

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Херсонський державний аграрний університет
Кафедра філософії і соціально-гуманітарних дисциплін



Університет державної фіскальної служби України
Навчально-науковий інститут спеціальної фізичної і бойової підготовки та реабілітації



Комунальний заклад «Центр муніципального управління та розвитку місцевого самоврядування» Броварської районної ради Київської області



ЗБІРНИК
статей, тез і доповідей
Всеукраїнської науково-практичної конференції
«ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я – ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ –
ЗДОРОВА НАЦІЯ»
25 квітня 2018 року



Херсон – 2018

Затверджено на засіданні кафедри філософії і соціально-гуманітарних дисциплін Державного вищого навчального закладу «Херсонський державний аграрний університет» (протокол №9 від 30 квітня 2018 року)

Редакційна колегія:

Берегова Г.Д., доктор філософських наук, професор;

Герасимова Е.М., доктор філософських наук, професор;

Зінченко В.В., доктор філософських наук, професор;

Малинський І.Й., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор;

Максак О. І., кандидат філософських наук, доцент;

Лишевська В.М., кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент;

Лень Т.В., кандидат філософських наук, доцент;

Герасименко М.В., кандидат філософських наук, старший викладач;

Рупташ Н.В., старший викладач.

Збірник статей, тез і доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація» / за заг. ред. Берегової Г.Д., Рупташ Н.В. – Херсон: ДВНЗ «ХДАУ», 2018. – 302 с.

У збірнику вміщено статті та тези доповідей учасників Всеукраїнської науково-практичної конференції «Філософія здоров'я – здоровий спосіб життя – здорова нація».

У матеріалах авторів акцентовано увагу на філософському осмисленні сучасного здоров'я, проблемах виховання відповідального ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найбільшої цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, зміцнення фізичного та психічного здоров'я молоді, глобальної екологічної ситуації.

Збірник адресовано науковцям, викладачам, студентам, а також усім, хто цікавиться філософією здоров'я і здоровим способом життя.

За виклад, зміст, достовірність і грамотність опублікованих матеріалів відповідають автори.

Державний вищий навчальний заклад
«Херсонський державний аграрний університет»,
2018 р.

ЗМІСТ

Арутюнян К.С., Виноградова Т.І. ПСИХОЛОГІЯ МАТЕРИНСТВА	8
Бай А.О., Герасименко М.В. ЦІННІСНА СУТНІСТЬ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	12
Балковий І.А. ВПЛИВ СПОСОБУ ЖИТТЯ ГРАВЦІВ ФУТЗАЛУ НА ІГРОВУ АКТИВНІСТЬ НА МАЙДАНЧИКУ	14
Берегова Г.Д. БІОЕТИКА ЯК ВИБІРКОВА ДИСЦИПЛІНА В АГРАРНИХ ВИШАХ	20
Бойко Т.О., Дорожкіна Г.О. САНІТАРНО-ГІГІЄНІЧНІ ФУНКЦІЇ ЗЕЛЕНИХ НАСАДЖЕНЬ НА УРБАНІЗОВАНИХ ТЕРИТОРІЯХ ПІВДНЯ УКРАЇНИ	26
Бойчук О.С. ЗМІНИ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СУЧАСНИХ НАРОДІВ І ПРОБЛЕМИ ЇХ ЛІДЕРІВ	28
Бокшань Г.І. ДЕСТРУКЦІЯ ВІТАЛЬНОСТІ В ПОВІСТІ-БАЛАДІ ГАЛИНИ ПАГУТЯК «СОЛОВЕЙКО»	31
Вальчук А.А., Герасименко М.В. МАЙБУТНЄ ЛЮДСТВА ЗА «ПРОЕКТОМ ВЕНЕРА» ЖАКА ФРЕСКО	33
Виноградова Т.І. СПОСІБ ЖИТТЯ ЛЮДИНИ ЯК ВИЗНАЧАЛЬНИЙ ФАКТОР ЇЇ РОЗВИТКУ	37
Виноградова Т.І. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЗАСТОСУВАННЯ ОЗДОРОВЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ	42
Волошина В.М., Герасименко М.В. ЕКОЛОГІЧНІ РИЗИКИ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ: СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ РОЗВ'ЯЗАННЯ	46
Гацюєва Л.С., Гетманська О.М. ПРОФІЛАКТИКА ПОРУШЕНЬ ЗОРУ ДІТЕЙ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ У ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ	49
Герасименко М.В. УСВІДОМЛЕННЯ ФЕНОМЕНУ ЗДОРОВ'Я В ІСТОРИЧНОМУ ВИМІРІ ТА ЙОГО ІНТЕРПРЕТАЦІЯ В СУЧАСНИХ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ	53
Голяка С.К., Гетманська О.М. РОЛЬ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗБЕРЕЖЕННІ ТА ЗМІЦНЕННІ ЗДОРОВ'Я, ПІДВИЩЕННІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ШКОЛЯРІВ	59
Голяка С.К., Сотнікова М.В. ВПЛИВ КОРЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ У НВК № 11 НА СТАН ЗОРУ І ПСИХІЧНІ СТАНИ ШКОЛЯРІВ	65
Городинська І.В., Кручер С.С. ОРГАНІЗАЦІЙНІ ЗАСАДИ ДІЯЛЬНОСТІ СТУДЕНТСЬКИХ СПОРТИВНИХ КЛУБІВ	68
Гришко С.В., Непша О.В., Стецишин М.М. СУЧАСНИЙ СТАН АТМОСФЕРНОГО ПОВІТРЯ М. ЗАПОРІЖЖЯ ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я ГОРОДЯН	70
Груша О.С. ЗДОРОВА НАЦІЯ – СИЛЬНА УКРАЇНА	74

Дашевська Л.М. BIOPHILOSOPHY: WHAT MAKES HUMANS UNIQUELY HUMAN	75
Деревінський М., Шаповал С.І. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА	80
Дерев'янко І. В. СПОРТ – ЦЕ ЗДОРОВ'Я, ЦЕ – ХОББИ АБО ПРОСТО ВИД ДІЯЛЬНОСТІ, ЯКИЙ ПРИНОСИТЬ ДОХОДИ, АЛЕ НАВІТЬ ЦЯ ГАЛУЗЬ ПОТРЕБУЄ ЗНАННЯ СВОЇХ ПРАВ, ТА ВМІННЯ ЗАХИЩАТИ ЇХ	83
Деркунська Ж.В. OCCUPATIONAL HEALTH HAZARDS IN OIL AND GAS INDUSTRY	86
Дударенко Л.В. РОЗВИТОК ВІЗУАЛЬНОЇ ЕКОЛОГІЇ ЯК ЗАСОБУ ЗАХИСТУ ІНТЕГРАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я	88
Зарівняк І.С. СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКІ АСПЕКТИ ЗДОРОВ'Я ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ	95
Зінченко В.В. ІНСТИТУЦІЙНІ СТРАТЕГІЇ ІНТЕРНАЦІОНАЛІЗАЦІЇ СТІЙКОГО РОЗВИТКУ У «КРИТИЧНІЙ ТЕОРІЇ» СОЦІАЛЬНОЇ БІОФІЛОСОФІЇ ОСВІТИ	98
Іваненко В.В., Купресенко М.В. ЯК ЗБЕРЕГТИ СВОЄ ЗДОРОВ'Я?	105
Ісаєв А.В., Лишевська В.М. ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ-ОСНОВА ВИХОВАННЯ І ЗДОРОВ'Я В СУЧАСНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	107
Карабанов Є.О., Непша О.В. ІНФОРМАЦІЙНО-КОМУНІКАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	110
Ковтун В.М., Виноградова Т.І. ЛЮДИНА І ЇЇ ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я	114
Кольцова О.С., Вансович В. ДОСЛІДЖЕННЯ СПЕЦИФІКИ ЗМАГАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ Й ЕФЕКТИВНОСТІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ В РУКОПАШНОМУ БОЇ З УРАХУВАННЯМ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ СПОРТСМЕНІВ	119
Корсак Ю.К. ПРОБЛЕМА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я В УМОВАХ ШКІДЛИВИХ КОНСЦІЄНТАЛЬНИХ ВПЛИВІВ	125
Корсак К.В. НООНАУКИ НА ЗАХИСТІ ФІЗИЧНОГО І ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДСТВА	129
Корягіна Г. ПРОБЛЕМИ НОРМУВАННЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА АДЕКВАТНОСТІ ОБСЯГУ ФІЗИЧНОГО НАВАНТАЖЕННЯ РІВНЮ ЗДОРОВ'Я	132
Костючков С. К. ФІЛОСОФІЯ ВІДЧАЮ Й ПРИРЕЧЕНОСТІ ТА ДУХОВНЕ «НЕЗДОРОВ'Я» В ЛІТЕРАТУРНОМУ СПАДКУ МИКОЛИ ГОГОЛЯ	135
Котова О.В., Асланова В.В. СУЧАСНІ ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ПРИНЦИПИ РЕАЛІЗАЦІЇ ЇХ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ	139
Котова О.В., Сергеев В. В. ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ В УМОВАХ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ	141

Кошур А. А. ЕКОЛОГІЯ ТА ЗДОРОВ'Я : ВПЛИВ ЕКОЛОГІЧНОЇ СИТУАЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я	142
Куц О.С., Камаренко І. ДОСЛІДЖЕННЯ ГАРМОНІЙНОСТІ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ПІДЛІТКІВ 13-16 РОКІВ, ЯК КРИТЕРІЮ ФІЗИЧНОЇ ДОСКОНАЛОСТІ	144
Лишевська В.М. ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ	146
Лишевська В.М., Смірнова І.М. ФАКТОРИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	152
Ляшенко Л.М., Соловей Н.В., Паламарчук К.М. РОЛЬ ЗНАННЯ АНГЛІЙСЬКОЇ МОВИ У ДУХОВНОМУ ЗДОРОВ'І МОЛОДІ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ	155
Максак О.І. ФІЛОСОФСЬКІ ОСНОВИ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ ДУХОВНОГО ТА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ	158
Маляренко І.В., Богомол І. УКРАЇНСЬКІ НАРОДНІ РУХЛИВІ ІГРИ ТА ЇХ РОЛЬ У РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ШКОЛЯРІВ	164
Медведєва Л.М., Мицик А.І. ЙОГА ЯК ЗАСІБ ТРАНСФОРМАЦІЇ ЗОВНІШНЬОГО ВИГЛЯДУ ТІЛА ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ	174
Медведєва Л.М., Петренко Н.В., Мельник О.С. СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ОСІБ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	176
Мельник О.С., Медведєва Л.М. МОТИВАЦІЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	181
Мягченко О.П. ЛІКАРСЬКИЙ КОНТРОЛЬ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СПОРТСМЕНІВ, ФІЗКУЛЬТУРНИКІВ	183
Ніконов М.О., Герасименко М.В. СОЦІАЛЬНО-ФІЛОСОФСЬКИЙ АНАЛІЗ СПОСОБУ ЖИТТЯ В КОНТЕКСТІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	185
Овчарук С.В., Гладир О.Є. БІОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ЛЮДИНИ	188
Осадча А.В., Скольник О.С., науковий керівник – Скок С.В. ВПЛИВ ШУМОВОГО ЗАБРУДНЕННЯ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДЕЙ	191
Пасечко Д.-В. Д. БЛАГОПОЛУЧЧЯ ФЕРМЕРСЬКИХ ТВАРИН: ГУМАННІСТЬ ЧИ ОМАНА	193
Піддубко О.А., Виноградова Т.І. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ ДО ФАКТОРІВ НАВКОЛИШНЬОГО СЕРЕДОВИЩА	197
Прохорова Л.А., Непша О.В., Зав'ялова Т.В. ЯКІСТЬ ПОВЕРХНЕВИХ ТА ПІДЗЕМНИХ ВОД ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ	202
Руденко І.М. КУЛЬТУРА ЗДОРОВ'Я ТА ЇЇ РОЛЬ У СУЧАСНОМУ ІНФОРМАЦІЙНОМУ СУСПІЛЬСТВІ	210
Руденко С. FOCUS ON LIFESTYLE AND HEALTH RESEARCH	212

Рупташ Н.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ПЕРЕДУМОВИ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ ВИШІВ	213
Савченко М.І. ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ТРЕНЕРА З СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ	218
Самошкін О. А. ПОКРАЩЕННЯ СТАНУ ЗДОРОВ'Я ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ У СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ МЕДИЧНОЇ ГРУПИ ПІВДЕННОГО РЕГІОНУ УКРАЇНИ	223
Свирида В.С. ПРОБЛЕМИ ТА ЗНАЧЕННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ КУРСАНТІВ МОРСЬКИХ ВНЗ	225
Степанюк С.І., Гаргола М. СТИМУЛЮВАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧОЇ ДІЯЛЬНОСТІ МОЛОДІ	228
Степанюк С.І., Ломака Ж.М. ФОРМУВАННЯ ПРАВИЛЬНОЇ ЖИТТЄВОЇ ПОЗИЦІЇ У СТАВЛЕННІ ДО ВЛАСНОГО ЗДОРОВ'Я	232
Степанюк С.І., Яркова Н. ПОПУЛЯРНІСТЬ ФОРМ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СЕРЕД ШКОЛЯРІВ	235
Субботін В.М. ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ПРОБЛЕМИ РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА І ЛЮДСЬКОГО КАПІТАЛУ	238
Суханова Г.П., Ушаков В.С. ПРОБЛЕМА ВПЛИВУ МОБІЛЬНИХ ТЕЛЕФОНІВ НА ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ	244
Танцеров М.О., Голяка С.К. ПРОБЛЕМАТИКА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В УКРАЇНІ	247
Топал В.В. ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ТА ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ ЛЮДИНИ	250
Федоров А.О. СПОСІБ ЗБЕРЕЖЕННЯ СТАБІЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО СТАНУ	255
Федько В.С., Герасименко М.В. ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ У СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ УСТАНОВОК НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	257
Хомолук Ю. Ю., науковий керівник - Маляренко І. В. АНАЛІЗ ІНСУЮЧИХ ТЕСТІВ ОЦІНКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ З ВАДАМИ ЗОРУ	260
Чеканович В.Г. ТЕКСТ СПЕЦІАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ В КОНТЕКСТІ ФІЛОСОФІЇ ВИКЛАДАННЯ ІНОЗЕМНОЇ МОВИ	265
Четвериков І.О. ЗНАЧЕННЯ МЕТОДИЧНОГО СУМНІВУ У СТАНОВЛЕННІ ТА РОЗВИТКУ НАУКОВОГО ПІЗНАННЯ	267
Шалар О.Г., Рогачов Ю.В., Череповська Г.О. РОЛЬ І МІСЦЕ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ОЗДОРОВЛЕННІ ШКОЛЯРІВ	270
Шаповал С.І. ЕКОЛОГІЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ	273
Шеремет С.С., Камінська М.О. ФІЛОСОФІЯ ЗДОРОВ'Я: ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ	279

Юськів С.М. ЗМІСТОВНІ І ОРГАНІЗАЦІЙНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ МОРСЬКОГО ВУЗУ	284
Юськів К.В., Свирида В.С. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ	286
Ясінський М. М. ДО ПРОБЛЕМИ ОЗДОРОВЛЕННЯ НАЦІОНАЛЬНОЇ ОСВІТИ	291

тут стосується в основному даних експерименту, окремих фактів, не торкається ще глибинних, фундаментальних принципів, основ теорії.

Теоретичне осягнення є проривом від цієї об'єктивної безпосередності, зовнішності до внутрішнього, істотного; осягнення опосередкованості самого предмету, рефлексованих визначень, що проявляються в об'єктивно існуючій системі, цілості, в яку залучений предмет. На теоретичному рівні, де виявляються внутрішні фундаментальні протиріччя теорії, сумнів набуває в основному загально-значущого, логічного характеру. Тут найбільш повно і чітко проявляється його активна пізнавальна функція.

Література

1. Рихтер Р. *Скептицизм в філософії*. – Спб., 1910, С. 27.
2. Гегель. *Наука логіки*. – М., 1971, Т. 2, С. 7.
3. *Философская энциклопедия*, М., 1961, Т. 2, с. 449.

Шалар О.Г. - кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри олімпійського та професійного спорту
Херсонський державний університет, м. Херсон, Україна,

Рогачов Ю.В. - вчитель-методист вищої категорії
Великопетитиська ЗОШ №2 Херсонської обл.,

Череповська Г.О. - методист навчально-методичної лабораторії акмеології МОППО
Миколаївський обласний інститут післядипломної
педагогічної освіти, м. Миколаїв, Україна

РОЛЬ І МІСЦЕ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У ОЗДОРОВЛЕННІ ШКОЛЯРІВ

Актуальність. Фізична культура - це система зміцнення здоров'я і розвитку фізичних здібностей людей за допомогою фізичних вправ у поєднанні з природними чинниками природи і заходами суспільної і особистої гігієни.[1;3]

Найголовніше місце у фізичній культурі займає система фізичного виховання. В процесі його вирішуються завдання зміцнення здоров'я, гармонійного розвитку фізичних якостей, формування і вдосконалення рухових навиків і спортивної майстерності, розвиток моральності, здорових естетичних смаків і прищеплення гігієнічних знань і навиків [4].

Основним засобом фізичного виховання є фізичні вправи, тобто спеціальні рухи і більш менш складні види рухової діяльності. Фізичні вправи відрізняються великою різноманітністю як за змістом, так і формою.

У практиці фізичного виховання фізичні вправи застосовуються у вигляді гімнастики, різних видів спорту і ігор [1, 3, 4].

Крім фізичних вправ, у фізичному вихованні використовуються спортивні ігри, зарядка, загартовування за допомогою природних чинників (сонце, повітря, вода), створення гігієнічних умов праці і побуту [2].

Особи, що регулярно займаються фізичним тренуванням, володіють кращими функціональними показниками, більшою фізичною витривалістю і більш довершеною пристосованістю до нових, не завжди сприятливих умов. Під впливом фізичного тренування помірної інтенсивності підвищуються природний імунітет. Вправи по фізичній культурі мають на меті профілактичну, коригуючу і тонізуючу дію.

Профілактичне значення фізичних навантажень полягає в тому, що вони благотворно впливають на процеси кровопостачання органів і тканин, знижуючи ризик атеросклерозних і ішемічних змін, поява яких неминуче при гиподинамічному способі життя. Необхідно відзначити благотворний вплив фізичних вправ на опорно-рухову систему. Воно виражається в зміцненні навантажень на м'язи, скелет і зв'язки, обумовлюючи правильний розвиток і нормальне їх функціонування.[1, 3,4]

Мета роботи: виявити роль і місце фізичних вправ у оздоровленні школярів.

Виклад основного матеріалу. Дослідження проводились в трьох різних школах, а саме: в сільській школі – Миролубівська ЗОШ I-III ступенів Білозерського району Херсонської обл., в районній школі – Великолепетиська ЗОШ №2 I-III ступенів Херсонської області, та в міській школі ЗОШ №52 I-III ступенів міста Херсон.

Дослідження проводилося у вигляді анкетування, в якому приймали участь учні дев'ятих класів у віці від 14 до 15 років. З сільської школи були опитані 17 учнів, а саме 12 хлопців і 5 дівчат; з районної школи 19 учнів (8 хлопців і 11 дівчат); а з міської школи 20 учнів, а саме 8 хлопців і 12 дівчат.

Завданням анкети було визначити відношення учнів до занять фізичними вправами, відношення до уроків фізичної культури, рівень власного здоров'я та застосування засобів фізичної культури та оздоровлення в повсякденному житті.

Вивчаючи відношення до занять з фізичної культури і до здорового способу життя учнів сільської Миролубівської ЗОШ I-III ступенів, ми відмітили наступне. Більш ніж половина хлопців (58,3%) відвідують спортивну секцію, серед дівчат тільки частина (20%). На відмінно та добре оцінюють своє здоров'я однакова кількість учнів (близько 80%). Якщо хлопці знають до якої медичної групи вони належать (основна 100%), то цього не знають дівчата. Для занять фізичними вправами, а саме спортивну форму та взуття мають більше ніж (80%) всіх учнів. Але домашній спортивний куточок мають тільки третина хлопців (33,3%), а у дівчат він взагалі відсутній.

Щодо користі рекреаційних заходів в житті сільських підлітків, то всі дівчата вважають відпочинок в таборах або санаторіях, на дачі та вдома – найкращими заходами. А хлопці у 83,3% перевагу надають відпочинку на морі або біля річки.

Щодо терміну використання різних фізичних вправ сільськими підлітками у вільний час, то половина хлопців витрачає на це 4-6 годин на тиждень, а стільки дівчат по 2- 3 години. Виникає занепокоєння щодо використання підлітками у вільний час комп'ютерними іграми та захоплення телевізором і ігровими приставками, тільки 16,7% хлопців та 20% дівчат ігнорують ці шкідливі звички. Досить критично підлітки поставились до оцінки своєї фізичної підготовленості, оцінивши її на задовільному рівні: 66,7% - хлопці, та 80% - дівчат і тільки чверть хлопців вважають свій рівень високим. Байдужість до оцінок з фізичної культури виявлено у 60% дівчат і тільки у 16,7% хлопців. В той же час більш ніж 80% сільських підлітків бажають мати 3 і більше уроків фізичної культури на тиждень. Хоча задоволеність від уроків фізичної культури відчувають тільки 60% дівчат і 100% хлопців. Також в цій школі дві третини хлопців займаються в спортивних гуртках, а дівчата навпаки не бажають це робити.

Вивчаючи відношення до занять з фізичної культури і до здорового способу життя учнів Великолепетиської ЗОШ №2 I-III ступенів, ми відмітили наступне. Більше половини хлопців не відвідують ніяких секцій та гуртків. Половина дівчат відвідує гуртки та секції, інша не відвідує. На відмінно та добре оцінюють своє здоров'я (90%) дівчат і (100%) хлопців. Половина хлопців і (63,3%) дівчат відносяться до основної медичної групи. Для занять фізичними вправами, а саме спортивну форму та взуття мають всі (100%) учнів, і третина всіх учнів (36%) мають і активно використовують велосипед, як засіб рухової активності.

Щодо користі рекреаційних заходів в житті підлітків райцентру, то всі учні вважають відпочинок на морі і на річці – найкращими заходами, і також більше половини хлопців і половина дівчат вважають додатково кращим відпочинком перебування в сільській місцевості або на дачі.

Щодо терміну використання різних фізичних вправ міськими підлітками у вільний час, то половина хлопців витрачає на це 4-6 годин на тиждень, а серед дівчат таких чверть. Виникає занепокоєння щодо використання підлітками у вільний час комп'ютерними іграми та захоплення телевізором і ігровими приставками, тільки 9,1% дівчат ігнорують ці шкідливі звички, як мінімум 25% хлопців і 19% приблизно по 2 години і більше на день проводять за цими заняттями. Досить позитивно підлітки поставились до оцінки своєї фізичної

підготовленості, оцінивши її на високому і задовільному рівні : всі (100%) хлопці і майже всі дівчата (91%)

Відповідальність до оцінок з фізичної культури проявлено у 45,5% дівчат і 62,5% хлопців, решта хлопців та дівчат вважають оцінки з фізичної культури не дуже важливою. В той же час більшість учнів (75%) хотіла би мати три і більше уроків з фізичної культури на тиждень. Задоволеність від уроків фізичної культури відчують (88%) хлопців і (28%) дівчат, решта частково задоволені уроками фізичної культури. Також в цій школі менше половини дівчат і більше половини хлопців не відвідують ніяких секцій та гуртків

Вивчаючи відношення до занять з фізичної культури і до здорового способу життя учнів ЗОШ №52 I-III ступенів м. Херсона, ми відмітили наступне. Половина хлопців не відвідують ніяких секцій та гуртків. Більше половини дівчат відвідують спортивні гуртки та секції. На відмінно та добре оцінюють своє здоров'я 88% хлопців і 100% дівчат. Більше половини хлопців і 83% дівчат відносяться до основної медичної групи. Для занять фізичними вправами, а саме спортивну форму та взуття мають більше ніж 70% всіх учнів. Гантелі та інший дрібний спортивний інвентар мають всі хлопці і майже половина дівчат

Щодо користі рекреаційних заходів в житті міських підлітків, то всі дівчата вважають відпочинок на морі і на річці – найкращими заходами, більше половини також вважають кращим відпочинок в таборах і санаторіях. А хлопці більше половини вважають кращим відпочинком відпочинок в таборі і санаторії, в сільській місцевості і на дачі або провести канікули вдома.

Щодо терміну використання різних фізичних вправ міськими підлітками у вільний час, то четверть хлопців витрачає на це 2-3 годин на тиждень, а третина дівчат 4-6 годин на тиждень. Виникає занепокоєння щодо використання підлітками у вільний час комп'ютерних ігор та захоплення телевізором і ігровими приставками, тільки 16,7% дівчат ігнорують ці шкідливі звички, як мінімум 25% хлопців приблизно по 2 години і більше на день проводять за цими заняттями. Досить критично підлітки поставились до оцінки своєї фізичної підготовленості, оцінивши її на задовільному рівні: 62,5% – хлопців, та 41,6% – дівчат, тільки 12,5% хлопців і 50% дівчат вважають свій рівень високим, а 25% хлопців оцінили свій рівень низьким.

Байдужість до оцінок з фізичної культури проявлено у 16,6% дівчат, 75% хлопців вважають оцінки з фізичної культури не дуже важливою, а 75% дівчат навпаки вважають оцінки з фізичної культури важливою. В той же час більш ніж 50% міських підлітків бажають мати 3 і більше уроків фізичної культури на тиждень, а 58,3% дівчат бажають мати 2 уроки з фізичної культури. Хоча задоволеність від уроків фізичної культури відчують тільки 62,3% хлопців і більше половини дівчат частково задоволені.. Також в цій школі половина дівчат і більше половини хлопців не відвідують ніяких секцій та гуртків

Висновки. Діти сільської школи оцінюють рівень здоров'я на добре та відмінно, всі мають спортивну форму та взуття для занять фізичними вправами, лише дві третини хлопців відвідують спортивні гуртки, всі учні відносяться до основної медичної групи, оцінюють свою фізичну підготовленість на задовільно, надають перевагу активному відпочинку дівчата в таборах та санаторіях, а хлопці активному відпочинку на річці або на морі.

Діти районної школи оцінюють рівень здоров'я на добре та відмінно, всі мають спортивну форму для занять фізичними вправами, більшість дітей відносяться до основної медичної групи, оцінюють свою фізичну підготовку на високому рівні, більше половини відвідують спортивні секції, за комп'ютером та телевізором проводять більше 2 годин на день, віддають перевагу активному відпочинку на річці або на морі.

Діти міської школи в переважній більшості оцінюють своє здоров'я на добре та відмінно, більше половини дітей мають спортивну форму та взуття для занять фізичними вправами, більшість відносяться до основної медичної групи, лише половин відвідують спортивні секції, всі хлопці та половина дівчат мають вдома додатково гантелі, дівчата віддають перевагу активному відпочинку на річці або на морі, деякі хлопці вважають кращим активним відпочинком санаторії та табори, сільську місцевість чи відпочинок на дачі, а половина вважають за краще посидіти вдома, більшість хлопців мають задовільний рівень фізичної

підготовки, чверть хлопців мають низький рівень фізичної підготовки, а дівчата половина вважають що мають високий рівень фізичної підготовки, переважна більшість дітей проводить за комп'ютером та телевізором більше 2 годин на день.

В цілому у всіх трьох школах підлітки поважають фізичну культуру і розуміють користь занять фізичними вправами. Все це можна пов'язати з ефективною роботою вчителів фізичної культури, В районній та міській школі – це вчителі-методисти вищої категорії, а в сільській – вчитель I категорії. Але, напевне, їхньої роз'яснювальної та профілактичної роботи щодо здорового способу життя серед учнів замало. Тому така робота має обов'язково проводитися із батьками та класними керівниками учнів.

Література

1. Круцевич Т.Ю. *Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания: Учебник в 2-х томах / —Олимпийская литература, 2003. - Том 1. - 423с*
2. Круцевич Т.Ю. *Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей / Т.Ю. Круцевич. - К.: Поліграф-Експрес, 2005. - 195 с.*
3. Курамышин Ю.Ф. *Теория и методика физической культуры / Ю.Ф. Курамышин. — М.: Советский спорт, 2004. — 463 с.*
4. Шиян Б.М. *Методика фізичного виховання школярів (Практикум). - Львів: Світ, 2002. - 184 с.*

Шаповал С.І. – старший викладач кафедри філософії і соціально-гуманітарних дисциплін
Державний вищий навчальний заклад
«Херсонський державний аграрний університет», м. Херсон, Україна

ЕКОЛОГІЯ І ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

З теорії формування здорового способу життя (ФЗСЖ) відомо, що одним з п'яти комплексів (груп) заходів, є заходи щодо створення сприятливого середовища. Крім того, теоретично середовище існування людини як явище визначено за двома складовими - природного довкілля і соціального оточення. Саме тому заходи з ФЗСЖ будуються за принципом урахування ефектів у двох напрямках - екологічному і соціальному. Це є соціоекологічним підходом до ФЗСЖ. Соціоекологічний підхід до здоров'я передбачає побудову гармонійних відносин між суспільним і природним оточенням людини; це і є сутністю процесу створення сприятливих середовищ.

Нині дисциплінарний підхід до вивчення екологічних проблем різними науками (біологією, медициною, хімією, геологією, географією, економікою, юриспруденцією, технічними науковими дисциплінами тощо), змінив міждисциплінарний підхід, що породило відносно нову науку - соціоекологію. За визначенням провідного вітчизняного фахівця з соціоекології професора Г.О. Бачинського, це є інтегральна міждисциплінарна наука, що вивчає закономірності взаємодії суспільства і природи, розробляє наукові принципи гармонізації цієї взаємодії. Соціоекологія складається з галузевих підрозділів і інтегративного ядра. Галузеві підрозділи соціоекології – це спеціалізовані підрозділи традиційних наук: біології (екологія), медицини (екологія людини), хімії (біогеохімія), геології (інженерна геологія), географії (геоекологія), економіки (економіка природокористування), юриспруденції (соціоекологічне право), технічних наук (екологічна технологія), що вивчають відповідні аспекти взаємодії суспільства з навколишнім середовищем. Інтегративне ядро соціоекології становить єдність її теоретичного і прикладного напрямів. До теоретичної функції належить вивчення закономірностей взаємодії природного та соціального компонентів у соціоекосистемах, а до прикладної функції - моделювання соціоекосистем з метою їх оптимізації і керування