

Ігри-руханки та інформаційні хвилинки – це основні форми роботи якими я користуюсь під час проведення уроків хімії. Учні звикли до таких прийомів роботи. З великим задоволенням допомагають у пошуку цікавої інформації та її презентації. Під час ігор-руханок у дітей змінюється настрій, спостерігається поживлення в класному колективі, з'являється велика кількість позитивних емоцій. На етапі теоретичних презентацій в учнів є можливість сприйняти таку інформацію, яка необхідна їм під час планування та проведення власного дозвілля. Особлива увага приділяється вправам на формування особистої позиції підлітків щодо власного здоров'я, оволодіння навичками прийняття рішень на користь здоров'ю, конструктивну відмову та протистояння соціальному тиску.

Застосування таких методів під час уроків сприяє формуванню в учнів моральної самооцінки, перебудові та зміні негативних форм у поведінці вихованців на позитивні.

Отже здоровий спосіб життя – це комплекс оздоровчих заходів, що забезпечують гармонійний розвиток, зміцнення здоров'я, підвищують продуктивність праці. Вони передбачають відмову від шкідливих звичок, загартування організму, оптимальний руховий режим.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Спілкуймося й діймо: Навч. –метод. посібник. /Ж. В. Савич, О. В. Безпалько. – К.: Наш час, 2006. 120с.

2. Твоє життя – твій вибір: Навч. –метод. посібник / З. А. Сивогракова, Н.О. Лещук, Н. В. Зимівець. – К.: Наш час, 2006. 167с.

ПРОБЛЕМА ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЬНИХ НАПОЇВ СЕРЕД СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

**О.Я. МЕЛІКОВ, О.С. КУХТА,
М.О. КВІТКО, С.А. КУЗНЕЦОВА**

*ДВНЗ «Криворізький національний університет»
Криворізький педагогічний інститут,
Кривий Ріг, Україна*

Вживання алкогольних напоїв на Україні – не тільки соціально-культурна, медична, але й педагогічна проблема. Щорічно на Україні на облік стає 100 тис. алкоголіків. Україна - на п'ятому місці в світі за споживанням алкоголю та на першому місці в світі за рівнем дитячого алкоголізму (дані ВООЗ) [1]. Сьогодні рівень вживання алкоголю на Україні складає приблизно 20 літрів абсолютного спирту на людину в рік (офіційна статистика повідомляє про 12-13 літрів). Щороку у зв'язку з алкоголізмом на Україні вмирає 40 тисяч людей, реєструються близько 8 тисяч отруень, ще 8 тисяч – кардіопатій, а також інші захворювання, пов'язані з вживанням спиртних напоїв [3]. Крім того, на Україні в даний час фіксується 25-30% випадків дитячої патології новонароджених, дуже часто причиною цього є алкоголь, тобто вживання алкоголю як матір'ю, так і батьком. Алкоголь є причиною передчасної смерті майже 30% українських чоловіків. На

думку вітчизняних медиків, в даний час на Україні налічується 700 тисяч лише офіційно зареєстрованих алкогольно-залежних серед всього населення країни [1].

Всесвітня організація охорони здоров'я провела опитування школярів в 41 країні світу, чи вживають вони спиртне. Україна в списку перша, адже 40% українських підлітків 14 – 18 років регулярно вживають алкогольні напої [3]. Сьогодні в Україні 1% підлітків 12-13-ти років щодня вживають спиртні напої [4]. Вживання пива на Україні серед підлітків за останні чотири роки збільшилося удвічі. Сучасні 16-17-літні підлітки випивають більше 3-х л пива у день, що еквівалентно приблизно 400 мл. горілки в день [1].

Актуальність. Проблема вживання алкогольних напоїв серед студентської молоді України є актуальною, оскільки перешкоджає формуванню здорового способу життя.

Методологія дослідження. Метою нашої роботи було виявлення вживання алкогольних напоїв серед студентської молоді та рівень обізнаності молоді з питань шкідливості їх дії на організм. В соціологічному опитуванні прийняли участь 221 студентка Криворізького педагогічного інституту.

Викладення основного матеріалу. Аналіз анкетних даних виявив, що спиртні напої вживають 54,6% респондентів, причому здебільшого – з 16 років (14,0%). Взагалі вік, з якого дівчата почали вживати алкогольні напої – 11 років (0,9%). Причини вживання алкоголю дівчата вказують різні: сімейні традиції відмічання свят (35,3%), спокійне ставлення до цього батьків та старших товаришів, психологічні фактори (допитливість, потреба в експериментуванні, виклик, потреба здаватися сильним, «рання зрілість»).

На основі анкетного опитування також було встановлено, що дівчата вживають алкогольні напої щотижня (5,4%) та щомісяця (7,7%), що дуже небезпечно для організму дівчини.

Не дивлячись на те, що студентки все ж таки вживають різні спиртні напої, 56,6% знають, що це знижує розумову і фізичну працездатність; 62,9% знають, що алкоголь може приводити до захворювань нервової, серцево-судинної, травної системи. Більше половини респондентів (56,1%) усвідомлюють, що вживання алкогольних напоїв погіршує пам'ять, знижує інтелектуальний рівень, а 76,0% знають, що це може приводити до звикання, а потім до алкоголізму. Респонденти відзначають, що вживання алкоголю знижує сексуальну активність (31,2%); в період зачаття може привести до народження неповноцінних дітей (65,6%), а в період вагітності або годування груддю може привести до захворювань нервової системи дитини, відставання його в розумовому і фізичному розвитку (80,5%). Проте є 3,2% респондентів вважають вживання алкогольних напоїв цілком небезпечним для власного здоров'я, а 0,9% - для здоров'я майбутніх дітей.

Висновки. На основі аналізу анкетних даних можна стверджувати про високий відсоток вживання алкогольних напоїв серед студентської молоді та недостатній рівень обізнаності з питання їх шкідливості. Найбільш перспективним щодо профілактики вживання спиртних напоїв серед студентської молоді є формування здорового способу життя.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Офіційний сайт Міністерства Охорони здоров'я України. Режим доступу: <http://www.moz.gov.ua>
2. С. Ле Вер, Г. Макклейн. Как избавиться от вредных привычек / С. Ле Вер, Г. Макклейн; Пер. С англ. В.Г. Панова. – М., 2004. – 323 с.
3. Режим доступу: <http://ridna.ua/2013/04>
4. Режим доступу: <http://inpress.ua/ru/>

ОБЩЕСТВЕННОЕ МНЕНИЕ ЖИТЕЛЕЙ ДНЕПРОПЕТРОВСКА О КАЧЕСТВЕ МЕДИЦИНСКОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ И РЕФОРМУ

Л.Е. ЧЕРНОВА, Е.А. ШЕРЕНКОВА, А.О. ЛУКЬЯНОВА
*ГВУЗ «Приднепровская государственная академия
строительства и архитектуры»,
Днепропетровск, Украина*

Согласно ВОЗ, на здоровье в той или иной мере влияют образ жизни, наследственность, экология и уровень медицины. Сокращение продолжительности жизни, низкая рождаемость, высокая инвалидизация населения, недостаточный контроль качества и цен лекарств, не контролируемое потребление препаратов, мода на нетрадиционные способы лечения, низкое качество государственного мед. обслуживания в силу недофинансирования многие десятилетия медучреждений и низкие зарплаты медперсонала, отсюда скрытые поборы и вымогательства в больницах, не желание молодежи идти в медицину, - все это побудило правительство начать реформу в сфере медицины пока в трех областях Украины. Однако, по мнению самих медиков и пациентов, начатые правительством реформы превратились в эксперименты над людьми и врачами, в том числе нашей Днепропетровской области. Пока они свелись к увеличению административных должностей в мед. учреждениях, децентрализации и децентрализации лечебных центров, многоступенчатой и сложной системе оказания медицинской помощи, но главное они никак не подкреплены финансово, поскольку введение обязательного государственного страхования снова отложено из-за того что власть никак не выберет модель для внедрения. Таково мнение экспертов.

Мы провели опрос жителей г. Днепропетровска полгода спустя после начала реформы (весна 2013г.), чтобы узнать их мнение о качестве медицинских услуг и о самой реформе, а так же об их отношении к своему здоровью. Всего было опрошено 389 чел. все демографические и социальные группы, по квотной выборке (равные квоты по полу и возрасту) в шести административных районах города.

Треть опрошенных считает себя в основном здоровыми, еще четверть уверены, что они абсолютно здоровы, в основном это молодежь и средний возраст. 86% респондентов посещали поликлинику хотя бы 1 раз в течение года, даже те, кто считает себя здоровыми, видимо были на проф.осмотре или