

6. Вплив війни на психічне здоров'я <https://barnews.city/articles/271895/yak-vijna-vplivae-na-psihichne-zdorovya-ukrainciv->
7. Як війна впливає на здоров'я українців <https://www.slovoidilo.ua/2022/11/01/infografika/suspilstvo/ptsr-ta-zahostrennya-xronichnyx-xvorob-yak-vijna-vplyne-zdorovya-ukrayincziv>

ФОРМУВАННЯ АДАПТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ МОЛОДІ - ЗАПОРУКА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я

Воробйова Л. Л.

КЗ «Полтавський міський багатoproфільний ліцей ім. І.П. Котляревського»

Воробйов О. В.

Національний університет «Полтавська політехніка» ім. Ю. Кондратюка,
м. Полтава

Різне зниження опірності і життєдіяльності організму людини характеризує сучасний етап розвитку суспільства. Велику загрозу для людства становить антропогенне забруднення природного середовища. Радіоактивне, хімічне, та бактеріологічне забруднення ґрунту, повітря, води, продуктів харчування, а також вібрація, електромагнітні поля, іонізуючі випромінювання, шум, які викликають в організмах людей, глибокі генетичні зміни тяжкі патології. Поведінка людини вийшла за межі безпечної зони, і тільки цілеспрямована турбота про здоров'я може зберегти перспективу виживання людства.

Здоров'я-це здатність людського організму перебувати в динамічній рівновазі з довкіллям. Формула здоров'я визначається сумою чинників. Близько 50% (об'єктивні) всіх чинників, що впливають на здоров'я, лежить у сферах: навколишнього (виробничого та побутового) середовища (20-25%), спадковості (15-20%) медичної допомоги (до 10%) та 50% суб'єктивні чинники у сфері способу життя (режим праці та відпочинку, харчування, рухова активність, емоційно-психічний стан, шкідливі звички, загартування, доброзичливість, милосердя, гумор) [1].

В Україні загострилася проблема безпеки життя та ризику втрати здоров'я, сформувалася демографічна криза, спровокована війною. Військові дії призводять не лише до порушення екологічної рівноваги та викликають деградацію не тільки середовища, а й втрати здоров'я та життя людей. Серед факторів ризику у мирних жителів основне місце займають психоемоційні переживання, реакція організму на стрес. Усі механізми пристосування людини до навколишнього середовища характеризують адаптацію організму до нових умов існування. На здоров'я людини впливає біотичний (властивості живої природи) компонент навколишнього середовища у вигляді продуктів метаболізму рослин та мікроорганізмів, патогенних мікроорганізмів, отруйних речовин, комах та небезпечних для людини тварин [2]. Усе це посилюється у бойових умовах та призводить до поширення інфекційних хвороб в межах країни.

Гуманізація освіти вимагає якісно нового підходу до потреб людини, формування стійких мотивацій до здорового способу життя, позитивної соціальної поведінки. Особливу роль в адаптації учнів та студентів до життя в умовах військового стану відіграють навчальні предмети «Захист України», фізичне виховання та хімія. Звернемо увагу на медико-санітарну підготовку дівчат, де вони не лише вчать надавати домедичну допомогу, яка рятує людей від превентивних смертей, а й опановують методики боротьби зі стресом. Важливу роль відіграють інтерактивні методи навчання, планування таких видів роботи на занятті, які сприяють зниженню втоми через зміну видів діяльності, використання мультимедійних засобів та практичні заняття. Важко переоцінити роль фізичних вправ у знятті стресу та профілактиці хвороб, що зумовлені сидячим способом життя. Важливу роль у вихованні підростаючого покоління відіграє і навчальний предмет хімія, де при вивченні окремих тем звертається увага на методи гасіння пожеж, надання допомоги при термічних та хімічних опіках, поводження з токсичними речовинами та вивчення їх фізіологічного впливу, роль очисних споруд на виробництвах, які не допускають забруднення повітря, води, ґрунтів, моделювання техногенних аварій на підприємствах тощо.

Антистресовим моментом на занятті є стимулювання учнів та студентів до різноманітних способів розв'язання завдань, не боячись помилитися, отримати неправильну відповідь.

Слід також пам'ятати, що у молоді розвинута інтуїтивна здатність відчувати емоційний стан викладача, а тому з перших хвилин заняття треба створити середовище доброзичливості, позитивного емоційного налаштування, тому що їх психологічний стан і психічне здоров'я впливає і на фізичне здоров'я.

Отже, перед педагогами ставляться важливі завдання виховувати свідоме покоління, яке не лише адаптуватиметься до навколишніх умов сучасного світу, але в майбутньому не допускатиме техногенних катастроф та піклуватиметься про довкілля, що нерозривно пов'язане зі здоров'ям та виживанням людства.

Список літератури

1. Кочін І.В., Черняков Г.О. Охорона праці та безпека життєдіяльності населення у надзвичайних ситуаціях. – Київ, “Здоров'я” 2005.-430с.
2. Редька, Л. П. Формування засад здорового способу життя та навичок культури поведінки / Л. П. Редька // Основи здоров'я. – 2013. – № 1. – С. 37- 43

ЕКОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВИКОРИСТАННЯ ГЕННО-ІНЖЕНЕРНИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ ЗБЕРЕЖЕННЯ РОСЛИННОГО РІЗНОМАНІТТЯ

Ганжа В.О.

Полтавського національного педагогічного університету
імені В.Г. Короленка, м. Полтава