

те, що використання цієї хімії, наносить велику шкоду організму професійного спортсмена.

На питання щодо користі або шкоди професійного спорту, неможливо дати однозначної відповіді, тому кожна людина, повинна сама робити свій життєвий вибір!

#### **Список використаних джерел:**

1. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова – К.: Олімп. л-ра, 2009. – 400 с.
2. Булатова М. М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М. М. Булатова – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 252 с.
3. Електронний ресурс. Режим доступу: <http://udoktora.net/professionalnyiy-sport-vredno-ili-polezno-6916/>.

**Олексієнко Я.І.**

*старший викладач;*

**Верещагіна О.П.**

*старший викладач,*

*Черкаський національний університет  
імені Богдана Хмельницького*

## **ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ СУЧАСНОЇ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ**

Молодь є енергійною рушійною силою, якій належить визначальна роль у розвитку суспільства. Українська молодь має бути налаштована на реформаторські зміни в країні і наполегливо долучатися до їх реалізації, тому що Україна знаходиться на шляху реформ, здійснення яких потребує багато сил і часу.

Як зазначають учасники парламентських слухань про становище молоді в Україні на тему: «Ціннісні орієнтації сучасної української молоді», які відбулися 2 листопада 2016 року, що в інтегрованому світі інтереси сучасного юнацтва істотно відрізняються від тих, які були у молоді 10-20 років тому. Нове покоління зростає в добу прогресу в електроніці і техніці, в нових економічних, соціальних та політичних умовах. Під час суспільних перетворень, що відбуваються в Україні, перед викликами, що постали перед нашою державою, значно підвищилася значущість для молоді таких життєвих цінностей, як державна незалежність, демократичний розвиток України, національно-культурне відродження, свобода слова, демократичний контроль за прийняттям державних рішень, участь у політичному житті) [1]. Тому молодь має бути, фізично і психічно здоровою, працездатною, активною.

Згідно ж з даними наукових досліджень ВООЗ (2005–2010 рр.) за основними показниками здоров'я населення і, в першу чергу молоді, наша держава набагато відстає від передових європейських країн. Велика частина

українських школярів має відхилення в стані здоров'я, лише 20% дітей шкільного віку можна вважати здоровими (Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня, 2010). У перших класах до спеціальної медичної групи відносять 5-6% дітей, у старших класах – кожного третього школяра, а серед студентів цей показник перевищує 40% (Т. Ю. Круцевич, 2006). Серед дітей молодшого шкільного віку поширені різні захворювання опорно-рухового апарату, серцево-судинної системи, органів дихання, нервової системи (В. Земцова, 2006; В. А. Кашуба, Зияд Насраллах, 2008; В. П. Неділько, 2008) [2, с. 1].

Ситуація, що склалася обумовлена і тим, що сучасний рівень рухової активності більшості школярів України не відповідає фізіологічним нормам, що забезпечують належний рівень фізичного стану дітей і підлітків (Р. Масауд, 1998; Е.В. Андреева, 2002; И. А. Когут, 2006). Достатній рівень рухової активності оздоровчої спрямованості має кожна п'ята дитина шкільного віку і кожен десятий студент, що є одним із найнижчих показників у Європі (N. Cavill, 2006; R. Blom, H. Nikogosia, 2006).

Тому пріоритетними сферами молодіжного життя, що потребують уваги з боку держави, є популяризація здорового та безпечного способу життя, зайнятість та підтримка талановитої молоді. Формування системи ціннісних орієнтацій молоді має здійснюватися на засадах практико-орієнтованого підходу на основі урізноманітнення форм роботи з молоддю з метою виховання самостійної особистості, відповідальної за власне життя та життя країни, активного члена громадянського суспільства.

Враховуючи зазначене, погоджуємося з учасниками парламентських слухань про становище молоді в Україні, які, зокрема, рекомендують [1]:

1. Президенту України розглянути доцільність відновлення діяльності Національної ради з питань молодіжної політики при Президентові України.

2. Верховній Раді України прискорити розгляд та прийняття проектів законів України, зокрема:

– про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо організації оздоровлення та відпочинку дітей, збереження мережі дитячих оздоровчих закладів (реєстр. № 2917).

3. Кабінету Міністрів України, зокрема:

1) у сфері вдосконалення нормативно-правової бази:

– розробити проекти нормативно-правових актів щодо *формування цінностей здорового способу життя молоді*;

2) з метою посилення заходів із забезпечення формування ціннісних орієнтацій молоді визначити пріоритетними напрямками в реалізації державної молодіжної політики:

– *популяризація здорового та безпечного способу життя молоді*;

3) доручити Міністерству освіти і науки України, зокрема:

– внести на розгляд Кабінету Міністрів України пропозицію про створення в Україні міжнародного студентського центру – *закладу оздоровлення та відпочинку молоді*;

– вжити заходів з метою вдосконалення роботи з патріотичного, правового, морального, екологічного виховання дітей та молоді, формування у них

моральних цінностей, соціальної активності та громадянської відповідальності, *утвердження здорового способу життя (ЗСЖ)*;

– посилити серед молоді у навчальних закладах виховну роботу з питань формування національної самосвідомості, *утвердження (ЗСЖ)*;

4) доручити Міністерству інформаційної політики України, Державному комітету телебачення і радіомовлення України та Національній раді України з питань телебачення і радіомовлення:

– сприяти популяризації в суспільстві *переваг здорового способу життя, формуванню відповідальності за власне здоров'я* та утвердженню національної ідеї щодо соціально активної, фізично здорової та духовно багатой особистості;

– вжити заходів для недопущення поширення в засобах масової інформації продукції, що містить елементи жорстокості, насильства, порнографії, пропагує ненависть між етнічними групами, наркоманію, алкоголізм, тютюнопаління, сприяє антисоціальній поведінці молоді.

4. Місцевим органам виконавчої влади, органам місцевого самоврядування в установленому порядку, зокрема:

1) вжити заходів з метою:

– інформування дітей та молоді про негативний вплив на здоров'я тютюнопаління, вживання алкоголю, наркотичних та інших токсичних речовин.

Відповідно до «Національної стратегії розвитку освіти в Україні» на період до 2021 року, схваленої Указом Президента України від 25 червня 2013 року № 344/2013, пріоритетом державної гуманітарної політики щодо національного виховання має бути забезпечення громадянського, патріотичного, морального, трудового виховання, *формування здорового способу життя*, соціальної активності, відповідальності та толерантності. Виконання зазначених завдань, зокрема, передбачає [3]:

– збільшення рухового режиму дітей і молоді;

– удосконалення фізкультурно-оздоровчої та спортивно-масової роботи в навчальних закладах (розширення кількості спортивних гуртків і секцій з їх обов'язковим кадровим, фінансовим, матеріально-технічним забезпеченням).

Вважаємо, що важливою для контролю та зміцнення здоров'я молоді є постанова Кабінету Міністрів України від 09.12.2015 № 1045 «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України», метою якого є, зокрема, визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення України, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення їх здоров'я, забезпечення здатності до захисту територіальної цілісності України, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції [4].

З метою раціонального використання фінансових ресурсів Державна цільова соціальна програма «Молодь України» на 2016–2020 роки передбачає концентрацію зусиль на таких пріоритетних завданнях, зокрема, як ЗСЖ молоді – шляхом здійснення заходів, спрямованих на популяризацію та утвердження здорового і безпечного способу життя та культури здоров'я серед молоді [5].

Виконання програми «Молодь України» дасть змогу, зокрема, збільшити щороку на 4% чисельність молоді, залученої до популяризації та утвердження здорового і безпечного способу життя, культури здоров'я.

Висновки. Державні та місцеві органи влади мають сприяти популяризації в суспільстві переваг здорового способу життя, формуванню відповідальності за власне здоров'я та утвердженню національної ідеї щодо соціально активної, фізично здорової та духовно багатой особистості.

### Список використаних джерел:

1. Рекомендації парламентських слухань про становище молоді в Україні на тему: «Ціннісні орієнтації сучасної української молоді» / Схвалено постановою Верховної Ради України від 23 лютого 2017 року № 1908-VIII [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/ru/1908-19>.
2. Трачук С. В. Моделювання режимів рухової активності молодших школярів у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня кандидата наук з фізичного виховання і спорту: спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення» / С.В. Трачук. – К., 2011. – 18 с.
3. Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 року / Схвалено Указом Президента України від 25 червня 2013 року № 344/2013 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/344/2013>.
4. Порядок проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України / Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 9 грудня 2015 р. № 1045 (в редакції постанови Кабінету Міністрів України від 6 червня 2018 р. № 461) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1045-2015-%D0%BF>.
5. Державна цільова соціальна програма «Молодь України» на 2016–2020 роки / Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 18 лютого 2016 року № 148 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/ru/148-2016-%D0%BF#n11>.

**Фотинюк В.Г.**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
Національний авіаційний університет*

## ОСОБЛИВОСТІ СТАНУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ СТУДЕНТІВ ВОЗ

Вдосконалення навчально-виховного процесу з фізичного виховання у вищих закладах освіти повинно обґрунтовуватися в першу чергу реальним станом фізичного розвитку, станом здоров'я і фізичної підготовленості студентів. Проте, як показують наукові дослідження [5], у абітурієнтів, що вступили на перший курс вищих навчальних закладів, спостерігається низька фізична підготовленість, не більш 7,3% мають сприятливий морфологічний статус, тільки 1-2% не мають хронічних соматичних захворювань, близько 80-90% мають відхилення в стані здоров'я [1].

Майбутні фахівці повинні набути в процесі навчання, окрім професійних знань та навичок, відмінного рівня фізичної підготовленості як складової