

Сергей Петрович Бурцев, профессор кафедры социологии, руководитель службы инклюзивного образования АНО ВО «Московский гуманитарный университет», кандидат медицинских наук, доцент

РАЗВИТИЕ ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ОБУЧАЮЩИХСЯ ВУЗА

Научно-технический прогресс сопровождается стремительным ухудшением многих экологических параметров нашей планеты, что крайне негативно сказывается на здоровье населения. Наряду с этим во многих странах провозглашена и уже реализуется социальная политика в области формирования здорового образа жизни граждан, преимущественно молодых. Возникшее противоречие требует немедленного решения, заключающегося, с одной стороны, в ограничении или полном устранении вредных экологических факторов, а с другой — в активации использования всех технологий, направленных на улучшение здоровья населения, прежде всего молодых людей и детей.

Ключевые слова: *здоровье, здоровый образ жизни, экология, техносфера, здоровьесберегающие технологии, образовательные технологии, молодёжь, студенчество.*

Здоровье человека определяется такими факторами, как образ жизни, наследственность, состояние окружающей среды, доступность медико-социальной помощи. Современное российское здравоохранение, находящееся в глубочайшем кризисе, фактически перестало быть бесплатным и качественным. На сегодняшний день оно является мало эффективным бизнес-проектом, с очень низким уровнем оказания профессиональных медицинских услуг. В связи с этим оно не может рассматриваться как решающий фактор сохранения физического и психического здоровья. Стабильность генетического аппарата и здоро-

вый образ жизни, который является сознательным добровольным процессом, направленным на сохранение и улучшение здоровья, могут сформироваться только в нормальной экологической ситуации. А она, в свою очередь, может быть достигнута при условиях высокого уровня экологической культуры общества в целом и каждого гражданина в частности [1].

В настоящее время в Российской Федерации сложилась непростая экологическая обстановка. Во многом она обусловлена неисполнением законодательства в области экологической безопасности. Это связано с минимальной



Фото 1, 2. Ледяной дождь



*Фото 3, 4. Лесные пожары как причина «парникового эффекта»
и образования смога*



ответственностью граждан и организаций за совершённые экологические преступления и нежеланием руководителей промышленных и сельскохозяйственных учреждений финансировать этот вид безопасности жизнедеятельности [9].

Потенциальную радиационную опасность на атомных станциях представляют реакторные установки энергоблоков, бассейны выдержки ядерного топлива и хранилища жидких и твёрдых отходов. Важнейшей задачей экологической безопасности ядерных технологий является проблема их переработки. Окончательной изоляции в глубоких геологических формациях подвергается

только 20% образующихся жидких отходов. Источниками радиоактивного загрязнения на объектах государственной корпорации «Росатом» являются долго и коротко живущие природные и техногенные радионуклиды, использующиеся в измерительной аппаратуре [3, 9].

Источниками экологической опасности могут служить места добычи полезных ископаемых и пути их транспортировки. Особенно серьёзные негативные последствия для окружающей среды формируются в Арктической зоне России, в местах разработки нефтяных месторождений.



Фото 5. Засуха как причина нехватки естественных сельскохозяйственных продуктов

Вредные последствия для здоровья человека имеют процессы, связанные с уменьшением площадей целевого использования сельскохозяйственных земель. Они используются под массовое жилищное строительство, коттеджные посёлки и садоводческие товарищества. Подобное строительство вокруг крупных городов нарушает условия проживания, делает невозможным формирование здорового образа жизни и гармоничного развития личности. Негативным последствием его является также сокращение производства качественных пищевых продуктов. Как следствие, многие граждане вынуждены питаться либо вредной, либо опасной генетически модифицированной продукцией.

Особенно опасные экологические условия сформировались в городе Москве и нескольких крупных городах РФ, в которых располагаются почти все учреждения высшего образования. Это связано с перенаселением, наличием большого количества автотранспорта,

сокращением площадей парков и скверов, вырубкой деревьев [3].

Проведённые нами исследования среди студентов московских вузов выявили недостаточную информированность респондентов по различным аспектам экологической опасности и здоровому образу жизни. Так, половина студентов не смогли назвать ни одной экологической катастрофы, которые произошли на Земле. На вопрос о негативном влиянии вредных экологических факторов на здоровье человека были даны такие ответы: развитие генных и хромосомных болезней (60%), возникновение онкологических заболеваний (25%), мужское и женское бесплодие (10%). Неблагоприятное воздействие на экосистему, по мнению респондентов, проявлялось вымиранием некоторых видов животных (70%), уничтожением лесов (20%) и загрязнением водоёмов (10%). На вопросы, касающиеся безопасного поведения граждан в условиях нарушенного экологического равнове-



Фото 6. Результат генной модификации



сия, не было дано ни одного удовлетворительного ответа [3].

В рамках названного выше исследования также изучалось отношение студентов к здоровому образу жизни. До начала исследования студенты оценили состояние своего здоровья: 55% — как хорошее, 25% — как удовлетворительное, 13% — как отличное, 2% — как плохое, 5% не смогли определиться с ответом. Факторы, определяющие здоровье, были ранжированы респондентами в следующей последовательности: 1 — наследственность, 2 — условия проживания, 3 — вредные привычки, 4 — питание, 5 — психологический комфорт, 6 — финансовые возможности, 7 — качество медицинской помощи. Для сохранения своего здоровья студенты пользуются следующими способами: занимаюсь различными видами спорта — 62%, бегаю по утрам — 13%, не пью и не курю — 43%, следуя рекомендациям врача — 5%, стараюсь соблюдать режим дня — 15%, ничего для этого не делаю — 8%.

Лишь 8% студентов никогда не употребляли алкоголь. Более половины юношей (56%) и подавляющее большинство девушек (85%) употребляют алкогольные напитки крепостью менее 30 градусов, 23% девушек и 60% юношей пьют пиво. 13% респондентов употребляют напитки крепостью 40 и более градусов. При всём этом более 65% респондентов считают алкоголь полезным для здоровья. Среди опрошенных студентов девушек-курильщиц оказалось больше, чем юношей (49 против 32%). При этом каждый десятый респондент выкуривает за сутки пачку сигарет и более [3]. 71%

студентов-респондентов одобрительно относятся к активной половой жизни в их возрасте [4]. Свыше 80% студентов имеют удовлетворительные знания о путях заражения, проявлениях и последствиях инфекционных заболеваний, в том числе о болезнях, передающихся половым путём [2].

Прививание элементов экологической культуры и здорового образа жизни студентам может быть реализовано при изучении таких дисциплин, как «Безопасность жизнедеятельности», «Основы здорового образа жизни» и «Основы социальной медицины» [5–8].

Процесс обучения направлен на формирование следующих компетенций:

- способностью использовать приёмы первой медицинской помощи, методы защиты в чрезвычайных ситуациях (в том числе экологических — *авт.*);
- способностью использовать методы и инструменты физической культуры для обеспечения социальной и профессиональной деятельности;
- способностью к осуществлению профилактики обстоятельств, обуславливающих потребность граждан в социальных услугах, социальной помощи;
- способностью использовать в профессиональной деятельности основные законы естественнонаучных дисциплин, в том числе медицины.

После изучения перечисленных дисциплин студенты должны знать:

- основные факторы, влияющие на индивидуальное и общественное здоровье в современной России;

- факторы внешней и внутренней среды, определяющие протекание беременности;

- факторы, влияющие на здоровье детей и подростков;

- причины нарушения экологического равновесия;

- проявления и последствия основных нарушений экологического равновесия;

- правила экологического грамотного поведения;

- основные медико-социальные аспекты здорового образа жизни;

- влияние образа жизни на здоровье;

- принципы рационального питания, режима труда и отдыха;

- основы психогигиены;

- значение двигательной активности для сохранения здоровья;

- показания к медико-генетическому консультированию молодых семейных пар;

- причины возникновения наиболее распространённых инфекционных и неинфекционных заболеваний;

- медико-социальные и эколого-гигиенические аспекты воспитания;

- методики физического воспитания.

Учащиеся должны уметь:

- анализировать показатели здоровья;
- оценивать роль различных факторов формирования здоровья;

- анализировать результаты медико-генетического консультирования молодых семей;

- оценивать показатели физического развития;

- организовывать эколого-гигиенический режим детей, подростков и студентов;

- формировать «моду» на здоровый образ жизни;

- организовывать и оказывать психолого-социальное сопровождение пострадавшим при экологических катастрофах.

Студенты должны владеть:

- формами и методами гигиенического воспитания;

- навыками формирования здорового образа жизни;

- технологиями организации медико-генетического консультирования молодых семей;

- методами самоконтроля здоровья;

- методиками разработки и реализации целевых программ по охране окружающей среды.

Экологическое образование и просвещение ставят своей целью воспитание экологического мировоззрения, базирующегося на новой этике нравственности, соответствующей уровню цивилизации нынешнего века и угрожающему росту антропогенной нагрузки на природу, которая во время жизни нового поколения увеличивается в несколько раз. Экологическое образование в широком смысле способно объединить нацию, весь мир вокруг общих ценностей. С ним приходит признание того, что и человек подчиняется законам биосферы. С другой стороны, реализация программы валеологического образования детей, подростков и студентов позволит решить многие демографические проблемы и обеспечить гармоничное развитие человеческого общества в достойных экологических условиях.



ЛИТЕРАТУРА

1. *Бурцев С.П.* и др. Медико-социальная работа: возможности при чрезвычайных ситуациях // Социология медицины. — 2005. — № 1. — С. 29–31.
2. *Бурцев С.П.* Массовое образование: образовательные и информационные технологии социальной работы с молодёжью в области иммунопрофилактики. Высшее образование для XXI века: X Международная научная конференция (Москва, 14–16 ноября 2013 г.). Доклады и материалы. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2013. — 110 с.
3. *Бурцев С.П.* Безопасность жизнедеятельности: курс лекций. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2014. — 92 с.
4. *Бурцев С.П., Дворянцева Ю.М., Солодилова Н.Ю.* Сексуальное образование в современной России. Высшее образование для XXI века: XI Международная научная конференция (Москва, 27–29 ноября 2014 г.). Доклады и материалы. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2014. — 101 с.
5. *Бурцев С.П.* Безопасность жизнедеятельности. Рабочая программа дисциплины. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2017. — 187 с.
6. *Бурцев С.П.* Основы здорового образа жизни. Рабочая программа дисциплины. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2016. — 40 с.
7. *Бурцев С.П.* Основы социальной медицины. Рабочая программа дисциплины. — М.: Изд-во Моск. гуманитар. ун-та, 2017. — 78 с.
8. *Кучма В.Р.* Формирование здоровья детей и подростков в современных социальных и эколого-гигиенических условиях. — М.: ММА им. И.М. Сеченова, 1996. — 282 с.
9. Социальная медицина: учебник для бакалавров / под ред. А.В. Мартыненко. — М.: Юрайт, 2014. — 475 с.