

- системою гігієнічного навчання і виховання учнівської молоді, формування навичок здорового способу життя;
- дотриманням вимог щодо контролю динаміки фізичної підготовленості учнівської молоді в освітніх установах.

В останні роки в системі освіти спостерігається різке погіршення стану здоров'я і фізичної підготовленості учнівської молоді. Зростає відсоток першокурсників, які мають захворювання і це свідчить про низький рівень умов навчально-виховного процесу та санітарно-гігієнічного виховання в школах. Знижена функціональна діяльність серця і фізична працездатність у дітей, які проживають в умовах загазованого повітря, великий відсоток дітей, які страждають хронічними захворюваннями, говорять про необхідність вдосконалення процесу фізичного виховання, так як стратегія забезпечення здоров'я дітей, підлітків та молоді шляхом лікування та медикаментозної профілактики захворювань є пасивною, не в повній мірі відповідає сучасним уявленням про підвищення і збереження високого рівня здоров'я. До теперішнього часу гостро стоїть і, на жаль, у багатьох школах не вирішена проблема фізичного виховання дітей з різними відхиленнями в стані здоров'я. Таких дітей просто звільняють від занять фізкультурою, в той час як ослаблені діти ще більшою мірою потребують благотворний вплив на організм різних засобів фізичної культури. В результаті чого, необгрунтовано велика кількість учнів виявляється в числі звільнених від фізичної культури. Основними завданнями фізичного виховання учнів, віднесених за станом здоров'я до спеціальної медичної групи, є: підвищення фізичної і розумової працездатності, освоєння і розвиток основних рухових умінь і навичок, виховання правильної постави та її корекція.

Література:

1. Грибан Г.П. Роль рухової активності в житті студентів. *Спортивна наука України*. Львів: ЛДІФК, 2014. № 4. С. 57–62.
2. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 роки.
3. Гружевський В.О. Доцільність використання інноваційних технологій у формуванні особистісно-орієнтованої мотивації студентів до фізичного виховання. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2014. № 3. С. 19–24.

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ МОЛОДІ ЩОДО ЗДОРОВ'Я

Шагун Є.М.

*Науковий керівник: Плотніков Є.К., ст. викладач
Харківський національний автомобільно-дорожній університет*

У своєму практичному значенні та актуальності проблема здоров'я вважається однією з найскладніших проблем сучасної науки.

Здоров'я - це дуже складне, системне явище, по суті це необхідна умова

для активного та нормального життя людини. Серйозні порушення в цій галузі тягнуть за собою зміни у звичайному способі життя, переважаючи практику відносин із зовнішнім світом, можлива втрата професійної спроможності та взагалі, зміна планів на майбутнє.

На жаль, здоров'я мало цінується більшістю людей. Фізична культура тісно пов'язана зі станом здоров'я. Це дозволяє підтримувати здоров'я, робити своє тіло красивішим, значно розширювати діапазон адаптивних механізмів організму, підвищувати його стійкість до впливу негативних факторів.

Фізичне здоров'я є найважливішим компонентом у складній структурі здоров'я людини. Це пов'язано з властивостями тіла як складної біологічної системи.

Фізичне здоров'я - це стан людського організму, який характеризується здатністю адаптуватися до різних факторів середовища проживання, рівнем фізичного розвитку, функціональною здатністю організму до фізичної активності.

Фактори здоров'я включають: рівень фізичного розвитку, рівень фізичної підготовки, рівень функціональної готовності організму до виконання фізичних навантажень, здатність мобілізувати адаптаційні запаси тіла.

Виходячи з результатів опитування, здоров'я в ієрархії цінностей займає провідні позиції серед студентів. Так, в опитуванні студентів курсів I-II (180 осіб) здоров'я як універсальна цінність було високо оцінено на 85,5 % дівчат та 76, 2 % хлопців; 54,2 % респондентів вважають, що "здоров'я - це найважливіше в житті"; 35,8 % "здоров'я - це необхідна умова для повного життя".

Незважаючи на розуміння високої важливості здоров'я, вони не дбають про нього ("постійно" 18,0 %, "періодично" 45,2 %, "коли хворіють" - 34,1 %). Більшість студентів визнають своє здоров'я пріоритетною цінністю людини, але не асоціюють стан здоров'я з необхідністю постійної підтримки його.

Цінність здоров'я у жінок вище, ніж у чоловіків: висока цінність здоров'я характерна для 50 % чоловіків та 65 % жінок. Незважаючи на те, що здоров'я як цінність займає досить високе місце в ієрархії індивідуальних цінностей як чоловіків, так і жінок, обидва, як правило, характеризуються досить низьким рівнем діяльності поведінки, спрямованої на збереження та зміцнення здоров'я.

Важливість фізичного здоров'я для підтримки та зміцнення здоров'я та як терапевтичний препарат давно відомо. Особливо термінова проблема оптимізації фізичного здоров'я стала в останньому кварталі XX століття. У зв'язку з автоматизацією виробництва та наслідками несприятливого впливу соціально гіпокінезії.

Судження студентів щодо впливу фізичної культури на здоров'я більше пов'язане з його тілесним вираженням. У дівчат догляд за їхнім фізичним здоров'ям спрямований на підтримку "зовнішніх" форм, стану (пропорції статури, співвідношення росту та маси тіла, характеристики фігури), юнакам подобається розвиток м'язів та фізичних якостей.

На сьогодні, відзначається відсутність сформованої потреби у заняттях фізичної культури і на жаль, роль молоді у підтримці та зміцненні власного

здоров'я мінімальна.

Література:

1. Жилка Н. Стан репродуктивного здоров'я в Україні (медико-демографічний огляд). Київ: Міністерство охорони здоров'я України, НАН, 2001. 68 с.

2. Романова Н. Ф. Формування здорового способу життя як сучасна стратегія протидії соціально небезпечним хворобам серед дітей та молоді : монографія. Протидія соціально небезпечним хворобам : вивчення українського досвіду / за ред. Т. В. Семигіної. Київ: Пульсари, 2010. С. 39–48.