

Роль семьи в воспитании ценностей здорового образа жизни у подрастающего поколения

*Петрученя Наталья Викторовна, канд. пед. наук, доцент кафедры
психологии профессиональной деятельности ФГБОУ ВО «ВГСПУ»*

Здоровье населения – это один из главных признаков развитого государства, оно не только показатель, но и необходимое условие его социально-экономического и общественного развития [1, 3–6]. Воспитание здорового образа жизни у человека – одна из центральных проблем современности.

Система ценностей человека определяет многие аспекты его деятельности, в процессе осуществления которой формируются особенности образа и стиля жизни. Сегодня главной задачей является формирование основ и ценностей здорового образа жизни с самого раннего детства.

Проблему сохранения и укрепления здоровья детей рассматривали в своих исследованиях И.А. Аршавский, И.П. Березин, Н.А. Бердяев, М.Я. Виленский, С.В. Григорьев, А.Ф. Лосев, Н.Н. Моисеев, Ю.М. Федоров и др. Вопросы воспитания культуры и ценностей здорового образа жизни отражены в работах Р.М. Баевского, И.И. Брехмана, Г.К. Зайцева, В.П. Казнанчеева, В.В. Колбанова, Ю.П. Лисицына, В.А. Лищука, В.П. Петленко, Л.Г. Татарниковой, А.Г. Щедриной и др.

Отношение ребенка к собственному здоровью непосредственно зависит от сформированности в его сознании данного понятия и является фундаментом, на котором в дальнейшем будет возможно выработать потребность в соблюдении ценностей здорового образа жизни.

Как известно, культура здорового образа жизни формируется под воздействием образа жизни ближайшего окружения, а именно семьи. Семья является основным институтом, влияющим на ценностные установки детей и подростков в сфере здоровья и здоровьесберегающего поведения и потенциально способна наиболее эффективно влиять на воспитание у подрастающего поколения ценностно-ориентированного отношения к здоровью и минимизировать риски в этой области.

Во многом здоровье обусловлено повседневным самосохранительным поведением, а основным его регулятором является сам человек и то, какой образ жизни он ведет. Согласно данным исследования СеДО-2018, большая часть респондентов-родителей (63,5–62,1 % отцов и 64,8 % матерей) согласны с этим и считают, что немалую часть ответственности за свое здоровье и здоровье своих детей несут они сами [2].

Таким образом, сопровождая личность на всех этапах взросления, семья параллельно создает необходимые условия для разностороннего и полноценного её развития, начиная от формирования умения соблюдать режим дня, личную гигиену, необходимый объем двигательной активности, владения навыками самоорганизации, безопасного образа жизни, до воспитания потребности в

активном и здоровом образе жизни, который является гарантом успешности личности в социуме.

Литература:

1. Общественное здоровье и экономика / И.В. Горшкова, Б.Б. Прохоров, Е.В. Тарасова, Д.И. Шмаков / под ред. Б.Б. Прохорова [Электронный ресурс] // ИНП РАН. – 2007. – URL: <https://ecfor.ru/publication/obshhestvennoe-zdorove-iekonomika> (дата обращения: 10.05.2019).

2. Доступность и качество российского здравоохранения: оценки пациентов [Электронный ресурс]. – М.: ВЦИОМ, 2015. – URL: https://wciom.ru/fileadmin/file/reports_conferences/2015/2015-09-02-zdravoohranenie.pdf (дата обращения: 10.07.2019).

3. Джанаева Н.Г., Елизаров В.В., Бобков В.Н. Здоровье населения как ключевой фактор социально-экономического развития регионов России // Научно-экспертный совет при председателе Совета Федерации Федерального Собрания Российской Федерации / под ред. В.Д. Кривова // Аналитический вестник. – М, 2013. – Т. 518, № 34. – С. 10–17.

4. Sachs J.D. Macroeconomics and health: investing in health for economic development: executive summary. Report of the Commission on Macroeconomics and Health. – World Health Organization, 2001. – 20 p. Роль семьи в формировании здорового образа жизни и смягчении факторов риска ... ISSN (Print) 2308-1155 ISSN (Online) 2308-1163 ISSN (Eng-online) 2542-2308 181

5. Economic costs of ill health in the European Region / M. Suhrcke, R.S. Arce, M. McKee, L. Rocco // Health Systems, Health and Wealth: WHO European Ministerial Conference on Health Systems. – Estonia, 2008. – 24 p.

6. Bloom D.E., Canning D., Sevilla J. The Effect of Health on Economic Growth: A Production Function Approach // World Development. – Vol. 32, № 1. – 2004. – P. 1–13. DOI: 10.1016/j.worlddev.2003.07.002