

можливості, фізичні жості, розумова здатність, працездатність, темпи старіння й рухова пасивність негативно впливають на творчий і трудовий потенціал суспільства.

Соціологи, що проводили дослідження даної проблеми вважають, що формування культури здоров'я у вищій школі, на жаль, носить у цілому формальний характер.

Така глобальна вага й актуальність проблеми вимагають подальших базових досліджень феномена здоров'я людини і його складових, пошуку шляхів позитивного впливу на нього.

Світова наука розробила цілісний погляд на здоров'я як феномен, який інтегрує як мінімум 4 складові: фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і духовну. Усі ці складові невід'ємні одна від іншої, тісно зв'язані одна з однією і все разом визначають стан здоров'я людини. Для зручності вивчення, полегшення методології дослідження феномена здоров'я наука диференціює поняття фізичного, психічного, соціального й духовного здоров'я.

Одним з найважливіших показників здорового способу життя є обсяг фізичного навантаження. Малорухливий спосіб життя - одна з 10 причин смертності й інвалідності по визначенню ВООЗ. З кінця 80-х років до початку XXI століття ріст ожиріння в Європі (у тому числі в Україні) збільшився на 10-40%. Активного способу життя дотримується лише третина молоді. Заняттями спортом і фізичною культурою регулярно займаються тільки 9% студентів.

Показником здорового способу життя є структура продуктів харчування, уживана в повсякденній житті. На запитання, чи харчуєтеся ви регулярно, дотримуючись режиму харчування, ствердно відповідають тільки 25% студентів [2].

Вагома частина шкідливих звичок (паління, уживання алкоголю, наркотиків, інших хімічних речовин) у комплексі впливу, що визначає спосіб життя. За результатами опитувань, добре інформовані про негативний вплив шкідливих звичок на здоров'я - 82% студентів, і все одно курять 66%, у тому числі дівчат - 53%. Періодично вживають спиртне 90%, з них часто - 14%, не вживають - тільки 8%.

Безтурботна сексуальна поведінка, фактор поширення СНІДу, статистичні дані щодо поширення захворювань, переданих статевим шляхом, інформація про зниження репродуктивного здоров'я молоді - вимагають більш глибокого й детального обговорення в молодіжній середовищі.

Усі ці показники свідчать про те, що сучасні студенти повинні мати санітарно-гігієнічні й медичні знання з питань мотивації культури здорового способу життя.

Тому, питання формування здорового способу життя молоді повинне знайти відповідь у процесі навчання студентами нормативної дисципліни Безпека життєдіяльності.

Фахівцям в області класичної медицини виявилось не під силу розв'язати проблеми формування збереження й укріплення здоров'я учнівської молоді, у тому числі й студентів, тому що вони не знайомі зі специфікою виховно-освітнього процесу. Суб'єктивними й еквівалентними мотивами поведінки людини відносно культури здоров'я виступають його емоції, потяги, інтереси, потреби і т.д., які конкретизуються і стають імпульсами до вибору тієї або іншої форми поведінки відносно культури здоров'я. Якщо ці мотиви стають ведучими, то вони визначають і форми поведінки, яка найбільшою мірою сприяє здоров'ю.

Тому соціальний аналіз, пошук шляхів збереження й розвитку нації, її здоров'я, трудової й репродуктивної достатності повинні бути адресовані педагогічній громадськості, яка усе ясніше починає розуміти свою відповідальність за фізичне