

Очевидно, дуже корисно, якщо сучасні діти будуть читати (а не тільки дивитися мультфільм чи кінофільми по телевізору!), знати, більше того, вмітимуть продемонструвати у вигляді драматизації, театралізації 10-12 українських (і не тільки!) народних казок, зокрема музичних та пісенних вставок з них, у яких вкладено досвід наших [5].

Виховувати – значить долучати дитину до світу людських цінностей – це справжня мета або навіть девіз навчально-виховної роботи з дітьми. Впевнена, що виховувати молодших школярів на матеріалі українського фольклору, зокрема казках, шляхом їх вивчення та використання на заняттях і в повсякденному житті, ми розвиваємо у дітей позитивне емоційно-ціннісне ставлення до вітчизняної культури, національних культур інших народів, виховуємо змалечку відчуття відповідальності за збереження української національної культурної спадщини.

Неможливо зрозуміти казку, більше того дати їй визначення, без попереднього з'ясування важливих рис і відзнак, що їй властиві. Щоб не зрозуміти, треба вивчити те середовище, та, хоча б побіжно, розглянути той поетичний обшир, у якому народилась і жила казка, і які особливості за довгі століття свого побутування вона увібрала в себе у фольклорному дивосвіті.

Список використаних джерел:

1. Дмитренко А. Українська фольклористика: Акценти сьогодення / А. Дмитренко. – К.: Сталь, 2008. – 236 с.
2. Шкода А. Традиції і свята українського народу / А. Шкода. – Донецьк: БАО, 2011. – 384 с.
3. Морально – естетичні погляди В. О. Сухомлинського. – К.; 1989 – 48 с. – (т-во «Знання» УРСР, Пед. Сер. VII; № II).
4. Садовенко С. Виховання народною казкою / С. Садовенко. – К.: «Шкільний світ», 2011. – 127 с.
5. Щербань Т. М. Формування національної самосвідомості в сім'ї / Т. М. Щербань. – К.: «Знання», 2010. – 116 с.

Житомирский Л.А.

старший преподаватель,

Измаильский государственный гуманитарный университет

РЕЗЕРВЫ НАУЧНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ РАБОТНИКОВ ВУЗОВ УКРАИНЫ В ФОРМИРОВАНИИ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ СТУДЕНТОВ

Здоровье – один из источников счастья, радости и полноценной жизни. Оно является не только личным достоянием человека, но и общественным богатством, одним из важных показателей благосостояния и культурного уровня народа.

Здоровый образ жизни студентов имеет большое социально-политическое значение. Именно он активизирует человеческий фактор – один из основных резервов достижения экономического прогресса и совершенствования общества. Здоровый образ жизни позволяет в значительной мере раскрыть те ценные качества личности, которые необходимы в условиях динамического развития демократического общества в Украине. Это, прежде всего, высокая умственная и физическая работоспособность, социальная активность и творческое долголетие. Поэтому повсеместное утверждение здорового образа жизни – дело общегосударственное, всенародное [1].

Приоритетной задачей образования является воспитание студентов в духе ответственного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих как к наивысшей индивидуальной и общественной ценности. Качественное решение этой цели и задачи возможно при условии, что студенты обладают хорошим здоровьем и ведут здоровый образ жизни.

Однако на современном этапе наблюдается тенденция к ухудшению здоровья студентов, снижению уровня их физической подготовленности и работоспособности, что отрицательно отражается на качестве жизни и показателях в учебе [3].

Проведя теоретический анализ научно-методической литературы (Т. Ю. Круцевич, Н. М. Амосов, Г. Л. Апанасенко, Б. М. Шиян) и опираясь на многолетний опыт работы со студентами в высшем учебном заведении (более 30 лет), мы считаем, что на сегодняшний день у научно-педагогических работников вузов Украины есть множество форм, средств и методов, которые при их использовании позволяют улучшить состояние здоровья студентов. Фактически это те резервы, которые можно использовать в формировании здорового образа жизни учащейся молодежи.

Одним из таких резервов является повышение и улучшение информированности студентов. Это можно доказать, изучив проблему бесплодия в Украине, к которой нынешние студентки, а в последствии будущие матери, имеют непосредственное отношение. По данным Министерства здравоохранения Украины, уровень бесплодия в нашей стране достигает 20%, т. е. примерно каждая пятая из 15 млн. пар в Украине не может зачать ребенка традиционным способом.

На беременность и роды влияет низкое состояние репродуктивного здоровья женщин до наступления беременности. Каждая 4-я беременная имеет проявления анемии, каждая 7-я – болезни мочеполовой системы, каждая 16-я – болезни системы кровообращения. Критично для демографии страны, если бесплодие превышает 15%, согласно данных ВОЗ (Всемирной организации здравоохранения) [4].

Руководитель центра репродукции Украины доктор медицинских наук, профессор Александр Феськов отмечает, что главная причина столь плачевной статистики в слабой и низкой информированности девушек и женщин в Украине [5].

Одной из причин данной проблемы является то, что часть студенток использует обувь на высоких каблуках, что приводит к патологическим изменениям в мочеполовой системе. Хотя специалисты неустанно говорят о

вреде высоких каблуков, молодёжь отказывается менять туфли и сапоги на безопасные. А риск получить от такого упрямства букет болезней все возрастает.

По данной конкретной проблеме студентки должны получить информацию от преподавателей физической культуры, которые должны им объяснить, что при ходьбе на каблуках центр тяжести падает на хрупкую переднюю часть стопы, пальцы ног деформируются. А из-за того, что сохранять равновесие на каблуках удается только напряжением ног и поясницы, развивается варикозное расширение вен, деформация суставов ног. Если поясница ежедневно получает нагрузку, происходят застойные явления в кишечнике, мочевом пузыре, яичниках, матке. К тому же матка отклоняется назад и долго остается в таком положении, а это – риск бесплодия. Поэтому студентки должны знать, что специалисты рекомендуют носить обувь, где высота устойчивого каблука должна не превышать 4-4,5 см.

Улучшение информированности студентов можно решать различными способами, но важно, чтобы эта работа велась систематически и комплексно, т. е. с использованием разных источников. Для этой цели преподаватели, отвечающие за здоровье студентов, могут подготовить лекции о здоровом образе жизни, использовать 15-20 минутные беседы на практических занятиях по физической культуре, выступать на методических семинарах кураторов учебных групп, проводить мониторинг состояния физического здоровья и физической подготовленности студентов. Актуальные выпуски методических разработок и рекомендаций о здоровом образе жизни, подготовка докладов студентов на научно-практические конференции, использование информации, которая востребована на конкретном отрезке времени.

Так, например, заведующая отделом респираторных и вирусных инфекций Института эпидемиологии и инфекционных болезней НАМИ Украины профессор А. Мироненко сообщила, что в Украине предстоящий сезон будет одним из самых тяжелых по заболеваемости гриппом и ОРВИ за последние несколько лет. А ведь в сезоне 2015–2016 года вирус Калифорния H1N1 унес в Украине более 390 жизней. Также А. Мироненко информировала, что на Украину надвигаются три штамма гриппа, среди которых самый опасный и которого украинцам стоит опасаться в этом эпидсезоне – это штамм A(H3N2) «Сингапур». Он наиболее изменчив и вызывает более высокий уровень заболеваемости и больший процент осложнений, чем штамм A «Мичиган» и штамм B «Колорадо» [6].

Эта тревожная информация должна направить работу преподавателей вузов, отвечающих за здоровье студентов, на выполнение целого ряда профилактических мероприятий, которые позволяют снизить уровень заболеваемости гриппом среди студентов. Именно преподаватели физической культуры и медико-биологических наук должны объединить усилия медицинских работников вузов, деканатов, преподавателей кафедр, кураторов академических групп, а также студентов, входящих в органы самоуправления и др., чтобы преодолеть сложную эпидемиологическую ситуацию сезона 2018–2019 года.

Важным резервом в формировании здорового образа жизни студентов является правильное планирование в индивидуальных планах преподавателей методической, научной и организационной работы.

Включение в эти разделы работы мероприятий по улучшению, укреплению и сохранению здоровья студентов и формированию у них здорового образа жизни позволит преподавателям добиться хороших результатов и получить баллы в рейтинговом оценивании профессиональной деятельности научно-педагогических работников.

Т. Круцевич считает, что для улучшения здоровья студентов физическое воспитание в гуманном обществе должно быть валеологически сориентированным, то есть придерживаться оздоровительного принципа в организации и проведении занятий по физической культуре. Основные задачи физического воспитания студенческой молодежи в данном контексте заключаются в том, чтобы дать студентам знания и сформировать навыки соблюдения здорового образа жизни; информировать студентов о главных ценностях физической культуры и спорта [2].

Проведённый анализ позволяет сделать следующие выводы:

- вопросы здорового образа жизни студентов в настоящее время не утратили своей актуальности;
- определена одна из причин, отрицательно влияющая на формирование здорового образа жизни студентов – это плохая их информированность в тех вопросах, от которых зависит здоровье;
- частично определены резервы научно-педагогических работников вузов в формировании здорового образа жизни студентов.

Список использованных источников:

1. Ортинский В.Л. Педагогика высшей школы. Образование в современной Украине / В.Л. Ортинский. – ЦУЛ, 2009. – 470 с.
2. Теория и методика физического воспитания / Под. ред. Т.Ю. Круцевич. – К.: Олимпийская литература, – 2003. – Т. 2. – 390 с.
3. Тимошенко В.В. Оптимизация процесса физического воспитания в вузе с использованием спортивно-ориентированных технологий / В.В. Тимошенко, Я.В. Бобылева // Молодой ученый. – 2013. – № 12. – С. 531-553 – URF.
4. Уровень бесплодия в Украине достигает 20% [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://inpress.ua/ru/society/10427-uroven-besplodiya-v-ukraine-dostigaet-20>. – Назва з екрана.
5. Анита Пушкарь. Дети которых могло бы не быть [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://www.dancor.sumy.ua/articles/community/134528>. – Назва з екрана.
6. На Украину надвигается эпидемия гриппа [Электронный ресурс] – Режим доступа <http://izmailvechernii.com.ua/ukraina-mir/37684-na-ukrainu-nadvigaetsya-epidemiya-grippa-komu-nelzya-vaktsinirovatsya>. – Назва з екрана.