

СПИСОК ЛІТЕРАТУРЫ:

1. Не сделай ошибку! Донецк, 2004 г.
2. Орієнтовний зміст виховання в національній школі. Київ, 1996 р.
3. Класний керівник у сучасній школі. Київ, 1996 р.
4. festival.1september.ruФестиваль педагогических идей. Раздел «Классное руководство».
5. kak.znaete.ru Вредные привычки. Курение
6. licey 10.nsknet.ruКлассный час «Вредные привычки».

ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Т.С. МИХАЙЛИК, Н.О. ОРНИЧ

*Буковинський державний фінансово-економічний університет
Чернівці, Україна*

Конституція України визнає життя і здоров'я людини найвищими соціальними цінностями. Відповідно до Основного Закону, держава несе відповідальність перед людиною за свою діяльність і зобов'язана ефективно вирішувати завдання виховання здорового покоління, від чого значною мірою залежить соціально-економічний розвиток суспільства і країни в цілому.

Проблеми здоров'я і здорового способу життя молоді та умови їх оптимізації стали предметом дослідження філософів, медиків, психологів, педагогів. Теоретико-методологічні засади цих питань сформульовано у працях А.Г. Здравомислова, І.Н. Смирнова, Л.П. Сущенко та ін.; психолого-педагогічні аспекти виховання здорового способу життя дітей і молоді розглянуті в дослідженнях Т.Є. Бойченко, Г.П. Голобородько, М.Є. Кобринського, Т.Ю. Круцевича, С.В. Лапаєнко, В.М. Оржиховської, Ю.Т. Похолінчука, В.В. Радула, С.О. Свириденко, М.С. Солопчука; формування здорового способу життя засобами фізичного виховання досліджували В.Г. Артеф, О.Ф. Артюшенко, О.М. Вацеба, Г.І. Власюк, Л.В. Волков, М.С. Герцик, Л.Д. Гурман, В.С. Дробинський, О.Д. Дубогай, С.А.Закопайло, М.Д. Зубалій та інші.

Проблема формування здорового способу життя охоплює широкий спектр питань. Але необхідність збереження здоров'я і запобігання його руйнації потребує всебічного і комплексного вивчення всіх можливих форм вкорінення в систему освіти формування здорового способу життя. Незадовільний стан здоров'я молоді обумовлений падінням суспільної моралі, значним соціальним розшаруванням населення, складною криміногенною ситуацією, комерціалізацією статевого стосунків, раннім початком статевого життя, негативним впливом засобів масової інформації [7, 43].

Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад. Здоров'я людини походить визначення поняття здорового способу життя: це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною

своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку та побуту [2, 92].

Світова наука розробила цілісний погляд на здоров'я як феномен, що інтегрує принаймні чотири його сфери або складові – фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і духовну. Всі ці складові невід'ємні одна від одної, вони тісно взаємопов'язані і саме разом, у сукупності, визначають стан здоров'я людини. Найважливіші з цих елементів – усвідомлення цінності власного здоров'я; відсутність шкідливих звичок; доступ до здорового харчування; задовільні умови побуту та праці; рухова активність [1, 32].

Так, за даними Міністерства охорони здоров'я України в останні десять років зареєстровано підвищення рівня захворюваності й поширення серед молоді хвороб крові та кровотворних органів, недоброякісних новоутворень, хвороб сечостатевої та кістково-м'язової систем та кровообігу; почастишали ускладнення вагітності, пологів і післяпологового періоду, наявні вроджені вади розвитку. Залишається високим рівень захворювань, що передаються статевим шляхом. Соціально небезпечною проблемою став СНІД (ВІЛ-інфекція): за темпами розвитку цієї епідемії Україна посідає одне з перших місць у світі. Переважна більшість ВІЛ-інфікованих наркомани – особи віком від 15 до 30 років; спостерігається зростання ВІЛ-інфекції серед наркоманів-підлітків і дітей.

В Україні відзначається щорічне погіршення психічного здоров'я підлітків, насамперед, внаслідок вживання алкогольних напоїв, наркотичних та інших психотропних речовин. Кількість випускників шкіл, які є практично здоровими становить 5% - 15%. За таких умов здоров'я молоді має стійку тенденцію до погіршення [3, 67].

Такі темпи руйнації здоров'я викликають ряд питань, які потребують негайного вирішення, зокрема, це пошук нових підходів до організації навчально-виховного процесу у вищих навчальних закладах, спрямованих на гуманізацію освіти, що забезпечить створення оптимальних умов для духовного зростання особистості, повноцінної реалізації психофізичних можливостей, збереження та зміцнення здоров'я.

Одним зі методів вирішення поставлених проблем є так званий інтерактивний методи. Теорія соціального навчання теоретично обґрунтовує особливості методики активного навчання. Зокрема, важко не погодитися з тим, що молодь вчиться як із запланованого навчального матеріалу, так і зі спостереження за своїм оточенням. Тому процес навчання певної практичної навички повинен відтворювати природний процес навчання: спочатку засвоєння певні норми, а згодом - коригування своєї поведінки залежно від наслідків власних дій та реакції на їх поведінку інших людей. Поведінка посилюється позитивними чи негативними наслідками, які учень безпосередньо бачить або відчуває. Краще запам'ятовуються такі моделі поведінки, коли люди подумки або в реальній практиці використовують змодельовані зразки поведінки. Отже, виховання є ефективним, якщо не суперечить позитивній реакції оточення щодо дитини, тобто коли дитина бачить у житті те, що не суперечить інформації, отриманій у школі [6, 32].

Також, з метою підвищення здоров'я молоді, органи управління освітою на місцях реалізують програму «Здоров'я через освіту», в межах якої в практичній діяльності навчальних закладів застосовується система ранньої профілактики поширення шкідливих звичок, психолого-педагогічне діагностування, індивідуальна виховна робота для попередження девіантної поведінки дітей та молоді, використовується наявний науковий та методичний потенціал [6, 12].

Ефективна реалізація ідей формування здорового способу життя можлива за умови раціонального використання фінансових, технологічних, матеріальних, інтелектуальних та інших ресурсів держави, які спрямовуються на формування фізично, психічно, соціально, морально здорової особистості з високим рівнем громадянської відповідальності, готової до самостійного вибору власного місця в житті, високо ґрунтованої і культурної, яка має гуманістичний світогляд та гуманістичні якості, поважає батьків, інших людей, які її оточують, із сформованою культурою спілкування, веде здоровий спосіб життя, прагне до самовдосконалення, толерантна, добродісна, милосердна, доброзичлива [5, 24].

Отже, здоров'я є феноменом, станом повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад. Особливо актуальним питання здоров'я та формування здорового способу життя у молоді постало на даний момент в Україні, оскільки щорічно спостерігається значне погіршення здоров'я молоді, внаслідок вживання алкогольних напоїв, наркотичних та інших психотропних речовин, нездорового харчування тощо. Існує багато різних способів розв'язання даних проблем, але з усіх можна виділити інтерактивний метод та спосіб створення програм пов'язаних із підвищенням здоров'я молоді.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Бойко О.В. Становлення та розвиток поняття «здоровий спосіб життя» // Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах: Зб. наук. праць. Книга I. – К., 2000. – С. 117-124.
2. Гріневич І.І. Сутність здорового способу життя: історично-педагогічний аналіз проблеми // Наукові записки. Психолого-педагогічні науки. – Ніжин, 2001. – № 1. – С. 92-99.
3. Жабокрицька О.В. Гуманізація освіти і виховання основ здорового способу життя підлітків // Збірник «Наукові записки». – Випуск 38. – Серія: Педагогічні науки. Засоби реалізації сучасних технологій навчання – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка, 2001. – С. 66–69.
4. Кравчук О.В. Нетрадиційні методи й системи оздоровлення. Навчальний посібник. – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка. – 2002. – 196 с.
5. Кузьменко В.Ю. Проблеми самоактуалізації особистості в контексті виховання здорового способу життя // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. праць. Книга I. – К., 2002. – С. 153-158.
6. Фесюк О.П. Самооцінка школярами власної вихованості і культури здоров'я // Актуальні проблеми оздоровчої фізичної культури, фізичної реабілітації та валеології у сучасних умовах // Збірник наукових праць, Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка, 1999. – С. 32

7. Формування здорового способу життя молоді: (Навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді) / Т.В. Бондар, О.Г. Карпенко, Д.М. Дикова-Фаворська та ін. – К.: Держ. ін.-т проблем сім'ї та молоді, 2005. – 116 с.

РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНІЙ ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ГІРНИКІВ

Д.П. БАТЕЧКО

*Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту,
ДВНЗ «Національний гірничий університет»,
Дніпропетровськ, Україна*

Зважаючи на те, що наша держава практично повністю перейшла до ринкової економіки, що спричинило модернізацію всіх сфер її діяльності, включаючи і сферу освіти, то ця тема в даний час відзначається особливою актуальністю. Вдосконалення учбового процесу вимагає активного пошуку нових ефективних форм, засобів і методів навчання у вищій школі. У сучасних умовах учбово-виховний процес повинен бути направлений на виховання і підготовку студентів до самостійного життя, формування ініціативних, творчих і здорових осіб [4;7;8]. Представляється, що однією з доріг вирішення даної задачі може служити вивчення стану фізичного виховання студентів для навчання у ВНЗ.

У науковій літературі та засобах масової інформації викладено досить багато висновків і дискусій, пов'язаних з виниклою проблемою в системі фізичного виховання в ВНЗ. Але, як часто буває, ми забуваємо дізнатися думку бачення ситуації, що склалася у самого головного учасника цього процесу – викладача-практика, який відповідає за спортивно-масову, оздоровчу і навчально-виховну частину фізичного виховання в ВНЗ. Таким чином, на основі аналізу та узагальнення інформації науково-методичної літератури виявлено об'єктивну необхідність модернізації системи фізичного виховання в Україні, у відповідності до сучасної парадигми освіти [2].

Сучасна освіта, на думку науковців (В. Гаврилюк, О. Гречишкіна, Л. Животовська, А. Міненко, О. Савонова, С. Страшко та ін.), - це особистісно-орієнтований розвиток людини, формування самосвідомості, системи норм і цінностей, навичок спілкування та прийняття рішень, умінь управляти своїми бажаннями і впливати на діяльність інших, долати перепони, протистояти чужій волі, тиску, це набуття навичок, необхідних для успішного інтегрування молоді в суспільні відносини та самостійне життя. Ураховуючи те, що метою вчителя насамперед є створення умов для збереження здоров'я підростаючого покоління, перед вищою школою постає завдання формування культури здоров'я студентів, що повинно стати важливою складовою їхньої професійної підготовки, набуття ними знань і навичок щодо збереження і зміцнення здоров'я, дотримання здорового образу життя. Вагома роль у цьому процесі, на нашу думку, належить фізичному вихованню студентів під час навчання у вищому навчальному закладі.