

В дослідженні розглядались такі аспекти як фактори впливу на здоров'я очима молоді, готовність молоді піклуватися про власне здоров'я, загальна самооцінка власного здоров'я, наявність хвороб, заняття фізичною активністю та сон, структура та режим харчування, шкідливі звички, оцінка доступності для молоді соціальної інфраструктури, матеріальне становище та здоров'я.

Займаючись спортом з 6 років, наприклад: шахами, бойовим мистецтвом та греблею можна досягти успіхів в сучасному житті і бути здоровим. Можна мати I розряд з шахів, 6-ти річний досвід у Гун-фу, та у 13 років стати кандидатом у майстри спорту з греблі на байдарці, як наприклад, Шебанов Олексій – один із студентів ДТЗЕ ім. Є.О. Патона.

Здоровий спосіб життя, заняття спортом, наявність захоплень - могутня підтримка психічного здоров'я і гармонії з навколишнім світом. Тип паче людина, яка займається спортом, має таких самих друзів. Вести здоровий спосіб життя, насамперед потрібно тобі!

Таким чином, кругообіг у житті людини повинен включати:

1. Доступність соціальної інфраструктури.
2. Готовність піклуватися про власне здоров'я.
3. Загальну самооцінку власного здоров'я.
4. Уникнення шкідливих звичок.
5. Заняття фізичною культурою.
6. Структура та режим харчування.

СОЦІОКУЛЬТУРНЕ СТАНОВИЩЕ СУСПІЛЬСТВА

О.В. ВДОВІНА

*Дніпропетровський коледж транспортної інфраструктури,
Дніпропетровськ, Україна*

Рішення назрілих соціальних проблем можливе лише при збереженні та зміцненні здоров'я молодих людей. Тому тема охорони здоров'я не один рік є предметом обговорення педагогів, лікарів та психологів. Теперішній час характеризується стрімким погіршенням стану здоров'я українців, особливо стрімке зниження здоров'я відмічається серед дітей та підлітків і сьогодні навчальні заклади стикаються з серйозною проблемою: з одного боку, труднощі в навчанні підлітків, пов'язані з підвищенням вимог освітніх програм та їх складністю, з іншого - постійно погіршується стан здоров'я молоді, що перешкоджає оволодінню освітніми компетенціями в різних областях наукового знання.

Здоровий спосіб життя учнів - це сукупність ціннісних орієнтацій, звичок, режиму і темпу життя, спрямованих на збереження, зміцнення, формування, відтворення здоров'я в процесі навчання і виховання, спілкування, праці і відпочинку.

Складові здорового способу життя включають елементи, які стосуються всіх аспектів здоров'я - фізичного, психологічного, соціального і духовного.

Найважливішими з цих елементів є: усвідомлення цінності здоров'я (домінуючий у світогляді людини духовний пріоритет і відповідна психічна установка); відсутність шкідливих звичок (тютюнової, алкогольної, наркотичної залежності, безладних, небезпечних статевих стосунків); доступ до раціонального, збалансованого харчування (у тому числі якісної питної води, необхідної кількості вітамінів, мікроелементів, протеїнів, жирів, вуглеводів, спеціальних продуктів та харчових добавок); умови побуту (якість житла, умови для пасивного і активного відпочинку, рівень психічної і фізичної безпеки); умови праці (безпека не тільки у фізичному, але й у психічному аспекті, наявність стимулів і умов для професійного розвитку); рухова активність (використання засобів фізичної культури і спорту, різноманітних систем оздоровлення, спрямованих на підвищення рівня фізичного розвитку, його підтримку, відновлення після фізичних і психічних навантажень).

Основним змістом соціокультурної діяльності щодо формування здорового способу життя є розробка і реалізація різноманітних проектів різного спрямування, рівня та обсягу, які спираються на певні передумови, мету, принципи, стратегії, механізми, обумовлені формуванням здорового способу життя як науковою дисципліною і мають на меті поліпшення здоров'я окремих осіб, груп людей, спільнот, країн.

Ситуація, яка склалася стала можливою, насамперед, через відсутність цілісного системного підходу до визначення поняття «здоров'я» як педагогічної категорії та до аналізу процесу його становлення в онтогенезі. Разом з тим можна стверджувати, що в педагогічній науці склалися теоретичні передумови для розробки цілісної соціокультурної концепції формування у підлітків соціокультурного феномену «здоров'я».

Хотілося б зауважити, та окреслити деякі суперечливості, які виникли на сучасному етапі розвитку суспільства і пов'язані з формуванням у підростаючого покоління цілісної соціокультурної характеристики: між створенням єдиних фундаментальних теоретичних підстав формування у підлітків соціокультурного феномену «здоров'я», поняттям сутності здоров'я зі змістом здоров'яоберегаючої діяльності освітніх установ; між актуальною у теперішній час для педагогіки інтеграцією теоретичних знань і медико-біологічним підходом до визначення поняття здоров'я людини із вектором діяльності освітнього закладу та формуванням його у підлітків; між формуванням у підлітків чітких понять та уявлень про здоров'я, як соціокультурної цінності суспільства, спрямуванням освіти та опори у збереженні здоров'я підлітків на медико-фізіологічні показники розвитку організму дитини.

Виявлені протиріччя показують, що в умовах системних соціальних перетворень і у відсутності педагогічної концепції формування соціокультурного феномену «здоров'я» склалася система освіти, яка виявилася не готовою до різкого системного погіршення здоров'я підлітків.

Викладення основного матеріалу: У навчальних закладах зустрічаються цінності суспільства, цінності індивіда та цінності навчального закладу, але, як правило, в цінностях навчального закладу домінують пануючі в суспільстві (державі) цінності. Тому зустрічаються дві культури: суспільства та індивіда.

Соціокультурне середовище навчального закладу має допомогти індивіду з'ясувати, які цінності йому обрати, воно може і скорегувати його вибір.

В сучасних умовах соціокультурне середовище навчальних закладів наповнюється новим ціннісним потенціалом, це робить і середовище освітнього закладу та і сам заклад унікальним; отже, це і дозволяє розглядати соціокультурне середовище суспільства умовою щодо формування цінностей сучасної особистості. Навчання здоровому способу життя, як у закладах освіти так і за їх межами, має бути системним і сприяти гармонійному розвитку психофізичних здібностей підлітків. Воно не повинне зводитися до періодичного інформування студентів з питань збереження здоров'я, а має передбачати комплекс систематичних заходів, спрямованих на забезпечення студентами здорового способу життя.

Поняття «здоровий спосіб життя» розглядається у співвідношенні здоров'я та культури здоров'я. Здоров'я за визначенням ВООЗ - це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороби або фізичних вад. Тому здоров'я розглядається не лише як ресурс, а як мета життя. За Національною програмою «Діти України» визначено чотири аспекти здоров'я: фізичне, психологічне, духовне і соціальне.

Результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як інтегративна якість особистості і показник вихованості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок формування, відтворення та зміцнення здоров'я, що характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Методологічним підґрунтям концепції є діяльний і системний підходи до формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

Базовими принципами формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя дітей та молоді є: принцип, науковості і доступності знань; принцип системності і наскрізності; принцип безперервності та практичної цілеспрямованості; принцип інтегративності; принцип відкритості; принцип плюралізму; принцип превентивності; принцип гуманізму; принцип цілеспрямованості.

Формування здорового способу життя, культури здоров'я, підвищення її виховних можливостей потребує максимальної уваги до мотиваційної сфери підлітків у прагненні бути здоровими. Мотивація на здоровий спосіб життя - це система ціннісних орієнтацій, внутрішнього спонукання до формування здоров'язберігаючих компетенцій.

Аналіз педагогічної практики (С.В. Барканова, Л.В. Баль, М.М. Безруки, Н.В. Дубровінська, Н.К. Смирнов, Д.А. Фабер та ін.) показує, що, незважаючи на те, що завдання зміцнення і збереження здоров'я підростаючого покоління виділяється в якості однієї з провідних у діяльності освітніх закладів, в більшості з них використовуються малодійовими форми з формування здоров'я як цілісного соціокультурного феномену. Найчастіше в загальноосвітніх установах акцент щодо збереження та зміцнення здоров'я переноситься в медичну діагностику, оздоровчі, фізіотерапевтичні та інші лікувальні заходи. Діючі програми роботи навчальних закладів з досліджуваної проблеми з яскраво вираженою

інформаційно-профілактичною спрямованістю є малоефективними при формуванні у підлітків здоров'я як соціокультурного феномену. Ситуація, яка склалася, стала можливою, через відсутність цілісного системного підходу до визначення поняття «здоров'я» як педагогічної категорії та до аналізу процесу його становлення в онтогенезі (особливо в підлітковому віці).

Разом з тим можна стверджувати, що в педагогічній науці склалися теоретичні передумови для розробки цілісної соціокультурної концепції формування у підлітків соціокультурного феномену «здоров'я».

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Науменко, Ю.В. Школа и здоровье: теоретико-методологический анализ: Монография [текст] / Ю.В. Науменко. – Волгоград: Изд-во ВГИПК РО, 2005. – 244 с.

2. Науменко, Ю.В. Здоровьеформирующая функция образовательного процесса в школе: Монография [текст] / Ю.В. Науменко. – Волгоград: Изд-во ВГИПК РО, 2008. – 368 с.

3. Науменко, Ю.В. Моделирование здоровьесформирующего образования [текст] / Ю.В. Науменко // Вопросы образования, № 2, 2007. – С.140-160.

4. Науменко, Ю.В. Комплексная оценка эффективности здоровьесберегающей деятельности школы [текст] / Ю.В. Науменко // Интеграция образования, № 3/4 (48/49), 2007.

5. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика): монография/В.П. Горащук. – Луганск: Альма-матер, 2003. – 376 с.

6. Ахвердова О.А., Магин В.А. К исследованию феномена «Культура здоров'я» в области профессионального образования / О.А. Ахвердова, В.А. Магин // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 9. – С. 5–7.

ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ЯК СКЛАДОВА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ТА ПОКАЗНИК ЯКОСТІ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

Л.Б. ВОЛОШКО¹, Н.М. ПОНОМАРЕНКО²

¹Полтавська державна аграрна академія,

*²Полтавський національний технічний університет ім. Ю. Кондратюка,
Полтава, Україна*

Проблеми психологічної безпеки особистості відносяться до галузі психологічної науки, що вивчає закономірності адекватного відображення небезпеки та конструктивної регуляції поведінки з метою збереження цілісності та стабільності людини або групи людей як психологічної системи. Психологічну безпеку часто розкривають через поняття «психічне здоров'я», «психологічно безпечне середовище». При цьому психологічна безпека трактується як стан психіки людини, при якому забезпечується успішний психічний розвиток, адекватно відбиваються внутрішні та зовнішні загрози психічному здоров'ю; як уміння людини створити психологічно безпечні відносини навколо себе. Психологічна безпека розглядається також як складова професійного здоров'я, що