи можно условно классифицировать на те, которые направлены на поддержку физического здоровья, и те, которые направлены на поддержку психологического здоровья молодежи.

В области сохранения и укрепления физического здоровья молодежи, это такие на-

правления деятельности, как принятие государственных (федеральных, региональных, муниципальных) программ развития здорового образа жизни и физической культуры; установление нормативных требований к уровню физической подготовленности (например, нормы ГТО); внедрение специализированных технологий, например здоровьесберегающих технологий в школах и вузах.

Следует подчеркнуть, что на современном этапе роль государственных организаций и учреждений (в частности, различных спортивных школ, образовательных организаций) достаточно велика в части сохранения и укрепления здоровья молодежи в силу выполнения ими следующих функций: воспитание ценностей здорового образа жизни у подрастающего поколения (школы); создание материально-технических условий для занятия физической культурой и спортом детям и подросткам; привлечение бюджетных средств на оздоровительные и физкультурные мероприятия (распорядителями которых являются местные администрации – исполнительные органы власти и, в частности, их структурные подразделения – отделы спорта); организация таких мероприятий; реализация программ физического воспитания школьников.

На данный момент развития государственного муниципального управления серьезной проблемой является отсутствие налаженного взаимодействия в части сохранения и укрепления здоровья молодежи на муниципальном уровне, в первую очередь взаимодействия в формате «муниципальное образование – общественные и государственные организации».

Следует отметить, что многие муниципальные образования имеют утвержденные на определенный срок программы развития физической культуры и спорта, программы пропаганды здорового образа жизни на подведомственной территории. В то же время в рамках соответствующих муниципальных программ процесс взаимодействия с общественными и государственными организациями отражен в достаточно общем виде, например «оказание поддержки спортивным объединениям на территории муниципального образования», «содействие в развитии физической культуры и спорта гражданам и организациям» и др. Однако не указываются ни плановые показатели, ни критерии оценки эффективности такого взаимодействия или содействия.

Это указывает на низкий уровень организации взаимодействия между субъектами развития сферы физической культуры и спорта, особенно ощутимый на муниципальном уровне.

Сам процесс взаимодействия в значительной степени формализован, что также затрудняет процесс организации взаимодействия субъектов регулирования физической культуры и спорта и особенно – вовлечения в этот процесс учреждений и организаций.

В связи с тем, что сохранение и укрепление здоровья молодежи является достаточно многоаспектной проблемой общества, сегодня актуальна тенденция формирования таких управленческих, социальных психологических, организационных механизмов, которые позволяют комплексно сохранять и укреплять здоровье молодежи.

Например, сегодня актуальной тенденцией является развитие технологий в области сохранения репродуктивного здоровья молодежи, которое детерминировано как психологическими факторами (сформированными у молодежи семейными ценностями, отказом от случайных сексуальных связей), так и физическими – уровнем физической активности, отказом от вредных привычек.

Особую роль в сохранении и укреплении здоровья молодежи сегодня играют также и здоровьесберегающие технологии, которые используются в образовательных организациях и призваны нивелировать действие негативных факторов (малоподвижного образа жизни, высокой загруженности) на здоровье школьников и студентов.

Отдельно следует отметить внедрение и популяризацию норм ГТО, которые призваны повысить общий уровень физической подготовленности населения, в том числе молодежи.

Следует отметить, что разработка норм ГТО сегодня является достаточно важным

направлением в области сохранения и укрепления здоровья молодежи, ввиду того, что вовлекает широкие массы населения, и молодежь в первую очередь, в регулярные занятия физической культурой, что способствует сохранению и укреплению здоровья молодежи.

Заключение

Современная молодежь характеризуется низким уровнем здоровья – физического и психического, при этом отмечается негативная тенденция, которая сводится к тяготению со стороны молодежи к нездоровому образу жизни (низкая физическая активность, вредные привычки).

На уровне государства актуальной тенденцией в области сохранения и укрепления здоровья молодежи является развитие и реализация соответствующих государственных программ – на федеральном, региональном, муниципальном уровнях. Основными субъектами, которые реализуют программы, являются образовательные и спортивные организации, при этом их связь с органами власти не позволяет обеспечить полноценную координацию управления и действий.

На современном этапе отсутствует единая система мониторинга уровня здоровья молодежи, однако проводятся регулярные исследования, оценивающие здоровье молодежи на основе того или иного показателя.

Список литературы

1. Баранов А.А., Намазова-Баранова Л.С., Ильин А.Г. Сохранение и укрепление здоровья подростков – залог стабильного развития общества и государства (состояние проблемы) // Вестник РАМН. 2014. № 5–6. С. 65–70.
2. Смирнова И.А., Ожиганова М.В., Захарова А.В., Межнина Т.О. Подготовка студентов к сдаче норм комплекса «Готов к труду и обороне» в техническом вузе // Современные наукоемкие технологии. 2019. № 12–1. С. 215–219.
3. Алексеева А.П. Стратегия развития физической культуры и спорта в Российской Федерации на период до 2020 года: достоинства и недостатки // Общество и право. 2012. № 3 (40). С. 271–273.
4. Еремин Р.В. Проблемы формирования, укрепления и сохранения здоровья учащейся молодежи средствами физической подготовки, туризма и спорта // Наука-2020. 2016. № 2 (8). С. 180–184.
5. Перепеченая О.И., Плотникова Г.Г. Влияние западных стереотипов на формирование нравственных ценностей у молодежи // Актуальные вопросы в науке и практике: материалы V Международной научно-практической конференции (г. Самара, 01 февраля 2018 г.). Уфа: ООО «Дендра», 2018. С. 254–258.
6. Фомина Н.А., Орлов В.Б. Исследование алкогольных установок у современных подростков // Прикладная юридическая психология. 2018. № 1 (42). С. 32–40.
7. Пантюхина Г.А. Наркомания в России в конце XX – начале XXI в.: причины возникновения и распространения // Историческая и социально-образовательная мысль. 2017. № 4–2. С. 66–74.
8. Samohvalova O., Mordkovich O., Yumayev Y., Galtseva O. Research of Influence of Internet Addiction on the Concentration of Attention of Young People. *Advances in Economics, Business and Management Research*, 2019. Vol. 47. P. 2352–5428.