

II Міжнародна науково-практична інтернет-конференція (25-26 квітня 2018 р., м. Бердянськ)

хлопці були вищими на 6.95см і важчими на 6.35 кг при приблизно однакових значеннях околу грудної клітки.

Список використаних джерел

1. Сапін, М.Р. Анатомія та фізіологія людини (з віковими особливостями дитячого організму): Підручник для студ. установ серед. проф. освіти / М.Р. Сапін, В.І. Сивоглазов. - М.: ИЦ Академія, 2009. - 384 с.

2. Вовченко І.І. Тенденції до змін розвитку дітей молодшого шкільного віку//Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. - Х., 2000. - №22. - С. 9-14.

АНАЛІЗ СПОСОБУ ЖИТТЯ І ЗДОРОВ'Я УКРАЇНСЬКИХ СТУДЕНТІВ

Ірина Юріївна Остополець, к. псих. н., доцент Донбаського державного педагогічного університету, м. Слов'янськ, Україна

Тетяна Петрівна Несторенко, к.е.н., доц. Бердянського державного педагогічного університету, м. Бердянськ, Україна

Славомір Шліва, PhD, заст. декана Вищої школи управління і адміністрації в Ополі, м. Ополь, Польща

Проблема здоров'я студентської молоді та способів його формування хвилює сьогодні фахівців багатьох країн, стурбованих своїм інтелектуальним майбутнім. Самооцінка здоров'я визнається об'єктивним методом, так як відповідь на запитання про самопочуття в більшій чи меншій мірі відображає об'єктивний стан організму респондентів. Проведення соціологічних досліджень серед студентів допомагає своєчасно приймати рішення щодо проблем, пов'язаних з організацією навчального процесу у вузі в тому числі і з фізичного виховання.

З метою вивчення способу життя проведено анкетування учнів 9-11 класів загальноосвітніх шкіл м. Слов'янська Донецької області та 200 студентів Донбаського державного педагогічного університету. Згідно з даними порівняльної оцінки способу життя старшокласників і студентів, встановлено, що серед студентів у порівнянні зі школярами старших класів вище питома вага осіб: тих, що палять - $35,00 \pm 3,37\%$ проти $13,78 \pm 1,36\%$ ($p < 0,001$), вживають міцні спиртні напої - $24,00 \pm 3,02\%$ проти $7,90 \pm 1,06\%$ ($p < 0,001$), і легкі спиртні напої - $71,00 \pm 3,21\%$ проти $56,50 \pm 1,95\%$ ($p < 0,001$), які не дотримуються режиму дня - $32,50 \pm 3,31\%$ проти $19,35 \pm 1,55\%$ ($p < 0,001$), які вказують на фізіологічно недостатню довготривалість сну (менше 9 годин на добу) - $90,00 \pm 2,12\%$ проти - $69,20 \pm 1,82\%$ ($p < 0,001$), що мають недостатню кратність харчування (1 - 2 рази на добу) - $46,50 \pm 3,52\%$ проти - $20,12 \pm 1,58\%$ ($p < 0,001$). Узагальнення отриманих даних вказують на те, що студенти, в порівнянні зі школярами старших класів в значно меншій мірі дотримуються здорового способу життя.

З метою визначення рівня здоров'я молоді було проведено опитування, в якому брали участь студенти 1-3 курсів ($n = 150$). Своє здоров'я 66,7% першокурсників і 49,4% студентів 3 курсу оцінюють, як «гарне». Аналізуючи динаміку зміни стану здоров'я за час навчання у вузі, визначено, що 3,1%

Наука III тисячоліття: пошуки, проблеми, перспективи розвитку

першокурсників відзначають його погіршення, а на третьому курсі ця цифра зростає до 22,6%.

Було проведено анкетування з метою самооцінки здоров'я студентів. У дослідженнях взяли участь 109 студентів першого курсу різних факультетів вишу (66 дівчат і 43 юнака). Аналізуючи дані опитування самооцінки стану здоров'я серед дівчат, можна відзначити, що відмінним своє здоров'я оцінюють 10,6% респондентів; хорошим - 65,2%, задовільним - 21,2%, незадовільним - 3,0% студентів. Отримані результати самооцінки стану здоров'я серед респондентів-юнаків свідчать про те, що кожен третій оцінює рівень свого здоров'я на «відмінно», кожен другий - на «добре» і задовільним називають рівень здоров'я 11% студентів.

Соціологічні дослідження, дозволили зробити наступні висновки.

- Спостерігається погіршення стану здоров'я студентів в процесі їх навчання.
- Залишається не вирішеною проблема застосування ефективних і доступних засобів контролю за рівнем здоров'я студентів.

ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ ЕКОНОМІКИ І СУСПІЛЬСТВА

Ірина Юріївна Остополець, к. псих. н., доцент Донбаського державного педагогічного університету

Тадеуш Покуса, PhD, проректор Вищої школи управління і адміністрації в Ополє, м.Ополє, Польща

Ядвіга Ратайчак, PhD, декан Вищої школи управління і адміністрації в Ополє, м.Ополє, Польща

З розвитком суспільства фізична культура і спорт все більш проникають в усі сфери життя людей, стають більш значущою і невід'ємною частиною життєдіяльності світової цивілізації. Вони є найважливішим фактором підтримки і зміцнення здоров'я людей, розвитку культури, способом спілкування, активного проведення дозвілля, альтернативою шкідливим звичкам і пристрастям. Разом з тим фізкультура і спорт інтенсивно впливають на економічну сферу життя держави і суспільства: якість трудових ресурсів, структуру споживання і попиту, поведінку споживачів, зовнішньо економічні зв'язки, туризм та інші показники економічної системи.

Економічна роль фізкультури і спорту найбільш рельєфно проявляється в таких напрямках: фізична активність і оздоровчо-масовий спорт сприяють мінімізації економічних втрат практично у всіх сферах життєдіяльності суспільства, виступають альтернативою шкідливим звичкам, які мають потужний деструктивний вплив на економічну систему; фізична активність виступає значущим фактором збільшення тривалості життя населення, позитивно впливає на збільшення працездатного віку людей: фізкультура і спорт є одним з основних компонентів підготовки якісних трудових ресурсів, а отже, і чинником забезпечення економічного зростання; фізична активність, спорт і туризм є в даний час найважливішою сферою великої підприємницької діяльності, яка