

**УНІВЕРСИТЕТ УШИНСЬКОГО
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ**

**КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН**

**СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**МАТЕРІАЛИ V МІЖНАРОДНОЇ
ІНТЕРНЕТ-КОНФЕРЕНЦІЇ
17-18 листопада 2021 року**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2021

УДК 370.15+371.302.81+613
С916

*Друкується згідно з рішенням Вченої ради Державного закладу
“Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К. Д. Ушинського”
Протокол № 5 від 19.11.2021*

Члени редакційної колегії:

Джуринський П. Б. доктор педагогічних наук, професор, директор навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації, Університету Ушинського – голова оргкомітету;

Долгієр Є. В. кандидат з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Афтімічук О. Є. доктор педагогічних наук, професор. ДУФВіС (м. Кишинів, республіка Молдова)

Севдалев С. В. кандидат педагогічних наук, доцент, декан факультету фізичної культури Гомельського державного університету імені Франциска Скорини, Гомель, Білорусь;

Башавець Н. А. доктор педагогічних наук, професор, кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського; заступник – голови оргкомітету;

Осіпова І. В. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Ігнатенко С. О. кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського;

Дроздова К. В. кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін Університету Ушинського

Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини :
С916 матеріали V інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 листопада 2021 р.
Одеса : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. 182 с.

У збірнику матеріалів конференції розглянуті всебічні аспекти організації занять з фізичного виховання, спорту і здоров'я людини.

At the conference proceedings are considered comprehensive aspects of physical education and sports.

УДК 370.15+371.302.81+613.7

© Заклад вищої освіти
«Університет Ушинського», 2021

ПОВЕДІНКОВІ РИЗИКИ ЩОДО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

Сіренко Р. Р.

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна

Анотація. У статті розглядаються поведінкові ризики студентів щодо здоров'я. Студенти, як стратегічний ресурс подальшого розвитку суспільства, перебувають у процесі досягнення соціальної зрілості, який не виключає помилок та ризику у виборі того чи іншого способу життя.

Ризик є одним із соціальних властивостей молоді як соціально-демографічної освіти та фактором її соціального розвитку. В основі поведінкових ризиків студентів щодо здоров'я лежить сукупність ірраціональних дій, які мають руйнівний характер. Молодь чітко і докладно може охарактеризувати наслідки ризикової поведінки, проте включає різні види ризиків у свою життєдіяльність.

У роботі обґрунтовується необхідність розвитку культури здоров'язбереження як фундаменту профілактики ризикової поведінки, формування та відтворення норм та стандартів, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я студентської молоді.

Актуальність. Студентство більшою мірою, ніж інші соціальні групи, через вікові, психологічні та соціальні особливості відрізняється високим ступенем сприйнятливості до суспільних змін. Цю соціальну групу завжди вважали носієм інноваційних ідей, що визначають майбутнє суспільства. Її можна розглядати як стратегічний ресурс подальшого розвитку суспільства як системи – від установок та цінностей молодих людей залежать процес та перспективи модернізації України [1].

Однією з центральних характеристик студентства є молодість – як фаза, або етап життєвого шляху. Сучасні дослідження стосуються вивчення процесу становлення молоді у різних сферах: освіті, професії, сім'ї та інших. Результати демонструють широке коло проблем, що виникають у процесі соціалізації, до яких варто віднести втрату ідеалів, нерівність у різних галузях, зростання девіацій, а також погіршення стану здоров'я.

Водночас відтворення суспільних відносин, а також інноваційні ідеї дозволяють новим поколінням забезпечити наступність, зберегти цілісність суспільства та вивести його на новий рівень функціонування. Цей процес сприяє розвитку молоді загалом та студентства – як її прогресивної частини.

Виклад основного матеріалу. Студенти як соціальна група перебувають у процесі досягнення соціальної зрілості, який не виключає помилок та ризику у виборі того чи іншого способу життя. Процес переходу від юнацького віку до соціально зрілої особистості обумовлений як зовнішніми об'єктивними, так і внутрішніми суб'єктивними чинниками.

Зовнішнє середовище містить у собі загрози та небезпеки, впливаючи на соціалізацію молодих людей. Зовнішні умови задають основні характеристики життєдіяльності, у тому числі і в галузі здоров'я та здоров'язберігаючих дій

молодого покоління [3]. Соціальне дорослішання супроводжується пошуком ідентичності, зразків поведінки та стратегій, які стають базисом для реалізації життєвої траєкторії. У цьому випадку йдеться про суб'єктивний вибір, тобто внутрішній ризик.

Поведінкові ризики студентської молоді в галузі здоров'я пов'язані, на наш погляд, насамперед з тим, що суспільство ризику, до якого вона належить, не створює необхідних умов для становлення культури здоров'язбереження. Ситуації невизначеності (невизначеність ідентичності, невизначеність самореалізації, невизначеність цінностей тощо), що стосуються практично всіх сфер життєдіяльності, вводять молодь у девіантну практику, яка завдає їхньому здоров'ю найчастіше непоправної шкоди [2].

Глобалізаційні процеси і модернізація українського суспільства відбувається високими темпами, що ставлять перед населенням складні завдання пристосування до активних змін. Відтворення старих ризиків і породження нових, які впливають на соціальне самопочуття і є адаптивним інструментом, стають для частини населення чинником формування нової соціальної практики, в тому числі і девіантної. Зміна стандартів та норм, трансформація цінностей передбачають формування інших типів взаємодії індивіда та суспільства.

Сучасне суспільство є "суспільством ризику". Концептуальний зміст визначення полягає в тому, що суспільство постає як системна освіта, в якій базовою проблемою є виробництво та споживання ризиків, тобто сучасне суспільство саме ініціює, генерує ризики (У. Бек). Звідси - поведінкові ризики стають реакцією індивідів та груп на соціальну реальність, яка є ризикогенною.

Найпоширенішими ризиками у житті сучасного студента є практика вживання алкоголю та тютюнопаління; неналежна сексуальна освіта, що може призвести до проблем з репродуктивною функцією; а також загроза набуття хворіб після нанесення татуювань без дотримання належних санітарно-гігієнічних норм.

Висновки. В основі поведінкових ризиків студентів щодо здоров'я лежить сукупність ірраціональних дій, наслідки яких мають руйнівний для індивіда характер. Студентська молодь чітко та докладно може охарактеризувати наслідки ризикової поведінки, проте включає різні види ризиків у свою життєдіяльність.

У зв'язку з цим особливої актуальності набуває формування та розвиток культури здоров'язбереження як фундаменту профілактики ризикової поведінки. Індивід, формуючи свій спосіб життя, самостійно визначає ступінь ймовірності (підвищення/зниження) того чи іншого захворювання. На особистісному рівні відбувається вибір форм поведінкової активності, що сприяють збереженню та зміцненню здоров'я. Це детерміноване рівнем освоєння знань та інформованістю про здоров'я та ризики його втрати; успішністю освоєння соціальних норм, які передбачають здоров'язбереження; цінністю здоров'я та потребою в ньому.

Література:

1. Білогур В. Є. Світоглядні орієнтації студентів: тенденції змін у трансформаційному суспільстві. Монографія. Дніпропетровськ: Пороги. 2011. 311 с.
2. Сіренко Р. Р. Публічне управління суспільно-виховними процесами в українському соціумі на засадах здорового способу життя. Вісник НУЦЗУ. Серія: Державне управління. Харків, 2017. С. 244–252.
3. Шиян О. Державна освітня політика з питань забезпечення здорового способу життя молоді. Монографія. К., 2010. 296 с.

ОЦІНКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ СТУДЕНТІВ ПЕРШОГО РОКУ НАВЧАННЯ

Дишель Г. О., Настаченко Д. В.

Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна

Анотація. В роботі наведено аналіз дослідження фізичного розвитку студентів першого року навчання. Обстеження проводилося на основі морфо-функціональних параметрів та антропо-фізіометричних показників, спираючись на сучасні дані. Мета роботи – оцінити фізичний розвиток студентів першого року навчання для подальшого відстеження динаміки фізичного розвитку та порівняння з нормами вікової і статевої групи. Результати дослідження підтвердили відповідність фізичного розвитку студентів першого року навчання нормам вікової і статевої групи; дані, що ми отримали, можуть бути використанні для оцінки динаміки фізичного розвитку студентів в майбутньому.

Ключові слова: фізичний розвиток, студенти, фізичне навантаження, стан здоров'я, перший рік навчання.

Сьогодні одним із основних завдань, які стоять перед українським суспільством, є збереження та зміцнення здоров'я студентів, підвищення їх фізичної підготовленості. Більшість сучасних вчених відзначають наявність дефіциту рухової активності та зменшення можливостей займатися фізичною культурою та спортом. Внаслідок цього погіршується фізичний розвиток, фізична підготовленість і стан здоров'я як дітей та молоді, так і старшого покоління. З віком з'являються такі проблеми як: підвищення питомої ваги тіла, негармонійний розвиток, надлишок або дефіцит маси [3].

За останні роки відзначають погіршення стану здоров'я студентів закладів вищої освіти України [5], що може бути викликано навантаженням освітнього процесу у поєднанні зі способом життя студентів.

В дослідженні прийняли участь 133 студенти першого року навчання, всі вони були віднесені до основної навчальної групи фізичного виховання.

Антропометричне обстеження складалося з вимірювання довжини і маси тіла, окружності грудної клітки у стані спокою на вдиху та видиху, проводилося стандартним інструментарієм за загальноприйнятою методикою [1]. Вимірювання