

діями та мотиваційно-ціннісної сфери школярів / Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наук. монографія за ред. проф. С. С. Єрмакова. Х.: ХДАДМ (ХХП), 2011. № 3. С. 148–150.

Киричок Ж., магістрантка групи 602-ФС

*Національний університет*

*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

Науковий керівник:

д.пед.н., професор кафедри фізичної культури та спорту Рибалко Л. М.

*Національний університет*

*«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ У СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Майбутня трудова діяльність охоплює щонайменше третину життєвого часу дорослої людини. Ефективне виконання професійних функцій на належному рівні потребують фізично здорового фахівця, який в умовах ринкової економіки має значні переваги, що актуалізує формування в нього ціннісного ставлення до здоров'язбереження. Водночас пріоритетною проблемою закладів вищої освіти є пошук шляхів зміцнення здоров'я студентської молоді як найвищої соціальної цінності.

У вітчизняних педагогічних дослідженнях особлива увага приділяється теоретичним і практичним аспектам ціннісного ставлення до здоров'я (А. Фурманов, М. Юспа), здорового способу життя (В. Бобрицька, С. Закопайло), оптимальної організації життєдіяльності (В. Приходько) та різним аспектам формування культури здоров'я майбутніх фахівців (Н. Башавець, О. Глагощук, Ю. Драгнєв, С. Кириленко).

Потреба у здоров'ї є природною для молодої людини. У здоровому способі життя гармонійно поєднані біологічні особливості та соціальні умови людини. Здоровий організм має великий потенціал для активної життєдіяльності [2].

Здоровий спосіб життя, який є життєво важливим для молодої людини, необхідно вміло формувати і постійно підтримувати. Критеріями здорового способу життя є: гігієнічно обґрунтована поведінка, фізіологічно оптимальний режим праці, достатня рухова активність, раціональне харчування, відсутність шкідливих звичок, повноцінний відпочинок. Здоровий спосіб життя оптимізує біологічні та психічні показники організму. Студент, який постійно працює над власним оздоровленням, продовжує активний період своєї життєдіяльності, подовжує середню тривалість життя.

З метою реалізації пріоритетів у сфері професійної підготовки здорового покоління та підвищення продуктивності праці у фаховій діяльності, актуалізується необхідність формування культури здоров'язбереження студентів, що залежить від сформованості у них належного рівня

валеограмотності, усвідомлення особистої відповідальності і ціннісного ставлення до здорового способу життя, цілеспрямованої напруженої праці в напрямі збереження здоров'я.

У пошуку нових форм зміцнення здоров'я студентів основний наголос роблять на заняттях з фізичного виховання, на формуванні у студентів умінь оздоровчої діяльності, однак організація освітнього процесу у закладах вищої освіти ускладнюється низькою мотивацією молоді до занять спортом чи фізичним вихованням, що зумовлює певні проблеми формування здорового способу життя. Проте саме особистісні цінності ведення здорового способу життя здійснюють регулюючий вплив на життєдіяльність людини в усій різноманітності її проявів за допомогою взаємозв'язків з мотивами, потребами, ціннісними орієнтаціями, завдяки яким людина виявляє своє ставлення до реальної дійсності й оцінює характер цих відношень [1].

Таким чином, аналіз та узагальнення напрямів і результатів наукових пошуків дослідників з проблем здоров'я, дає змогу розглядати ці аспекти в навчально-виховному процесі закладів вищої освіти, як одну із складових світогляду студентів на основі їх ціннісного ставлення до процесів здоров'язбереження. Це зумовлено подальшим розвитком і стабілізацією у студентські роки самосвідомості особистості та розглядається як найважливіша умова найбільш повної самореалізації майбутнього фахівця в активній життєдіяльності та ціннісного ставлення до власного здоров'я.

### Література

1. Горбушина С. Н. Мирозренческие детерминанты формирования культуры здоровья будущего учителя: дисс. ... доктора пед. наук: 13.00.01. Уфа, 2005. 395 с.
2. Концепція виховання дітей та молоді у сучасній системі освіти / Молодь і закон: Збірник нормативних актів і документів з проблеми виховання студентської молоді / За заг. ред. Н. І. Косаревої. К.: ІЗМН, 1997. С. 237–250.

Клевака Л. П., к.пед.н., доцент кафедри психології та педагогіки  
*Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

### **ПСИХОГІМНАСТИКА ЯК МЕТОД ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Пріоритетність фізичного розвитку дітей дошкільного віку визначається чинними нормативно-правовими документами дошкільної галузі – Законами України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Про фізичну культуру», «Про охорону дитинства», Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти) [1]. Цими документами держава гарантує усім дітям дошкільного віку реалізацію прав на охорону життя і здоров'я, забезпечення раціонального харчування, сприяє створенню безпечних умов для