

УДК 355.233.231.1:613.71-057.875

## **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК ОСНОВА ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ**

**А. В. Клочков**

(МГУ имени А. А. Кулешова, Могилев, Беларусь)

Статья посвящена вопросам взаимосвязи здорового образа жизни и патриотического воспитания студенческой молодежи в Республике Беларусь. В ней рассматриваются возможности применения физической культуры в формировании гражданственности и патриотизма в молодежной среде.

*Ключевые слова:* здоровый образ жизни, патриотизм, здоровье, физическая культура, физическое воспитание, студент.

Сохранение здоровья людей, и прежде всего здоровья подрастающего поколения, представляет решающий фактор социального, экономического и политического развития государства в современном мире.

Здоровый образ жизни – это сложившийся у человека способ организации производственной, бытовой и культурной сторон жизнедеятельности.

тельности, позволяющий в той или иной мере реализовать свой творческий потенциал, сохраняющий и улучшающий здоровье человека.

Сегодня физическое, психическое и нравственное здоровье влияет на успешность учебной и трудовой деятельности, на отношения в семье и коллективе, на стабильность настроения и жизнеспособность личности. Следовательно, соблюдение молодыми людьми всех аспектов здорового образа жизни положительно сказывается на формировании их активной гражданской позиции.

Гражданская позиция в свою очередь является основой патриотического воспитания. Формирование патриотизма составляет одно из основных направлений идеологической и воспитательной работы со студенческой молодежью.

Патриотизм и гражданственность имеют огромное значение в социальном и духовном развитии человека. Они выступают как составные элементы его мировоззрения и отношения к родной стране, другим нациям и народам. Только на основе возвышающих чувств патриотизма и национальных святынь укрепляется любовь к родине, появляется чувство ответственности за ее могущество и независимость, сохранение материальных и духовных ценностей, развивается благородство и достоинство личности.

Патриотизм – идея, чувство и действия, выражающие любовь и преданность Родине, способствующие ее успехам во всех сферах внутренней жизни, повышению ее могущества и укреплению авторитета на международной арене. Патриотизм – это осознание общности интересов людей, веками живущих в обособленных отечествах, уважение к историческому прошлому своего народа, гордость за его достижения и горечь за неудачи, беды и ошибки предков и современников, активная деятельность по созданию нового, прогрессивного. Обязательной стороной подлинного патриотизма является уважение к другим народам, их языку, культуре, истории.

В нашей Республике патриотизм признан одной из самых важных духовно-нравственных ценностей, которая способствует формированию у молодежи готовности исполнять свой долг перед родиной.

Как было озвучено Президентом нашей страны А.Г. Лукашенко, для повышения престижа физического воспитания, а также с целью привлечения внимания к патриотическому воспитанию студенческой молодежи в Республике Беларусь необходимо находить новые эффективные методы работы [2].

Проблемы формирования гражданской и патриотической осознанности среди студентов высших учебных заведений обусловлены социальной ситуацией, которая меняется в современном обществе, а также кардинальными изменениями в социально-экономической, политической и общественной жизни Беларуси. Приоритетной задачей воспитательного процесса ставится формирование патриотических чувств, гражданского сознания и качеств у молодого поколения.

Одним из основных направлений патриотического воспитания студентов является спортивно-патриотическое воспитание, которое направлено на развитие морально-волевых качеств, укрепление выносливости, стойкости, мужества и дисциплинированности путем занятий физической культурой и спортом.

Патриотическое воспитание молодежи осуществляется посредством использования всевозможных форм и методов. Среди них выделяются спортивно-массовая работа и физкультурно-оздоровительные мероприятия. Это, прежде всего, включает участие команд университета в республиканской универсиаде, проведение круглогодичной спартакиады для студентов университета, организацию спортивно-оздоровительных праздников и участие в республиканских спортивных мероприятиях, приуроченных к Дню города, Дню Победы и Дню Независимости. Также студенты посещают республиканские спортивные соревнования и мероприятия.

Одним из эффективных методов формирования патриотизма у студенческой молодежи является работа по подготовке к сдаче норм физкультурно-оздоровительного комплекса Республики Беларусь, центральной идеей которого является духовное и физическое оздоровление нации средствами физической культуры, спорта и повышение на этой основе качества жизни каждого гражданина нашей страны. Целью данного комплекса является развитие в Республике Беларусь массового физкультурно-спортивного движения, направленного на оздоровление, общее физкультурное образование, нравственное и патриотическое воспитание, формирование здорового физически активного образа жизни нации [1].

Для укрепления осознания важности здоровья и поддержания здорового образа жизни среди студентов была разработана и успешно внедрена в учебный процесс программа факультатива «Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь». Занятия посещаются студентами третьего курса факультета математики

и естествознания Могилевского государственного университета имени А. А. Кулешова.

Цель факультатива – повышение эффективности использования физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитании патриотизма и обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания студентов.

Для определения взаимосвязи между здоровым образом жизни и духовно-нравственными ценностями студентов Могилевского государственного университета имени А.А.Кулешова проводилось анкетирование. В нем приняли участие студенты первого и третьего курсов факультета математики и естествознания.

Им было предложено пройти два идентичных теста: «Что для меня здоровый образ жизни», «Что значит для Вас патриотизм»

Исходя из данных анкетирования, можно сделать вывод, что к третьему курсу у студентов, посещающих факультатив, складывается осознанная потребность в занятиях физической активностью более чем 3 часа в неделю в отличие от первого курса (1 курс – 43%, 3 курс – 50%).

Одним из самых популярных видов физической активности среди первокурсников и студентов третьего курса являются занятия в спортзале или фитнес (1 курс – 59%, 3 курс – 70%), студенты третьего курса проявляют больший интерес к физкультурно-оздоровительному комплексу Республики Беларусь (1 курс – 5%, 3 курс – 8%).

Студенты третьего курса более целостно понимают, что значит быть патриотом своей Родины, более подробно раскрывают понятие гражданской ответственности и патриотизма (1 курс – 27%, 3 курс – 32%). У студентов старшего курса выявлен больший интерес и уважение к историческому прошлому своего народа (1 курс – 65%, 3 курс – 88%).

Здоровый образ жизни – значительный элемент патриотического воспитания студентов Беларуси. Исследования показывают, что он способствует формированию патриотического сознания. Здоровый образ жизни также развивает патриотические ценности, такие как дисциплина, уважение, ответственность и гордость за свою страну. Внедрение факультатива «Государственный физкультурно-оздоровительный комплекс Республики Беларусь» играет важную роль в процессе укрепления здоровья, развития личности, воспитания патриотизма. Общая идея заключается в том, что здоровый образ жизни является неотъемлемой частью патриотического воспитания студентов, что является залогом устойчивого развития и процветания Беларуси

## Список использованной литературы

1. Клочков, А. В. Взаимосвязь патриотического и физического воспитания студентов в Республике Беларусь / А. В. Клочков // Яковлевские чтения: патриотизм, гражданственность, духовность в аспекте современных социокультурных процессов : сборник статей по материалам международной научно-практической конференции, посвященной 175-летию со дня рождения И. Я. Яковлева, Чебоксары, 25–27 апреля 2023 года. – Чебоксары: Чувашский государственный педагогический университет имени И. Я. Яковлева, 2023. – С. 391–395.
2. Послание Президента белорусскому народу и Национальному собранию [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.belta.by/president/view/poslame-prezidenta-belorusskomu-narodu-i-natsionalnomu-sobraniju-glavnoe-481676-2022/>. – Дата доступа: 01.12.2023.