

УДК 316.33

Здоровье как ресурс нации

Л.А. Гащенко, П.С. Васильков

Проводится анализ формирования здорового образа жизни учащейся молодежи, рассматривается роль физического воспитания в укреплении здоровья старшеклассников. Обосновывается тезис о необходимости формирования у молодого поколения физических, социально-психологических качеств в единстве с его гражданско-патриотическими ценностями. Исследуется мотивация учащейся молодежи к занятиям физическими упражнениями во внеурочное время. Обозначена важность инновационных методов и форм физического воспитания в выработке у старшеклассников детерминант физической активности.

Здоровье населения Республики Беларусь является высшей национальной ценностью. Оно определяется, прежде всего, здоровьем современного поколения, которое, в свою очередь, социально обусловлено. Если рассмотреть ранговую шкалу группировки факторов риска, определяющих нарушения здоровья как детского, так и взрослого населения, то они будут располагаться в следующем порядке: образ и условия жизни, генетика, биология человека, внешняя среда, экология, природно-климатические условия, уровень и качество медицинской помощи.

Хотя социологические замеры показывают, что здоровье как ценность занимает одно из приоритетных мест в системе ценностных ориентаций молодежи [1], ее сознательное отношение к здоровью носит скорее декларативный характер. В действительности современное поколение не воспринимает здоровье как самоценность, которая предполагает сознательные действия личности для его сохранения, что подтверждается высоким уровнем заболеваемости детей [2]. В этой связи в Республике Беларусь, по указанию Президента А.Г. Лукашенко, разработана и реализуется комплексная программа по оздоровлению нации. Более того, в своем новогоднем обращении Глава государства отметил, что 2008 год будет Годом здоровья: «в самом широком смысле этого слова: здоровья человека, семьи, общества и страны. Усилия надо направить на развитие медицины, образования, спорта, формирование здорового образа жизни и культуры взаимоотношений, на защиту экологии и нравственных ценностей» [3].

До недавнего времени здоровье трактовалось в узкобиологическом смысле: как универсальная способность к разносторонней адаптации в ответ на воздействие внешней среды и изменение состояния внутренней среды. В этом случае речь может лишь идти о физиологических адаптационных возможностях человека [4].

Для каждого индивида естественно стремление к благополучию в различных сферах жизнедеятельности: образовании, труде, быту, отдыхе, общении и т.д. Достижение полного благополучия (физического, психического и социального) во многом зависит от того, какой образ жизни ведет человек – здоровый или нездоровый.

Взаимосвязь между образом жизни и здоровьем выражается в понятии «здоровый образ жизни» в единстве его биологического и социального компонентов. Он свя-

зан с личностно-мотивационным воплощением индивидами своих социальных, психологических и физических возможностей и представляет собой способ жизнедеятельности, направленный на сохранение и улучшение здоровья людей как условия и предпосылки существования и развития других сторон образа жизни [5]. К основным компонентам здорового образа жизни относятся: рациональное питание, организация труда и отдыха, отношение к вредным привычкам.

Физическая активность человека – главный и решающий фактор сохранения и укрепления здоровья, ничем не заменимое универсальное средство профилактики недугов и замедления процессов старения. Поэтому физическая культура не просто одна из составляющих, но и ключевая компонента здорового образа жизни. Выступая по своей сути человековедческой дисциплиной, физическая культура призвана развить целостную личность, гармонизировать ее духовные и физические силы, активизировать полноценную реализацию ее профессионального потенциала.

В этом контексте возрастает роль общеобразовательных учебных заведений, которые имеют материальное, законодательное и кадровое обеспечение для формирования здорового образа жизни учащейся молодежи в их повседневности. Развитие физических способностей подрастающего поколения следует рассматривать в рамках социализационного процесса: как развитие культуры, особо ценных личностных качеств. Исходя из сказанного, авторами настоящей статьи в рамках комплексной программы по оздоровлению населения был проведен крупномасштабный социологический мониторинг по проблеме «Здоровье как ресурс нации». Анкетировалась учащаяся молодежь 10 и 11 классов сельских и городских школ Гомельской, Минской, Могилевской и Витебской областей. Причем в последней были опрошены респонденты практически всех районных центров и городов областного подчинения.

Всего было опрошено 1276 старшеклассников. Гендерная составляющая такова: девушек – 784 (61%); юношей – 492 (39%). Как показывают наши регулярные социологические замеры, женское представительство в них постоянно выше, чем мужское, что в целом отражает демографическую ситуацию в Республике Беларусь. В отличие от предыдущих в нынешних социологических исследованиях мы специально не фиксируем общее количество городских и сельских старшеклассников. В этом нет никакой необходимости, поскольку они обладают идентичными ценностными ориентациями. Принципиальные различия отсутствуют. Все старшеклассники социализируются в транзитивном обществе.

Мы стремились на основе большого анонимного анкетирования респондентов получить, по возможности, достаточно объективную информацию об их отношении к постановке физического воспитания в общеобразовательных учебных заведениях; выяснить эффективность последнего в процессе оздоровления учащейся молодежи; определить физкультурно-спортивные потребности и интересы старшеклассников; проследить гражданско-патриотическую составляющую в физической культуре. Респондентам были объяснены задачи работы, обращалось особое внимание на необходимость формулировки конкретных ответов на все вопросы.

Здоровье следует рассматривать как особый ресурс, под которым обычно понимают запас, источник чего-либо. Здоровье тоже можно рассматривать как определен-

ный запас физических и психологических сил субъекта, необходимый ему для успешной общественно-полезной деятельности.

Этот запас не безграничен, он постепенно расходуется, поэтому его необходимо постоянно восполнять, причем делать это с опережением.

Однако значительная часть населения, и в первую очередь молодое поколение, недостаточно глубоко осознает специфику самого здоровья. Порой неоправданный оптимизм старшеклассников выражается в том, что многие из них верят в нерушимость собственного здоровья и не предпринимают усилий для его укрепления. Именно об этом свидетельствуют ответы респондентов на вопрос «Вы уверены в нерушимости своего здоровья?». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 1.

Таблица 1

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Да	37	25	29
2. Нет	42	53	49
3. Затрудняюсь ответить	21	22	22

Но для того чтобы к здоровью было бережное, рачительное отношение необходима его адекватная оценка. В этой связи респондентам задавался и соответствующий вопрос: «Кто помогает Вам глубже оценить значимость своего здоровья? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 2.

Таблица 2

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Телевизионные передачи, пропагандирующие здоровый образ жизни	19	50	38
2. Физкультурно-спортивные передачи	31	18	23
3. Пресса, радио, Интернет	35	37	36
4. Родители, близкие	48	62	57
5. Друзья, товарищи	33	33	33
6. Тренер-преподаватель	18	10	13
7. Преподаватели физкультуры	18	16	17
8. Кто еще, укажите	0,2	0,2	0,2

Цифровой материал данной таблицы совершенно прозрачен. Он позволяет увидеть, что роль тренеров-преподавателей и преподавателей физкультуры в пропаганде здорового образа жизни весьма незначительна. А ведь именно они как специалисты, непосредственно работающие с молодежью, по своему социальному статусу призваны постоянно разъяснять ей значимость и ценность здоровья, бережного к нему отношения и необходимости его укрепления.

В графе «Кто еще, укажите» респонденты ответили следующим образом: «собственные размышления», «физическое закаливание», «пример старшего брата», «я сама

это осознала», «никто», «мои мысли о будущем», «классный руководитель», «преподаватель биологии», «врачи». Ответы старшеклассников сознательно стилистически не обрабатывались. Как свидетельствует проведенный опрос, роль врачей, равно как и значимость тренеров-преподавателей и преподавателей физкультуры, в пропаганде здорового образа жизни очень низка. Из общего числа респондентов только 9 человек указало на то, что именно врачи помогли им более глубоко оценить свое здоровье. Но ведь кто как не врачи должны знать состояние здоровья учеников и постоянно вести профилактическую работу.

В свою очередь, упущения в профилактической работе не позволяют учащейся молодежи в полной мере осмыслить нездоровые формы досуга, вредные привычки, пагубность беспорядочных половых связей и других поступков, вредящих здоровью человека. Об этом убедительно свидетельствуют ответы респондентов на такой актуальный вопрос: «Насколько глубоко Вы осознаете далекие последствия пагубных удовольствий (курение, употребление спиртных напитков, наркотиков, беспорядочные половые связи и др.)?». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 3.

Таблица 3

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Достаточно глубоко	42	46	47
2. Приблизительно	32	34	31
3. Никогда не задумывался	17	11	13
4. Затрудняюсь ответить	9	9	9

Как видно из ответов респондентов, абсолютное большинство (как юношей, так и девушек) не имеет четкого представления об опасности вредных привычек для своего здоровья. Вместе с тем, человеческая практика говорит о том, что пока человек не заболит, он не думает о своем здоровье, которое воспринимается как некая постоянная субстанция, нечто заданное навеки от природы. Вредные привычки (наркомания, алкоголизм, курение и т.д.) – один из основных факторов риска для здоровья детей и молодежи. В механизмах их возникновения и проявления много общего, так как имеет место хроническое отравление химическими веществами, вызывающими изменение толерантности, влечений, зависимость, синдром лишения, негативное воздействие на все компоненты здоровья: духовное, эмоционально-психическое, физическое, соматическое, сексуальное и, конечно, на социальное благополучие индивида [6]. Именно об этом должны постоянно информировать учащуюся молодежь врачи, тренеры-преподаватели, преподаватели физкультуры, словом, все те, кто непосредственно работает с подрастающим поколением.

В целом, вредные привычки, опасные для здоровья отдельного человека и общества есть отражение влияний наследственности, воспитания и культуры личности [7].

Поскольку физическое воспитание играет важную роль в формировании здорового образа жизни старшеклассников, то им задавался и соответствующий вопрос: «Удовлетворяют ли Вашим интересам учебные занятия по физкультуре?». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 4.

Таблица 4

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Да	42	40	41
2. Нет	44	40	41
3. Затрудняюсь ответить	16	20	18

Цифровой материал обозначенной таблицы говорит о том, что абсолютное большинство старшеклассников либо недовольно проведением занятий по физической культуре, либо не смогло дать на поставленный вопрос однозначный ответ. В этой связи им был задан уточняющий вопрос: «Если проведение учебных занятий не удовлетворяет Вашим интересам, то почему? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 5.

Таблица 5

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Учебные занятия по физкультуре проводятся схематично и неинтересно	56	93	78
2. Много времени уходит на построения, строевые упражнения, команды	44	48	46
3. В залах нет современных спортивных тренажеров	67	95	84
4. Недостаточно спортивного инвентаря	42	45	44
5. Не учитываются желания и интересы самих учащихся, их анатомо-физиологические задатки	37	61	51
6. Что еще, укажите	0,2	0,2	0,2

Ответы респондентов позволяют обнаружить определенные причины, снижающие интерес к занятиям физической культуры, которые по своему характеру можно разделить на три группы: методические, организационные и личностные. Среди причин методического характера старшеклассники выделили схематизм в проведении занятий. Причем у девушек этот показатель достигает 93% (см. индикатор 1). В графе «Что еще, укажите» они уточнили свою позицию, указав на то, что предлагаемые нагрузки на проводимых занятиях не соответствуют их физическим возможностям. Причинами организационного характера являются неоправданная затрата урочного времени на построения, строевые упражнения (см. индикатор 2); нехватка инвентаря и оборудования, плохая материальная база (см. индикатор 3, 4). Среди личностных причин старшеклассники обозначили индифферентное отношение преподавателей физической культуры к их анатомо-физиологическим задаткам (см. индикатор 5). И опять-таки самый высокий показатель присущ девушкам.

В целом существуют объективные и субъективные факторы, которые должным образом снижают интерес учащейся молодежи к занятиям физической культурой. Но если для реализации объективных факторов необходимы материальные средства, то субъективные во многом зависят от профессионализма преподавателей физкультуры, насколько они владеют инновационными методами и приемами физического воспитания.

Следует отметить, что физическое воспитание не является самоцелью. По своему прямому назначению оно призвано выполнять одну из ключевых функций: способствовать формированию социальных качеств личности. Исходя из сказанного, респондентам задавались вопросы: «Способствуют ли учебные занятия физическими упражнениями воспитанию у Вас нижеперечисленных социально-психологических и гражданско-патриотических качеств?»; «Если способствуют, то укажите каких? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 6.

Таблица 6

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Дисциплинированности	30	34	32
2. Организованности	41	40	40
3. Силы воли	54	58	56
4. Ответственности	27	23	24
5. Укрепления здоровья для своей будущей профессии	25	20	22
6. Готовности в защите своего Отечества	21	0,2	0,1

Тщательный анализ данной таблицы позволяет сделать вывод о том, что в физическом воспитании существенно ослаблена его гражданско-патриотическая составляющая. Занятия по физической культуре в основном сориентированы на выработку у старшеклассников социально-психологических качеств. Скорее всего, укрепление здоровья старшеклассников (в качестве важного социального фактора), воспитания у них готовности к защите своего Отечества преподавателями физической культуры понимается не так актуально. Скажем, формирование у девушек патриотизма как важного духовного феномена совершенно не прослеживается (см. индикатор 6).

Мы не сомневаемся в объективности ответов старшеклассников, поскольку они коррелируются с результатами социологических замеров, проведенных под руководством профессора А.В. Русецкого. Общий массив опрошенных составил 2322 респондента. Из них 1522 – студенты трех витебских государственных вузов и одного коммерческого; 800 – старшеклассники г. Витебска и Витебской области. Им, в частности, был задан такой вопрос: «Если возникнет необходимость в защите своего Отечества, то как Вы поступите?». Ответы респондентов оказались следующими: лишь 47,1% из опрошенных будут защищать свое Отечество со всей решимостью [8]. Словом, корреляционная составляющая налицо.

Безусловно, основой воспитания гражданско-патриотических ценностей индивида является семья. Именно в ней закладываются базовые ценности личности. Тем не

менее общеобразовательная школа выступает в качестве важного звена в социализационном процессе учащейся молодежи, в которой базовые ценности, сформированные в семье, должны развиваться на более высоком, социально значимом уровне. Поэтому преподаватели физической культуры во время занятий должны неуклонно разъяснять, что сохранение и развитие здоровья всего населения, и прежде всего молодежи, – это не только (и не столько) самоцель и самооценность, но очень важный фактор (ресурс) эффективной жизнедеятельности нашей страны, ее национальной безопасности.

В процессе социологического мониторинга мы также решили выяснить физическую активность старшеклассников во внеурочное время. В этой связи им был задан следующие вопросы: «Занимаетесь ли Вы во внеурочное время физическими упражнениями и спортом?» (Блок А); «Если занимаетесь, то как часто?» (Блок Б). Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 7.

Таблица 7

Блок А

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Да	75	64	68
2. Нет	25	36	32

Блок Б

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Занимаюсь практически ежедневно	27	15	20
2. Занимаюсь 3–4 раза в неделю	29	22	25
3. Занимаюсь 1–2 раза в неделю	35	43	39
4. Занимаюсь 1–2 раза в месяц	9	20	16

Как свидетельствует приведенный цифровой материал, абсолютное большинство юношей и девушек занимаются во внеурочное время физическими упражнениями и спортом. Данные таблицы примечательны тем, что они позволяют выявить, какова их физическая активность. Очевидно, что частота занятий у юношей на 12% выше, чем у девушек (см. индикатор 1, Блок Б). По сути дела ежедневная физическая активность есть не что иное, как регулярное выполнение физической зарядки. Она значима тем, что позволяет молодым людям уже с утра взбодриться, «стряхнуть» с себя сон и активно включиться в учебную деятельность. К сожалению, физическая зарядка, в качестве потребности, является лишь для незначительного числа старшеклассников. А как известно, потребность есть источник активности личности, ее важный побудительный мотив. Думается, что преподавателям физической культуры следует более целенаправленно пропагандировать эту важную составляющую физического воспитания.

Заметим, что частота занятий физическими упражнениями 1–2 раза в месяц не эффективна и пользы для здоровья не приносит (см. индикатор 4, Блок Б). Об этом также преподавательскому составу стоит говорить своим ученикам.

Из предыдущих ответов старшеклассников логически вытекает следующий вопрос: «Где Вы занимаетесь физическими упражнениями и спортом? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 8.

Таблица 8

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. На стадионе	48	38	42
2. В парковой зоне	13	13	13
3. В спортивных секциях	49	30	38
4. В физкультурно-оздоровительном комплексе	13	16	15
5. В фитнес-клубе	15	31	24
6. В ледовом дворце	0,7	0,8	0,7
7. В школьных спортивных залах	1	1	1
8. Где еще, укажите	0,2	0,6	0,4

Как видно из ответов старшеклассников, наиболее доступными местами для занятий физическими упражнениями являются стадион и парковая зона (см. индикаторы 1 и 2), а также двор, в котором они проживают. На это указало 0,4% респондентов, в графе «Где еще, укажите». Обозначенный цифровой материал высветил и недостаточно высокий уровень посещения учащейся молодежью спортивных секций (см. индикатор 3). Это можно объяснить тем, что спорт является специфической составляющей физической культуры. Его основу составляет особенная соревновательная деятельность, то есть деятельность, характерной формой которой является система состязаний, исторически сложившаяся преимущественно в области физической культуры социума. Посредством спорта происходят сравнения человеческих возможностей. Занятия спортом предполагают наличие отменного здоровья, физических данных и других составляющих. К сожалению, как свидетельствуют данные здравоохранения, здоровье учащейся молодежи неуклонно ухудшается, что не позволяет ей активно заниматься спортом. В частности, возрастает количество детей, отнесенных к специальной медицинской группе по физическому воспитанию: в 2005 г. – 2,1%; в 2006 г. – 3,7%. С каждым годом ухудшаются результаты обследования осанки и остроты зрения учащихся [9].

Проведенный нами опрос также показал, что 13% юношей и 30% девушек предпочитают заниматься ритмической гимнастикой. Оздоровительные программы ритмической гимнастики (как они указывали в беседе) привлекают их своей доступностью, эмоциональностью, возможностью улучшить фигуру, осанку, развить физические качества. К сожалению, опять-таки сошлемся на их мнение, количество фитнес-клубов ограничено и не всегда есть возможность оплатить абонемент.

Ответы респондентов выявили и определенные упущения в школьной системе физического воспитания: только 1% юношей и девушек посещают во внеурочное время спортивные залы общеобразовательных учебных заведений, что явно недостаточно. Возможно, в силу двухсменности работы многих школ, спортивные залы загружены. И все же их необходимо использовать с максимальной отдачей, они не должны пустовать

в свободное от учебы время, в частности, в выходные дни. Ведь очевидно, что занятия физическими упражнениями, проводимые в спортивных залах под руководством специалиста, будут более эффективными, чем их самостоятельное выполнение во дворе или парковой зоне. Безусловно, его труд должен быть дополнительно оплачен.

Одновременно респондентам был задан и такой вопрос: «Если Вы не занимаетесь физкультурными упражнениями и спортом, то почему? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 9.

Таблица 9

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Не занимаюсь, потому что нет времени (оно все уходит на учебу)	16	38	32
2. Нет средств для оплаты физкультурно-спортивных услуг	15	12	13
3. Отсутствие подходящей компании	17	23	21
4. Мне это неинтересно	28	20	22
5. Просто ленюсь	51	47	48

Кроме первого ответа старшеклассников, с остальными можно согласиться. И вот почему. Их ссылка на нехватку времени неубедительна, поскольку, как мы уже отмечали выше, регулярные занятия физическими упражнениями можно приравнять к заурядной физзарядке, на выполнение которой затрачивается от силы 20–30 минут. И это время всегда можно найти, было бы желание и потребность.

В заключении нашего социологического мониторинга респондентам был задан попытоживающий вопрос: «Что побуждает Вас заниматься физическими упражнениями и спортом? (возможно несколько вариантов ответа)». Мнения опрошенных (в %) представлены в табл. 10.

Таблица 10

Варианты ответов	Юноши	Девушки	В среднем
1. Усовершенствование телосложения, приобретение оптимального веса	53	75	66
2. Укрепление здоровья, улучшение физического состояния	70	65	67
3. Получение эмоциональной разрядки, повышение настроения	37	42	40
4. Развитие физической привлекательности	36	41	39
5. Желание расширить круг общения, быть в компании друзей	24	20	22
6. Научиться давать отпор тем, кто посягает на мою неприкосновенность	23	15	18

Окончание табл. 10

7. Занимаюсь, чтобы участвовать в различных физкультурно-массовых мероприятиях, спортивных соревнованиях	24	11	17
8. Занимаюсь для достижения высоких спортивных результатов	18	5	10
9. Что еще, укажите	0,1	0,1	0,1

Эта таблица значима тем, что она позволяет определить мотивацию старшеклассников, занимающихся во внеурочное время физическими упражнениями и спортом. Подавляющее большинство из них направляет свои усилия на усовершенствование телосложения, приобретение оптимального веса, укрепление здоровья в целом (см. индикаторы 1 и 2). Ответы респондентов фиксируют также их стремление к самостоятельному развитию целого комплекса своих физических и социально-психологических качеств (см. индикаторы 3, 4, 5, 6, 7, 8), которые не в состоянии в полной мере выработать школьное физическое воспитание (см. табл. 5). В этом, на наш взгляд, заключается противоречие между личными и общественными интересами.

Некоторые респонденты на обозначенный вопрос отвечали еще и дополнительно. Результаты оказались следующими: «занимаюсь, потому что нравится этот вид спорта», «занимаюсь ради молодого человека». Правда, последних ответов было не много.

Сделаем краткие выводы. Общеобразовательная школа, как социальный институт, недостаточно эффективно пропагандирует и формирует у современного поколения здоровый образ жизни. В самом процессе физической социализации старшеклассников стихийная составляющая является определяющей по отношению к сознательной. Школьное физическое воспитание не способствует на должном уровне выработке физических и социально-психологических качеств личности. Учащаяся молодежь стремиться самостоятельно удовлетворить свои физические потребности и интересы (укрепить здоровье и улучшить физическое состояние). Это во-первых.

Во-вторых, в физической социализации старшеклассников слабо выражена гражданско-патриотическая составляющая: физические и социально-психологические качества личности формируются по сути дела в отрыве от ее гражданско-патриотических ценностей.

В-третьих, несмотря на то, что подавляющее большинство старшеклассников и занимаются во внеурочное время физическими упражнениями и спортом, тем не менее для многих они еще не являются потребностью. Физкультурно-преподавательский корпус недостаточно эффективно пропагандирует такой важный компонент физической культуры как физическую зарядку, выполнение которой не требует больших усилий.

В-четвертых, администрации общеобразовательных учебных заведений следует более активно использовать стадионы и спортивные залы школ для проведения физкультурных и спортивных вечеров, спортландий, дней здоровья, спорта и т.д.

И последнее. Только используя инновационные методы и формы физического воспитания можно сформировать у старшеклассников здоровый образ жизни, укрепить

их здоровье, которое является одним из ключевых факторов национальной безопасности страны.

Л и т е р а т у р а

1. Русецкий, А.В. Патриотические ценности студенчества Беларуси на рубеже нового тысячелетия (на примере вузов г. Витебска): моногр. для научн. работников по спец. 22.00.06. – социология культуры, духовной жизни / А.В. Русецкий, Л.А. Гашенко. – Витебск: Изд-во УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2002. – С. 57–68.
2. Гулицкая, Н.И. Состояние здоровья детей в Республике Беларусь / Н.И. Гулицкая, Л.Н. Ломоть // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – 2006. – № 11. – С. 12–14.
3. Лукашенко, А.Г. Советская Белоруссия. – 2008. – 4 января. – С. 2.
4. Здоровье, развитие, личность / под ред. Г.Н. Сердюковой, Д.Н. Крылова, У. Кляйнпетер. – М.: Дорфа, 1990. – 98 с.
5. Лисицын, Ю.П. Образ жизни и здоровье населения / Ю.П. Лисицын. – М.: Народное образование, 1982. – С. 41.
6. Морозов, М.А. Девиантное поведение: алкоголизм, наркомания, курение табака (Основы валеологии: учеб. пособие); под ред. В.П. Соломина, Л.П. Макаровой, Л.А. Поповой, М.А. Морозова. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена, 1999. – С. 123–156.
7. Марков, В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / В.В. Марков. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – С. 320.
8. Русецкий, А.В. Патриотическое мировоззрение молодежи: состояние и динамика / А.В. Русецкий, Л.А. Гашенко, Е.А. Капитонова // Ученые записки. – Витебск, 2005. – Т. 4. – С. 3–31.
9. Гулицкая, Н.И. Состояние здоровья детей в Республике Беларусь / Н.И. Гулицкая, Л.Н. Ломоть // Вопросы организации и информатизации здравоохранения. – С. 12–14.

Поступило 10.11.2008