

кращих з кращими чоловіків та жінок), у якого IQ було 180, закінчив наркоманією. Смерть в довідку про IQ не заглядає.

Чи є взагалі педагогічна технологія формування здорової особистості? (насамперед духовно здорової особистості) Звісно, що є, вона вічна, як саме життя. Любов. Любов підкаже, як виховувати своє дитя, любов підкаже, як слухатись своїх батьків, вихователів. Звісно, якщо вона є, всезігріваюча любов, бо дитина скаже у відповідь: «Розкрий очі, навколо саме зло, всі так діють».

На епітафії одного борця зі злом написано: «Він робив добро зі зла, бо більше не мав з чого».

На прохання батьків йти шляхом любові, жити життям любові, дитина може відповісти: «Подивись, хто йде цим шляхом? Покажи мені, хто так живе? Щасливі лише ті, хто «вхопив» грошей, успішні лише нахальні, ти відстав від життя...» На це дав відповідь Ісус Христос 2000 років тому Своему учневі: «Що тобі до того? Ти йди за Мною».

Бог створив людину вільною, вибір за нами, в цьому суть формування здорової (духовно здорової) особистості.

*Обрати любов, а не кущ коноплі.*

## **ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ГІРНИЧИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

***К.С. ГУЗЬ, О.О. БОРИСОВСЬКА***

*ДВНЗ «Національний гірничий університет»,  
Дніпропетровськ, Україна*

Останні десятиріччя характеризуються стрімким зниженням загального рівня здоров'я населення України в цілому і, зокрема, учнівської та студентської молоді. Серйозною проблемою суспільства стали соціально обумовлені хвороби – алкоголізм, наркоманія, туберкульоз, СНІД, захворювання, що передаються статевим шляхом. Негативні показники здоров'я сучасної молоді позначаються не тільки на фізичному, але й на психічному та духовному станах, що у свою чергу свідчить про низький рівень сформованості культури здоров'я молоді. Тому актуальним є впровадження у повсякденне життя молоді моделей здорового способу життя з використанням засобів фізичної культури.

Від здоров'я молодих людей (у майбутньому фахівців різних областей діяльності) багато в чому залежить рівень економічного розвитку країни. Проте за даними Міністерства освіти та охорони здоров'я України, тільки 4% випускників освітніх установ можна назвати практично здоровими, 70-80% учнів мають нервово-психічні розлади, більш ніж 50% – страждають на різні морфо функціональні захворювання, 30-40% – хронічно хворі [1].

Особливу увагу привертає стан здоров'я студентів вищих навчальних закладів (ВНЗ), зокрема студентів гірничих спеціальностей. Праця гірників – це важкий вид діяльності не тільки фізично, а й емоційно. Це пов'язано з великою кількістю чинників, які негативно впливають на стан здоров'я: важка екологічна

ситуація, недосконала система охорони здоров'я, специфіка нелегкої праці гірників (шум та вібрація, нераціональне освітлення і вентиляція, вимушене положення тіла, нервово-психічне, зорове та слухове перевантаження, важка фізична праця та ін.). Усе вищеперераховане призводить до таких хронічних захворювань, як пневмоконіози, хронічні та пилові бронхіти, коніотуберкульози, радикулопатія, вібраційна хвороба, артроз, катаракта, серцеві та судинні захворювання тощо [2].

У 2010 році в Україні виявлено 3848 нових випадків професійних захворювань на 10 тис. працюючих, найвищі рівні профзахворюваності відмічені у Луганській – 11,6%, Донецькій – 6,4% та Дніпропетровській – 4,5% областях. При цьому відзначено, що самий високий рівень професійної захворюваності реєструється у вугільній галузі (76,2% від загальної чисельності випадків профзахворювань), у металургії (9,9%) та у машинобудуванні (5,7%) [3]. Згідно з медичними дослідженнями, у гірників біологічний і паспортний вік відрізняються на 15–20 років, а середня тривалість життя зменшується з кожним роком: зараз шахтарі вмирають у середньому в 55 років [4].

Основною проблемою сучасної системи вищої освіти є пошук оптимальних шляхів підготовки висококваліфікованих спеціалістів з високим рівнем конкурентоспроможності в умовах ринкової економіки. У цьому зв'язку адаптація молодих фахівців до нових умов праці вимагає від них глибоких професійних знань, стійкої працездатності, фізичного здоров'я, які у поєднанні сприяють високій продуктивності праці.

Проаналізувавши наукові роботи, практичні проблеми та стан здоров'я сучасної людини, можна виділити наступні пріоритетні напрями формування культури здоров'я студентської молоді взагалі та майбутніх гірників зокрема:

1. Розвиток системи охорони здоров'я та впровадження пріоритетів здорового способу життя.

2. Всебічний розвиток особистості та підтримка спорту.

3. Фізичне виховання у ВНЗ:

- навчальні програми з фізичного виховання;

- академічні заняття у навчальний час, направлені на навчально-виховні роботи за наступними напрямками: фізичний розвиток студентів, пропагування навичок здорового способу життя, включаючи раціональне харчування, підвищення гігієнічної культури, оптимістичний світогляд, профілактика захворювань, відновлення фізичних і духовних сил та ін.;

- заняття спортом у не навчальний час (максимальний розвиток рухової активності);

- активне дозвілля студентів;

4. Підвищення мотивації до використання засобів фізичної культури у ВНЗ:

- введення до складу навчальних занять з фізичного виховання тих видів рухової активності, які б відповідали інтересам студентів;

- індивідуальне регулювання фізичних навантажень;

- організація та проведення фізкультурно-масових заходів, які включають змагання з різних видів спорту для зняття психічного напруження та ін. [5, 6].

Важливим є те, щоб у студентів була особиста ініціатива до збереження та зміцнення здоров'я в усіх його аспектах, підкріплена знаннями про здоров'я як ціннісне поняття, про необхідність визначення власного стану здоров'я та розуміння впливу шкідливих звичок на нього, про впливовість шкідливих факторів діяльності шахтаря та оздоровчих методик, що сприяють протидії їх впливу, про оздоровчі системи, що підвищують опір організму важким умовам гірничого діла, про можливість розробки та удосконалення індивідуальної оздоровчої системи, про існування оздоровчих технологій, що впливають на духовний, психічний, фізичний аспекти.

Осягнення значущості даної проблеми гірниками ще на етапі фахового навчання дозволить їм досягти високого рівня культури здоров'я. Саме впровадження нової системи підготовки і виховання студентів гірничих спеціальностей з упором на сприйняття норм культури здоров'я як норм життя є шляхом до вирішення проблеми погіршення здоров'я гірників, що працюватимуть.

### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:**

1. Вища освіта України – європейський вимір: стан, проблеми, перспективи: матеріали колегії МОНУ від 21 березня 2008 р., протокол № 3/1-4

2. Пиктушанская Т. Е. Профессиональная заболеваемость шахтеров-угольщиков как критерий оценки и управления профессиональным риском / Т. Е. Пиктушанская // Медицина труда и промышленная экология. – 2009. – № 1. – С. 32–37.

3. Основні тенденції формування професійної захворюваності в Україні [Електронний ресурс]: Державна санітарно-епідеміологічна служба України від 29.12.2011 р. № 01.03/3540. – Режим доступу: <http://zakon.nau.ua/doc/?uid=1041.48598.0>. – Загол. з екрана.

4. Міжнародний центр перспективних досліджень: [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.icps.com.ua>. – Загол. з екрана.

5. Третьяков А.А. Технология повышения устойчивости студентов к нервно-эмоциональному напряжению в процессе образовательной деятельности с использованием средств физической культуры: автореф. дис. на получение науч. степени канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания» / А.А. Третьяков. – Белгород, 2011. – 23 с.

6. Захарина Е.А. Формирование мотивации к двигательной активности в процессе физического воспитания студентов высших учебных заведений: автореф. дис. на получение науч. степени канд. наук по физ. восп. и спорту: спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / Е.А. Захарина. – К., 2008. – 22 с.