

**Сохранение и укрепление
здоровья — важная часть
подготовки юноши
допризывного возраста к
военной службе и трудовой
деятельности**

Сохранение и укрепление здоровья, физическое развитие -это важная и неотъемлемая часть подготовки каждого гражданина к выполнению своего воинского долга.

Все граждане при начальной постановке на воинский учёт и призыве проходят медицинское освидетельствование врачей-специалистов, и только две категории подлежат призыву: категория «А» -годен к военной службе; категория «Б» - годен к военной службе с незначительными ограничениями.



**Для того чтобы определить годность
допризывников к военной службе, военные
комиссариаты запрашивают следующие сведения:**

- **из психоневрологических, наркологических, противотуберкулезных, кожно-венерологических диспансеров списки лиц, состоящих в этих учреждениях на учёте;**
- **из других медицинских учреждений списки лиц, состоящих на диспансерном учёте и переболевших в течение последних 12 месяцев инфекционными и паразитарными болезнями, сведения о профилактических прививках и о непереносимости медикаментозных средств и других веществ, а также медицинские карты и другие медицинские документы, характеризующие состояние здоровья граждан; из органов социальной защиты населения сведения о лицах, признанных инвалидами;**

Для того чтобы определить годность допризывников к военной службе, военные комиссариаты запрашивают следующие сведения:

- **из правоохранительных органов сведения о лицах, состоящих на учёте за правонарушения, бродяжничество, употребление наркотических, токсических веществ, алкоголя и медицинских препаратов в немедицинских целях.**

Такое глубокое изучение состояния физического и духовного здоровья гражданина, подлежащего призыву на военную службу, свидетельствует о настоящей необходимости в комплектовании Вооружённых Сил здоровым пополнением. Служба в армии даже в мирное время требует от каждого военнослужащего высоких духовных качеств и высокого уровня физического здоровья.

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), на 50% здоровье человека зависит от его образа жизни.

По данным Всемирной Организации Здравоохранения (ВОЗ) здоровье человека зависит от следующих факторов



Образ жизни 50%



Медицина 20%



Экология 20%



Наследственность 10%

Наследственность

Наследственность – это способность живых организмов передавать свои признаки, свойства и особенности развития из поколения в поколение.

Благодаря этому каждый вид животных или растений, грибов или микроорганизмов сохраняет на протяжении многих поколений характерные для него черты.



Военная служба является серьёзным критерием проверки способностей молодого человека к дальнейшей самостоятельной жизни, его умения управлять собой, в том числе и своим здоровьем.



В целях повышения устойчивости военнослужащих и их организма к различным резким изменениям физических факторов окружающей среды, к условиям, связанным с особенностями военной службы и выполнением боевых задач, в подразделениях и частях организуются занятия по физической подготовке, спортивные мероприятия и мероприятия по закаливанию организма.



Закаливание военнослужащих проводится систематически путём комплексного использования водных, солнечных и воздушных факторов внешней среды в сочетании с занятиями физической культурой и спортом.



Для профилактики и повышения невосприимчивости военнослужащих к инфекционным болезням делаются предохранительные прививки.



Мероприятия, проводимые в воинских частях с целью укрепления и сохранения здоровья военнослужащих, в полной мере способствуют поддержанию здоровья военнослужащих на необходимом уровне. Однако в заключение повторим, что на 50% здоровье каждого зависит от личного отношения к собственному здоровью.

Напомним ещё одну истину:

для здорового духовно и физически человека все задачи, которые ставит перед ним жизнь, разрешимы и приемлемы, а тем более задачи военной службы. Заботясь о своём здоровье, человек заботится о своём дальнейшем благополучии.

Выводы

- *Каждый молодой человек должен сохранять и укреплять своё здоровье, так как будущему защитнику Родины нужно быть крепким и физически закалённым.*
- *Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих достигается проведением мероприятий по оздоровлению условий жизни и быта, систематическим закаливанием, регулярными занятиями физической подготовкой и спортом.*
- *Закаливание военнослужащих, занятия физической подготовкой проводятся в целях повышения устойчивости их организма к различным резким изменениям физических факторов окружающей среды, к условиям, связанным с особенностями военной службы и выполнением боевых задач.*
- *Благополучие каждого зависит от его здоровья.*

Вопросы

- *Какие основные требования предъявляются к здоровью допризывника при постановке на воинский учёт?*
- *Какие основные мероприятия проводятся в Вооружённых Силах Российской Федерации по сохранению и укреплению здоровья военнослужащих?*
- *Какие вы знаете мероприятия, проводимые в воинской части по закаливанию военнослужащих?*
- *Почему здоровым физически и духовно людям легче найти высокооплачиваемую работу и устроить свою жизнь благополучно? Обоснуйте свой ответ.*