

СПИСОК ЛІТЕРАТУРЫ:

1. Пугачев В.П «Политология. Справочник студента». М. 1999,с. 421
2. Кузина, С.В. Роль СМІ в формуванні культурних пріоритетів молоді / С. В. Кузина // Власть. – 2007. - N 8.
3. Сафиуллин Л.К. Социология средств массовой информации. – М.: Фауст, 2003. – 316 с.

ЖИТТЯ БЕЗ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК-ПРОФІЛАКТИКА ПАЛІННЯ, ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ

К.К. БОНДАРЬ, Л.В. КРУПКО

*Дніпропетровський коледж економіки та бізнесу
Дніпропетровського національного університету ім. Олеса Гончара,
Дніпропетровськ, Україна*

Головна проблема кожної людини – це її здоров'я, це проблема одвічна, тому що гарне здоров'я є стрижнем до вільного, гармонічного розвитку особистості. Ще Гіппократ підкреслював, що здоров'я людини пов'язане в першу чергу, з морально – етичним розвитком. Дана проблема передбачає пропагування здорового способу життя серед молоді, виховання негативного ставлення до шкідливої звички - куріння. Паління серед молоді здебільшого зумовлене намаганням стати схожим на дорослих, чи на героїв кінофільмів, які палять. Вплив на молодь може походити від батьків, як дурний приклад і просто від дорослих, котрі не знаходять в цьому нічого поганого.

Ціль роботи аналіз впливу тютюнопаління на стан здоров'я та демографічні показники населення України. Необхідно пам'ятати, що тютюновий дим – це вид забруднення повітря, що в сотні тисяч разів перевищує забруднення будь-якого металургійного чи хімічного комбінату і стає екологічною проблемою.

Життя без шкідливих звичок обумовлено тим, що на жаль, за рівнем поширення куріння Україна посідає 7 місце серед 132 країн світу. У нас палять 67% чоловіків і 20% жінок. У світі 90% смертей від раку легенів, 75%- від хронічного бронхіту і 25%- від ішемічної хвороби серця обумовлене палінням. Кожні 10 секунд на планеті вмирає один залежний курець (до 2020 року цей рівень може підвищитися до однієї людини за 3 секунди).

Підраховано, що населення земної кулі щороку викурює 15 млрд. цигарок. Загальна маса недокурків кинутих досягає 25 млн. тонн. Курці щороку викурюють в атмосферу 720 тонн синильної кислоти, 384 тис. тонн аміаку, 108 тис. тонн нікотину, понад 550 тис. тонн чадного газу. Необхідно знати, що курець отрує не тільки себе, але й інших. Невипадково виник такий термін «пасивний курець».

Куріння та його вплив на організм людини стають соціальною і медичною проблемами. Вчені встановили, що куріння-один з основних чинників, які призводять до того, що розвивається рак легенів. Також відомо, що куріння збільшує ризик захворіти на злоякісні новоутворення. Тютюновий дим згубно діє на серцево-судинну систему, дихальну систему та органи травлення.

Методи дослідження: Статистичний, системного аналізу і експертних оцінок.

Одним із пріоритетних напрямів виховання молоді, що визначені Національною доктриною розвитку освіти є формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, культури, здоров'я, екологічного і валеологічного світогляду. Сьогодні особливо гостро постала проблема виховання здорової молоді.

Здоровий спосіб життя-це спосіб життя, заснований на принципах моральності. Як встановили фахівці, через 5-9 хвилин після викурювання однієї тільки сигарети мускульна сила знижується на 15%,спортсмени знають це по досвіду і тому, як правило, не палять. Особливо шкідливий нікотин вагітним, оскільки призводить до народження слабких, з низькою вагою дітей і підвищує захворюваність, смертність дітей в перші роки життя. У людини яка викурює пачку цигарок в день протягом 20 років тільки в дихальних шляхах осідає близько 6 кг шкідливих і небезпечних для здоров'я речовин.

За результатами досліджень (анкетування студентів другого курсу коледжу) студенти висловили думку: Основними причинами, які спонукають о куріння є:

- | | |
|---|---|
| ❖ Бажання бути схожими на оточуючих курців, наслідувати старших – 28% | ❖ Щоб не бути «маминими синками і доньками» - 15% |
| ❖ Цікавість – 26% | ❖ Бажання схуднути – 8% |
| ❖ Балування – 18% | ❖ Особисті «драми», самостійність 5% |

Помічено, що у курців швидкість запам'ятовування і об'єм пам'яті знижуються в середньому на 5 %. Встановлено, що 68%диму,який виділяється із цигарки і який вдихає курець, потрапляє в оточуюче середовище і забруднює його. Причому цей дим містить більше шкідливих тютюнових смол, ніж дим, який вдихають самі курці. За оцінками ВООЗ близько третини населення світу (серед яких 200 мільйонів - жінки) курять.

Подивіться уважно на дівчину яка палить, на колір її шкіри, зуби, зверніть увагу на її голос. Ви можете помітити зовнішні ознаки тютюнової інтоксикації. Тривожно, що серед споживачів тютюну 6-8% становлять діти молодших класів і навіть дошкільнята. Палить кожний п'ятий п'ятикласник, майже половина випускників шкіл.

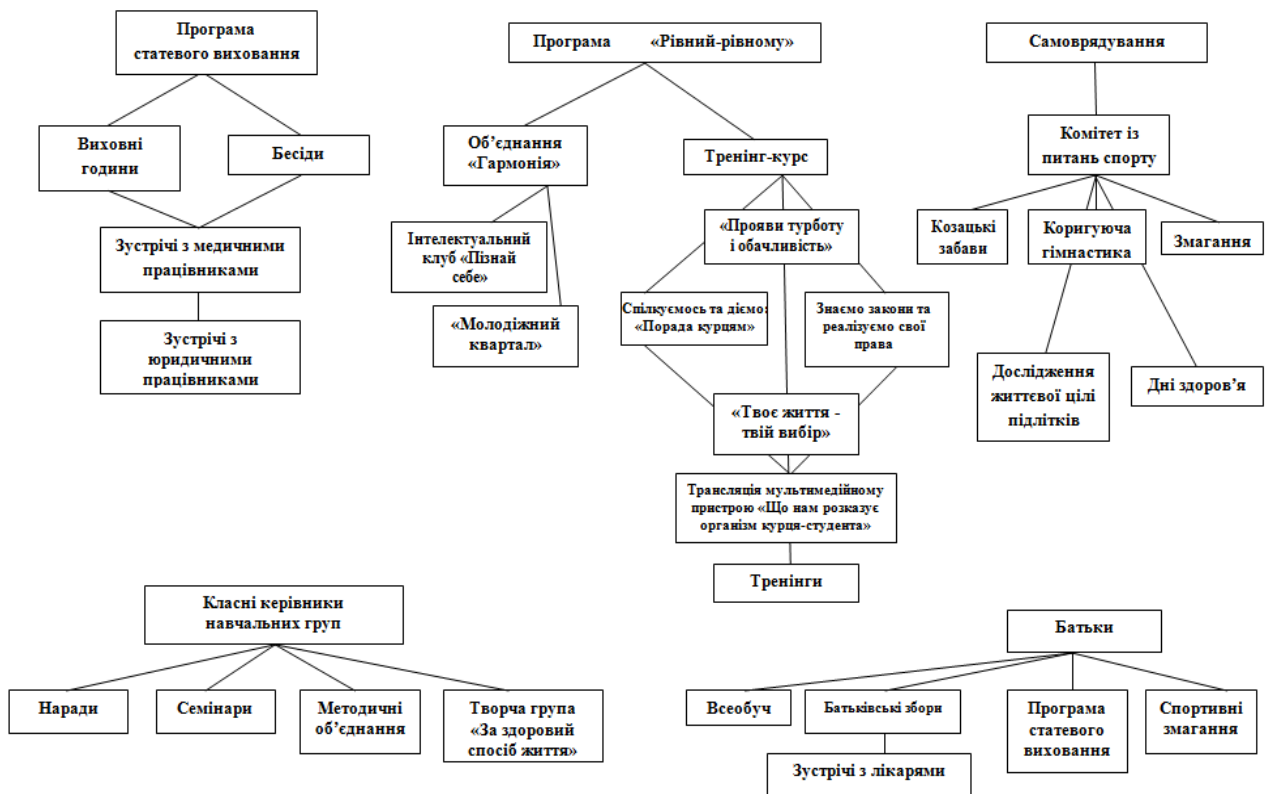
Відзначається низька екологічна культура та слабка обізнаність. Відсутність достовірної інформації з екології призводить до трагічних результатів. Таким чином, відповідальність ЗМІ за вплив на формування громадської думки з проблем тютюнопаління є дуже високою. Крім того, в громадській свідомості, як найбільш ефективні переважають заходи карального характеру, а позитивне стимулювання практично не розглядається.

Сьогодні існує мода на «обивательську екологію»: цю тенденцію одними з перших відчули рекламодавці, організатори кіосків з продажу сигарет. За нашою оцінкою, потенціал впливу на громадську думку значною мірою не реалізований. Але незалежно від цього велика кількість курців серед молоді та серед жінок продовжує збільшуватись. Куріння є не лише особистою проблемою кожної

людини окремо, але й гострою соціальною проблемою, з якою пов'язане майбутнє всього людства.

Педагогічні технології формування здорової особистості.

Система роботи щодо пропаганди здорового способу життя передбачає:



Проблема здоров'я – одвічна проблема. Успішне вирішення цієї проблеми можливе за умови створення ефективної системи роботи з пропаганди здорового способу життя.

Для профілактики паління вносяться пропозиції, такі як:

- Найсуворіше обмеження місць для паління (за порушення штрафні санкції).
- Аналізувати матеріали засобів масової інформації (кіно, телебачення, печать), які часто непомітно пропагують негативні звички.
- Домогтися суворого дотримання закону, що забороняє куріння в громадських місцях (так як діє цей закон формально).
- Сформувані державні медичні установи, які спеціалізуються на лікуванні цього виду проблеми.
- Організувати безкоштовне санаторне лікування страждаючим від алергії на тютюн.
- Домогтися обмеженості прийому на роботу курців.
- Введення преміювання осіб, які не мали лікарняних аркушів протягом року.

Зараз коли небезпека життя перетворюється на проблему номер один зростає значення засобів масової інформації. Але все це постійно потребує перегляду, як економічної так й соціальної політики держави в якій ми живемо.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Андреева Т.І. «Якщо палять батьки». Київ, 2003 р.
2. Державна служба статистики – <http://www.ukstat.gov.ua>

3. Красовський К.С., Андреева Т.І. «Економіка контролю над тютюном в Україні з погляду суспільного здоров'я». Київ, 2002р.
4. Красовський К.С., Андреева Т.І. «Тютюн та здоров'я». Київ, 2004 р.
5. Єременко Є.С. Шкода куріння. - М.: РЦЗД РАМН, 2004
6. Богатирьова Р.В., Сердюк А.М. «Зміна суспільних орієнтирів, як спосіб збереження здоров'я населення. Довкілля та здоров'я». 2011р.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВОЙ ЛИЧНОСТИ

И.Н. ХОЛОДНЫХ

*Донецкая общеобразовательная школа №112,
Донецк, Украина*

***Чтобы сделать ребенка умным и рассудительным,
сделайте его крепким и здоровым. Ж. Руссо***

Состояние здоровья детей и молодежи является показателем уровня развития общества, характеризующим его благополучие и тенденции гармонического развития. Данный постулат нашел свое отражение в Европейской стратегии «Здоровье детей и подростков». В документе указывается, что дети – инвестиции в общество будущего. От их здоровья и того, каким образом мы обеспечиваем их рост и развитие, включая период отрочества, до достижения ими зрелого возраста, будет зависеть уровень благосостояния и стабильности в странах Европейского региона в последующие десятилетия.

В этой связи приоритетной задачей, стоящей перед современным мировым сообществом является обеспечение комплексного подхода в решении проблем здоровья подрастающего поколения посредством интеграции усилий комплекса взаимосвязанных социальных институтов (государство, социум, образовательные учреждения, семья) на основе научных знаний в области медицины, социологии, психологии, педагогики.

Педагогическая наука определила пути решения данной задачи – разработка и внедрение здоровьесберегающих технологий. Здоровьесберегающие образовательные технологии – это системный подход к обучению и воспитанию, построенный на стремлении педагога не нанести ущерб здоровью учащихся. Проблема состоит в том, что многие педагоги считают, что сохранением и укреплением здоровья учащихся в школе должны заниматься специально подготовленные профессионалы: медицинские работники, преподаватели ОБЖ и физической культуры. При этом урок остается основной организационной формой образовательного процесса, которая непосредственно зависит от каждого учителя.

Мои поиски методов обучения направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, привели к системе комплексного использования мультимедийных технологий, накопительной системы оценки за урок и групповых форм работы.