

тами (76,2 %) как средство воздействия на развитие психических способностей (интеллект, память, внимание, творческие способности) и духовной культуры личности во всех ее формах – моральной (65,7 %), эстетической (58,1 %), коммуникативной (77,6 %).

Таким образом, согласно результатам проведенного социологического исследования можно выделить следующее:

- большинство студентов специальных медицинских групп имеет низкий уровень физкультурно-спортивной активности: лишь незначительная часть регулярно занимается физическими упражнениями;
- студенты не ориентированы на формирование двигательной культуры и улучшение состояния своего здоровья;
- физкультурно-спортивная активность не рассматривается студентами как средство воздействия на развитие психических способностей и духовных качеств личности.

В соответствии с вышеизложенным, был сделан вывод о необходимости совершенствования форм, средств и методов социально-педагогического и психологического воздействия, способствующих формированию мотивационно-ценностного отношения к физкультурно-спортивной активности у студентов специальных медицинских групп вузов.

Библиографический список:

1. Завидівська Н. Н. Фундаменталізація фізкультурно-оздоровчої освіти: аспект здоров'язберезувального навчання студентів : [монографія] / Завидівська Н. Н. – К. : УБС НБУ, 2012. – 402 с.
2. Корягін В. М. Фізичне виховання студентів у спеціальних медичних групах : навч. посібник / В. М. Корягін, О. З. Блавт. – Видавництво «Львівська політехніка», 2013. – 488 с.

Даниленко Г.Н., Клыгина И.А. Межибецкая И.В., Пономарева Л.И.
ГУ «Институт охраны здоровья детей и подростков НАМН»
Харьков, Украина

ФОРМИРОВАНИЕ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ СРЕДИ УЧАЩЕЙСЯ МОЛОДЕЖИ

Аннотация. В современном мире одной из актуальных проблем является формирование валеологической культуры учащихся как составляющей общей культуры, направленной на формирование, укрепление и сохранение здоровья человека. Основной идеей воспитательных и образовательных мероприятий может служить формирование у учащихся осознанного отношения к своей жизни и здоровью, овладении осно-

вами здорового образа жизни и навыками безопасного для жизни и здоровья поведения.

Ключевые слова: валеологическая культура, учащиеся, профилактические программы

Проблема здорового образа жизни является одной из принципиально важных в обеспечении здоровья подрастающего поколения, гармоничного развития личности.

ГУ «Институт охраны здоровья детей и подростков НАМН» провел социально-гигиенический мониторинг учебной деятельности, свободного времени, отношений в семье подростков и распространения вредных привычек (курение, употребление алкоголя) методом анонимного анкетирования. По результатам исследования 64 % подростков имеют опыт курения, 86% – употребления алкоголя. Опыт курения имели 71 % юношей и 63% девушек. Большинство курящих подростков выкуривали более шести сигарет в день. Можно с уверенностью утверждать, что вредные привычки стали для подростков обычным явлением в их жизни. Большинство учащихся достаточно толерантно относятся к тому, что в их окружении курят и употребляют алкогольные напитки.

Одной из весомых причин распространенности курения и алкоголя является доступность данной продукции: 51% юношей и 44% девушек считают, что смогут легко достать сигареты и спиртные напитки в случае необходимости.

Количество молодых людей в возрасте 15-17 лет, употреблявших алкогольные напитки хотя бы раз в течение жизни, достигает 86 %. Первая попытка употребления любых алкогольных напитков происходит в возрасте 13 лет или раньше. Как следствие, имеет свои особенности и репродуктивное поведение подростков: каждая десятая девушка начинает сексуальную жизнь до 14 лет; регистрируется устойчивая тенденция омоложения контингента, заболевших ЗППП.

Основными факторами приобщения подростков к вредным привычкам являются: приобщение к алкоголю в семье; телевидение, реклама и другие средства массовой информации; обилие алкогольной и табачной продукции в магазинах и относительная ее дешевизна; негативные взаимоотношения в семье ребенка; практически не работают законы, предусматривающие административную и уголовную ответственность за вовлечение несовершеннолетних в пьянство. Большинство подростков, употребляющих спиртное, не имели достаточного контроля и внимания со стороны родителей. Необходимо, прежде всего, повысить ответственность семьи за формирование навыков здорового образа жизни.

Современная профилактика должна быть направлена на формирование у детей и подростков валеологической культуры: ответственного отношения к своему здоровью, мотивации к здоровому и безопасному

будущему. Необходимо формирование и развитие навыков принятия решений, развитие коммуникативных навыков, помощь в формировании здорового образа жизни. Успешная реализация данной задачи возможна лишь при активном сотрудничестве и партнерстве всех участников учебно-воспитательного процесса (учащихся, педагогов, семьи и общества).

Обучение подростков в форме традиционного образования (запугивание, информация о только негативных тенденциях в здоровье, вреде алкоголя и курения) не приводит к радикальному улучшению их образа жизни. Необходимо учитывать некоторые особенности подростковой психологии, а именно – стремление к эмоциональной и поведенческой независимости в сочетании с парадоксальным желанием переложить ответственность на окружающих (родителей, педагогов, полового партнера). Изучая мировой опыт по формированию валеологической культуры и профилактике вредных привычек среди подростков, можно отметить высокий результат следующих программ:

- программы когнитивного обучения (научить учащихся брать на себя ответственность за собственное поведение, осознавать свои действия);

- программы аффективного обучения (научить подростков регулировать эмоции, осознавать и контролировать их, переводить из одной эмоциональной модальности в другую, не прибегая к формам саморазрушающего поведения);

- программы поведенческого обучения или поведенческой модификации основываются на тренинге поведенческих навыков с целью повышения у подростков устойчивости к употреблению табака, алкоголя, наркотиков;

- общественные программы подразумевают воздействие через средства массовой информации — радио, телевидение, газеты, журналы, плакаты, открытки, лекции, конференции, встречи, книги, фильмы, видеоролики.

- программы улучшения взаимодействия между учителями и учащимися;

- программы, ориентированные на семью;

- программы создания групп социальной поддержки.

- мультикомпонентные программы учитывают индивидуальные и средовые аспекты профилактики (школьные, семейные, общественные и т.д.).

Полученные данные свидетельствуют о необходимости усиления профилактической работы и формирования валеологической культуры среди учащихся с целью предотвращения отрицательного влияния вредных привычек на здоровье подрастающего поколения.

Библиографический список:

1. Гончаренко М.С. Валеологический словарь / М.С. Гончаренко. – Харьков, 1999. – 316 с.
2. Гончаренко М.С. Сучасні методи валеологічної профілактики та оздоровлення / М.С. Гончаренко, Г.В. Ткаченко, Н.В. Самойлова – Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2006. – 71 с.
3. Шахненко В.І. Соціальні аспекти валеологічної педагогіки. Лекції та практичні роботи / В.І. Шахненко – Харків: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2009. – 116 с.
4. Даниленко Г.Н. Распространенность вредных привычек среди учащихся образовательных учреждений статья / Г.Н. Даниленко, Т.В.Меркулова, Т.В.Пересыпкина, И.А.Клыгина, Н.Г. Крамчанинова // Донозоология и здоровый способ жизни. – 2013. – № 1. - С.84-89.

Дворецкая А.А., Низамутдинова М.И., Марчук С.А.
Уральский государственный университет путей сообщения,
г. Екатеринбург, Россия

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВАЦИИ К СОХРАНЕНИЮ ЗДОРОВЬЯ В СОВРЕМЕННОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОСТРАНСТВЕ

Аннотация: В настоящей работе представлены примеры факторов мотивации к сохранению здоровья, анализом выделены главные мотивы учебной деятельности.

Ключевые слова: мотивация, учебная деятельность, здоровье.

В современном мире, часто каждый из нас задается вопросом, как же школы, университеты и другие учреждения мотивируют у детей сохранение здоровья.

Мотивация (от лат. *movere*) – побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

Мы не раз задавались вопросом, что же нас мотивирует к занятиям спортом.

Осознание ценности здоровья и, как следствие, появление высокой мотивации на его хорошее состояние происходит в определенные периоды жизни в связи с каким-либо событиями (беременность, напряженный рабочий график, ответственный период в жизни, когда нельзя болеть и требуется быть в форме и т.п.) или нарушениями здоровья (при которых