

ISSN 2070-0369

**КРИМСЬКИЙ ІНСТИТУТ БІЗНЕСУ
УНІВЕРСИТЕТУ ЕКОНОМІКИ ТА УПРАВЛІННЯ**

**ТАВРІЙСЬКИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ
ЖУРНАЛ**

Науковий журнал

Видається один раз на два місяці

Заснований у січні 2008 року

№5-6 2009

Сімферополь, 2009

Таврійський економічний журнал

Випуск 2 (2) Головн. ред. Скрипник А.В. - №5-6. - 2009.- 86 арк.

Рекомендовано до друку Вченою радою Кримського інституту бізнесу Університету економіки та управління (Протокол №4 від 29 грудня 2009 р.)

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ ЖУРНАЛУ ТА ПРОГРАМНИЙ КОМІТЕТ КОНФЕРЕНЦІЙ:

Головний редактор та голова програмного комітету:

Скрипник А.В., доктор економічних наук, професор

Відповідальний секретар, голова оргкомітету конференцій:

Трофимова В.В., кандидат економічних наук

Члени редакційної колегії та програмного комітету:

Тарасов В.І., кандидат філософських наук, доцент

Узунов В.М., доктор економічних наук, професор

Узунов Ф.В., кандидат економічних наук

Франчук А.Р., кандидат економічних наук, професор

Чепурко В.В., доктор економічних наук, професор

Хрієнко П.А., доктор соціологічних наук, професор

Наливайченко С.П., доктор економічних наук, професор

Горбатов В.М., доктор економічних наук, професор

Головко О.Н., доктор педагогічних наук, професор

Хайруддінов М.А., доктор педагогічних наук, професор

У журналі розміщені тези учасників науково-практичних конференцій: Суспільство-мова-культура: актуальні проблеми взаємодії у XXI столітті (11 грудня 2009 р., Сімферополь); Національна ідея та національний інтерес України:єднання заради майбутнього (18 грудня 2009 р., Сімферополь); Здоров'я людини у сучасному суспільстві: соціально-економічні аспекти (25 грудня 2009 р., Сімферополь)

АДРЕСА РЕДАКЦІЇ:

95021, м. Сімферополь

вул. Кримської правди, 4

Телефон (0652) 54-15-22 e-mail: crimeabusiness@mail.ru

Редакція може не поділяти точку зору авторів публікацій.

Рукописи не рецензуються та авторам не повертаються.

Редакція залишає за собою право літературного редагування статей. Відповідальність за достовірність фактів, імен, прізвищ, цифрових даних у публікації несуть автори статей.

Ніяка Частина матеріалів журналу не може відтворюватись (у друку, Інтернеті тощо) без згоди редакції.

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації.

Серія КВ № 13440-2324Р

© Кримський інститут бізнесу Університету економіки та управління

Кравченко Лариса Анатоліївна, Субоч Катерина Петрівна ДЕРЖАВНА ПОЛІТИКА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я НАЦІЇ.....	73
Куцурук Ганна Іванівна ЗДОРОВ'Я - ЦЕ ПЕРША СХОДИНКА ДО ЩАСТЯ.....	75
Медведєва Л.М; Петренко Н.В. ЗДОРОВ'Я - НАШ БЕЗЦІННИЙ СКАРБ.....	79
Неручок Мар'яна Василівна РОЛЬ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА МЕДИЧНОГО ЗАКЛАДУ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	81
ПЛАН ПРОВЕДЕННЯ КОНФЕРЕНЦІЙ У 2010 РОЦІ.....	84

ЗДОРОВ'Я - НАШ БЕЗЦІННИЙ СКАРБ

Здоровий спосіб життя - це комплекс оздоровчих заходів, що забезпечують гармонійний розвиток, зміцнення здоров'я, підвищують продуктивність праці. Стан здоров'я визначають впливом багатьох факторів. Але до умов, що дозволяють зберегти здоров'я, без сумніву, необхідно віднести і фізичну культуру. Не слід вважати, що заняття фізичною культурою і спортом автономно гарантують відмінне здоров'я. Обов'язковою умовою здорового способу життя людини є відмова від шкідливих звичок. Адже кожен добре знає, що треба слідкувати за своїм здоров'ям, постійно загартовувати його.

Проблема формування здорового способу життя охоплює широкий спектр питань. Але необхідність збереження здоров'я і запобігання його руйнації потребує всебічного і комплексного вивчення всіх можливих форм внесення в систему освіти формування здорового способу життя. Це питання у своїх працях розглядали такі вчені, як А.Г. Здравомислова, Л.П. Сущенко, Л.І. Божович, М.М. Амосова, Н.В. Артамонова, А.П. Леонтєва, Ю.П. Лісцин, Р.Є. Мотилянська. В.С. Язловецький, Т.Є. Бойченко, Г.П. Голобор та інші.

Незадовільний стан здоров'я молоді обумовлений падінням суспільної моралі, значним соціальним розшаруванням населення, складною криміногенною ситуацією, раннім початком статевого життя, негативним впливом засобів масової інформації. Головне — замислитися про наслідки своїх дій. Зрозуміло, що для того, аби бути здоровим, потрібно докласти певних зусиль і не набувати шкідливих звичок. Якщо із якихось причин вони вже є, то треба ужити всіх заходів, аби їх позбутися.

В основі здорового способу життя лежать такі принципи:

- раціональне харчування;
- оптимальний руховий режим;

- загартування організму;
- особиста гігієна;
- відсутність шкідливих звичок;
- позитивні емоції;
- інтелектуальний розвиток;
- моральний і духовний розвиток;
- формування і розвиток волевих якостей.

Організуючи свою життєдіяльність, особистість вносить до неї впорядкованість, використовуючи деякі стійкі структурні компоненти. Це може бути певний режим, коли людина, наприклад, регулярно в один той же час харчується, лягає спати, займається фізичними вправами, використовує гартуючі процедури. Стійкість може бути і послідовність форм життєдіяльності: після робочого тижня один вихідний день присвячується спілкуванню з друзями, інший - домашнім справам, третє - занять фізичною культурою. Ці характеристики здорового способу життя стійкі по відношенню до постійно мінливих, численним впливам оточення людини. Вони утворюють свого роду бар'єри, що захищають його від необхідності весь час реагувати на різноманіття існуючих навколо суджень, думок, оцінок, вимог.

Всередині цих меж людина вільна регулювати свої дії, випробувати нові зразки поведінки. З одного боку, стійкі і повторювані компоненти життєдіяльності звернені до особистості, пов'язані з її індивідуальними перевагами, з іншого - вони не є її винаходом, а складаються і набувають культурне значення в процесі спілкування людей, в ході їх повсякденної практики. Здоровий спосіб життя характеризується спрямованістю, яка об'єктивно виражається в тому, які цінності їм виробляються, які суспільні потреби ним задовольняються, що він дає для розвитку самої особистості. Між реальним способом життя і породжується їм системою суб'єктивних відносин виникають суперечності, в процесі вирішення яких

відбувається перебудова, розвиток і вдосконалення способу життя, система відносин у ньому. Важливо не тільки те, як людина живе, але і те, заради чого він живе, чим пишається і проти чого бореться.

Здоровий спосіб життя не можна придбати раз і назавжди на якомусь етапі виховання і розвитку особистості, як це відбувається із засвоєнням таблиці множення. Спосіб життя може бути здоровим лише тоді, коли він розвивається, доповнюється різними новими корисними для здоров'я елементами, звичками і тим самим вдосконалюється. Тому здоровому способу життя треба постійно вчитися, а значить йому треба постійно вчити, виховувати потребу в здоровому способі життя. В це поняття складовою частиною входить і фізична культура. Вдосконалюючи її викладання, ми вдосконалюємо і розвиваємо потреби особистості в здоровому способі життя.

Список використаної літератури:

1. Бойко О.В. Становлення та розвиток поняття "здоровий спосіб життя" // Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах: Зб. наук, праць. Книга I. – К., 2000. – С. 117-124.
2. Войтенко В.М. Здоровий спосіб життя і рухова активність підлітків // Гуманістично спрямований виховний процес і становлення особистості: Зб. наук, праць. – К., 2001. – С. 64
3. Ведмеденко Б.Ф. Основні принципи організації виховного процесу спортсменів //Проблеми науково-методичного забезпечення розвитку у молоді інтересу до футболу: Всеукраїнська наук.-практич. конф. – Чернівці, 2000. – С. 38
4. Гріневич І.І. Сутність здорового способу життя: історично-педагогічний аналіз проблеми // Наукові записки. Психолого-педагогічні науки. – Ніжин, 2001. – № 1.– С. 92-99.