

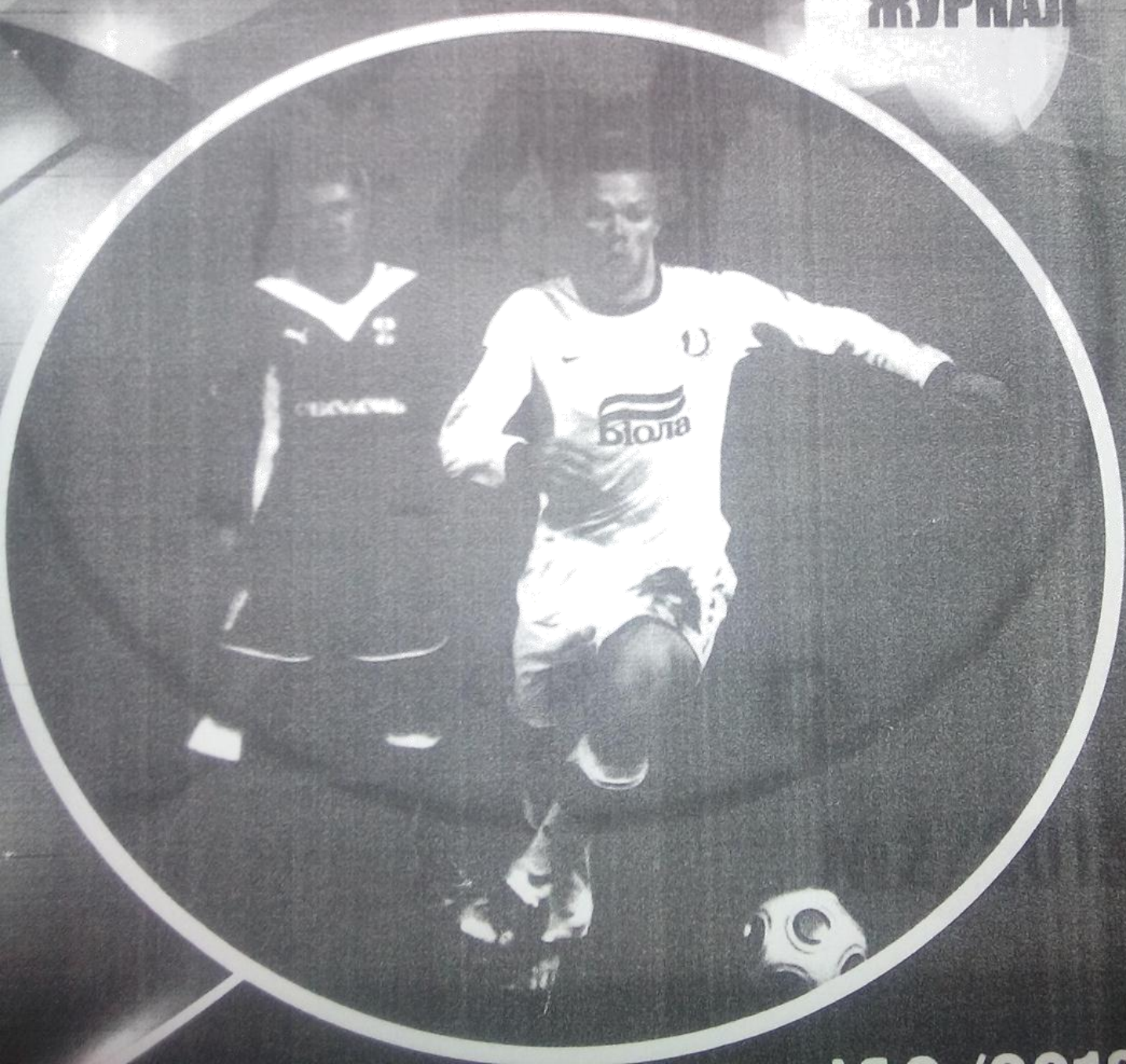
ДНІПРОПЕТРОВСЬКА ДЕРЖАВНА ІНСТИТУТ

КУЛЬТУРИ І СПОРТУ



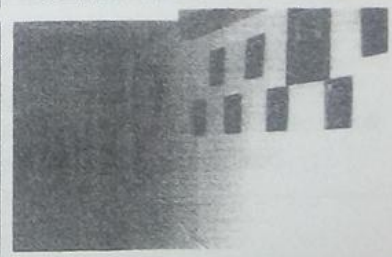
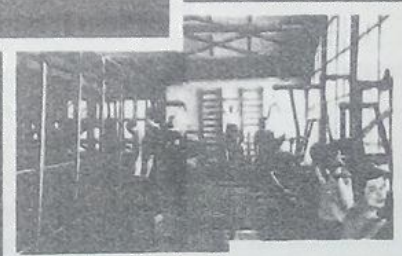
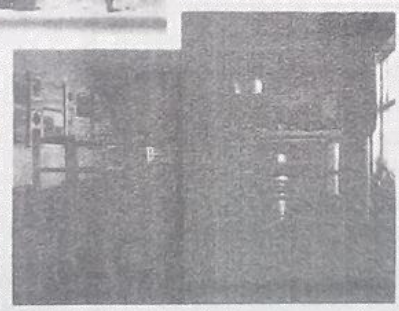
СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ДНІПРОПРОВ'Я

НАУКОВО-ПРАКТИЧНИЙ
ЖУРНАЛ



№ 2 / 2018

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ,
МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ



СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я

«СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я» –

науково-практичний журнал
Дніпропетровського державно-
го інституту фізичної культури
і спорту

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

Савченко В. Г.

ЗАСТУПНИК ГОЛОВНОГО РЕДАКТОРА

Москаленко Н. В.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Абрамов В. В.
Кашуба В. О.
Круцевич Т. Ю.
Ковров Я. Г.
Луковська О. Л.
Маліков М. В.
Майкова Т. В.
Приходько В. В.
Рахманов В. М.
Сергієнко Л. П.
Шевяков О. В.

Журнал включено до переліку
наукових фахових видань Украї-
ни, в яких можуть публікувати-
ся результати дисертаційних
робіт на здобуття наукових
ступенів доктора і кандидата
наук (Додаток до постанови
Президії ВАКУ України від 26
травня 2010 р. №1–05/4)

Ресстраційний № ДП-703
від 25 січня 2000 р.

Україна, 49094,
м. Дніпропетровськ,
вул. Набережна Перемоги, 10
Факс: (0562) 46-05-61
Тел.: (0562) 46-05-52
(редакція)

Татьяна Круцевич, Татьяна Имас

Ценностные ориентации лиц зрелого возраста
в проведении досуга 5

Виталий Кашуба, Елена Бондарь

Современные коррекционные технологии, используемые
в физическом воспитании детей старшего дошкольного
возраста с нарушениями осанки 12

Сергей Данаил

Физкультурное образование в контексте современных
разработок теории деятельности и личности 18

Вікторія Земцова, Євгенія Зубковська

Здоров'я чоловічої популяції в Україні та світі:
проблеми та підходи до вирішення 27

Тетяна Ротерс

Модель підготовки вчителів фізичної культури
до профільного навчання за спортивним напрямком 32

Елена Андреева, Александра Благий

Рекреационные игры в структуре досуговой
деятельности лиц зрелого возраста 37

Тетяна Круцевич, Наталія Пангелова

Зарубіжний досвід організації рекреаційної діяльності
дітей в умовах паркових комплексів 41

Вікторія Маринич, Ірина Козут

Зміст і форми фізкультурно-оздоровчої роботи
в позашкільних навчальних закладах 44

Микола Макаренко, Володимир Лизогуб,

Віталій Пустовалов, Анна Зганяйко

Зв'язок фізичних здібностей підлітків
з нейродинамічними властивостями вищих відділів
центральної нервової системи 49

Олександр Томенко

Взаємозв'язок між рівнем соматичного здоров'я, рухової
активності та окремими показниками фізичної культури
особистості школярів 8-11 класів 53

Леонід Пилипей, Микола Шаповал

Стан фізичної підготовленості студенток і курсу ВНЗ 57

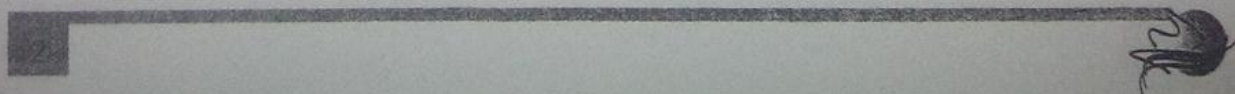
Викторія Василец, Евгений Врублевский, Людмила Шебеко

Эффективность использования танцевально-двигательной
терапии в физкультурно-оздоровительной работе
с женщинами среднего возраста 62

№2/2013



<i>Евгеній Врублевський, Наталія Петрукович</i>	
Подвижные игры как действенное средство гармоничного развития ребенка в семье	68
<i>Олена Кириченко, Ольга Терьохіна,</i>	
<i>Наталія Горобей, В'ячеслав Гавриленко</i>	
Корекція функціональних порушень постави засобами йоги в спеціальних медичних групах	71
<i>Оксана Марченко</i>	
Гендерні особливості формування інтересів та ціннісних орієнтацій у сфері фізичної культури школярів	75
<i>Тетяна Гриньова</i>	
Динаміка показників фізичних якостей дівчат 10-13 років під впливом занять різними видами туризму	79
<i>Світлана Кара</i>	
Роль педагогічної практики у формуванні професійної компетентності майбутніх учителів фізичного виховання	84
<i>Валентина Самодай</i>	
Проблематика формування здорового способу життя	88
<i>Ольга Сайчук</i>	
Порівняльна оцінка фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку	93
<i>Олена Ярмач</i>	
Аналіз захворюваності юнаків 15-17 років.....	98
<i>Сергій Бублик</i>	
Сучасні уявлення про психофізичний розвиток особистостей	102
<i>Тетяна Круцевич, Вадим Красота, Олег Ольховий</i>	
Технології набуття організаційно-управлінських умінь з управління фізичною підготовкою	107
<i>Світлана Цуприк</i>	
Підготовка майбутніх вихователів до роботи в літніх оздоровчих таборах	112
<i>Олена Пархоменко</i>	
Вивчення рівня фізичної підготовленості студенток економічних спеціальностей	116
<i>Тетяна Вінярська</i>	
Сучасні проблеми формування спеціально організованої рухової активності студентів ВНЗ	120
<i>Юрій Остапенко</i>	
Розвиток станової сили засобами ППФП студентів інформаційно-логічної групи спеціальностей	125
<i>Анна Жук</i>	
Применение игровых упражнений в воде с детьми младшего школьного возраста	129
<i>Олена Давиденко, Вячеслав Семененко, Вікторія Білецька</i>	
Оцінка функціонального стану серцево-судинної системи студентів спеціальної медичної групи.....	133
<i>Ольга Афтимичук</i>	
Психофизическая подготовленность стилиста в системе занятий фитнесом	137
<i>Ірина Степанова</i>	
Фітнес-технології у фізичному вихованні дітей.....	142



<i>Володимир Сергієнко</i>	
Вікові показники індексів швидкісних здібностей студенток вищих навчальних закладів	145
<i>Галина П'ятничук</i>	
Динаміка швидкісно-силових здібностей студентів упродовж навчального року.....	150
<i>Олексій Головченко</i>	
Вікові особливості порогових рівнів компонентів рухової активності учнів 5-9 класів	154
<i>Тарас Семанишин</i>	
Формування готовності майбутніх вчителів фізичної культури до валеологічної діяльності у дошкільних закладах освіти	158
<i>Людмила Максименко</i>	
Сучасні підходи щодо застосування рекреаційних технологій для відновлення стану здоров'я дітей 5-ти і 6-ти років.....	162
<i>Дмитро Цись</i>	
Дослідження психічних станів студентів 1-4 курсів у процесі навчання у вищому навчальному закладі.....	166
<i>Делбани Хасан, Делбани Ханка</i>	
Дифференцированный подход на уроках физической культуры в начальных классах школ юга Ливана с учетом соматотипа школьников	171
<i>Тетяна Сичова, Ольга Корягіна</i>	
Зміцнення здоров'я студенток засобами танцювальної аеробіки.....	176
<i>Викторія Вишневецкая</i>	
О вопросе оценивания теоретических знаний на основе применения информационных технологий при подготовке специалистов по физическому воспитанию и спорту.....	180
<i>Борис Пангелов, Степан Пангелов</i>	
Спрямованість і зміст діяльності аніматорів у туристсько-рекреаційних комплексах	184
<i>Дарина Чайка</i>	
Вплив занять дитячим фітнесом на фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку.....	187
<i>Володимир Стадник</i>	
Використання плавання у позанавчальних заняттях з фізичного виховання студентів ВНЗ	191
<i>Ольга Шиян</i>	
Історичні аспекти становлення та розвитку черлідінгу у світі та в Україні	196
<i>Наталія Маковецька</i>	
Педагогічні засади освітньо-оздоровлювальної діяльності дошкільного навчального закладу	201
<i>Сергій Трачук</i>	
Удосконалення координаційних здібностей дітей середнього шкільного віку в позаурочних формах занять з футболу	206
<i>Андрій Мандюк</i>	
Фізичне виховання в системі середньої освіти США	210



<i>Людмила Хохлова</i>	
Оцінка ефективності організаційно-педагогічної методики щодо покращення ставлення старшокласників до здорового способу життя	214
<i>Олена Котова, Ганна Суханова</i>	
Складові навчально-виховного процесу в старшій профільній школі за спортивним напрямком	218
<i>Світлана Мальона, Віталій Кіндрачук</i>	
Педагогічна система управління розвитком спорту для всіх	222
<i>Ганна Олефір</i>	
Дослідження стану формування рухових навичок з волейболу в учнів шкіл спортивного профілю	227
<i>Наталя Самсуніна</i>	
Педагогічні умови формування професійних функціональних компетентностей майбутніх учителів фізичної культури	232
<i>Оксана Блават</i>	
Конструктивні особливості оцінювання тестового контролю студентів спеціальних медичних груп ВНЗ	236
<i>Світлана Король</i>	
Засоби спортивного орієнтування у фізичному вихованні студентів ВНЗ	241
<i>Андрій Нападій</i>	
Аналіз показників фізичного стану школярів 13-14 років на початку навчального року	245
<i>Володимир Черняков</i>	
Удосконалення сучасної української гімнастичної термінології на прикладі положень сидячи	252
<i>Іванна Боднар</i>	
Місце рухової активності у дозвіллі учнів середнього шкільного віку	257
<i>Наталя Власенко</i>	
Формирование экологических представлений у детей дошкольного возраста в системе физкультурно-оздоровительной работы дошкольного учреждения	265



ПЕДАГОГІЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

ПРОБЛЕМАТИКА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Валентина Самодай

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка

Аннотация

Формирование здорового образа жизни является проблемой, которая нуждается в общественном решении, включая понимание каждым индивидом ценности личного физического, психического, социального и духовного здоровья для развития цивилизации в целом. Выделение предпосылок, исследование факторов и основных составляющих формирования здорового образа жизни, а также определение критериев формирования позитивной мотивации на здоровый образ жизни на уровнях духовного, физического, социального и психического здоровья даст возможность удовлетворить требования общества и повлиять на социально-деформированное сознание личности, которое привело к потере связи современного человека с природой.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, здоровье нации, духовное, психическое, социальное, физическое здоровье, индивидуальное здоровье.

Annotation

Forming of healthy way of life is a problem which needs public decision. It includes understanding of value of the personal, physical, social and spiritual health of individual for development of whole civilization. Selection of pre-conditions, research of factors and basic forming constituents, determination of forming criteria of positive motivation on the healthy way of life on the levels of spiritual, physical, social and psychical health – all of these functions enable to satisfy the requirements of society and influence on social and unchangeable consciousness of personality, which resulted in the loss of connection of modern man with nature.

Key words: healthy way of life, health of nation, spiritual, psychical, social, physical health, individual health.

Постановка проблеми. В умовах становлення всіх сфер соціального розвитку, в період відродження традицій національного виховання та культурно-історичного досвіду держави особливо актуальним стає аспект здоров'я особистості, що включає самооцінку і саморозвиток, самовдосконалення і свободу, здатність бути особистістю. Особливо необхідно наголосити на активізації та ініціюванні цих процесів самими індивідами, які прагнуть до прогресу в самовихованні, самодисципліні, творчості, для яких основним гаслом життя є: «Здоровим бути модно, стильно і красиво!». Виходячи з вимог, що ставить перед нами сьогодення, формування здорового способу життя є питання, що потребує всебічного ретроспективного аналізу з елементами моделювання і прогнозування, з використанням інноваційних підходів, урахуовуючи світовий досвід, накопичений країнами, де зазначений напрям є системою ціннісних орієнтацій нації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У наукових надбаннях Г. Апанасенка, О. Дубогай, Ю. Лісіцина, В. Ліщук указано на проблеми становлення, зміцнення і відновлення здоров'я. Дослідженню інноваційних соціально-педагогічних технологій формування здорового способу життя в учнів присвячені праці В. Беспалька, Н. Зимівець, Л. Сущенко та ін. Соціальний аспект здорового способу життя розглядали Г. Апанасенко, М. Гончаренко,



Ю. Лісичин, Г. Царегородцев. Аналізом міжнародних концепцій щодо сприяння здоров'ю займалися науковці О. Балакірева, О. Вакуленко, Л. Ващенко, Н. Комарова, О. Яременко. У працях зазначених науковців здійснено адаптацію або обґрунтовано можливість адаптації відомих світових технологій до українського контексту формування здорового способу життя.

Відповідно до Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) здоров'я – це не тільки відсутність хвороб або фізичних дефектів, але й стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя. Всесвітня організація охорони здоров'я констатує, що здоров'я людини на 50-55% визначається умовами і способом життя, на 25% екологічними умовами, н- обумовлено генетичними факторами і лише на 10-15% діяльністю системи охорони здоров'я.

Мета статті – дослідити формування здорового способу життя як найголовнішої соціальної цінності, що визначається життям і здоров'ям кожної людини та впливає на рівень цивілізації нації через духовний, інтелектуальний і фізичний розвиток кожного.

Результати дослідження та їх обговорення. Розвиток суспільства, з одного боку, характеризується зміною умов існування індивідів та переоцінкою пріоритетів людських цінностей, а з другого – застосуванням новітніх технологій. Усе це ставить особливі адаптаційні вимоги до особистості, що нерозривно пов'язані зі станом здоров'я людини, відповідно до нових соціальних, економічних, техногенних змін у цивілізації. Для кінця ХХ – початку ХХІ століття характерні прогресуюча зміна характеру праці, виснаження трудових ресурсів за рахунок інтенсифікації потенційних можливостей, наростання частоти гострих ситуацій у системі «людина – машина», зростаючі

вимоги до професійної підготовки і перепідготовки, зменшення часу для ухвалення рішень і підвищення відповідальності за їх наслідки, неможливість кількісного збільшення робочої сили. Вищезазначені чинники вимагають посилення вимог до здоров'я нації на основі формування здорового способу життя. Це багатоаспектне питання потребує нагального вирішення і його можна розглядати в різних площинах. Таким чином, доцільно виділити найголовніші аспекти формування здорового способу життя індивіда соціуму.

Основи поняття індивідуального здоров'я розглядали ще у VI столітті до н. е. в Індії у «Ведах», де зазначалися поради щодо збереження здоров'я, які ґрунтувалися на понятті здоров'я як не лише відсутності фізичних хвороб, а й наявності щастя, розуму та душі. Особистість вважається здоровою, якщо всі складові організму людини збалансовано взаємодіють [6; 8]. Наявність стійкої рівноваги психіки, згідно з ведичними знаннями, вважали одним із принципів здорового способу життя. Для досягнення такої рівноваги, по-перше, необхідна незалежність людини від фізичних і психологічних чинників впливу навколишнього середовища та абсолютна внутрішня воля індивіда. По-друге, для встановлення внутрішньої гармонії важливим є розуміння вищої сутності буття, що виражається через прояв любові до всього живого і називається шлях серця. Отже, здоровою може бути не тільки та людина, у якої відсутні хвороби, але й та, яка здатна самореалізовуватися і розуміти сутність свого буття.

Давньогрецький лікар Гіппократ зосереджував увагу на певній гармонії, якої слід прагнути і досягати шляхом дотримання профілактичних заходів (трактат «Про здоровий спосіб життя»). Відомий мислитель Сходу Авіценна трактував, що існує три стани організму: «Здоров'я: всі

функції протікають здорово; хвороба і третій – проміжний стан не здоров'я і не хвороба, як буває з тілом стариків і дітей, що одужують» [2]. К. Ясперс розглядав здоров'я як «природний вроджений потенціал людського покликання» [2]. Згідно з

К. Роджерсом, здорова людина – це рухлива і відкрита людина, яка живе в кожен новий момент життя, добре пристосовується до мінливих умов, терпима до інших, емоційна і рефлексивна [9]. Академік І. Павлов зазначав: «Здоров'я – це неоціненний дарунок природи, воно дається не навично, його треба берегти. Але здоров'я людини багато в чому залежить від неї самої, від її способу життя, умов праці, харчування, її навичок...» [1]. Здоровий спосіб життя є передумовою соціального, духовного, політичного, економічного, культурного життя людини. Узагалі спосіб життя індивідуума спонукає його до самореалізації і самовдосконалення, а саме поняття «здоровий спосіб життя» не передбачає лише виконання гігієнічних норм і правил або позбавлення шкідливих звичок, дотримання режиму харчування і виконання кожного дня фізичних вправ.

У цілому здоров'я тісно пов'язане з красою життя, яка включає гармонію природних і соціальних якостей особистості та їх удосконалення, єдність фізичних і психічних процесів. Цінність здоров'я за А. Я. Іванюшкіним містить три рівні: 1) біологічний – вихідне (першопочаткове) здоров'я припускає вдосконалення саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів і, як наслідок, мінімум адаптації; 2) соціальний – здоров'я є мірою соціальної активності, діяльного ставлення людини до світу; 3) особистісний, психологічний рівень здоров'я – це не відсутність хвороби, а швидше заперечення її у розумінні подолання. У зазначеному аспекті здоров'я виступає

не тільки як стан організму, але і є «стратегією життя людини» [5].

Для формування індивідуального або суспільного здорового способу життя необхідні такі передумови (рис. 1).

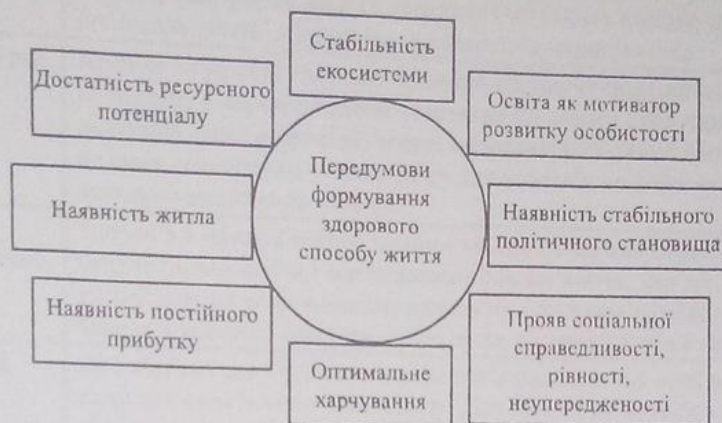


Рис. 1. Передумови формування здорового способу життя

Наприклад, оптимальне харчування включає доступ до раціонального, збалансованого харчування (необхідна кількість протеїнів, вуглеводів, жирів, вітамінів, спеціальних продуктів, мікроелементів, харчових добавок та наявність якісної питної води). Освіта, у тому числі через типові джерела інформаційного впливу – ЗМІ, наукові теорії та відкриття, кіно, живопис, культуру, художню літературу, народні традиції, фольклор, бесіди з колегами, друзями, батьками, науково-популярну літературу, дає можливість усвідомлення цінності здоров'я, формує у людини духовний домінуючий пріоритет і необхідну психічну установку. Розвиток природних можливостей і здібностей також відбувається завдяки освіті, яка формує розумові сили особистості, допомагає розвитку індивідуальності, духовного, психічного та фізичного потенціалу [4; 7].

До сфери фізичного здоров'я включають такі чинники, як: стан фізіологічних функцій організму в різних умовах спокою чи руху в межах фізіологічної норми, що адекватно змінюються під час вза-

ємодії людини з довкіллям, індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, рівень фізичного розвитку органів і систем організму, генетичну спадковість. Критеріями формування позитивної

мотивації до здорового способу життя на рівні фізичного здоров'я є прагнення до фізичної досконалості, ставлення до власного здоров'я як до найвищої соціальної цінності, фізична розвиненість, загальна фізична працездатність, загартованість організму, дотримання раціонального режиму дня, виконання вимог особистої гігієни, правильне харчування.

Психічне здоров'я включає суто індивідуальні психічні процеси і властивості людини (чутливість, збудженість, емоційність та ін.). Воно враховує можливість стресів і залежить від специфіки мислення, характеру, здібностей, що обумовлюють особливості індивідуальних реакцій на аналогічні життєві ситуації. Британські дослідники під керівництвом професора нейробіології С. Закі здійснили аналіз роботи мозку людини в момент, коли вона дивилася на улюблені картини класиків. Після численних експериментів учені дійшли висновку про те, що милування картинами живопису схоже зі станом закоханості і покращує психічне здоров'я людини. На рівні психічного здоров'я (психологічного комфорту) кри-

теріями формування позитивної мотивації до здорового способу життя є: відповідність пізнавальної діяльності календарному віку, розвиненість довільних психічних процесів, наявність саморегуляції, адекватна самооцінка, відсутність акцентуацій характеру та шкідливих звичок.

Без соціального здоров'я неможливо змінити суспільство, налагодити економічне виробництво, яке тісно пов'язане з економічними чинниками, відносинами індивіда зі структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, з якими створюються соціальні зв'язки, тощо. Соціальне здоров'я детерміноване характером і рівнем розвитку найголовніших сфер суспільного життя – економічної, політичної, соціальної, духовної, які в реальності діють одночасно, а їх інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини [6]. Критеріями формування позитивної мотивації до здорового способу життя на рівні соціального здоров'я (соціального благополуччя) є: сформована громадянська відповідальність за наслідки нездорового способу життя, соціально орієнтована комунікативність, доброзичливість у ставленні до людини, здатність до самоактуалізації, саморегуляції, самовиховання.

Духовний світ особистості, що формується під впливом складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, моралі, етики, релігії, є показником духовного здоров'я. Свідомість людини, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей у контексті власних ідеалів і світогляду – усе це обумовлює стан духовного здоров'я індивіда. Критеріями формування позитивної мотивації до здорового способу життя на рівні духовного здоров'я є: узгодженість загальнолюдських та національних моральних і духовних цінностей,



№ п/п	Складові	Характеристика складових
1	Спосіб життя	Має велике значення для здоров'я людини і складається з чотирьох категорій: економічної (рівень життя); соціологічної (якість життя); соціально-психологічної (стиль життя); соціально-економічної (устрій життя).
2	Рівень культури	Людина – суб'єкт і водночас головний результат своєї діяльності. Культура з цього погляду – це самосвідоме ставлення до самого себе. Однак люди дуже часто нехтують своїм здоров'ям, ведуть неправильний спосіб життя, не дотримуються режиму, переїдають, палють. Тому для здоров'я потрібні знання, які б стали повсякденною звичкою людини.
3	Здоров'я в ієрархії потреб	Здоров'я в ієрархії потреб людини займає не завжди перше місце, яке часто відведене іншим речам і матеріальним благам життя, кар'єрі, успіху. У результаті це шкодить не лише власному здоров'ю, а й здоров'ю майбутніх поколінь. Отже, здоров'я повинно посідати перше місце в ієрархії потреб людини.
4	Мотивування	Для збереження і відновлення здоров'я недостатньо пасивного очікування, людина має сама певним чином діяти. Для кожної дії потрібен мотив – усвідомлене спонукання, яке обумовлює дію для задоволення якої-небудь потреби людини. Сукупність мотивів, тобто мотивація, значною мірою визначає спосіб життя людини. Тобто для збереження здоров'я дуже важлива мотивація до здорового способу життя. Цінність здоров'я більшістю людей усвідомлюється тоді, коли воно під загрозою або втрачене. Лише тоді і виникає мотивація – викинути хворобу, стати здоровим. Людина не відчуває свого здоров'я, не знає величини його резервів, його якості і відкладає турботу про здоров'я на потім.
5	Зворотні зв'язки	Нерозумне і тривале випробовування стійкості свого організму (неправильне харчування, алкоголь, паління). Через певний час спрацьовують зворотні зв'язки – наслідки нездорового способу життя. Часто людина відмовляється від шкідливих звичок, коли це запізно.
6	Настанова на довге життя	У повсякденному житті треба вміло мобілізувати резерви свого організму для подолання труднощів життєвого характеру, зменшення ризику захворювань, що сприяє довголіттю. Поняття здорового способу життя набагато ширше, ніж відсутність шкідливих звичок, режим праці і відпочинку, система харчування, різні вправи, що загартовують і розвивають; у нього також входить система ставлень до себе, до іншої людини, до життя у цілому, а також свідомість буття, життєві цілі і цінності тощо.

наявність позитивного ідеалу, працелюбність, почуття прекрасного в житті, природі, мистецтві.

Здоров'я людей – це найголовніша «візитна картка» соціально-економічної зрілості, культури й успішності цивілізованої держави [4]. До основних складових здорового способу життя відносяться рівень культури, мотивування, зворотні зв'язки, настанова на довге життя, здоров'я в ієрархії потреб, спосіб життя (табл. 1).

Так, мотивування до здорового способу життя повинно базуватися насамперед на принципі науковості

і доступності знань (адаптація відповідних наукових знань для всіх ланок освіти з урахуванням особливостей різних вікових категорій, взаємозв'язок науки про здоров'я з практичним досвідом). Не менш дієвим є принцип, що відображає процес формування здоров'я людини, природних та соціальних умов його збереження і зміцнення, організується як системний процес у логічному зв'язку всіх його етапів, спрямовується на гармонійний і всебічний розвиток особистості. Цей принцип можна вважати принципом системності.

Принцип інтегративності передбачає синтез теоретичних, емпіричних і практичних знань у цілісній картині про здоров'я та здоровий спосіб життя. Виховні впливи держави, усіх виховних інститутів на основі врахування інтересів особистості та суспільства спрямовуються на профілактику негативних проявів поведінки особистості, вироблення неприйняття негативних впливів соціального оточення. За таких умов забезпечуватиметься система заходів економічного, правового, психолого-педагогічного,

соціально-медичного, інформаційно-освітнього характеру, направлених на формування позитивних соціальних настанов, запобігання вживанню наркотичних речовин, що утворює принцип превентивності.

Принцип відкритості передбачає систематичне поповнення, оновлення, удосконалення знань про здоровий спосіб життя. Принцип гуманізму стимулює в особистості розвиток свідомого ставлення до своєї поведінки, життєдіяльності, передбачає орієнтацію на підростаючу особистість як вищу цінність з урахуванням її вікових та індивідуальних особливостей, задоволення фундаментальних потреб [3]. Принцип цілеспрямованості підтверджує спрямованість на досягнення своєї мети, підвищення ефективності функціонування власного організму і свідомого позитивного ставлення до нього.

Слід зазначити, що людина інколи забуває про здоров'я, завдяки якому є можливість жити і досягати вершин науково-технічного прогресу, самореалізовуватися і давати користь цивілізації. На сучасному етапі розвитку набули актуальності так звані хвороби цивілізації, що виникли внаслідок впливу емоційних чинників, викликаних техногенними та екологічними проблемами. Сучасна людина втрачає зв'язок з природою, відбувається моральна деформація особистості під впливом зміни соціальної свідомості.

Висновки

Розуміння здорового способу життя кожним індивідом є

єдиним радикальним способом розв'язання проблеми збереження та зміцнення здоров'я соціуму. Здорова людина має здатність більш продуктивно працювати, таким чином поповнювати казну держави і виводити національну економіку на вищий рівень розвитку, збагачувати суспільство та зміцнювати імідж держави на світовому рівні. Для деталізації проблематики формування здорового способу життя необхідно розглянути передумови вирішення цього питання, дослідити чинники та основні складові формування здорового способу життя. Актуалізація цих аспектів дозволяє внести елементи конкретики в пошуки шляхів мотивації окремої особистості до ведення здорового способу життя, що дає можливість задоволення потреб соціально-гуманітарного стандарту суспільства та вирішення завдань у побудові комплексу фізичних, духовних, психологічних та соціальних критеріїв життєдіяльності конкретного індивіда.

Перспективи подальших наукових досліджень убачаємо у з'ясуванні розуміння культури здоров'я та її впливу на формування здорового способу життя як на рівні суспільства, так і на рівні особистості.

Література:

1. Барно О.М. Психолого-педагогічні аспекти роботи зі студентами з особливими потребами / О.М. Барно // Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами : зб. наук. пр. К. : Ун-т «Украї-

на», 2004. С. 3742.

2. Бойчук Ю.Д. Внесок стародавніх філософів у формування еколого-валеологічних понять / Ю.Д. Бойчук // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2006. № 12. С. 1719.
3. Горашук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) / В.П. Горашук. – Луганск: Альма-матер, 2003. – 388 с.
4. Єресько О.В. Здорові діти – здорова нація / О.В. Єресько. – К. : Інфосвіт, 2007. – № 7. – С. 45–61.
5. Иванюшкин А.Я. «Здоровье» и «болезнь» в системе ценностных ориентаций человека / А. Я. Иванюшкин // Вестник АМН СССР. – 1982. – Т. 4, № 1. – С. 29–33.
6. Копа В.М. Механізм реалізації соціокультурного ідеалу здоров'я / В.М. Копа // Мультиверсум. Філософський альманах : зб. наук. пр. / Ін-т філософії НАН України. – К. : Центр духовн. культури, 2004. – Вип. 39. – 237 с.
7. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання / Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімп. л-ра, 2012. – Т. 1. – 392 с.
8. Кузнецов В.Н. Аюрведа и современная медицина. Исследования. Клиника. Лечение. Профилактика / В.Н. Кузнецов, В.Б. Волович. – СПб. : Святослав, 2003. – 240 с.
9. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М., 1994. – 231 с.

На 1-й сторінці обкладинки:

Віталій Денисов - студент ДДІФКіС, МС, гравець національної збірної Узбекистану, гравець команди "Дніпро" (2007 - 2012 р.)

На останній сторінці обкладинки:

Руслан Бабенко - студент ДДІФКіС, гравець команди "Дніпро", член молодіжної збірної команди України з футболу

Олександр Насонов - студент ДДІФКіС, гравець команди "Металург" м. Донецьк, член молодіжної збірної команди України з футболу

Руслан Степанюк - студент ДДІФКіС, гравець команди "Сталь" м. Алчевськ

Усі права захищені.

Це видання, а також частина його не можуть бути відтворені ні в якій формі без письмового дозволу видавця. Посилання на журнал при цьому обов'язкове. Відповідальність за достовірність фактів, цитат, власних імен, географічних назв та інших відомостей несуть автори публікацій.

Комп'ютерна верстка – Н. Дроздова
Коректор – Н. Тубальцева

Здано на складання 30.07.2013 р.
Підписано до друку 22.08.2013 р.
Формат 60х84/8. Папір офсетний. Гарнітура журнальна. Друк ризографічний.
Умовн. друк. арк. 30,45. Обл.-вид. арк. 34,05. Наклад 300.
Замовлення № 1006. Замовлене. Ціна договірна.
49006, Україна, м. Дніпропетровськ, вул. Свердлова, 70.
ТОВ «Інновація» Т/ф: (067) 6333531
Свідоцтво про внесення до Державного Реєстру ДК № 1761 від 22.04.2004 р.



ВИМОГИ ДО ОФОРМЛЕННЯ СТАТЕЙ В ЖУРНАЛ «СПОРТИВНИЙ ВІСНИК ПРИДНІПРОВ'Я»

1. До розгляду приймаються статті за наступними науковими напрямками:
 - олімпійський і професійний спорт;
 - фізична культура, фізичне виховання різних груп населення;
 - спортивна медицина та лікувальна фізкультура;
 - валеологія, рекреація та фізична реабілітація.
2. Загальний обсяг проблемних статей повинен бути до 8 машинописних сторінок, оглядів - до 10 сторінок, оригінальних та інших видів статей - до 6 сторінок, що написані українською мовою. Загальний обсяг містить усі елементи публікації, тобто власне статтю чи повідомлення, перелік літератури (не більше 10 джерел за останні 10 років), таблиці та графічний матеріал, анотації тощо.
3. На початку рукопису вказуються: назва роботи, ініціали та прізвища всіх авторів, назва організації, в якій виконана робота.
4. Текст статті друкується на білому папері, шрифт 14 пі, формат Windows/Word 6.0//7.0, 2,5 см. Сторінка містить 29 - 30 рядків.
5. Наукова стаття повинна мати:
 - постановку проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями;
 - аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття;
 - формулювання цілей статті (постановку завдання);
 - виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів;
 - висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку;
 - список літератури. Заголовки до структурних частин статті виділяють жирним шрифтом.
6. Математичні та хімічні формули, символи повинні бути чітко написані і розмічені.
7. Список використаної літератури укладається в алфавітному порядку на окремій сторінці; посилання в тексті наводять цифрами у квадратних дужках (наприклад [2]).
Порядок оформлення:
 - для монографій - прізвище та ініціали автора, назва книги, місце видання, видавництво, рік видання, кількість сторінок;
 - для статей в журналах і збірниках - прізвище та ініціали автора, повна назва статті, стандартно скорочена назва журналу або збірника, серія, рік видання, том, номер випуску, сторінки, на яких вміщено статтю.
8. На окремому аркуші додають короткі (5-10 рядків) анотації на українській, російській та англійській мовах про те, що розглядається, показано, досліджено чи вивчено в статті.
9. Текст і графічний матеріал надаються на дискеті та роздрукованими на папері примірнику, який супроводжується направленням організації і підписується всіма авторами.
10. До статті на окремому аркуші додаються відомості про всіх авторів, які містять: вчені звання, наукові ступені, прізвища, ім'я та по батькові (повністю), місця роботи та посади, які обіймають автори, адреси для листування з індексами, номери телефонів і факсів.
11. Про вартість послуг за видання сповіщається додатково.

**Адреса: 49094, Україна, м. Дніпропетровськ,
вул. Набережна Перемоги, 10
тел.: (0562) 46-05-52
E-mail: admin_infiz@ukr.net**

