

**ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
ВОЕННОСЛУЖАЩИХ КАК СОЦИАЛЬНО-
ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА**

Н.Ю. Андрущенко*, А.И. Кривко**

**Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П.М. Машерова»*

***Воинская часть Витебской области*

Здоровье является первейшим и наиважнейшим фактором для успешного прохождения службы. В этой связи здоровью и здоровому образу жизни военнослужащих уделяется повышенное внимание.

Цель статьи – выявить уровень отношения военнослужащих к здоровью и здоровому образу жизни.

Материал и методы. Исследование проводилось в одной из воинских частей Витебской области. Респондентами были военнослужащие мужчины и женщины в возрасте от 18 до 45 лет. Использованы анкетный опрос «Субъективная оценка образа жизни» (Л.Г. Качан), авторская анкета «Здоровый образ жизни», а также теоретические методы исследования (анализ, синтез, сравнение, обобщение, систематизация).

Результаты и их обсуждение. Анкетирование показало, что у большинства военнослужащих сложилось правильное представление о здоровом образе жизни. Различные категории военнослужащих неодинаково проявляют интерес к здоровому образу жизни. Практически все категории военнослужащих в своем абсолютном большинстве отметили, что ключевым побуждающим мотивом для изменения образа жизни является укрепление организма посредством физических упражнений и спорта. Однако не все ведут здоровый образ жизни и осознают такую необходимость. Это является основанием для разработки программы по формированию здорового образа жизни у военнослужащих.

Заключение. Проблематика здоровья военнослужащих обусловлена спецификой воинской службы, индивидуальными особенностями военнослужащих, их информированностью и пониманием данного вопроса, а также наличием у них мотивационных установок, позволяющих им действовать, организуя свой здоровый образ жизни. Формирование у военнослужащих здорового образа жизни является значимой социально-педагогической задачей.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, военнослужащие.

**HEALTH AND HEALTHY LIFESTYLE OF MILITARY PERSONNEL
AS A SOCIAL AND PEDAGOGICAL PROBLEM**

N.Yu. Andrushchenko, A.I. Krivko

Education Establishment "Vitebsk State P. M. Masherov University"

Health is a primary factor for successful military service. That is why health and healthy lifestyle of military personnel are paid great attention to.

The purpose of this article is to identify the attitudes of military personnel to health and healthy lifestyle.

Material and methods. The study was conducted in one of the military units of Vitebsk Region. The respondents were military men and women aged 18 to 45. We used the questionnaire "Subjective assessment of lifestyle" (L.G. Kachan), the author's questionnaire "Healthy lifestyle", as well as theoretical research methods (analysis, synthesis, comparison, generalization, systematization).

Findings and their discussion. The survey showed that the majority of military personnel had a correct idea of healthy lifestyle. Different categories of military personnel have different interests in healthy lifestyle. Almost all categories of military personnel in their absolute majority noted that the main motive for changing the lifestyle is to strengthen the body through exercise and sports. However,

not everyone leads a healthy lifestyle and is aware of this need. This is the basis for the development of a program for shaping a healthy lifestyle for military personnel.

Conclusion. The problem of military men's health is determined by the specifics of military service, individual characteristics of military personnel, their awareness and understanding of this issue, as well as the presence of motivational attitudes that allow them to act, thus organizing their healthy lifestyle. Shaping military men's healthy lifestyle is an important social and pedagogical task.

Key words: health, healthy lifestyle, military personnel.