

профілактики ВІЛ інфекції (СНІДу)», «Здоров'я нації через шкільну освіту», «Формування ідеології здоров'я у студентів вищих навчальних закладів», «Красива посмішка – запорука іміджу успіху», «Йод – елемент інтелекту та здоров'я нації», «Репродуктивне здоров'я молоді».

Отже, критеріями оцінювання набутих студентами знань та навичок є рівень досягнення ними компетентності щодо збереження власного життя і зміцнення здоров'я, дотримання правил і настанов здорового способу життя. І тому головною метою валеологічної освіти та виховання є формування у студентів валеологічних світогляду та поведінки, які забезпечують свідоме і активне залучення кожного до процесу формування, зміцнення, відновлення власного здоров'я.

#### Література

1. Здоров'я та поведінкові орієнтації української молоді: соціологічний вимір / [за ред. О.О. Яременка]. – К.: Укр ін-т. соціальних досліджень. 2005. – 256 с.
2. Кузьмінський А.І. Педагогіка вищої школи: Навч. посіб / А.І.Кузьмінський . – К.: Знання, 2005. – 486 с.
3. Неведомська Є.О. Вікова фізіологія і валеологія: Посіб. із лабораторних і самостійних робіт для студ. небіологічних спец. вищих пед. навч. закл. – 3-є вид., перероб. і доп. / Є.О.Неведомська, І.М.Маруненко. – К.: КМПУ ім.Б.Д.Грінченка, 2007. – 40 с.
4. Новикова Н.І. Духовне здоров'я як складова валеології // Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні // Зб. наук. практ. ст. [за заг. ред. В.М.Оржеховської] / Н.І.Новикова. – К.: Магістр - S. 1999. – 15-20с.
5. Освітні програми формування здорового способу життя молоді. – К.: Український ін-т соціальних досліджень, 2005. – Кн. 5. – 120 с.

**Аннотация.** *Маруненко И. М., Мойсак А. Д. Особенности формирования мотивации к здоровому образу жизни у студентов. Статья посвящена анализу особенностей формирования мотивации к здоровому образу жизни у студентов.*

**Ключевые слова:** *здоровый образ жизни, мотивация к здоровому образу жизни, студенты.*

**Summary.** *Marunenko I. M., Moysak A. D Peculiarities of motivation forming of healthy way of life in students. The article is devoted to the analysis of the peculiarities of motivation forming of healthy way of life in students.*

**Key words:** *healthy way of life, motivation to healthy way of life, students.*

УДК 37.032:613.86:37.013.42

І. М. Маруненко, Г. І. Волковська

### ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНА УМОВА СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

*Стаття присвячена аналізу здорового способу життя як соціально-педагогічної умови становлення особистості.*

**Ключові слова:** *здоров'я, здоровий спосіб життя, студенти.*

В останні десятиліття світова наука зарахувала проблему здоров'я в широкому розумінні до кола глобальних проблем, вирішення яких обумовлює не тільки кількісні та якісні характеристики майбутнього розвитку людства, а й навіть сам факт його подальшого існування як біологічного виду [1]. **Мета** статті – проаналізувати поняття «здоровий спосіб життя» як соціально-педагогічну умову становлення особистості.

Сьогодні проблема загрози здоров'ю розглядається світовою спільнотою як сьома додаткова до шести раніш визначених загроз планетарного масштабу (загроза світової війни, екологічні катаклізми, контрасти в економічних рівнях країн планети, демографічна загроза, нестача ресурсів планети, наслідки науково-технічної революції науково - і техногенного походження). У зв'язку з цим науковці вживають таке визначення, як антропологічна катастрофа. Сутність цього явища пов'язана з тим біологічним законом, що кожен біологічний вид вимирає, якщо змінюються умови існування, до яких він був пристосований тисячоліттями в ході еволюції [2]. Склалося так, що до початку XX століття умови існування людства формувало переважно природне середовище. Саме до цих умов організм людини і пристосувався біологічно, протягом попереднього еволюційного періоду. Але з того часу, як людина охопила своєю діяльністю всю планету (XX століття), вона почала істотно змінювати природу, тобто ті умови існування, до яких була пристосована в своєму історико - біологічному розвитку.

В умовах складного економічного становища, яке склалося в Україні, соціальних струсів виховання духовно здорових учнів, навчання їх здорового способу життя як необхідної умови розвитку стало однією з найгостріших проблем сучасної школи. Ефективним шляхом виходу з кризового становища, як показав досвід багатьох країн світу, є валеологічна та медико - педагогічна освіта учнів. Державною національною програмою "Освіта" визначено, що пріоритетними напрямками реформування освіти є забезпечення в кожному навчально-виховному закладі гуманістичного підходу до дитини, відповідних умов для розвитку фізично та психічно здорової особи, запобігання пияцтву, наркоманії, насильству, що негативно позначаються на здоров'ї дитини [3]. Стратегічним шляхом реалізації цього завдання є створення і розвиток системи валеологічної освіти, яка б передбачала розробку основних положень та умов здорового способу життя, методик їх упровадження, набуття та засвоєння школярами [2].

Процес поступового ускладнення змісту освіти є цілком закономірним, однак він привертає сьогодні серйозну увагу фахівців та суспільства через погіршення стану здоров'я учнівської молоді. У відповідності до державних освітніх стандартів учні повинні оволодівати значним обсягом знань, вмінь, навичок з різноманітних навчальних дисциплін, разом з тим "успішність" їх часто пов'язана з надмірними для них психоемоційними та статичними навантаженнями. Вже на момент вступу до школи близько 80% дітей мають відхилення в стані здоров'я, а з кожним роком навчання серед учнів зростає кількість дітей з захворюваннями опорно-рухового апарату, серцево-судинної та дихальної систем, порушеннями органів зору [4].

Питання формування, збереження, зміцнення здоров'я, а також захисту людини від різноманітних несприятливих факторів зовнішнього середовища стають надзвичайно актуальними, їх пріоритетність не викликає сьогодні сумнівів.

Можливість збереження фізичної та розумової працездатності, гнучкої адаптації до більш складних екологічних та соціальних факторів зовнішнього світу забезпечуються повноцінністю та гармонією соматичного, психічного, соціального здоров'я людини. Здоров'я є найвищою цінністю кожної людини, здоров'я нації – великий скарб держави. Турбота про своє здоров'я та здоров'я оточуючих повинна бути усвідомлена кожним як важлива моральна та етична норма [5].

Сучасний стан здоров'я та суспільної свідомості населення України свідчить, що існує реальна загроза вимирання нації. Майже 90% дітей, учнів і студентів мають відхилення у здоров'ї, понад 50% – незадовільну фізичну підготовку. Щороку до лав Збройних Сил України за станом здоров'я не призивається кожний четвертий юнак призовного віку. Тільки протягом останніх п'яти років на 41% збільшилася кількість учнівської та студентської молоді, віднесеної за станом здоров'я до спеціальних медичних груп. За цей же період значно зросла група ризику серед найактивнішої

частини молоді, (63 % неповнолітніх були притягнуті до кримінальної відповідальності). Майже кожний десятий злочин в Україні вчиняється підлітками. На 60% збільшилася кількість неповнолітніх, що вживають наркотики. При цьому найбільш постраждали незахищені верстви населення, які зараз позбавлені можливості життєвого самовизначення та самореалізації, що призводить до їх соціальної дезадаптації [6].

Ситуація, що склалася, має не тільки об'єктивні, але й суб'єктивні причини, що пов'язані з існуючою системою ціннісних орієнтацій та особливостями менталітету наших громадян.

Отже, актуальність дослідження обумовлена гострою потребою у зміні програмних підходів та визначенні пріоритетних напрямків у вихованні підростаючого покоління та просвітницької роботи серед батьків. Необхідно виховувати у населення України відповідну мотиваційну та поведінкову характеристику, активну соціальну орієнтацію на здоровий спосіб життя.

Впровадження валеологічних знань у навчально-виховному процесі як складової частини загальної системи освіти має закласти основи забезпечення та розвитку фізичного і морального здоров'я, комплексного підходу до формування розумових і фізичних якостей особистості, вдосконалення фізичної та психологічної підготовки до активного життя і професійної діяльності [7].

Концепція формування здорового способу життя в навчально-виховному процесі базується на розумінні здоров'я учня як вищої цінності та на комплексному системному підході. Системний підхід викликає необхідність розглядати динаміку формування здорового способу життя з позиції взаємодії "об'єктивних умов" і "суб'єктивних факторів". Під об'єктивними умовами розуміють сукупність наявних обставин, процесів і явищ, які створюють середовище, де формується гігієнічна поведінка людини [4].

Розвиток валеологічної культури й мислення є також складовою розвитку інтелекту, світосприйняття та усвідомлення людиною свого призначення, ролі в суспільстві і світі, необхідності збереження власного здоров'я і здоров'я підростаючого покоління. Повноцінне щастя людини, підвищення якісного рівня життя суспільства неможливе без цих складових. Медична наука і практика на сучасному етапі розвитку мають вагомі досягнення, але без свідомого ставлення індивіда до власного здоров'я, без валеологічної культури неможливо знизити рівень захворюваності і взагалі підвищити рівень стійкості, резистентності організму людини до хвороб, а також чинників довкілля, що сприяють їх поширенню, негативних екологічних факторів [3].

Удосконалення змісту педагогічної освіти, підготовка вчителів нової генерації з гуманістичним типом мислення у відповідності до основних положень "Концепції валеологічної освіти педагогічних працівників" – одне з першочергових завдань сьогодення. Всебічний розвиток підростаючого покоління, формування свідомого ставлення до власного здоров'я, становлення духовного, психічного, фізичного здоров'я дітей, підлітків та молоді є основною метою навчально-виховного процесу в освітніх закладах усіх рівнів [3,5].

Методики оздоровчої виховної роботи повинні відповідати віковому розвитку дітей, щоб запобігти порушенням здоров'я, які можуть загрожувати дитині протягом всіх вікових періодів. Валеологічна виховна робота має бути започаткована в молодшому шкільному віці, а потім супроводжувати дитину до усвідомленої зрілості світосприйняття. Прикладом найчастіших і системних порушень росту й розвитку дітей та підлітків є аномалії розвитку опорно-рухового апарату [6].

Найважливішим завданням педагога є забезпечення гармонійного розвитку кожної дитини. Розвиток дитини не є лінійним, періоди більш інтенсивного розвитку фізіологічних механізмів чергуються з їх уповільненим розвитком, а іноді і певними

затримками. Школа повинна приймати участь у здійсненні моніторингу за станом здоров'я дітей. Знання про вікові та індивідуальні психофізіологічні особливості дітей допомагають створити у школі комфортні умови перебування в ній для кожного учня. До того ж завдяки цілеспрямованому, послідовному, систематичному педагогічному впливу на дитину ми можемо забезпечити успішну корекцію недоліків її мотиваційної, інтелектуальної, емоційно-вольової сфери. Це особливо актуально в сучасних умовах, коли зростає кількість дітей із неблагополучних родин, в яких діти страждають через недостатність батьківського піклування, насильство, мають низькі показники фізичного та психічного розвитку. Сьогодні доречно говорити про необхідність правового та морально-етичного контролю за розвитком дитини в родині та можливості покращення допомоги таким дітям з боку педагогів, психологів, лікарів в умовах школи. Рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вище середній рівень освіти в певному соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє [4,7]. Природно, що піклування про власне і громадське здоров'я неможливо без знання того, чому це необхідно і як це робити. Доцільно розуміти поняття освіти в даному контексті не тільки як освіту суто валеологічну, а значно ширше - як загальну освіту в цілому. Чим ширше знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його проявах, сферах, рівнях [5].

Отже, формування здорового способу життя - складний, багатогранний процес, що потребує спільних зусиль якомога більшої кількості людей, різних організацій, і передовсім - відповідної державної політики. Одночасно формування здорового способу життя є науково-практичною дисципліною зі своєю теорією, методологією, методикою і засобами. Тому знання і практичні навички з формування здорового способу життя мають бути якомога ширше розповсюджені в суспільстві, ними потрібно керуватися при розробці і прийнятті управлінських рішень на всіх рівнях усіх гілок влади, усіх галузей державного сектора. Потрібно також всіма засобами впливати на приватний сектор і громадські організації у напрямку моніторингу, контролю, сприяння і спрямування діяльності на користь здоров'я населення.

#### Література

1. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні: зб. наук.-практ. статей / за ред. В.М.Оржеховської. – К.: Майстер, 1999. – 120с.
2. Державна національна програма "Освіта" (Україна XXI століття) / Освіта. – Грудень. – 1993. – № 44. – С. 12.
3. Куліш О.В. Підходи до еколого-валеологічного виховання в шкільному курсі / О.В. Куліш // матеріал. Всеукр. наук.-практ. конф. "Науково-методичні підходи до викладання природничих дисциплін в освітніх закладах XXI століття". – Полтава, 2001. – С. 37-39.
4. Теоретико-методологічні основи формування еколого-валеологічної культури майбутнього вчителя: зб. наук. праць / наук. ред. С.С.Єрмаков. – Харків: ХДАДМ (ХХПІ), 2004. – № 6. – С. 3-8.
5. Воскобойнікова Г.Л. Валеологічна освіта, культура, виховання, як складові якості життя / Г.Л. Воскобойнікова // матеріал. III Всеукр. наук.-практ. конф. "Здорове довкілля – здорова нація". - Бердянськ. – 2006. – С. 25-29.
6. Животовська Л.А., Страшко С.В. Обґрунтування змісту освіти і навчання бакалавра з валеології /Л.А. Животовська, С.В. Страшко // матеріал. II Міжн. наук.-практ. конф. "Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку". – ХНУ, 2004. – С. 14-18.
7. Сущенко Л.П. Соціальні технології культивування здорового способу життя людини / Сущенко Л.П. - Запоріжжя: Запоріж. держ. ун-т, 1999.- 308 с.

**Аннотация.** *Маруненко И. М., Волковская А. И. Здоровый образ жизни как социально-педагогическое условие становления личности. Статья посвящена анализу здорового образа жизни как социально-педагогического условия становления личности.*

**Ключевые слова:** *здоровье, здоровый образ жизни, студенты.*

**Summary.** *Marunenko I. M., Volkovskaya A. I. Healthy way of life as a socially-pedagogical condition of personality formation. The article is devoted to the analysis of healthy way of life as a socially-pedagogical condition of personality formation.*

**Key words:** *health, healthy way of life, students.*

УДК 37.046:314.883

О.І. Тимченко, О.В. Линчак

### ЗНАЧЕННЯ ОСВІТИ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я І РИЗИКУ РОЗЛАДІВ РЕПРОДУКЦІЇ

*Визначений ризик безпліддя у шлюбі, самовільних викиднів і народження немовлят з вродженими вадами розвитку в залежності від рівня освіти матерів. Рівень освіти розглядається як чинник, за яким можливо виокремлювати групи жінок з ризиком порушень репродукції.*

**Ключові слова:** *безплідні шлюби, самовільні викидні, вроджені вади розвитку, рівень освіти*

В Україні, як відомо, нині склалася кризова демографічна ситуація, яка є результатом дії багатьох зовнішніх і внутрішніх чинників, що впливали на неї протягом десятиріч. Вона обумовлена в першу чергу соціальними та економічними катастрофами, що супроводжували українців у ХХ столітті, і наслідком яких був високий рівень смертності населення. Вважають також, що Україна перетнула ту межу (дводітність в сполученні з тридітністю), за якою починаються руйнівні процеси та втрата сприятливих демографічних перспектив [1].

В Концепції демографічного розвитку на 2005-2015 роки, яка схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 8.10.06. № 724-р. визнається, що “досягнення сталого демографічного розвитку, створення належних умов для відтворення населення є тривалим і складним процесом. При цьому завдання полягає не стільки в подоланні депопуляції, скільки у підвищенні якості та рівня життя населення, збереженні його життєвого і трудового потенціалу”. Основною причиною загострення демографічної кризи в Україні Концепція демографічного розвитку називає зниження народжуваності до критичного рівня, яке, в свою чергу, викликане змінами в соціальному статусі жінки за рахунок розширення сфери її позасімейних інтересів та підвищення рівня освіти жінок.

Можна відмітити справедливості останньої тези – з підвищенням рівня освіти в людині набуває розвитку особистість, яка намагається реалізувати весь закладений в неї потенціал, а не тільки проявити дітородну активність. Відома диференційна плодючість різних соціальних страт населення. На прикладі жіночого населення м. Харкова показано, що жінки з вищою освітою у порівнянні з іншими жінками мають нижчу дітородну активність [2]. В той же час серед жінок з вищою освітою відмічають більш низькі показники смертності дітей, особливо в перший рік життя [3].

До того ж окрім впливу на зниження народжуваності, освіта сприяє підвищенню рівня добробуту людей. Вважається, що наявність доступної для всіх, адекватним чином фінансованої та ефективної системи освіти є однією із базових умов розвитку