

УДК 613.7

**Голубева О. Т.**, старший викладач,  
**Бенцак Р. Н.**, старший викладач ЛНУ ім. І. Франка  
**Василів О. В.**, старший викладач, **Стахів М. М.**, старший викладач ©  
*Львівський національний університет ветеринарної медицини  
та біотехнологій імені С. З. Гжицького, Львів, Україна*

### **ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЦІННОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

*Проведений аналіз сучасної наукової літератури щодо проблем формування валеологічних цінностей у студентів та даних організацій з охорони здоров'я, напрямків та тенденцій розвитку фізкультурно-оздоровчої освіти у процесі фізичного виховання сучасності. Були визначені основні завдання фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальній установі. Доведено, що виявлені завдання вирішення проблем і формування здорового способу життя у студентів сприяють підвищенню функціонального стану, розвивають фізичні якості, формують рухові вміння та навички.*

**Ключові слова:** здоров'я, валеологічні цінності, здоровий спосіб життя, фізичне виховання, фізкультурно-оздоровча робота, студенти.

УДК 613.7

**Голубева Е. Т.**, старший преподаватель  
**Бенцак Г. Н.**, старший преподаватель ЛНУ им. И.Франка  
**Васылив О. В.**, старший преподаватель. **Стахов М. М.**, старший преподаватель  
*Львовский национальный университет ветеринарной медицины и биотехнологий  
имени С. З. Гжицкого, г. Львов, Украина*

### **ПРОБЛЕМЫ ФОРМИРОВАНИЯ ВАЛЕОЛОГИЧЕСКИХ ЦЕННОСТЕЙ В ПРОЦЕССЕ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ**

*Проведен анализ современной научной литературы по поводу проблем формирования валеологических ценностей в студентов, а также данных организаций по здравоохранению, направлений и тенденций развития физкультурно-оздоровительного образования в процессе воспитания современности. Были определены основные задачи физкультурно-оздоровительной работы в образовательном учреждении. Доказано, что обнаруженные задачи решения проблемы формирования здорового образа жизни в студентов влияют на повышение в студентов функционального состояния, развиваются физические качества, формируются двигательные умения и навыки.*

**Ключевые слова:** здоровье, валеологические ценности, здоровый образ жизни, физическое воспитание, физкультурно-оздоровительная работа, студенты.

UDC 613.7

**Olena Golubeva, Galyna Benzac, Orest Vasyliv, Myhail Stahiv**  
*Lviv national University of veterinary medicine and biotechnologies named  
after S. Z. Gzhytskyj, Lviv, Ukraine*

### **PROBLEMS OF FORMATION OF VALEOLOGICAL VALUES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION**

*The analysis of the current scientific literature regarding the problems of formation of valeological values among students, and organizations on health, trends and tendencies in the development of sports and recreation education in the education of*

today. Identified the main objectives of sports and recreation activities in the educational institution. It is proved that the detected problem solution to the problem of formation of healthy lifestyle among students affect the improvement of students functional state, develop physical qualities, motor skills are formed and skills.

**Key words:** health, valeological values, healthy lifestyle, physical education, physical exercise, students.

**Вступ.** Здоров'я – одна із найбільших цінностей життя людини. В останні десятиліття світова наука долучила проблему здоров'я до кола глобальних проблем, рішення яких зумовлює не тільки кількісні і якісні характеристики майбутнього розвитку людства, але й факт його подальшого існування як біологічного виду. Здоров'я людини, його формування, збереження й укріплення виступають центральною проблемою фактично всіх країн світу.

Згідно з сучасними уявленнями здоров'я вже не розглядається як суто медична проблема. Комплекс медичних питань складає лише малу частку феномену здоров'я. Узагальнені дані численних досліджень залежності здоров'я людини від різноманітних детермінант запевняють, що стан системи охорони здоров'я зумовлює в середньому лише близько 10 % всього комплексу впливу на організм, решта 90 % припадають на екологію (близько 20 %), спадковість (близько 20 %) і найбільше – на умови та спосіб життя (рухова активність, збалансоване харчування, шкідливі звички, умови праці, відпочинку тощо) (майже 50 %).

**Матеріал і методи.** Дослідження, проведені Європейським відділенням ВОЗ та іншими організаціями, свідчать про те, що до хронічних неінфекційних захворювань найбільш схильна саме працездатна частина населення України. Від цих захворювань втрачає працездатність та вмирає в 5–10 разів більше людей цієї вікової групи, нвж в країнах, що входять у ЄС. Нині середня тривалість життя в Україні складає в середньому 67,5 років (у чоловіків – 61,7, у жінок – 73,4), в Японії – близько 82-х років (78 – у чоловіків і 85 – у жінок), в Швеції – 79 (78 – у чоловіків, 83 – у жінок), а середня тривалість здорового життя – складає 55 років (в Японії – 72 роки, в Австралії – 71, Канаді, Німеччині, Нідерландах – 70, Великій Британії – 69, США – 67), що на 11,7 і 12,4 років відповідно менше, ніж в економічно розвинутих та соціально стабільних країнах.

За останні півтора десятиліття народжуваність в Україні знизилась на 40%, а смертність за цей же період зросла приблизно на третину. В Україні одне з найбільш інтенсивних в Європейському регіоні ВОЗ щорічне скорочення населення (-0,5 % – середній річний показник періоду 1990–2010 рр. і -0,7 % – прогнозований показник на період 2007–2015 рр.), тоді як для більшості країн ЄС характерно збільшення чисельності населення (до 0,5–0,6 %/рік). З 2005 по 2011 р. в нашій країні смертність в працездатному віці зросла у чоловіків на 12,2 %, у жінок – на 9 %. Показник материнської смертності в Україні в 5–10 разів вище, ніж у розвинутих країнах Європи. Збільшується в Україні і показник дитячої смертності. В структурі причин дитячої смертності основними є фактори, пов'язані із станом здоров'я матерів – породіль, так як багато українських дівчат, які вступаючи у репродуктивний віковий період, вже мають різноманітні хронічні захворювання, які ускладнюють протікання вагітності та пологів.

В Україні найбільшу шкоду здоров'ю населення завдають серцево-судинні, онкологічні, ендокринні, інфекційні, спадкові захворювання та хвороби нервової системи. Причому серцево-судинні захворювання стають причиною більш ніж 60 % випадків передчасної смерті громадян України, тоді як на всі інші захворювання, як фактори передчасної смерті, припадає менше 40 %.

Ожирінням в Україні страждає кожний восьмий чоловік і кожна шоста жінка, а надлишкову масу тіла має мало не половина дорослого населення.

Відзначається зростання загальної поширеності куріння. В 2011 р. частка курців в Україні досягла 29,2 %. А їх численність склала 12,35 млн. людей. Це відбулося, перш за все, за рахунок збільшення кількості курців серед чоловіків у віці 30–59 років, підлітків та юнаків 14–17 років та жінок у віці 18–55 років і старше.

За декілька останніх років майже на 35 % зросло середньорічне споживання алкоголю в розрахунку на душу населення, причому при збільшенні споживання всіх видів алкогольних напоїв найбільш швидкими темпами зросло споживання пива (на 45,5 %) та лікєро-горілочаних виробів (на 4,7 %).

Ці та інші фактори, так чи інакше, пов'язані із способом життя людей, негативно впливають на їх здоров'я. Погіршення здоров'я населення негативно позначається на продуктивності праці робітників, що є однією із причин, які ускладнюють підйом економіки і добробут населення. Крім того, важливо підкреслити, що низький рівень здоров'я негативно впливає на процес засвоєння та укріплення знань учнями освітніх установ.

Деякі вчені вважають, що однією із причин такого положення є зниження рухливої активності населення. Рухова активність зумовлена соціальними, біологічними та природними факторами: станом здоров'я, розвитком рухових функцій та їхніх зв'язків із вегетативними системами, кліматичними умовами. Потреба у руховій активності, у фізичних вправах та навантаженнях – одна із загально біологічних особливостей організму, яка відіграє важливу роль в його життєдіяльності.

Здоров'я студентів особливо важливе, так як, за оцінками спеціалістів, близько 75 % хвороб у дорослих є наслідками умов життя у дитячі та молоді роки. Дослідження таких відомих вчених, як Т. Ю. Круцевича та М. В. Москаленка показують, що більше 70 % студентів мають низький та нижче середнього рівень соматичного здоров'я.

Фактори, які негативно впливають на здоров'я студентів, умовно можна розділити на дві групи:

1. **Об'єктивні** – пов'язані із організацією умов життя (тривалість навчального дня; щільність навантаження, яка зумовлена розкладом занять; харчування та його регулярність; сон і його достатність; організована рухова активність тощо).

2. **Суб'єктивні** – характеристики особистості (організованість і дисциплінованість; мотивація здорового способу життя; дотримання оптимального режиму дня; наявність шкідливих звичок).

Спеціалістам у сфері класичної медицини виявилось не під силу вирішення проблем формування, збереження та укріплення здоров'я студентів, так як вони не знайомі із специфікою освітньо-виховного процесу. Тому пошук шляхів збереження та розвитку нації, її здоров'я, трудової і репродуктивної достатності повинен бути адресований викладацькому товариству, яке все гостріше починає розуміти свою відповідальність за фізичний, соціальний та психологічний добробут нових поколінь. Стає очевидним, що система фізичного виховання повинна бути імунним бар'єром збереження індивідуального здоров'я і сприяти формуванню культури здоров'я студентів.

Фізкультурно-оздоровча робота забезпечує профілактику найбільш поширених та хронічних захворювань і вирішує дві групи завдань: загальних

(укріплення здоров'я, підвищення опору організму до несприятливих факторів зовнішнього середовища, підвищення фізичної працездатності та витривалості) та специфічних (попередження професійних чи найбільш поширених захворювань, загострення конкретних хронічних захворювань).

В останні роки спеціалісти звертають увагу на необхідність кардинальної перебудови процесу фізичного виховання в навчальних установах, впровадження інноваційних підходів, технологій організації фізкультурно-оздоровчої роботи в системі навчання студентів. Визріла необхідність зміщення акценту у фізичному вихованні студентів з фізичної підготовки у бік інтелектуалізації цього процесу, підвищення загального рівня освіченості.

Методологія та конкретні шляхи підвищення ефективності системи фізичного виховання студентів здійснюються в наступних напрямках:

1. розроблені та обґрунтовані педагогічні технології формування орієнтації студентів;

2. валеологічні (валеологія – наука про здоровий спосіб життя) цінності використання бази адекватних засобів та методів фізичної культури, запропоновані моделі спортивно-оздоровчої діяльності студентів на основі змін в організації фізичного виховання у вузі.

3. структурно-функціональна модель індивідуально-розвиваючого підходу в фізичному вихованні студентів.

На основі розроблених модельних характеристик різних рівнів фізичного здоров'я запропонований новий підхід до їх розподілення на групи для занять фізичним вихованням. Запропонована концепція клубної форми організації фізичного виховання студентів включає фізкультурно-оздоровчі та спортивні інтереси, а також існуючу матеріально-технічну базу.

В той же час існуючі підходи до формування теоретичних знань з основ здорового способу життя не завжди враховують індивідуальні особливості стану здоров'я, структуру сучасної захворюваності студентів, мотивації до формування здорового способу життя. Тому пошук сучасних підходів до процесу формування теоретичних знань є необхідною складовою фізкультурної освіти, яка в значній мірі впливає на залучення студентів до різноманітних форм рухової активності.

Теорія і методика фізичного виховання в останній час отримала більшу кількість наукових даних, присвячених питанню розробок та ухвалення нових інформаційних технологій у системі фізичного виховання студентів. За допомогою діагностичних комп'ютерних програм визначається рівень здоров'я та фізичного розвитку студентів, розробляються індивідуальні програми оздоровчого тренування. Проте на сьогоднішній момент кількість ефективних інформаційно-методичних систем, спрямованих на формування основ здорового способу життя та їх використання у системі фізичного виховання студентів, досить нечисленна і потребує глибокої наукової розробки.

**Висновки.** Інноваційна діяльність у сфері фізичної культури і спорту активно розвивається та розширюється у напрямку пошуку нових організаційних форм фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами в рамках навчального процесу, а також в поза навчального процесу. У відповідності до сучасних підходів основними завданнями фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальній установі є формування у студентів потреби у заняттях фізичною культурою та ведення здорового способу життя. Це сприяє підвищенню у студентів функціонального стану, розвитку фізичних якостей, формуванню рухових навиків та вмінь. Фізкультурно-оздоровча

робота сприяє емоційному, інтелектуальному, духовному та естетичному розвитку особистості, формуванню творчих здібностей.

Таким чином, аналіз наукових досліджень з проблеми вдосконалення фізкультурно-оздоровчої роботи показує відсутність комплексного підходу до розробки інноваційних підходів та сучасних технологій організації системи фізичного виховання в навчальних установах. У зв'язку з цим у подальших дослідженнях представляється актуальним і необхідним проведення всебічного вивчення проблеми формування основ здорового способу життя студентів, сучасних напрямків та тенденцій фізкультурно-оздоровчої роботи у процесі фізичного виховання, визначення шляхів їх вдосконалення.

#### Література

1. Булич Э. Г. Здоровье человека / Э. Г. Булич, И. В. Мурахов. – К.: Олимп. л-ра, 2003. – 424 с.
2. Круцевич Т. Ю. Методы исследования индивидуального здоровья детей и подростков в процессе физического воспитания / Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимп. л-ра, 1999. – 232 с.
3. Москаленко Н. Педагогічні інновації у фізичному вихованні / Н. Москаленко // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2009. – № 1. – С. 19–22.
4. Соколова Н. И. Технология мониторинга и управления здоровьем населения / Н.И. Соколова. – Донецк, 2005. – 64 с.

Стаття надійшла до редакції 5.03.2015

УДК 261.5

**Дзера М. М.**, к.іст. н., проф., доктор філософії ©

*Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій  
імені С. З. Гжицького, Львів, Україна*

**Пасічний Р. Я.**, ст.викладач, [grasicznyu@gmail.com](mailto:grasicznyu@gmail.com)

*Національний університет «Львівська політехніка», Львів, Україна*

### УКРАЇНСЬКА ГРЕКО-КАТОЛИЦЬКА ЦЕРКВА ТА ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛЬНОГО ЗАХИСТУ НАСЕЛЕННЯ В УМОВАХ ТРАНСФОРМАЦІЇ УКРАЇНСЬКОГО СУСПІЛЬСТВА

*Стаття присвячена аналізу проблеми соціального захисту населення в умовах суспільної трансформації та ролі УГКЦ в житті сучасної України, її впливу на суспільство та економічні перетворення. Проаналізувавши сучасний стан України, автори приходять до висновку, що наше посттоталітарне суспільство охоплене важкою недугою, як в економічному, так і в моральному плані. Українське суспільство, яке має незалежну державу і визнає себе демократичним, в якому мають діяти принципи гуманізму, справедливості та взаємоповаги, повинне втілювати їх у життя, внаслідок чого буде подолано стереотип негативного ставлення до Церкви та визнано її інституцією з особливим місцем у державі.*

**Ключові слова:** *посткомуністична трансформація, Українська Греко-Католицька Церква, незалежна держава, суспільство, соціальний захист, посттоталітарне суспільство, соціально-економічний розвиток, реформи, соціальна політика.*