

Дніпродзержинському коледжі фізичного виховання; теквон-до – у Гірничому технікумі ДВНЗ КМУ м. Кривий Ріг.

Ті форми виховної педагогічної діяльності, які доречно всі використовують у профілактичній роботі з молоддю – це і лекції, і бесіди, і круглі столи із запрошенням на них профільних спеціалістів, брейн-ринги, конференції тощо, враховують психологічні та вікові особливості світосприйняття підлітків та добре зарекомендували себе за властивістю сприйняття молодіжною аудиторією. Здоровий спосіб життя – запорука щасливого і благополучного життя людини у гармонії зі світом. Секрет цієї гармонії простий: підтримання фізичного здоров'я, відсутність шкідливих звичок, правильне харчування, радісне відчуття свого існування в цілому світі. Спілкування між студентом та викладачем – велика сила, яка допомагає зрозуміти хід думок молодої людини, визначити схильність до негативних вчинків, щоб вчасно попередити їх. Створення благоприємного морального клімату серед студентства, що проявляється у доброзичливості, готовності зрозуміти, прагненні прийти на допомогу, є умовою забезпечення здорового способу життя.

#### **СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:**

1. Бондарев Д. Фактори, що формують ставлення студентів до фізичного виховання / Д.Бондарев, Н. Богатко, Л. Гальчинская, П.Мусієнко// Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. – Львів, 2008. – Вип. 12. – Т.2. – С. 24-31.

2. Алексейчук І. Мотиви занять фізичною культурою і спортом у вищій школі/ І. Алексейчук, Н. Добровольська, О. Начата // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. праць. – Том 1. – Луцьк, 2002. – С. 173-175.

3. Попов В.С. Физическая культура и спорт как факторы формирования здорового образа жизни студенческой молодежи: дис. канд. социол. наук: 2200.04 Новочеркасск, 2004. – 145 с.

## **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ КАК УЧРЕДИТЕЛЬНАЯ НОРМА ДЛЯ СУЩЕСТВОВАНИЯ УКРАИНСКОГО ОБЩЕСТВА**

***Д.Е. АНДРЕЕВА***

*ГВУЗ «Национальный горный университет»,  
Днепропетровск, Украина*

Здоровье нации – богатство каждого! И как следствие – процветание страны.

Эта крылатая фраза в реалиях сегодняшнего дня Украинской государственности отражает, но не заполняет действительность граждан Украины.

Провозглашаемые украинской властью декларативные нормативы про заботу о людях, их жизни и здоровье, конституционное право на охрану здоровья и медицинскую помощь не приобрели учредительной обязующей функции догмы и, в первую очередь, для представителей власти и «власть имущих».

Здоровый образ жизни является базой для развития разных сторон жизни человека, достижения им активного долголетия и полноценного выполнения социальных функций.

Актуальность данной темы связана с отображением реальности существования будущего у Украинского государства в принципе. Что ждет народ Украины, в частности, молодежь – живую, творческую, инициативную, жаждущую перемен и активного участия в жизни общества, небезразличную к запросам и тенденциям глобализационных мировых процессов?

Молодежь – богатство любой государственности, именно им дано стать преемниками в деле обустройства и дальнейшей реорганизации общества. От состояния нравственного, физического и духовного здоровья населения страны зависит качество и перспективы, мощь перемен и ожидаемых престижных результатов. Сегодня общеизвестный факт то, что состояние здоровья подрастающего поколения вызывает серьезную обеспокоенность и характеризуется негативной динамикой...

Наличие крепкого иммунитета у человека не только залог здоровья и долголетия, но и фактор, определяющей действенность и результативность той или иной оздоровительной практики, показатель благоразумия личности. К сожалению, методы иммунокоррекции, присутствующие в рекомендованных ВОЗ схемах, содержат системные ошибки. Иммунитет создается в природе, с помощью ее целебного воздействия и выверенного режима двигательной активности. Личностный рост невозможен без волевого компонента в преодолении себя, например, с помощью естественных сил природы и физических нагрузок, которые являются важным средством укрепления здоровья и повышения работоспособности. Грамотное сочетание физических упражнений, оздоровительных сил природы, гигиенических факторов повышает интеллект человека, способствует воспитанию духовных качеств людей, подготавливая их к успешной профессиональной и личной деятельности.

Одной из главных задач правового социального государства является создание стабильных условий для обеспечения благополучной жизни каждому, кто желает быть и стать таким, взрастить и воспитать стоящих граждан-людей, которые способны на самопожертвование, риск и подвиг ради своей Родины. Без вмешательства государственной власти получить для нужд социума, бизнеса разумных, талантливых, интеллигентных Личностей невозможно!

Вопросы здорового образа жизни – это не проблема, это великая необходимость для построения сильной дальновидной и справедливой государственной политики, нацеленной на создание условий в воспитании полноценных гармоничных трудолюбивых, честных и порядочных личностей, готовых покорять мировое сообщество здоровыми идеями и здоровыми реформами в образовании, физкультуре и спорте и т.п.

Пропаганда и популяризация здорового образа жизни, а особенно в части активного вовлечения молодежи в занятия физкультурой и спортом обязаны получить в новую историческую эпоху новое развитие и наполнение, став неотъемлемой частью жизни современного украинского общества.

Фундаментом державної політики, нацеленої на укріплення здоров'я нації, виховання фізично міцного і духовно багатого молодого покоління українців, повинні стати:

- масштабні перетворювальні програми по широкій пропаганді і всебічному стимулюванню фізкультурно-спортивного руху, розвитку масового фізкультурно-оздоровчого руху і спорту вищих досягнень;

- особистий приклад державних службовців;

- системне удосконалення сфери охорони здоров'я і санаторно-курортної інфраструктури,

- будівництво нових і реконструкція старих шкіл і дитячих садків, де передбачено все необхідне для занять фізкультурою і спортом;

- озеленювальна програма і забезпечення екологічного благополуччя в країні; неукосницьке дотримання належних санітарних норм в сфері охорони оточуючого середовища;

- і др.

Однак, відсутність векторних капіталовкладень, зокрема державних великих інвестицій і в цілому належного фінансування всіх елементів механізму формування здорового образу життя в Україні, – єдиним реальним проблемою, з якою стикаються «позитивно налаштовані особи», змушені погодитися на умови виживання по принципу – природного відбору.

На сьогоднішній день про здоровий образ життя не стільки «не говорять-не пишуть - нічого не роблять», а тільки згадують про колишніх корифеїв здорового образу життя (П. Іванов, П. Брег, Г. Уокер і ін. др.), які проклали шлях до світу ідеалів здоров'я, створення і справедливості. Ностальгія також коснулася керівної ролі і непереможного авторитету навігатора дальновидного цілого «курсу партії» в побудові життя соціалістичного суспільства.

Так давайте ж не створювати з здорового образу життя проблем!

## **МОЛОДІЖНА КАМПАНІЯ «Я ЖИВУ ПО-НОВОМУ!» ЯК ФОРМА ПОПУЛЯРИЗАЦІЇ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ**

**О.А. МУРАШКЕВИЧ**

*Луганський національний університет імені Тараса Шевченка,  
Луганськ, Україна*

Українська держава знаходиться у процесі соціально-економічної та суспільно-політичної трансформації. Природно, що такий перехідний період має й негативні аспекти, які позначаються на здоров'ї та соціальному самопочутті однієї з вразливих категорій населення – молоді. Так, упродовж останніх років дослідниками констатується поширення вживання психоактивних речовин,