

недостатній рівень сформованості їх здоров'язбережувальної компетентності. Отже, варто на державному рівні посилити фізичну підготовку здобувачів вищої освіти усіх рівнів, зокрема, через, по-перше, внесення до Стандартів вищої освіти (відповідно і до освітньо-професійних та освітньо-наукових програм) загальної здоров'язбережувальної компетентності та, по-друге, поліпшення матеріально-технічного та методичного забезпечення проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти. На нашу думку, варто здійснювати викладення освітнього компоненту «Фізичне виховання» для студентів 1 та 2 курсів бакалаврату, а для здобувачів вищої освіти старших курсів бакалаврату та другого і третього рівнів вищої освіти фізичне виховання доцільно організовувати у секційній формі. Це дасть змогу юнакам та дівчатам бути фізично загартованими та готовими до виконання громадянського обов'язку із захисту Батьківщини.

Література

1. Внукова О. М., Курдес В. А. Вплив фізичних вправ на психологічний стан студентів в умовах війни. *Сучасні тенденції розвитку науки, освіти, технологій та суспільства*: збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 12 вересня 2023 р.): у 2 ч. Полтава: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 50-51.
2. Гавришко С. Г., Гвоздецька С. В., Приходько І. М. Сучасна система фізичного виховання у ЗВО. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2023. Випуск 8 (168). С. 29-32.
3. Про фізичну культуру і спорт. Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
4. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року. Затверджені Міністерством освіти і науки України від 15.02.2021 р. № 193. URL: http://sportmon.org/wp-content/uploads/2020/05/rekomendacziyi_studenty.pdf.

ПРОТИСТАВЛЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ

(Дроздова В. М., здобувачка I рівня вищої освіти,
Лесик А. С. канд. пед. н., доцент)

Бердянський державний педагогічний університет, м. Бердянськ, Україна

Наша країна постійно розвивається, вона відновлює свою державність, відроджує культуру та традиції виховання духовного та фізичного розвитку людини, формує здорову, життєздатну особистість. Стан здоров'я студентської молоді – важливий складник здоров'я всієї нації, адже саме студенти є рушійною силою країни, її трудовим потенціалом. Особливої актуальності проблема формування здорового способу життя молоді набула в другій половині ХХ століття як в Україні, так і в усьому світі.

Отже, нашою метою є вивчення проблеми формування здорового способу життя студентства. Цієї теми раніше вже торкалися вчені, такі як І.Сеченов, І. Павлов, М. Амосов та інші. Засновником науки про здоров'я вважається І. Брехман, адже саме він

вперше у 1982 році підняв питання про методологічні основи збереження і зміцнення здоров'я практично здорових людей. Нове вчення він назвав «Валеологією». В наш час валеологію в Україні представляють Г. Апанасенко, В. Войтенко, І. Мурахов, Л. Попова та інші.

В декларації Алма-Атинської Міжнародної конференції охорони здоров'я 1978 р. поняття «здоровий спосіб життя» було визначено як «... все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною всіх своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку, побуту».

Здоровий спосіб життя включає:

4. плідну працю;
5. раціональний розподіл праці і відпочинку;
6. відмову від шкідливих звичок;
7. активну рухову діяльність;
8. раціональне харчування;
9. особисту гігієну;
10. загартовування.

Отже, людина яка дотримується усіх цих умов, має можливість зміцнити своє здоров'я, зберегти працездатність, фізичну активність та бадьорість аж до глибокої старості.

За даними сучасних досліджень, серед загальної кількості студентів, до моменту набуття вищої освіти, здоровими залишаються 6%, в той час як близько 45 – 50% випускників мають морфофункціональні відхилення, а 40 – 60% – хронічні захворювання.. від 20 до 80% студентів за період навчання в університеті набувають вади систем організму. Результати досліджень показують, що 64% дівчати та хлопців віком від 15 до 17 років мають досвід куріння, 78% – вживання алкогольних напоїв, 25 % – вживання наркотичних речовин. Також відомо, що лише 20% підлітків мають достовірні знання про шляхи інфікування ВІЛ. Нездоровий спосіб життя здебільшого студенти починають вести вже з 14 – 16 років, а більша частина з них недостатньо обізнані щодо здорового способу життя.

Нам імпонує думка видатного вченого М. Зайнетдинова, який виділяє декілька причин незадовільного ставлення студентів до занять фізичним вихованням:

- незручний розклад;
- нецікаве проведення занять;
- недостатнє навантаження на заняттях;
- погана організація занять;
- неуважне ставлення викладача до студентів.

Саме тому необхідно втілювати послідовну систему активних дій усіх учасників навчально-виховного процесу, спрямованого на створення здорового середовища для формування важливих життєвих навичок, які спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я.

Отже, можемо сказати, що більшість молоді має шкідливі звички і зовсім не цікавиться здоровим способом життя. У всіх навчальних закладах часто проводяться заходи з профілактики шкідливих звичок та різного роду залежностей, але на сьогодні це вже не актуально. У навчальних закладах повинна проводитись регулярна та організована робота з студентством з використанням різноманітних прийомів, які б стимулювали бажання пізнавати цю тему. Робота зі студентами має мотивувати до здорового способу життя і, ні в якому разі не нав'язувати його. Ефективність процесу формування здорового способу життя залежить

від: виховання у молоді інтересу до занять фізичними вправами, доповнення практики теоретичними знаннями (знання фізіології, гігієни людини і т.д.), привчання студентів до самостійних занять фізичними вправами.

Література

1. Баєва Т. Формування здорового способу життя в особистісно-орієнтованому виховному процесі життя . Житомир: ЖДПУ, 2002. С.172 – 173.
2. Карпова І.Б., Корчинський В.Л., Зотов А.В. Фізична культура та формування здорового способу життя : навч. посіб. Київ : КНЕУ, 2005. 104 с
3. Яворська Т. Методика формування здорового способу життя студентської молоді : збірник наукових праць. Житомир : 2020. 493 с.

ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ СВІДОМОСТІ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ В ПРОЦЕСІ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

(Загоренко Н.О., здобувачка II рівня вищої освіти,
Гнатюк В.В. кандидат біологічних наук, доцент)

Бердянський державний педагогічний університет, м. Бердянськ, Україна

Актуальність теми. Екологічна криза, яка все більше загострюється в сучасному світі, вимагає від кожного з нас свідомого ставлення до природи. Особливо важливо формувати екологічну свідомість у молоді, яка є майбутнім суспільства.

Середньостатистичний учень середньої загальноосвітньої школи має достатній рівень знань про природу, але не завжди розуміє їх значення для власного життя та життя суспільства в цілому. У багатьох випадках учні не мають навичок екологічно безпечної поведінки.

Формування екологічної свідомості у школярів є важливим завданням сучасної освіти. Воно має здійснюватися в процесі навчальної діяльності, яка є основою для всебічного розвитку особистості.

Мета роботи є аналіз ефективності формування екологічної свідомості у учнів середньої загальноосвітньої школи в процесі навчальної діяльності.

Методика дослідження. Для досягнення поставленої мети у роботі використаний метод аналізу теоретичних джерел.

Результати дослідження. Проблемі формування екологічної свідомості та освіти присвячено значну кількість наукових праць у сучасній науково-педагогічній літературі. Дослідники розглядають мету та зміст екологічної освіти молоді з різних аспектів та напрямків.

Одним із аспектів є технологія розвитку екологічної культури фахівців різних галузей, яку досліджують такі вчені, як Т. Пузир, Н. Степанюк, К. Стецюк та інші.

Також вивчається підготовка майбутніх учителів до екологічного виховання учнів. Вчені, такі як В. Гончарук, О. Задорожна, В. Федотенко, досліджують аспекти цієї проблеми.