

Секция «Телевидение в актуальной парадигме современности: от художественной классики и истории до новых аудиовизуальных медиа»

## **Роль телевизионных передач в продвижении здорового образа жизни среди населения России**

**Научный руководитель – Скакунова Виктория Александровна**

*Орехова Полина Андреевна*

*Студент (бакалавр)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Высшая школа телевидения (факультет), Москва, Россия

*E-mail: psemnadtsat@mail.ru*

Телевидение как одно из средств массовой информации играет важную роль в развитии здорового образа жизни населения России. Обладая различными функциями, в том числе просветительской, телевидение позволяет зрителю познакомиться с различным типом и числом телепередач, которые помогают населению найти свой подход к здоровому образу жизни и узнать мнение специалистов и быть в курсе последних исследований по теме здоровья.

Программы 1960-х годов о медицине на телевидении внесли ключевой вклад в развитие научной журналистики. На протяжении последующих десятилетий менялась манера подачи информации. В связи с этим, появлялись новые форматы и жанры на телевидении. Тележурналы, ток-шоу и авторские программы на медицинскую тематику с течением времени становились всё более развлекательными и зрелищными [3].

Изменения коснулись и кулинарных передач. Кулинарные передачи как отдельный жанр также может быть отнесен к тематике здоровья, так как нацелен на пропаганду здорового и разнообразного питания среди населения. Помимо обычных рецептов, которые освещались на телевидении в 1990-х годах, в эфир выходили специализированные мастер-классы. С участием шеф-поваров и других экспертов такие проекты предлагают зрителям с разными потребностями и запросами приготовить блюда здорового питания. На сегодняшний день, помимо кулинарных ток-шоу и мастер-классов, на телевизионных каналах можно встретить целые циклы программ на гастрономическую тематику, необходимых для всеобъемлющего понимания пищевой ценности продукта и его безопасности для здоровья [1].

Для укрепления иммунитета и профилактики физического здоровья на телевидении есть серии зарядок, тренировок, и аэробных упражнений, которые в свою очередь, помогают предотвратить риск появления травм и растяжений перед любым занятием спортом. В такого рода познавательных спортивных программах эксперты советуют, с чего начать путь профессионального спортсмена. Более того, семейные соревновательные телеигры вдохновляют зрителей разных поколений на коллективные занятия физической культурой [2].

Некоторым людям в силу противопоказаний и внутренних переживаний не рекомендуется заниматься профессиональным спортом. Так, молодые и зрелые люди, страдающие ожирением, имеющие физические травмы и психологические проблемы, в рамках участия в телевизионных проектах про здоровье, борются не за первенство и золотую медаль, а за собственную жизнь. Такие проекты затрагивают острые темы похудения и психического здоровья [4]. В данном случае речь идёт о социальных реалити-шоу. Условно их можно разделить на два типа: программы-преображения и реалити-шоу о похудении.

Ментальное здоровье человека напрямую зависит от самооценки, которая формируется в зависимости от любви или ненависти к собственному Я. По тому, как человек относится к себе и к людям, можно судить о качестве его жизни. Искажённое представление о

самом себе, личная нереализованность и чужие ожидания могут стать причинами низкой самооценки, и, как следствие, разрушить внутреннюю гармонию человека. В программах о личностном преобразении, эксперты помогают героиням преодолевать страхи и комплексы. Меры специалистов направлены на то, чтобы даже самые обречённые участницы обрели новый смысл жизни и мечты.

Социальные реалити-шоу о похудении также затрагивают тему психического благополучия граждан. Например, в условиях проекта «Большие девочки» на телеканале «Пятница!», рассматриваются всевозможные психологические причины набора лишнего веса молодых девушек, больных ожирением. Существуют и проекты о похудении, ориентированные на мужскую аудиторию. Тем не менее, в совокупности эти реалити-шоу необходимы для того, что предостеречь зрителей от пагубного влияния диет и пассивного образа жизни. Но какой ценой участники добиваются поставленной цели, сбросить вес и обрести душевный покой? По этому вопросу ведутся острые дискуссии.

Какой тип контента на телевидении можно назвать конструктивным, а какой деструктивным? Вопрос остаётся спорным. Телевидение выпускает разнообразный материал, посвящённый здоровому образу жизни человека. Но решающий выбор той или иной передачи или шоу всегда остаётся за зрителем. Именно он будет по-своему распоряжаться полученными знаниями по просмотренному материалу.

Таким образом, телевидение выполняет информационную и координирующую функции в развитии здорового образа жизни населения России. Однако в приоритет телевидение в основном ставит компетентность опытных квалифицированных врачей, а не собственную силу, оказывающее значительное влияние на мышление и поступки зрителей, а также их отношение к своему здоровью.

### Источники и литература

- 1) Абелян К. Г. Программы гастрономической тематики на российском телевидении // Ученые записки НовГУ. 2015. №3 (3). — С. 1-3.
- 2) Абрамов Д. А. ИСТОРИЯ ИЗУЧЕНИЯ СПОРТИВНОГО ТЕЛЕВИДЕНИЯ В СОВЕТСКОМ СОЮЗЕ И СОВРЕМЕННОЙ РОССИИ // Вестник ВУиТ. 2021. №4 (36). — С.50-53.
- 3) Ежова Е.Н., Буров А.А. «Давайте меняться сознательно!»: формирование ценностей здорового образа жизни в медиапространстве современной России // Гуманитарные и юридические исследования. 2015. №4. — С. 165-166.
- 4) Свиткевич, Ю.В. Информационное воздействие на личность в сети Интернет как один из предикторов частоты рецидивов расстройств пищевого поведения / Ю. В. Свиткевич, Y. V. Svitkevich // Инновационная наука: Психология. Педагогика. Дефектология. — 2021. — № 2. — С. 32-47.