

## MORAL ECONOMY IN THE DISCOURSE OF INTERESTS OF MODERN GENERATIONS OF RUSSIANS

© 2020 Lebedeva Lyudmila Gennadyevna  
Master of pedagogical Sciences, Senior Lecturer  
Samara State University of Economics  
E-mail: ludleb@mail.ru

**Keywords:** interests, age-generational groups, generations, moral economy, social state.

The analysis of the problem of "moral economy" in the discourse of interests of Russian generations is based on the materials of sociological surveys: "Fathers and children: conflict and cooperation, continuity of generations 2018" under the leadership of L.G. Lebedeva and "Youth of the Samara region 2018" under the leadership of V.B. Zvonovsky.

УДК 371.72  
Код РИНЦ 06.00.00

## МОДА НА ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ В СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ

© 2020 Обертяева Дарья Алексеевна\*  
студент  
Самарский государственный экономический университет  
E-mail: d.temnikova@mail.ru

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, здоровье, здоровое питание, спорт, общество, молодежь, мода.

В данной статье рассматривается, как в Россию пришла мода на здоровый образ жизни, как люди стали активнее следить за питанием и заниматься спортом, как крупные производители стали подстраиваться под тренд на здоровый образ жизни.

Человек всегда стремится к тому, чтобы достигнуть внутреннего или внешнего идеала. В связи с этим по всем континентам и странам можно наблюдать распространение моды на здоровый образ жизни. Со временем мода в сфере одежды, интерьера, красоты меняется, но истинные ценности, касающиеся здоровья, остаются неизменными.

В современном обществе мы можем заметить, что отношение к здоровью изменяется: курение, спиртное и наркотики считаются не модным, а занятия спортом, наоборот, набирают популярность. Большинство людей приходит к тому, что только здоровье позволяет реализовать свои смелые планы, создать семью и растить здоровых и желанных детей. Чтобы сохранить и укрепить здоровье следует вести здоровый образ жизни.

---

\* Научный руководитель - **Чеджемов Герман Асланбекович**, старший преподаватель.

Под здоровым образом жизни мы понимаем такой образ, который способствует укреплению здоровья, профилактике болезней и несчастных случаев. Нельзя не заметить, что мода на ЗОЖ в последние годы в России значительно возрастает. Все больше россиян задумываются о том, что они употребляют в пищу, и как это отразится на их здоровье.

Определимся с понятием, что следует понимать под модой. Все мы привыкли, что под модой понимается стиль в одежде, форма прически и т.п. Но мода - это еще и особенности поведения, которого придерживается большинство в обществе. Она начинает распространяться тогда, когда процент ее последователей достигает высокого уровня.

Создание моды на здоровый образ жизни является важной задачей настоящего времени. Не следует забывать, что формы поведения, связанные с биологическими потребностями организма легче усваиваются. Одной из таких потребностей является потребность в двигательной активности, которая очень ярко проявляется в детском возрасте. Именно тогда и должны закладываться основы ЗОЖ.

Что же такое здоровье? По уставу Всемирной организации здравоохранения, здоровье - состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. В медико-санитарной статистике под здоровьем понимается отсутствие выявленных расстройств и заболеваний, а в общественном здоровье важным является снижение уровня смертности, заболеваемости и инвалидности.

Быть здоровым - нормальное желание, которое есть у каждого человека. Здоровье является не только биологическим, но и социальным понятием. Хорошее здоровье - это радостное восприятие жизни, высокая трудоспособность. Для поддержания и сохранения здоровья человека важное значение имеют условия труда, прожиточный минимум, образ жизни, состояние здравоохранения. Все это зависит от социального строя общества, так как он определяет уровень рождаемости, заболеваемости, продолжительности жизни и смертности населения. Каждый человек должен посмотреть на то, какое условие жизни не соблюдается и как при этом страдает его здоровье. Например, все мы знаем, что половина россиян живут в условиях, которые находятся ниже среднего уровня социального благополучия. Нам с детства говорят о том, что здоровье человека заложено в его генах и передается ему от родителей. Но если подумать, много ли детей на сегодняшний день рождаются полностью здоровыми? На самом деле, лишь 25%. Это может быть тревожным звонком для населения, должно заставить его применить много сил и средств для укрепления здоровья, чтобы затем рожать здоровых детей. Следовательно, недопустимо бездействие в ожидании, когда сам организм сделает свое дело. Человек должен сам совершать определенные действия в данном направлении, но большинство осознает ценность здоровья тогда, когда возникает серьезная угроза для жизни, только затем они начинают заботиться о восстановлении здоровья.<sup>5</sup>

Проследим, как мода на ЗОЖ проникла в Россию. После падения "железного занавеса" в Россию хлынул невероятный поток западных новинок. Модные тенденции Европы и Америки стали неотъемлемой частью жизни российского гражданина. Вместе с практичными вещами и технологиями, в обиходе у россиянина появилось ранее неизвестное слово - фаст-фуд. Так в России стали появляться рестораны быстрого питания мировых известных сетей, которые были заполнены клиентами целый день. Миллионы россиян пристрастились к калорийным бургерам, картофелю фри, сладким газировкам, которые не приносят человеку ничего, кроме нарушений желудочно-кишечного тракта и лишнего веса.

Развал СССР повлек за собой массу негативных для здоровья людей последствий; сокращение рабочих мест на фабриках, заводах, колхозах, увеличение численности работников в офисах и т.д. Если советский человек проводил свой день в движении, то россияне ежедневно просиживают перед компьютерами около восьми часов в день, опираясь при этом лишь на работу мозга, но не тела. К всему вышеперечисленному можно добавить возрастание потребления алкогольной и табачной продукции. В результате всего этого понятия "здоровье" и "спорт" ушли на второй план, уступая дорогу пассивному образу жизни.<sup>2</sup>

Возможно эта ситуация продолжалась бы еще долгое время, но в Россию снова пришла новая модная тенденция - здоровый образ жизни. Страницы глянцевого журналов, эфиры телеканалов, социальные сети оказались заполнены многочисленными статьями и репортажами о том, как следует следить за своим организмом, сохранять молодость и бодрость духа. Все это постепенно сформировалось в целое движение, которое объединило сотни тысяч человек по всей стране.

Эту моду поддерживают и представители власти, в частности, сферы здравоохранения и спорта. Для пропаганды ЗОЖ разрабатываются федеральные и региональные законы, ведутся различные кампании. На основе этого в 2013 году был принят закон "Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака", который вводит полный запрет на курение в общественных местах. Для снижения доли курящего населения повысились розничные цены на сигареты. Также внесены изменения в закон о пропаганде алкоголя и табака, где ограничивается реклама данной продукции.<sup>4</sup>

Все предпринятые меры привели к тому, что за последние годы около 10 миллионов россиян оказались от курения, и доля курящих снизилась с 40 до 30% от общей численности населения.

Снова активно внедряется физкультурно-спортивный комплекс "Готов к труду и обороне" (ГТО). Успешное прохождение ГТО дает гражданам различные меры социальной поддержки. Так выпускники школ, которые имеют значки ГТО, имеют преимущества при поступлении в ВУЗы. Данные программы для пропаганды спорта дают ощутимые результаты. Но все же, человеком, в первую очередь, движет стремление к самосовершенствованию и самореализации, которых можно достичь с помощью спорта.

Все мы знаем, что молодежь подвержена влиянию окружающих, она стремится быть в тренде, заниматься популярным делом. Абонемент в спортзал стал мастхэвом для сегодняшнего времени. Нельзя не заметить, что молодые люди выбирают посещение фитнеса, йоги, аэробики, бассейна намного чаще, чем посещение кино и кафе. Владельцы спортивных и тренажерных залов по всей стране, число которых стремительно растет, отмечают высокий рост выручки и численности клиентов за последние годы.<sup>3</sup>

Моду на ЗОЖ поддерживают и известные артисты и музыканты, а молодые люди, которые равняются на них, берут с них пример. Все чаще можно услышать заявления знаменитостей и спортсменов о том, что курить и употреблять алкоголь больше не модно. Этот полезный тренд носит массовый характер, что подтверждено исследованиями специалистом Всероссийского центра изучения общественного мнения, которые с помощью исследования выяснили, что активный образ жизни ведут 87% молодых людей в России.

В Госдуму был внесен законопроект, который предусматривает изменение состава продуктов, используемого для расчета стоимости потребительской корзины. В ней должно

уменьшится количество потребляемого хлеба и мучных изделий на 24%, а картофеля на 10%. Повышаются нормы потребления овощей на 23%, фруктов на 67%, молочных продуктов на 12%, рыбы на 19% и мяса на 26%. Российский рынок вслед за зарубежным активно движется в сторону новых моделей поведения потребителей.<sup>1</sup>

Сами производители не остаются в стороне от моды на здоровый образ жизни. Мировые компании меняют состав привычных продуктов и начинают выпускать новые с улучшенным, более полезным составом. Так, Coca-Cola снизила количество сахара в своей газировке на 30-80%, а Pepsi планирует сократить уровень сахара на 2/3 к 2025 году. J7 вывел на рынок соки, обогащенные пищевыми волокнами.

Еще несколько лет назад рынок здорового питания состоял из небольшого количества продуктов, которые были представлены далеко не во всех магазинах. На сегодняшний день здоровые тренды проникли почти во все товарные категории. Однако, ни в России, ни за рубежом нет четкого понимания, что же такое здоровое питание. За рубежом используется понятие health & wellness, которое включает в себя все товары и услуги для красоты и здоровья. В России спрос на безопасную для здоровья продукцию также растет. Магазины сокращают объем продаж товаров, а категория экологически чистой продукции увеличивается. Несколько лет назад была особая популярность запросов у людей на возможность покупать экологически чистые товары. Магазины отвечали на запросы покупателей, рассматривая производителей данной сферы. Так в крупных сетевых супермаркетах стали появляться полки с эко-продуктами.

Розничные сети "Избенка" и "ВкусВилл" показывают то, как тяга к ЗОЖ у потребителей помогает преуспеть ритейлерам. В 2009 году была основана компания по продаже натуральных продуктов "Избенка", которая состояла из нескольких точек. В 2011 году была основана новая сеть - "ВкусВилл", которая предлагала товары для здорового питания и бытовую химию. Изначально данная сеть была задумана как магазин здорового питания, который появился не на волне моды на ЗОЖ, а потому что было тяжело найти качественную продукцию в Москве. Сейчас в Москве и других городах работает около 500 магазинов "ВкусВилл" и "Избенка", которые пользуются спросом и расширяются порядком около 30 новых точек в месяц. Продукты для здорового питания часто располагаются в среднем и высоком ценовых сегментах, так как для их создания используются натуральные ингредиенты, обогащение витаминами, инновационная упаковка и специальные технологии, которые увеличивают их стоимость почти в 2 раза по сравнению с аналогами. Однако, большинство россиян готовы платить дороже за продукты, которые не несут в себе опасность для здоровья.

Российские производители и продавцы уверены, что мода на экологически-чистые продукты и на здоровый образ жизни будет набирать все большие обороты. Современное общество стало уходить от покупки дешевых товаров, усвоив то, что здоровье и благоприятная среда важнее всего. Потребители становятся более осознанными, и компании стараются подстроиться под них, дабы увеличить прибыль. Все чаще крупные корпорации запускают новинки, которые позиционируют себя как полезные для здоровья, и открывают для потребителя категорию функциональных продуктов питания. В небольших городах, вблизи которых находятся села и деревни, люди всегда покупали натуральные молочные продукты и спрос на них существовал всегда. Но следует понимать, что в небольших городах спрос на натуральные товары ограничен вследствие меньшей степени проникновения идей здорового образа жизни и меньшим уровнем дохода, чем в мегаполисах.

Хотелось бы верить, что спорт и ЗОЖ - не проходящая мода, а стиль жизни, который навсегда закрепится в обществе. Важно, чтобы со временем эта тенденция переросла в привычку, которая обеспечит России будущее здоровое поколение. Ведь именно от здоровой нации зависит процветание страны.

---

<sup>1</sup> Абросимова М.Ю. Здоровье молодежи / М.Ю. Абросимова и др. - Казань: "Медицина", 2015 г. - 220 с.

<sup>2</sup> Назарова Е.Н., Жилев Ю.Д. Основы здорового образа жизни - М.: Академия, 2018 г.

<sup>3</sup> Солодков А. С., Сологуб Е. Б. Физиология спорта: Учебное пособие/ спбгафк им. П. Ф. Лесгафта спб., 2016 г.

<sup>4</sup> Сухов В.М., Сухова Е.В. Избавление от табачной зависимости - путь к здоровому образу жизни// Вестник СГЭУ № 4, 2018 г. - С. 148.

<sup>5</sup> Рахматов А. А. Научные основы здорового образа жизни // Образование и воспитание. 2016. №2. - С. 5-7.

## FASHION FOR A HEALTHY WAY OF LIFE IN MODERN RUSSIA

© 2020 Obertyaeva Daria Alekseevna  
Student  
Samara State University of Economics  
E-mail: d.temnikova@mail.ru

**Keywords:** healthy lifestyle, health, healthy food, sport, society, youth, fashion.

This article discusses how in Russia the fashion on a healthy way of life as people become more active to follow the diet and exercise as major manufacturers began to adjust to the trend in healthy lifestyle.

УДК 316.42  
Код РИНЦ 04.00.00

## ОБЩЕНИЕ В XXI ВЕКЕ: РЕАЛЬНОЕ ИЛИ ЦИФРОВОЕ?

© 2020 Пышкина Елизавета Сергеевна\*  
студент  
Самарский государственный экономический университет  
E-mail: lpushkinal07@mail.ru

**Ключевые слова:** цифровое общение, социальные сети, реальное общение.

В данной статье рассмотрены два вида общения: реальное и цифровое, описаны преимущества и недостатки каждого из них, их влияние на человека.

---

\* Научный руководитель - **Чеджемов Герман Асланбекович**, старший преподаватель.