

Список використаної літератури

1. Викторов С. Накануне 3-й мировой информационной войны // Финансова Украина. – 1997. 18 февраля. – № 5.
2. Почепцов Г. Сучасні інформаційні війни / Г. Почепцов. – К. : Виддім «Києво-Могилянська академія», 2015.
3. Петрик В. Сутність інформаційної безпеки держави, суспільства та особи [Електронний ресурс] / В. Петрик. – Режим доступу: <http://www.justinian.com.ua/article.php?id=3222>
4. Токов Е., Касюк А. Психологические операции вооруженных сил США в войнах и конфликтах XX века // ЗВО. – 1997. – №6.
5. «Про заходи щодо вдосконалення формування та реалізації державної політики у сфері інформаційної безпеки України» Рішення Ради національної безпеки і оборони України від 28 квітня 2014 р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.zakon5.rada.gov.ua/laws>.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ПІДЛІТКІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

Демченко О. І.
м. Полтава

Анотація. Статтю присвячено питанню формування здорового способу життя підлітків з інтелектуальними порушеннями. Здійснено аналіз теоретичних аспектів проблеми формування здорового способу життя розумово відсталих учнів.

Ключові слова: здоров'я, здоровий спосіб життя, підлітки з інтелектуальними порушеннями, учні з вадами інтелекту, фізичне виховання.

Перше місце серед життєвих цінностей сучасної людини посідає феномен здоров'я. У преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) зазначається, що здоров'я – це не лише відсутність хвороб або фізичних дефектів, а стан повного фізичного, психічного та соціального благополуччя [2]. Так, здоров'я є першою та найважливішою передумовою до пізнання навколишнього світу та забезпечує різнобічний розвиток особистості.

Зважаючи на здоров'я як пріоритетну соціальну цінність, в сучасних умовах зростає значення проблеми формування здорового способу життя, особливо це стосується дітей та підлітків з інтелектуальними порушеннями. Проблема інтеграції цих дітей у суспільство не може бути вирішеною без забезпечення належного рівня здоров'я кожного учня, що зумовлює актуальність подальшого вивчення цієї проблеми.

Вивченню цього питання присвятили свої праці М. Амосов, Г. Апанасенко, В. Берзін, І. Брехман, В. Войтенко, Г. Власюк, Г. Голобородько, М. Гончаренко, О. Дубогай, С. Громбах, В. Казначеева, Н. Куїнджи, С. Лапаєнко, Ю. Лисицин, В. Петленко, П. Плахтій, С. Свириденко, Л. Сущенко, В. Оржеховська, Л. Татарникова та ін.

Окремі аспекти психічного та фізичного здоров'я та формування здорового способу життя у дітей з вадами розвитку вивчали: І. Бех, Л. Дробот, Г. Єдинак, І. Єременко, Д. Ісаєв, Л. Ісаєнко, В. Кащенко, М. Козленко, М. Коренєв, В. Липа, О. Мастюкова, В. Мачихіна, Є. Павлютенков, М. Певзнер, І. Піскунова, М. Рождественська, А. Селецький, В. Синьов, Л. Співак, О. Теплицька, Є. Черник, Б. Шостак, І. Шишова та ін.

Метою статті є висвітлення теоретичних аспектів проблеми формування здорового способу життя у підлітків з інтелектуальними порушеннями.

Серед пріоритетних напрямків розвитку освіти, що визначені Національною доктриною розвитку освіти України в ХХІ столітті, виділена пропаганда здорового способу життя, стимулювання прагнення до здорового способу життя [1].

Особливості психофізичного розвитку дітей з вадами інтелекту створюють особливі умови формування у них соціальної поведінки та здобуття навичок здорового способу життя.

І. М. Шишова зазначає, що рівень здоров'я учнів з розумовою відсталістю є досить низьким. Таким учням притаманні не лише проблеми інтелектуального характеру, а й розлади опорно-рухової системи, низька опірність організму до різноманітних вірусів та інфекційних захворювань [3]. Внаслідок інтелектуального недорозвитку такі діти досить часто потрапляють під негативний вплив; вони схильні до дезадаптаційної поведінки, шкідливих звичок, вживання наркотичних речовин. Значна кількість учнів допоміжних шкіл, за результатами досліджень І. М. Піскунової, має обтяжену спадковість; чимала категорія дітей знаходилась у неповних та неблагополучних сім'ях, де дорослі пиячили, палили тощо [1].

При формуванні здорового способу життя підлітків з інтелектуальними порушеннями слід зважати й на те, що неповноцінність та недорозвинутість вищих психічних функцій часто супроводжується емоційною незрілістю, і як наслідок – схильністю до навіювання.

І. М. Піскунова довела, що невпевненість у собі сприяє виникненню у цих дітей почуття залежності, звички виконувати забаганки інших, незважаючи на власні бажання та почуття. Неможливість самостійно знайти вихід зі складної ситуації, нерозуміння з боку оточуючих, загострення конфліктів у сім'ї наближають розумово відсталого підлітка до кримінального середовища, аморальних та антисоціальних дій, вживання наркотичних речовин [1].

Отже, підліткам з розумовою відсталістю необхідно формувати мотиваційно-емоційний компонент діяльності задля збереження та зміцнення власного здоров'я. Він повинен стати визначальним у їх поведінці та бажанні вести здоровий спосіб життя.

Наукові дослідження, проведені в нашій країні та за кордоном, свідчать, що найбільш ефективним засобом формування здорового способу життя учнів як з педагогічних, так і з економічних позицій є фізична культура. Саме фізичний фактор найбільшою мірою визначає загальну культуру особистості, соціально-психологічну адаптацію та поведінкові реакції під час навчання і в позанавчальній діяльності, слугує підґрунтям адекватного розв'язання соціально-економічних, виховних, оздоровчо-реабілітаційних завдань [1].

Фізичне виховання виступає основним фактором розвитку рухових можливостей підлітків з інтелектуальними порушеннями і сприяє подальшій підготовці до фізичної праці.

На думку М. О. Козленка, завдяки систематичним заняттям фізичними вправами у режимі навчального дня, у позакласний час, у вихідні та канікулярні дні забезпечується оптимальне співвідношення між розумовою та фізичною діяльністю учнів допоміжної школи. А це є важливою умовою загального розвитку, підвищення працездатності, корекції.

А. А. Дмитрієв, С. Ю. Юровський вважають, що у процесі занять фізкультурою повинні у єдності реалізовуватись завдання навчання здорового способу життя та корекції недоліків розумового і фізичного здоров'я, порушень рухової функції. Необхідне оснащення і естетичне оформлення матеріально-спортивної бази, доступний, відповідний віку та психофізичним можливостям дітей добір вправ у процесі фізичного виховання, проведення змагань та спортивних ігор сприяють виникненню зацікавленості до занять, пов'язаних із здоровим способом життя [1].

Варто відзначити, що для підлітків з інтелектуальними порушеннями актуальним є не тільки розвиток рухової активності, а й виховний компонент у процесі фізичного виховання.

М. О. Козленко зазначає, що фізичне виховання учнів допоміжних шкіл

здійснюється у єдності з іншими напрямками виховання і є органічною частиною усієї навчально-виховної роботи школи. Фізичне виховання відіграє важливу роль у справі підготовки учнів допоміжних шкіл до трудової діяльності.

В. І. Бондар вказує, що трудове виховання займає провідне місце у системі підготовки розумово відсталих дітей до самостійного життя. На думку вченого «праця відіграє таку саму важливу роль у формуванні фізичної досконалості, як спорт. Фізичне виховання в процесі трудової діяльності передбачає загальне підвищення життєвого тону у учнів і формування в них життєво важливих рухових реакцій».

Як зазначає І. М. Піскунова: «в системі оздоровлення і профілактики шкідливих звичок трудове виховання є одним із найголовніших факторів формування особистості. Праця сприяє соціалізації та адаптації учнів допоміжних шкіл під час навчання та після його закінчення».

Виконуючи корекційну функцію, трудове виховання водночас формує позитивні інтереси і нахили, сприяє соціалізації, розвитку критичності, самостійності, об'єктивної самооцінки та самоконтролю. Під час праці реалізується потреба розумово відсталих учнів у позитивній суспільній оцінці своїх дій та результатів роботи [1].

Формуванню позитивного ставлення підлітків з інтелектуальними порушеннями до здорового способу життя сприяє системний підхід до навчання. Адже покращення здоров'я є комплексною проблемою, що потребує залучення лікарів, корекційних педагогів, логопедів та психологів. Важливою є узгодженість у діях батьків, лікарів і всіх педагогічних працівників.

Особлива роль у розв'язанні цієї проблеми належить педагогам, які втілюють завдання зі збереження та покращення здоров'я серед підлітків зазначеної категорії, адже більшість свого часу учні проводять у навчальних закладах.

Як підсумок, при формуванні здорового способу життя підлітків з інтелектуальними порушеннями необхідно враховувати їх психофізіологічні особливості. Фізичне виховання та правильно підібрані рухові вправи є важливими умовами загального розвитку та підвищення працездатності учнів. Мотиваційно-емоційний компонент діяльності повинен стати визначальним у їх поведінці та бажанні вести здоровий спосіб життя.

Важливу роль у вирішенні цієї проблеми відіграє особистість педагога, який повинен забезпечити учнів зазначеного контингенту системою поглядів і сформувавати у них потребу у визначенні власної позиції щодо здоров'я і ведення здорового способу життя.

Список використаної літератури

1. Коган О. В. Психолого-педагогічні аспекти формування здорового способу життя в учнів з вадами інтелекту / О. В. Коган, І. Л. Рудзевич // Проблеми сучасної психології. – 2013. – № 22. – С. 237–249.
2. Устав (Конституція) Всемирной организации здравоохранения // Основные документы. – 40-е издание. – Женева, 1995. – С. 5–26.
3. Шишова І. М. Інноваційні методи та форми організації анти- наркотичної роботи у спеціальній школі/ І. М. Шишова // Дефектологія. – 2002. – № 9. – С. 26–29.

БЕЗПЕКА НАСЕЛЕННЯ В МИРНИЙ ЧАС: НЕБЕЗПЕЧНІ СИТУАЦІЇ

*Ковток Д. О.
м. Полтава*

Анотація. У статті подано поняття надзвичайної ситуації, описані надзвичайні ситуації мирного часу і подані загальні правила поведінки при них.

Ключові слова: надзвичайна ситуація мирного часу, землетрус, повінь.