



СОЦІАЛЬНО- ГУМАНІТАРНИЙ ВІСНИК

Статті у збірнику публікуються в рамках проведення міжнародної науково-практичної конференції «Сучасні тенденції соціально-гуманітарного розвитку суспільства», 23 вересня 2020 р., м. Харків, Україна.

Редакційна колегія:

Кучин Павло Захарович, заслужений артист України, СТ НТМ «Новий курс» (головний редактор)
Акіншина Ірина Миколаївна, кандидат філологічних наук, доцент, Луганський національний університет імені Тараса Шевченка
Березовська-Чміль Олена Борисівна, кандидат політичних наук, Прикарпатський національний університет імені Василя Стефанива
Внукова Ольга Миколаївна, кандидат педагогічних наук, доцент, Київський національний університет технологій та дизайну
Гончаренко Тетяна Ігорівна, СТ НТМ «Новий курс» (відповідальний секретар)
Дека Іванна Петрівна, кандидат педагогічних наук, Національний університет «Львівська політехніка»
Дубовик Наталія Анатоліївна, кандидат політичних наук, доцент, Державний університет телекомунікацій
Захаревич Михайло Васильович, кандидат мистецтвознавства, доцент, Київський національний університет театру, кіно і телебачення імені І. К. Карпенка-Карого
Карпинський Борис Андрійович, доктор економічних наук, професор, Львівський національний університет імені Івана Франка
Кислюк Любов Вікторівна, кандидат наук із соціальних комунікацій, доцент, Луганський національний аграрний університет
Кожедуб Олена Василівна, кандидат соціологічних наук, доцент, Київський національний університет імені Тараса Шевченка
Коробчук Людмила Іванівна, кандидат педагогічних наук, Луцький національний технічний університет
Косуля Ірина Юріївна, кандидат соціологічних наук, доцент, Німецьке товариство міжнародного співробітництва (GIZ) GmbH
Кучин Сергій Павлович, доктор економічних наук, професор, Харківський національний університет мистецтв імені І. П. Котляревського
Мкртічян Оксана Альбертівна, кандидат педагогічних наук, доцент, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Пашкова Надія Ігорівна, кандидат філологічних наук, доцент, Київський національний лінгвістичний університет
Підлісна Ольга Вікторівна, кандидат мистецтвознавства, Харківський національний університет міського господарства імені О. М. Бекетова
Пятакова Галина Павлівна, кандидат філологічних наук, доцент, Львівський національний університет імені Івана Франка
Сафонова Наталія Анатоліївна, кандидат філологічних наук, доцент, Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара
Стефанишин Олена Василівна, кандидат історичних наук, доцент, Тернопільський національний економічний університет
Столярчук Ольга Святославівна, кандидат філософських наук, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського»
Сторож Олена Василівна, кандидат психологічних наук, доцент, Рівненський державний гуманітарний університет
Тарасюк Лариса Сергіївна, доктор філософських наук, доцент, Таврійський національний університет імені В. І. Вернадського
Тополевський Віктор Юрійович, кандидат педагогічних наук, доцент, Харківська державна академія культури
Федоренко Микола Олександрович, кандидат філософських наук, доцент, Національна музична академія України імені П. І. Чайковського
Харченко Артем Вікторович, кандидат історичних наук, доцент, Національний технічний університет «Харківський політехнічний інститут»
Шевчук Інна Володимирівна, кандидат наук з державного управління, Хмельницький університет управління та права імені Леоніда Юзькова
Шептуха Олена Михайлівна, кандидат економічних наук, доцент, Харківський національний університет будівництва та архітектури
Шпак Світлана Григорівна, кандидат психологічних наук, доцент, Національний університет водного господарства та природокористування
Яцишин Уляна Володимирівна, кандидат політичних наук, Національний університет «Львівська політехніка»

УДК 009:3(082)
С69

Соціально-гуманітарний вісник: зб. наук. пр. – Вип. 35. – Харків: СТ НТМ «Новий курс», 2020. – 148 с.

© СТ НТМ «Новий курс», 2020
© Автори, 2020

Збірник засновано 2010 року.
Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації КВ №23259-13099ПР від 19.04.2018.
Міжнародний стандартний номер періодичного видання
ISSN 2305-9869 (print)
ISSN 2709-1287 (online)

Збірник включено до міжнародної бази даних періодичних видань Ulrich's Periodicals Directory та до каталогу наукових ресурсів відкритого доступу ROAD

Статті розміщуються в базі даних інформаційного ресурсу «Наукова періодика України», в пошуковій системі наукових публікацій «Google Scholar», на сайті засновника www.newroute.org.ua.

Засновник та видавець збірника: «Соціально-гуманітарна науково-творча майстерня «Новий курс» (рік заснування – 1989). Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції ДК№6392 від 07.09.2018. Видавець зареєстрований у глобальному реєстрі видавців Global Register of Publishers.

Контакти: +380970440309, sgvisn@gmail.com
Вул. Манізера, 3, м. Харків, 61002, Україна.

Публікація у збірнику вважається науковою працею, яка опублікована у вітчизняному друкованому науковому періодичному виданні та підтверджує апробацію наукових досліджень автора. Збірник не входить до переліку фахових видань України.

Автори несуть відповідальність за зміст (авторство та самостійність досліджень), точність та достовірність викладеного матеріалу. Редакція може не поділяти точку зору авторів.

Розділ перший*Педагогіка, соціологія, філософія, психологія, соціальні комунікації***Моисейчик Эдуард Алексеевич**

Кандидат педагогических наук, доцент

*Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина***Зинкевич Галина Николаевна***Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина***Сидоревич Павел Федорович***Брестский государственный университет им. А.С. Пушкина***ОТНОШЕНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ НА СОВРЕМЕННОМ ЭТАПЕ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Высшее учебное заведение как центр обучения и воспитания имеет огромные возможности воздействовать на образ жизни студенческой молодежи, формируя положительное отношение к здоровому образу жизни, ценностные установки на здоровье, поведенческие навыки здоровьесберегающей деятельности. Статья посвящена изучению отношения студенческой молодежи к здоровому образу жизни. Ключевые слова: здоровый стиль жизни, режим дня, здоровое питание, приоритеты студенческой молодежи.

Программа Всемирной организации здравоохранения предусматривает решение вопросов оздоровления населения, в частности студенческой молодежи в двух направлениях: через систему улучшения реальных условий жизнедеятельности и систему обучения здоровью с элементами самообразования.

Здоровый стиль жизни (ЗСЖ) – сложившиеся и актуализированные личностью формы и способы жизнедеятельности, не противоречащие требованию сохранения и укрепления здоровья человека, его духовных и нравственных кондиций.

В 2015-2016 годах нами было проведено исследование отношения студенческой молодежи к здоровому образу жизни [5] в результате которого было установлено:

1. Лишь небольшая часть студентов, рационально использовало свободное время.
2. Большинство студентов положительно оценивало занятия физкультурно-спортивной деятельностью.
3. Физическая культура и спорт привлекали студенческую молодежь прежде всего как специфическая сфера деятельности, в которой можно отдохнуть, развлечься, укрепить здоровье, поднять свой престиж. Значительно реже студенты оценивали физическую культуру как средство развития личности, понимали физическую культуру как вид личностной культуры.
4. Физкультурная образованность и грамотность студентов часто была поверхностной.
5. Примерно у половины студентов не сформирован ЗОЖ, и они имели неполные и поверхностные представления о нем.

В 2019-2020 г.г. нами было проведено аналогичное исследование с целью корректировки учебного процесса и внеучебной деятельности. В ходе исследования было установлено, что более 65% студентов стремятся избавиться от вредных привычек. В то же время по данным исследований курит 20,3% студентов, употребляют алкоголь редко, по праздникам 68,2% опрошенных, употребляют алкоголь умеренно, 1 раз в неделю – 14,4%, не отказываются, когда предлагают выпить 12,6% юношей.

Усталость студентов по дням недели следующая: больше всего устают в понедельник – 32,1%, в пятницу – 27,5%, в среду – 19,6%, в четверг – 12,5%, во вторник – 7,4%, в субботу – 6,8%, в воскресенье – 2,2%. В целом по университету наблюдается тенденция снижения показателей физической подготовленности студентов. Основными причинами такого спада являются низкие физические данные абитуриентов, поступающих в университет, недостаточная мотивация студентов на физкультурно-спортивную деятельность, недостаточная материально-техническая база для занятий физкультурой и спортом.

Практические выводы на основании предложений участников опроса:

1. Сделать занятия по физкультуре чаще (хотя бы 3 раза в неделю).
2. Ставить занятия по физкультуре 1-ой или 2-ой парой.

Проблемы обучения и воспитания здоровому образу жизни учащейся молодежи особенно актуальны для студентов в силу низкой культуры отношения к своему здоровью [1, 2, 3, 4]. Подтверждением этому

служит опрос, проведенный среди студентов 1-2-х курсов психолого-педагогического факультета БрГУ. Ранжирование средств, используемых студентами для сохранения и укрепления своего здоровья (высчитывалось количество случаев по каждому отдельному средству) представлено следующим образом. Так, самое популярное средство укрепления и сохранения здоровья среди студентов – правильное питание (48,7%). На втором месте – физические упражнения (42,2%). Отсутствие вредных привычек занимает третье место (31,3%); прогулки на свежем воздухе – четвертое (29,7%), затем идет утренняя гимнастика и закаливание – 15,4% и т.д. Анализ ответов респондентов свидетельствует о недостаточной осведомленности студентов о средствах укрепления своего организма и роли физической культуры в формировании здорового образа жизни.

Высшие учебные заведения как центр обучения и воспитания имеет огромные возможности воздействовать на образ жизни студенческой молодежи, формируя положительное отношение к здоровому образу жизни, ценностные установки на здоровье, поведенческие навыки здоровьесберегающей деятельности [6].

Особое место в системе такого воспитания мы возлагаем на систему взаимосвязанной организации учебной и внеучебной работы со студенческой молодежью.

Основными задачами являются:

1. Развитие положительной мотивации к здоровью как приоритетной ценности общества.
2. Формирование у студентов потребности ведения здорового образа жизни.
3. Владение определенными знаниями по вопросам здорового образа жизни.
4. Овладение системой практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья.

Для решения вышеуказанных задач работа должна проводиться в следующих направлениях:

- проведение учебных занятий (лекции, практические занятия);
- проведение оздоровительных мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья студентов;
- организация встреч со специалистами в области здоровья (врач, психолог и др.);
- выпуск буклетов, стенгазет, статей и др. по данной тематике.

Таким образом, теоретическая, организованная работа должна быть направлена на приобретение студентами знаний в области здоровья, в процессе чего у них появляется убежденность в том, что ЗОЖ имеет тесную связь с физической культурой, а также закрепляется положительное отношение ко всем формам и методам физического воспитания, побуждается интерес к осозанным и самостоятельным занятиям физической культурой и спортом. Поскольку физическая культура – это путь к здоровью и социальной активности.

Современные методики и научные разработки, дают возможность целенаправленно проанализировать эффективность физкультурно-оздоровительной работы среди студенческой молодежи [6]. С учетом природных условий, особенностью управления процессом физкультурно-оздоровительного характера. Учет ответной реакции организма на предлагаемые воздействия или конкретные климатические условия обитания дает возможность значительно рационализировать и индивидуализировать процесс физического воспитания и совершенствования [1, 2].

Практическая деятельность, физкультурно-оздоровительной работы, должна строиться в виде циклов, имеющих различную продолжительность, в зависимости от целей и задач решаемых в конкретной группе занимающихся или индивидуально. Работа по пропаганде здорового образа жизни в вузе требует дальнейшего совершенствования.

Источники

1. Купчинов Р. И. Формирование здорового образа жизни студенческой молодежи. – Мн.: УП "ИВЦ Минфина", 2004. – 211 с.
2. Коледа В. А. Физическая культура в формировании личности студента / В. А. Коледа. – Минск: БГУ, 2004. – 167 с.
3. Лотоненко А. В. Физическая культура и её виды в реальных потребностях студенческой молодежи / А.В. Лотоненко, Е.А. Стеблеов // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 26, 39-41.
4. Лубышева Л. И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л. И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 1996. – № 1. – С. 11-17.
5. Моисейчик Э. А., Софенко А. И., Зинкевич Г. Н. Здоровый образ жизни студентов: проблемы, решения и перспективы // Современные здоровьесберегающие технологии. Ежеквартальный научно-практический журнал, №3, 2016. – Орехово-Зуево, Ред.-издат. отдел ГГТУ, 2016. – С. 91-98.
6. Физическая культура: типовая учеб. программа для высш. учеб. заведений / сост.: В. А. Коледа [и др.]; под ред. В. А. Коледы. – Минск: РИВШ, 2008. – 60 с.