

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
ІІІ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 14–15 квітня 2016 року)

Суми
Сумський державний університет
2016

ПИТАННЯ ФІЗИЧНОГО ТА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Бойко В. М. ст. викл.

Сумський державний університет

Kfv@sport.sumdu.edu.ua

Здоров'я населення є одним із найважливіших показників умов праці, життя, побуту, якості харчування та фізичної активності людей, показником рівня національного добробуту, економічного і культурного потенціалу суспільства. Це процес збереження і розвитку фізіологічної, біологічної та психічної функції, оптимальної працездатності, соціальної активності, спроможності організму адекватно змінювати свої функціональні параметри в залежності від навколишнього середовища [1].

Негативний вплив середовища на людину в сучасних умовах постійно посилюється. Одним із чинників, за допомогою якого йому можна протистояти, є необхідність постійно підвищувати адаптаційні можливості людини, що забезпечить стан здоров'я на відповідному рівні, зменшить зростання захворюваності, збільшить середню тривалість життя. Але, на жаль, за останні роки ці компоненти характеризуються як вкрай негативні. Має місце широке розповсюдження шкідливих звичок та надзвичайно недостатній рівень фізичної активності людей. З метою профілактики захворювань та підвищення адаптаційних можливостей засобами фізичної культури та спорту займається всього біля 10 % населення при тому, що місце останніх у збереженні та зміцненні здоров'я, підвищенні працездатності, продовженні активного довголіття загальновідоме.

Сьогодні не може не турбувати стан здоров'я шкільної та студентської молоді. Щорічні медичні огляди свідчать, що з кожним наступним роком збільшується кількість студентів – першокурсників, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи.

Так, за станом на 1 грудня 2015 року студентської

поліклініки із загальної кількості до спеціальної медичної групи віднесено 49,8 % студентів – першокурсників Сумського державного університету. Статистика медичного огляду свідчить, що 90,0 % студентів мають порушення постави, 15,9% – гінекологічні захворювання, 27,0% – захворювання ендокринологічної системи, печінки та шлунково – кишкового тракту, 14,7 % – захворювання серцево – судинної та дихальної систем, 9,5 % – хірургічні втручання тощо.

Особливості пізнання людиною навколишнього середовища безпосередньо пов'язані з мотивацією та емоціями, тому що усвідомлене сприйняття не буває емоційно нейтральним. Як мотивація, так і емоції в більшій чи меншій мірі впливають на поведінку та діяльність людини, визначаючи її вчинки. Безумовно і те, що мотивація як система факторів, детермінуючи поведінку та емоції, які переживаються людиною, значною мірою характеризують особистість [2].

На наш погляд, найбільш суттєвими з огляду на це є мотивація професійної діяльності, яку обирає молода людина відповідно до своїх здібностей, поради батьків та друзів, значимості даної професії у суспільстві, а також своїх індивідуальних особливостей та емоцій, які супроводжують переживання екстремальних ситуацій, оскільки саме в них виявляються навіть приховані риси характеру майбутнього студента, а у подальшому фахівця. Найбільш специфічним, на наш погляд, є стресовий стан, який переживається як реакція на дію стресора окремою особистістю типово, і саме тому є визначальним.

Література:

1. Присяжнюк С.І., Краснов В.П., Гордеева С.В., Павлів З.М. Експериментальне дослідження біологічного віку студентів I курсу //Фізичне виховання в школі. – К.: 2004, № 1.– С. 50 – 53.
2. Шапошникова В.И. Оцените свое здоровье сами / В.И. Шапошникова, Н.А. Барбараш – СПб.: Питер, 2003. – 256 с.