

студентов различных направлений понимают, что их состояние здоровье напрямую повлияет на состояние здоровья их детей.

Что касается ценностей физической культуры, среди гуманитарных направлений, студенты поставили на первое место здоровье (63,9%) , на второе – ум и смекалку (15,8%), а на третье - смелость (5,6%). Среди опрошенных студентов технического направления, первое место также занимает ценность здоровья (60%), второе – ум и смекалка (10%), а третье – сила (7,1%), смелость (7,1%) и решительность (7,1%).

Далее из предложенных тезисов: «Знание – сила!» или «Сила есть – ума не надо!», - студентам было предложено выбрать один. Все опрошенные студенты отдали предпочтение первому.

С одной стороны, ценность знаний действительно оценивается в данном случае по заслугам, поскольку без них адаптироваться и выжить в условиях современного мира, практически, невозможно для человека, обладающего даже самыми лучшими физическими данными. Но что касается состояния здоровья человека и его образа жизни, это всегда будет стоять на первом месте в рациональном сочетании с развитием духовным, с получением знаний не во вред, а на пользу своему организму.

Здоровье является гарантией долголетия, а здоровый образ жизни и поддержание жизненного тонуса служат его неотъемлемыми элементами, без которых невозможно реализовать творческий потенциал на должном уровне. Отвечая за свое здоровье, мы несем ответственность за здоровье своих детей, за их будущее. Так давайте же не лишать своих детей полноценной жизни и заботиться о себе? Забота о здоровье сегодня послужит фундаментом счастья для будущих поколений, давайте об этом помнить.

Библиографический список:

1. Ильинич, В. И. Физическая культура студента: учебное пособие / В. И. Ильинич. – М.: Гардарики, 1999. 128 с.
2. Селевко, П. К. Современные образовательные технологии: учебное пособие / П. К. Селевко. – М.: Народное образование, 1998. 134 с.

Стадник В.В., Тымкович И.В.

Национальный университет «Львівська політехніка», Украина
Львовский национальный университет им. Ив. Франко», Украина

ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК ФАКТОР ФОРМИРОВАНИЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЁЖИ

Аннотация. Рассмотрены вопросы физкультурно-оздоровительной

деятельности студентов высших образовательных учреждений. Установлено значение этой деятельности является в процессе формирования высокого уровня здоровья студенческой молодёжи.

Ключевые слова: студент, физкультурно-оздоровительная деятельность, здоровье.

Основным критерием благополучия общества является состояние здоровья населения. При этом проблема укрепления состояния здоровья молодёжи является одним из приоритетных в деятельности государства. О социальной значимости данного вопроса свидетельствует тот факт, что снижение показателей здоровья студенческой молодёжи негативно отражаются на качестве будущей трудовой деятельности [2]. В связи с этим, исключительного внимания заслуживают факторы формирования здоровья студенческой молодежи как особой социальной группы.

Здоровье определяется множеством факторов, однако решающее значение среди занимает физкультурно-оздоровительная деятельность. Занятия оздоровительной физической культурой способны в корне изменить отношение студентов к собственной личности [1]. Необходимость формирования у студенческой молодежи ценностей здоровья, здорового образа жизни, адекватного требованиям новых общественных отношений не вызывает сомнений. В современном обществе к высшим ценностям относится не только само здоровье, но и те факторы, от которых оно непосредственно зависит, среди которых физкультурно-оздоровительной деятельности принадлежит важная и значимая роль [1-3]. В то же время, именно от степени вовлечения студенческой молодежи в физкультурно-оздоровительную деятельность во многом зависит её физическое, психическое и социальное здоровье. Отношение молодежи к здоровью и факторам, которые формируют его, представляет собой систему индивидуальных, избирательных связей личности с социальной средой, а также определенную оценку индивидом своего физического состояния [2]. Вопрос ухудшения здоровья студенческой молодежи в настоящее время настолько глобален, что решить проблему восстановления и укрепления здоровья можно только привлекая целую систему социально-профилактических технологий. Системный подход к формированию здоровья студенческой молодежи означает использование экономических, социальных, правовых, культурных, духовно-нравственных и других факторов, среди которых одно из центральных мест принадлежит физкультурно-оздоровительной деятельности, роль которой в современных условиях неуклонно растет [3].

В детерминации здоровья студенческой молодежи ведущую роль играет образ жизни – поведенческий фактор, который зависит от знаний и его умение регулировать и определяет отношение к собственному здоровью и окружающего мира [2]. Физкультурно-оздоровительная дея-

тельность является социальным процессом, который реализуется в двигательной активности и оздоровительных процедурах, способствующих укреплению здоровья, повышению эффективности трудовой и иной социальной деятельности [1]. Физкультурно-оздоровительная деятельность является основным фактором, который студенты могут использовать для укрепления здоровья.

Однако, при положительном отношении к физкультурно-оздоровительной деятельности в целом, большинство студентов активного участия в ней не принимают. Процесс физического воспитания в вузах не достигает уровня формирования активного отношения студенческой молодежи к собственному здоровью. В ценностном сознании студенческой молодежи здоровье только декларируется. Активное отношение к здоровью как к главной ценности, от которой зависит полноценная жизнь, еще не сформировано. К сожалению, ведущими мотивами физкультурно-оздоровительной деятельности студенческой молодежи является улучшение внешности и только потом улучшение состояния здоровья. Значительной мере такая мотивация обусловлена отсутствием знаний, умений и навыков здорового образа жизни. Это обуславливает необходимость формирования практических навыков и знаний основ здорового образа жизни. Именно преподаватель физического воспитания в вузе должен уметь формировать у подрастающего поколения личностные ориентации и убеждения в том, что здоровье – это индивидуальная социальная ценность. Вместе с тем, здоровый образ жизни, являясь необходимым компонентом профессионального статуса преподавателя, способствует более высокой общей познавательной активности студентов, а также формированию убеждения будущих специалистов в необходимости личного участия в решении проблемы здорового образа жизни.

Библиографический список:

1. Бароненко В. А. Здоровье и физическая культура студента : учебник / В. А. Бароненко, Л. А. Рапопорт. – М. : Альфа, 2009. – 335 с.
2. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язберезувального навчання студентів: монографія / Завидівська Н. Н.. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
3. Евсеев Ю. И. Физическая культура / Ю. И. Евсеев. – Ростов на/Д: Феникс, 2008. – 380 с.