



Клименко М.В.

Клименко Маргарита Валерьевна, магистрант группы СКД/маг-25 факультета гуманитарного образования Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: margo.klimenko03@gmail.com.

Научный руководитель: **Вицелярова Карина Николаевна**, кандидат экономических наук, профессор, заместитель декана факультета гуманитарного образования Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: kvicelyarova@mail.ru.

ПОТЕНЦИАЛ ХУДОЖЕСТВЕННО-ЗРЕЛИЩНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ МОЛОДЕЖИ

В статье рассматривается понятие здорового образа жизни и его актуальность на сегодняшний день в условиях современной политики государства. Освещены проблемы формирования здорового образа жизни у молодого поколения в сферах общественной деятельности: образовании, СМИ и художественно-зрелищном искусстве. Мероприятия социально-культурной деятельности с помощью организации и проведения физкультурно-оздоровительных событий помогают при реализации государственной политики приобщать молодёжь к культуре здорового образа жизни.

Ключевые слова: здоровье, здоровый образ жизни, художественно-зрелищные мероприятия, физическая культура, физическое воспитание.

Klimenko M.V.

Klimenko Margarita Valeryevna, Master's student of the SKD/mag-25 group at the Faculty of Humanitarian Education of the Krasnodar State Institute of Culture (Krasnodar, 40-letiya Pobedy str., 33), e-mail: margo.klimenko03@gmail.com.

Scientific supervisor: **Vitselyarova Karina Nikolaevna**, PhD in Economics, Professor, Deputy Dean of the Faculty of Humanities at the Krasnodar State Institute of Culture (Krasnodar, 40-letiya Pobedy str., 33), e-mail: kvicelyarova@mail.ru.

THE POTENTIAL OF ARTISTIC AND ENTERTAINMENT EVENTS IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE CULTURE FOR YOUNG PEOPLE

The article examines the concept of a healthy lifestyle and its relevance today in the context of modern government policy. The problems of forming a healthy lifestyle among the younger generation in the fields of public activity are highlighted: education, mass media, and art and entertainment. Social and cultural activities through the organization and holding of physical culture and wellness events help in the implementation of state policy to introduce young people to the culture of a healthy lifestyle.

Keywords: health, healthy lifestyle, artistic and entertainment events, physical culture, physical education.

Большая часть людей в России, если не каждый человек, хоть раз задавался вопросами: «Здоров ли я? Успешен? Нахожусь в гармонии с самим собой и окружающим меня миром и людьми?». Важно понимать, давая

самому себе ответ на эти вопросы, что секрет той самой «гармонии» строится на здоровом образе жизни (ЗОЖ). Здоровье является основой психофизического, духовно-нравственного, социального становления личности, экономического и демографического будущего страны.

По оценкам экспертов Всемирной организации здравоохранения, из 100% уровня здоровья человека 10% зависит от здравоохранения, 20% – от наследственности, 20% – от окружающей среды и 50% – от образа жизни самого человека. Из этого следует, что каждый из нас на 50% может быть уверен в своём здоровье, если будет вести здоровый образ жизни.

Понятие здорового образа жизни включает в себя не только отказ от вредных привычек, но и физическую активность, правильное сбалансированное питание, богатое полезными витаминами и минералами, а также эмоциональное благополучие и снижение риска инфекционных заболеваний путём контроля факторов риска. По мнению В.А. Бороненко и Л.А. Рапопорт, развитие культуры является процессом интеграционным. Данная интеграция заключается не только во взаимодействии человека с социальной средой, но еще и во взаимодействии с природой и самим собой. В данном случае культура здоровья – это определенная степень совершенства, которая возможна по достижению лучшего уровня оптимизации жизнедеятельности человека.

Сегодня государственная политика направлена на повышение демографии (увеличение продолжительности жизни, снижение уровня смертности и повышение рождаемости населения) и пропаганду физической культуры и физического воспитания детей и молодёжи. Однако, чтобы обеспечить данное направление социальной политики, важно осознавать необходимость системного подхода, в котором ключевую роль играет здоровье населения страны. От эффективности внедрения и формирования культуры здорового образа жизни в сознании молодого поколения зависят вышеперечисленные демографические показатели. Эффективность пропаганды ЗОЖ зависит от решения проблем, которые существуют в сферах

общественной деятельности. Например, в образовательной среде (школы, средние профессиональные учреждения и высшие учебные заведения) информация о здоровье как о важной составляющей жизни каждого человека отсутствует либо раскрывается недостаточно. Ученики и студенты ходят на занятия физической культурой, где тренируют определённые группы мышц, развивая силу, ловкость, выносливость, координацию и гибкость, но не многие из педагогов рассказывают на лекционных занятиях о важности правильного питания, соблюдения режима дня и о сохранении психоэмоциональной стабильности.

Важно отметить, что в средствах массовой информации (СМИ) активно освещаются спортивные достижения, существуют телевизионные передачи, направленные на пропаганду физической культуры, а в социальных сетях существует большое количество блогеров и фитнес-тренеров, которые рассказывают о важности питания, правильном распределении физической нагрузки на всё тело, будь то силовые тренировки или «кардио».

Если говорить о социокультурной сфере общества, то она, в свою очередь, разрабатывает и реализует рекреационные, спортивные и физкультурно-оздоровительные праздники, которые выступают в качестве профилактического метода, потому что развитие физического воспитания и здоровья – это путь к улучшению физического состояния, иммунитета и общих физических качеств граждан России. В содержание спортивного праздника входят разнообразные формы зрелищного искусства: фестивали, спортивные соревнования, спартакиады, церемонии открытия чемпионатов и олимпиады. В качестве практического итога вышеперечисленных событий принято понимать формирование спортивных движений, открытие новых спортивных центров, кружков, секций, а также моделирование спортивного мышления и культуры здорового образа жизни.

Разработка и реализация художественно-зрелищных представлений, праздников и событий выражает возможности физкультурно-оздоровительного воспитания и пропаганды культуры здорового образа

жизни, выполняя при этом основные функции массовых зрелищ. Например, идеологическая функция формирует в сознании молодежи определенную картину мира путем эмоционального воздействия на зрителя специфическими методами режиссуры, моделирует коллективное сознание, основанное на нравственных ценностях и важности физического и психологического воспитания. Информационная, образовательная и воспитательная функции помогают просвещать аудиторию в сфере физической культуры и спорта, а также увеличивают количество знаний в области здоровья и ЗОЖ. Рекреационная и психологическая функции, в свою очередь, создают благоприятную среду для формирования стабильного психоэмоционального состояния у зрителя через позитивное воздействие.

Таким образом, художественно-зрелищные мероприятия обладают огромными возможностями для формирования в сознании молодёжи не только нравственного, социального и духовного, но и физического развития, продвигая тем самым культуру здорового образа жизни в массы. Использование приемов и методов режиссуры возможно в различных направлениях социальной и воспитательной работы, что является залогом качественного фундамента будущей самореализации молодого поколения в аспекте здоровья. Это особенно важно в существующих реалиях, когда проблема формирования культуры здорового жизни современного молодого человека чрезвычайно актуальна.

Список источников

1. Бароненко, В.А. Здоровье и физическая культура студента: учебное пособие / В.А. Бароненко, Л.А. Рапопорт. – 2-е изд., перераб. – М.: Альфа-М: ИНФРА-М, 2009. – URL: <http://library.lgaki.info> (дата обращения: 07.10.2025).

2. Битарова, Л.Г. Перспективы развития массовых спортивных мероприятий в Краснодарском крае / Л.Г. Битарова, Е.А. Найдено, ...

Е.Л. Мишустина // Физическая культура и спорт. Олимпийское образование: Материалы международной научно-практической конференции, Краснодар, 18 февраля 2021 года. – Краснодар: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма», 2021.

3. Плотникова, Г.Г. Режиссура спортивного праздника: особенности организации / Г.Г. Плотникова // Актуальные вопросы публичного управления, экономики, права в условиях цифровизации: сборник научных статей Международной научно-практической конференции Том 2. – Курск: ЗАО «Университетская книга», 2023. – С. 179-181.

4. Средства популяризации физической культуры и здорового образа жизни среди молодого населения Российской Федерации / А.А. Чудиновских, Б.М. Сапаров, О.С. Рогов, Д.Р. Гареев // Молодежь и наука. – 2022.