

УДК 371.71:159.947

## ИССЛЕДОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ У ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ

© 2015

*Г.Г. Гусейнова*, ст. преподаватель кафедры общей и спортивной физиологии  
Азербайджанская Государственная Академия Физической культуры и Спортa, Баку (Азербайджан)

**Аннотация.** Проблемы здорового образа жизни, в том числе и у молодежи, имеют сегодня актуальное значение. С целью исследования знаний у подростков средних школ о здоровом образе жизни, производились разъяснительные беседы по данной проблеме. Результаты исследования выявили, что в экспериментальной группе учащихся знания о здоровом образе жизни были немного выше, чем у контрольной группы, где беседы по этому вопросу не проводились.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, подросток, здоровье, общество.

Начиная с середины XX века, научно-техническая революция привела к глобальным изменениям в жизни человечества. В настоящее время самым большим достижением научно-технической революции являются компьютерные и телекоммуникационные технологии, интегрирующиеся во всех областях и ставящиеся перед современным человеком высокие требования к подготовленности качеств и навыков. Только в целях удовлетворения этих требований технического прогресса необходимо в будущем развитие разумного, здорового, интеллектуально развитого современного поколения. О подрастающем поколении Г.Алиев говорил, что «Сегодняшнее молодое поколение страны возвысит будущее Азербайджана» [7, с.164]. Долг каждого человека – принять близкое участие в строительстве здорового общества.

Известный русский кардиолог Н.М.Амосов отмечал, что здоровье – это естественное состояние человека, правильное взаимодействие с окружающей средой и отсутствие симптомов заболеваний [3, с.51].

К.В.Динейка также про здоровье человека говорил, что необходимым условием здесь является не лечение заболевания, а его предупреждение и забота [4].

Здоровье не означает отсутствие заболевания, а принятое ВОЗ определение здоровье – это полное физическое, духовное и «общественное» счастье [1, с.61]. Здоровье для человека имеет бесценное значение. Если выразится словами Сократа, то «все не означает здоровье, но все без здоровья ничего не значит» [5, с.245].

По данным ВОЗ, если здоровье человека была принята 100%, то состояние его 10% от здравоохранения, 20% от наследственных факторов, 20% от окружающей среды, а 50% от его образа жизни. Таким образом, здоровье человека не зависит от здравоохранения, а зависит от здорового образа жизни. [8].

Здоровый образ жизни имеет широкое понятие, направленное на поддержание здоровья и укрепление его без ущерба для здоровья условий жизни и других людей [6]. Одним из актуальных вопросов каждого периода жизни является здоровый образ жизни.

В частности, защита здоровья Азербайджанского народа, организация в области здорового образа жизни всегда богата древними традициями. Ф.У.Алекперов, изучая рукописи ученых, живущих в средние XII века, выявил создание ими концепции здорового образа жизни [2, с.12].

Нарушение экологического равновесия, имеющаяся в стране социальная напряженность, различные инфекционные заболевания, появление нездоровых продуктов питания, гиподинамия, связанная с развитием техники, оказывают влияние на здоровье человека, особенно у наиболее уязвимой части населения – подростков. Среди возрастных периодов подростковый возраст является самым сложным и по имеющимся понятиям этот период называется критическим, переходным периодом, поскольку является переходным периодом от детства к юношеству. Подросток, образно говоря, это построенный из более эластичных живых материалов, «качающийся мостик» между детством и юношеством.

Подростковый период, в основном, характеризуется увеличением роста, резким повышением обмена веществ и активностью желез внутренней секреции и, наконец, половым созреванием.

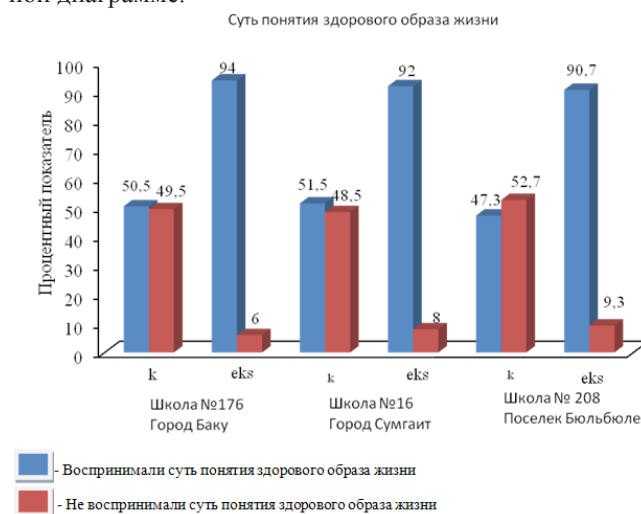
Любой отрицательный фактор, влияющий на организм подросткового поколения, является причиной возникновения серьезных патологических изменений в их организме.

Тяжелее последствия спиртных напитков, сигарет, наркотических и токсических веществ связаны именно с этим периодом развития. В связи с этим формирование здорового образа жизни у подростков является основной потребностью современного общества. Проблемы формирования, реализации здорового образа жизни подрастающего поколения для каждого общества являются на сегодня и в будущем, пожалуй, одним из первостепенных факторов, существенно влияющих на культурное, духовно-нравственное, социально-экологическое развитие в данном обществе. Здоровое поколение означает здоровое будущее.

С целью изучения вопросов об отношении подростков к вопросам здорового образа жизни и их знаний в этом вопросе, нами было проведено экспериментальное исследование. Эксперимент проводился путем анкетирования подростков школы № 176 Ясамальского района города Баку, №208 поселка Бюльбюль пригорода города Баку и №16 города Сумгаит.

До начала экспериментов в экспериментальных классах проводились беседы о здоровом образе жизни и для проверки знаний по этому вопросу проводилось анкетирование, как в опытных, так и контрольных группах.

Результаты опроса представлены в нижеприведенной диаграмме.



Как видно из полученных данных, все три группы экспериментальных данных о взаимопонимании учащимися здорового образа жизни являются, в некоторой степени, сходными, вместе с тем их результаты отличаются от результатов опроса учащихся в контрольной группе. Таким образом, суть концепции здорового образа жизни

у подростков исследуемых школ было понятно в экспериментальных классах у 94%, 92%, 90,7% опрошенных; не имели представления 6%, 8%, 9,3%; суть концепции здорового образа жизни была понятна в контрольных группах - 51,5%, 51,5%, 47,3%; не имели представления соответственно 49,5, 48,5, 52,5.

Результаты проведенных исследований показали, что в экспериментальных классах, где проводились беседы о здоровом образе жизни, уровень знаний был значительно выше, чем у контрольной группы. Таким образом, можно прийти к заключению о том, что проведенные системные, целенаправленные беседы позволили получить значительные результаты исследований. Все вышеизложенное является доказательством роли пропаганды и значения формирования здорового образа жизни у подростков.

## STUDY HEALTHY LIFESTYLE YOUNGER GENERATION

© 2015

*G.G. Guseynova*, Senior Lecturer of the Department of General and sports physiology  
*Azerbaijan State Academy of Physical Culture and Sport, Baku (Azerbaijan)*

*Abstract.* Healthy lifestyles, including young people, have relevance today. To investigate the knowledge of high school teens about healthy lifestyles, produced explanatory talks on this issue. Results of the study showed that the experimental group students' knowledge about healthy lifestyles were slightly higher than in the control group, where discussions on this issue have been conducted.

*Key words:* healthy lifestyle, teen, health, society.

УДК 378.1

## РЕАЛИЗАЦИЯ ПРИНЦИПОВ ПРОЦЕССНОГО И СИСТЕМНОГО ПОДХОДОВ К МЕНЕДЖМЕНТУ КАЧЕСТВА ОБРАЗОВАНИЯ

© 2015

*T. В. Гуськова*, кандидат педагогических наук, доцент кафедры «Педагогика и психология»  
*Пензенский государственный технологический университет, Пенза (Россия)*

*Аннотация.* Основными задачами внедрения систем менеджмента качества является обеспечение высокого качества управления организацией в целом и формирование на этой основе фундаментальных условий его развития. Процессный подход как инструмент создания и совершенствования системы качества образовательной организации обладает высоким организационно-методическим потенциалом. Внедрение процессного подхода обеспечивает новое качество управления образовательной организацией за счет прозрачности механизма функционирования и управления процессами и позволяет получить на этой основе новые возможности постоянного совершенствования системы качества образования. В данной статье рассмотрена реализация принципов процессного и системного подходов к менеджменту на основе разработки и внедрения системы менеджмента качества в Пензенском государственном технологическом университете. Модель системы менеджмента качества, основанная на процессном подходе, устанавливает взаимосвязи и взаимодействие процессов управленческой деятельности руководства, обеспечивающих процессов, включая управление ресурсами, процессов мониторинга, измерений и улучшений, а также базовых процессов жизненного цикла образовательной услуги. Полноценное внедрение процессного и системного подходов обеспечивает образовательной организации возможность осуществления системы планирования, согласованности при реализации процессов, обеспечения их адекватности корпоративным целям, обоснованности распределения ресурсов, возможности постоянного совершенствования.

*Ключевые слова:* система менеджмента качества, системный подход, базовые процессы жизненного цикла образовательной услуги, обеспечивающие процессы, измерение, анализ, улучшение, оценка качества образования.

*Постановка проблемы в общем виде и ее связь с важными научными и практическими задачами.* Разработка и внедрение систем менеджмента качества является одним из направлений модернизации российского высшего образования. Современные модели менеджмента качества позволяют образовательным структурам сокращать общие затраты на качество, улучшать оперативность управления, эффективнее удовлетворять запросы потребителя образовательных услуг. Основными задачами внедрения систем менеджмента качества является обеспечение высокого качества управления организацией в целом и формирование на этой основе фундаментальных условий его развития [1]. С 2000 г. в системе высшего образования используются следующие модели управления качеством подготовки специалистов: модель управления, основанная на оценочном методе (SWOT-анализ); модель управления, основанная на принципах Всеобщего управления качеством (TQM); модель, основанная на требованиях международных стандартов качества ИСО серии 9000; модель Европейского фон-

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Абиев Г.Ш. Физиологические основы двигательного активности и физиологической работоспособности организма. Баку: 2014
2. Алекперов Ф.У Охрана здоровья в средневековом (X-XVII вв.) Азербайджане. Баку: 1999
3. Амосов Н.М. Раздумья о здоровье. Баку: 1989
4. Динейка К.В. 10 уроков психофизической тренировки // <http://www.koob.ru/>
5. Великие мысли великих людей. Антология афоризма. В 3-х томах (1 том — Древний мир). М., 2001
6. Касимов М.С., Векилов, В.Н. Мусаев Р.Н. О здоровом образе жизни. Баку. 2013.
7. Кулиев Д.Г. История физической культуры и спорта в Азербайджане. Баку: 2004. ст 187
8. ВОЗ о здоровье людей // <http://vk.com/>

да по менеджменту качества (EFQM); модель премии Правительства РФ в области качества; модель конкурса Минобрнауки России и др. [2]. Выбор модели системы менеджмента качества влияет на обеспечение способности организации выполнять требования потребителей.

*Анализ последних исследований и публикаций, в которых рассматривались аспекты этой проблемы и на которых обосновывается автор; выделение неразрешенных ранее частей общей проблемы.* В настоящее время большинство образовательных организаций имеет опыт разработки и внедрения систем менеджмента качества (далее СМК) представленный в научных работах Болочагиной В. В., Веденягина И. Э., Гадаловой В. В., Киселевой К. И., Кучеренко В. А., Моисеева В. Б., Мотовой Г. Н., Никонова Э. Г., Омельченко И. Н., Разуваева С. Г., Суровицкой Г. В., Шендалева А. Н. и других авторов [2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14]. Одной из наиболее распространенных моделей является СМК на базе международных стандартов ИСО серии 9000 [15]. Эффективность данной модели СМК