

**Влияния досуга на здоровье на примере студенческой молодежи
Республики Карелия.**

Лукин Семён Анатольевич

Студент

*Петрозаводский государственный университет, Социально-политических наук,
Петрозаводск, Россия*

E-mail: sementovies@gmail.com

Актуальность: В современных условиях в России возрастает социальная значимость здоровья с точки зрения гуманистических идеалов гражданского общества, национальной безопасности и экономической эффективности здравоохранения. Здоровье важно как для самого человека, что выражается в популяризации здорового питания и здорового образа жизни, так и для работодателей, на некоторые вакансии требует не только хорошее здоровье, но и отсутствие вредных, для здоровья, привычек например, курения. Вторая половина XX века характеризуется интересом к проблеме нормальной жизнедеятельности, здоровья человека, профилактике болезней и продвижению здоровья. Это выразилось в росте числа публикаций по данной проблеме не только профильного медицинского характера, но и философского, социологического как в нашей стране, так и за рубежом. <?xml:namespace prefix = o ns = "urn:schemas-microsoft-com:office:office"/>

Несмотря на свою ценность, здоровье молодежи в современном мире снижается очень резко например, если говорить о учащейся молодежи (а в данной работе она интересует нас больше всего) можно привести в пример данные мониторинговых исследований 1995-2005 годов проведенных в рамках федеральной программы. Из этих данных следует, что за последние 10 лет число школьников с хронической патологией возросло в 1.5 раза, а среди подростков - 2.1 раза. За время обучения 70% функциональных расстройств переходят теперь в стойкую хроническую патологию к окончанию школы, в 4-5 раз возрастает заболеваемость органов зрения, в 3 раза - органов пищеварения, в 2 раза - число нервно-психических расстройств[1]

С другой стороны большинство исследований определяет досуг как время для саморазвития, например Вайнер определяет досуг как - Свободное от основной деятельности (работа, учеба) время, используемое человеком для своего духовного и физического развития, самообразования, общественной активности и др. Особое значение в Д. имеет двигательная активность с точки зрения предупреждения и устранения у современного человека последствий гипокинезии и активного отдыха для восстановления работоспособности[2]. Исходя из этого и появилось предположения, что досуг хотя бы от части должен влиять на здоровье, но по данным множества опросов молодежь в своем досуге отнюдь не стремится к саморазвитию. По результатам опроса 2005 году, опрос учащейся молодежи показал следующие ответы, что: дискотеку выбрали 69% обучающихся; "тусовки 51%; чтение книг - 15,3%; занятия спортом - 14,9%; посещение баров - 12,6%;.[3] Как видно из результатов место досуга именно как сферы саморазвития и здоровье достаточно мало в результате этого были выдвинуты следующие цели и задачи

Цель данной работы: проанализировать влияние досуга на здоровье молодежи. Объектом исследования: здоровье молодежи республики Карелия. В рамках поставленной проблемы решались следующие задачи: а) Разработать инструментарии и опросить студенческую молодежь Республики Карелия; б) выработать критерии оценки риска разных видов досуга; в) сравнить полученные данные с аналогичными данными по России.

Заключение: В ходе исследование было опрошено 400 студентов, при генеральной совокупности 10 000 человек.

Было установлено, что среди опрошенных молодых людей Республики Карелии, постоянно курит 16,3%, а эпизодически 25,6%. Это почти вдвое меньше, чем по России в целом (49,8%).[4]

Алкогольные напитки (включая пиво), в течение последних 30 дней с момента опроса, выпивали 20 и более раз 5% студенческой молодежи. Не употребляли алкоголь 32,8% респондентов. С одной стороны это достаточно хороший результат, получаться, что 1/3 молодых людей получающий высшие образование не пьет вовсе, а ещё около 40% пьют раз в месяц, но 30% студентов пьют каждые выходные или чаще, что может говорить о том ,что проблема чрезмерного употребления алкоголя молодежью не решена

Карельская студенческая молодежь чаще, чем молодежь по России в целом, посещает театры, концерты, кино, бары, дискотеки и спортивные секции, отдавая предпочтение дискотекам и барам. Больше всего рисков для здоровья появляется у молодежи при посещении баров и дискотек (употребления алкоголизм, табака, наркотиков, не высыпание и риск получение травм) меньше всего при посещения спортивных залов и кинотеатров.

Постоянные посетители дискотек и баров (не реже раза в месяц или раза в неделю) употребляют алкогольные напитки в 2-3 раза чаще, чем те, кто эти места не посещает. Например, крепкие напитки пьют больше половины (55,2%) посетителей дискотек раз в неделю. Среди посещающих дискотеки минимум раз в месяц выпивают 41,3%. Из тех, то игнорирует данные места, выпивают лишь в 15,5% случаев. Подобная ситуация наблюдается и с курением. Из тех, кто ходит на дискотеки раз в неделю, курят 34,5%, те, кто в этих местах не бывают, курят в 5 раз меньше (6,4%).

Таким образом, становится понятно, что пропаганда одних форм досуга и анти-пропаганда других форм досуга способно значительна, повлиять на здоровье молодежи. Слишком большое распространение кафе и баров где торгуют пиво и другими алкогольными напитками ,а так же их низкая цена , требует ужесточения закона со стороны государства.

[1] http://edu.tomsk.ru/teacher_help/zdor.htm А.Н. Приходько, здоровье молодежи – богатство России.

[2] Вайнер Э.Н., Кастюнин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура, - М.: Флинта. 2003.

[3] Азарова Р.Н. Педагогическая модель организации досуга обучающейся молодежи// Педагогика.- 2005.-11.-С.27.

[4] Молодежь в России. 2010: Стат. сб./ЮНИСЕФ, Росстат. М.: ИИЦ «Статистика России», 2010.

Литература

1. 1) Азарова Р.Н. Педагогическая модель организации досуга обучающейся молодежи // Педагогика.- 2005.-11.-С.27
2. 2) Вайнер Э.Н., Кастюнин С.А. Краткий энциклопедический словарь: Адаптивная физическая культура, - М.: Флинта. 2003.
3. 3) Молодежь в России. 2010: Стат. сб./ЮНИСЕФ, Росстат. М.: ИИЦ «Статистика России», 2010
4. 4) Приходько А.Н. Здоровье молодежи – богатство России // Электрон. дан. URL: [http://edu.tomsk.ru/teacher_help/zdor.htm./](http://edu.tomsk.ru/teacher_help/zdor.htm/), свободный. Яз.рус. (дата обращения 01.02.2012).

Слова благодарности

Выражаю благодарность научному руководителю Терентьеву Константину Юрьевичу за помощь в разработке инструментария.