

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ГІРНИЧИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Луговської О. Е.
Донбаський державний технічний університет

Анотація. Надано аналіз стану здоров'я працівників гірничої галузі. Розглянуто основні причини погіршення здоров'я гірників у межах професійної діяльності. Обґрунтовано значущість формування культури здоров'я студентів гірничих спеціальностей у процесі фізичного виховання у період навчання у вищому навчальному закладі. Зроблено висновок, що впровадження нової системи підготовки і виховання студентів гірничих спеціальностей з упором на сприйняття норм культури здоров'я як норм життя – є шляхом до вирішення проблеми погіршення здоров'я гірників.

Ключові слова: фізичне виховання, професійні захворювання, навчальні програми, система підготовки.

Аннотация. Луговской А. Э. **Актуальные вопросы формирования культуры здоровья студентов горных специальностей.** Дан анализ состояния здоровья работников горной отрасли. Рассмотрены основные причины ухудшения здоровья горняков в пределах профессиональной деятельности. Обоснована значимость формирования культуры здоровья студентов горных специальностей в процессе физического воспитания в период учебы в высшем учебном заведении. Сделан вывод, что внедрение новой системы подготовки и воспитания студентов горных специальностей с упором на восприятие норм культуры здоровья как норм жизни – является путем к решению проблемы ухудшения здоровья горняков.

Ключевые слова: физическое воспитание, профессиональные заболевания, учебные программы, система подготовки.

Abstract. **Lugovskoy A. Actual questions generating culture health students of mining specialties.** The analysis of the state of health of workers of mountain industry is given. Principal reasons of worsening of health of miners are considered within the limits of professional activity. Meaningfulness of forming of culture of health of students of mountain specialties is reasonable in the process of physical education in the period of studies in higher educational establishment. Drawn conclusion, that introduction of the new system of preparation and education of students of mountain specialties with support on perception of norms of culture of health as norms of life – is a way to the decision of problem of worsening of health of miners.

Key words: physical education, professional diseases, on-line tutorials, system of preparation.

Вступ. Завжди стан здоров'я підростаючого покоління відігравав дуже важливу роль в економічній, військовій, соціальній безпеці держави та був основою стійкого її розвитку. У цьому контексті велику занепокоєність викликають дуже низькі показники здоров'я дітей та молоді [1; 10].

Сьогодні майже 90 % учнів та студентів мають відхилення в стані здоров'я, понад 50 % – незадовільну фізичну підготовку. Останні роки за період навчання у школі кількість хронічних захворювань дітей збільшується в 1,5–2 рази. Спостерігається значне омолодження «хвороб похилого віку». Негативні показники здоров'я сучасної молоді позначаються не тільки на фізичному, але й на психічному та духовному станах, що у свою чергу свідчить про низький рівень сформованості культури здоров'я молоді. Як зазначає В. А. Сутула – існує реальна необхідність вирішення всього спектру оздоровчих, освітніх та виховних завдань у сфері фізичного виховання підростаючого покоління, що потребує з'ясування та переосмислення основних факторів, від яких залежить здоров'я дітей та молоді [11].

Особливу увагу привертає стан здоров'я студентів вищих навчальних закладів, зокрема студентів гірничих спеціальностей. Після завершення ВНЗ вони покликані виконувати провідні функції у соціально-економічному розвитку держави, для чого необхідно мати високий рівень духовного, психічного та фізичного здоров'я. Разом з тим, науковці В. Д. Атаманов, В. П. Грибняк, М. Я. Віленський, В. Н. Литвинов, В. К. Бальсевич,

С. Блейер, О. Д. Дубогай, Ю. Ю. Зенцова, О. О. Ісаєнко, В. П. Шигалевський, Л. Д. Чуб, Т. Л. Остахова та ін. показують, що цей рівень у більшості випускників ВНЗ не відповідає сучасним вимогам.

Ситуація розвитку та стрімких змін в усіх напрямках суспільно-громадського життя висуває молоді високі вимоги якості у сфері фахової компетентності. Не менш актуальними стають творче ставлення до своєї особи, самовизначення в соціумі, висока працездатність – для чого необхідним є здоров'я та високий рівень фізичного розвитку.

Така зумовленість сьогодення нашого життя, особливо його політичної, економічної та соціальної складової, на наш погляд, має прямий вплив на проблеми формування культури здоров'я студентської молоді, зокрема студентів гірників. Виникає потреба забезпечити ціннісне ставлення до свого здоров'я майбутнього фахівця і оволодіння ним культурою здорового способу життя відповідно до вимог професійної шахтарської діяльності. Для задоволення сучасних вимог до фахівця необхідний новий підхід до проблем виховання особистості – здорової, мобільної, конкурентоспроможної, морально зрілої, готової до активної життєдіяльності в умовах сучасних соціокультурних реалій.

Мета статті полягає в обґрунтуванні значущості формування культури здоров'я студентів гірничих спеціальностей у процесі фізичного виховання у період навчання у вищому навчальному закладі.

Методи та організація дослідження. Аналіз та узагальнення даних літературних джерел, інфор-



мація мережі Інтернет, аналіз нормативно-правових документів України та окремих законів та програм у сфері формування культури здоров'я, та збереження здоров'я працівників вугільної промисловості.

Результати дослідження. Усе частіше в дослідженнях основною проблемою сучасної системи вищої освіти зазначено пошук оптимальних шляхів підготовки висококваліфікованих спеціалістів з високим рівнем конкурентоспроможності в умовах ринкової економіки. У цьому зв'язку адаптація молодих фахівців до нових умов праці вимагає від них глибоких професійних знань, стійкої працездатності, фізичного здоров'я, які у поєднанні сприяють високій продуктивності праці.

У Концепції гуманітарного розвитку України на період до 2020 року, зазначено: «У глобалізованому світі третього тисячоліття шанс на успіх перед Україною відкриває лише ефективна реалізація її людського потенціалу» [5]. Визначаючи основні напрямки державної політики щодо формування нової якості життя, на перше місце поставлено розвиток системи охорони здоров'я та впровадження пріоритетів здорового способу життя, всебічний розвиток особистості та підтримка спорту. Також в пріоритеті визначені поширення та пропагування навичок здорового способу життя, включаючи раціональне харчування, підвищення гігієнічної культури, фізичну активність, запобігання шкідливих для здоров'я звичок, оптимістичний світогляд, раціональні стереотипи поведінки населення в різних життєвих ситуаціях, забезпечення усвідомлення відповідальності громади та конкретної людини за збереження і поліпшення свого здоров'я і здоров'я членів сім'ї, розвиток спорту, фізкультурно-профілактичної сфери з метою задоволення потреб населення країни в оздоровленні, профілактиці захворювань, відновленні фізичних і духовних сил людини. У реалізації цих завдань велике значення належить правильній організації процесу формування культури здоров'я, що є одним з перспективних напрямів підвищення ефективності діяльності студентської молоді взагалі, й майбутніх гірників також. Проблема визначення професійних основ формування культури здоров'я набуває значимості у зв'язку з національними пріоритетами гуманітарного розвитку України, що зорієнтовані на формування сучасної конкурентоспроможної нації та включають в себе формування нової якості життя українського народу, реалізацію нею всіх своїх професійних можливостей, досягнення високих соціальних стандартів, впровадження пріоритетів здорового способу життя, гармонізацію людського і природного середовища, збереження та зміцнення здоров'я громадян України, підтримку сім'ї та сприяння народжуваності [5].

Праця гірників це дійсно важкий вид діяльності не тільки фізично, а й емоційно. Напруга дуже велика – робота під землею, в темному, обмеженому просторі відкладає величезний відбиток на здоров'я людини. Особливо гостро постає питання погіршення здоров'я фахівців вугільної промисловості. Це пов'язано з великою кількістю чинників, які негативно впливають на стан здоров'я: важка екологічна ситуація, не досконала система охорони здоров'я, специфіка нелегкої праці гірників, до якої можна віднести шум та вібрацію, нераціональне освітлення і вентиляція, вимушене положення тіла, нервово-психічне, зорове та слухове перевантаження, важка фізична праця та ін.

Усе вищеперераховане часто призводить до таких хронічних захворювань гірників, як пневмоконіози, хронічні та пилові бронхіти, коніотуберкульози, радікулопатія, вібраційна хвороба, артроз, катаракта, серцеві та судинні захворювання тощо [9].

У 2010 році в Україні виявлено 3848 нових випадків професійних захворювань на 10 тис. працюючих, найвищі рівні профзахворюваності відмічені у Луганській – 11,6 %, Донецькій – 6,4 % та Дніпропетровській – 4,5 % областях. При цьому відзначено, що самий високий рівень професійної захворюваності реєструється у вугільній галузі (76,2 % від загальної чисельності випадків профзахворювань), у металургії (9,9 %), машинобудуванні (5,7 %) [4].

Згідно з медичними дослідженнями у гірників біологічний і паспортний вік відрізняються на 15–20 років. Тобто 40-річний шахтар за своїми біологічними показниками відповідає 55–60-річній людині. Саме тому смертність серед гірників у працездатному віці дуже висока [7], а середня тривалість життя шахтарів зменшується з кожним роком: зараз гірники вмирають у середньому в 55 років [6].

Численними медико-валеологічними спостереженнями встановлено, що здоров'я залежить від наступних чинників: охорони здоров'я – 10 %, спадковості – 20 %, екологічної обстановки – 20 %, здорового способу життя – 50 %.

Як влучно зазначає Я. М. Герчак: «Здоров'я це категорія не тільки біологічна, а й глибоко соціально-психологічна, регульована і керована як соціальними інститутами, так і самою особистістю» [3]. Вивчення тенденцій захворюваності та поширеності хвороб серед різних вікових груп населення та закономірностей змін вищезазначених чинників є причиною планування стратегічних напрямів формування культури здоров'я студентів гірничих спеціальностей. Важливим є вивчення показників стану здоров'я окремо у осіб, що працюють, як тих, що дають змогу виявити специфіку схильностей до професійних захворювань та розробити технології опанування та подолання цих схильностей, які стануть підґрунтям для створення методики формування культури здоров'я та здорового способу життя, що повинно входити до структури навчально-виховного процесу гірників.

На нашу думку, здоров'я працездатного населення залежить багато в чому від створення умов для формування культури здоров'я та здорового способу життя, організації якісної підготовки кваліфікованих фахівців у виші, з урахуванням майбутньої спеціальності. Усвідомлення цього повинно спрямувати студентів на здобуття широкої обізнаності з питань збереження та зміцнення власного здоров'я в існуючих екологічних умовах та в специфічних умовах праці. Особливу увагу в цьому напрямку, на наш погляд, необхідно присвятити саме майбутнім фахівцям гірничої спеціальності для отримання у ВНЗ необхідних знань, умінь та навичок з питань формування, зміцнення та збереження власного здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному та фізичному).

Спираючись на рекомендації засідання експертів Міжнародної організації праці з питань контролю за гігієною праці і поліпшення умов праці (1997 р., Женева), які передбачають міждисциплінарний підхід до первинної профілактики професійних ризиків для здоров'я працюючих (особливо професій з ви-

соким професійним ризиком) [8] та використовуючи матеріали досліджень фахівців Донецького національного технічного університету, можна виділити сучасні пріоритетні напрями охорони здоров'я гірників вугільних шахт: формування та реалізація комплексних програм профілактики захворювань, що включають пріоритетні гігієнічні заходи щодо оздоровлення умов праці та навколишнього середовища; раціоналізація режимів праці; організація медико-соціальної профілактики захворювань та зміцнення здоров'я працюючих безпосередньо на виробництві, своєчасна діагностика та корекція передхворобливих станів у результаті впровадження скринінгових програм; розвиток нових типів закладів та структурних підрозділів охорони здоров'я для забезпечення оздоровлення, медико-соціальної реабілітації здоров'я і працездатності, в яких повинні використовуватися ефективні медико-соціальні технології відтворення і збереження здоров'я гірників вугільних шахт; розробка і впровадження медико-соціальних принципів контрактної системи праці, спрямованої на профілактику захворювань, зниження ризику, інвалідизації і раптової смерті при виконанні робіт в екстремальних умовах; забезпечення пріоритетності профілактичної спрямованості в роботі медперсоналу, що обслуговує шахтарів.

У зазначених вище пріоритетах, на наш погляд, відсутнє головне – немає програм, спрямованих на формування в людини усвідомленого ставлення до необхідності збереження свого здоров'я через використання регулярних занять фізичною культурою. Тобто робота повинна бути спрямована не тільки на реабілітацію та на лікування людини, а й на формування

культури здоров'я, у тому числі, і у вищих навчальних закладах. Важливо, щоб не тільки сторонні люди займалися здоров'ям робітника, а була особиста ініціатива самого працівника до збереження та зміцнення здоров'я в усіх його аспектах, підкріплена знаннями про здоров'я як ціннісне поняття, про необхідність визначення власного стану здоров'я та розуміння впливу шкідливих звичок на нього, про впливовість шкідливих факторів діяльності шахтаря та оздоровчих методик, що сприяють протидії їх впливу, про оздоровчі системи, що підвищують опір організму важким умовам гірничого діла, про можливість розробки та удосконалення індивідуальної оздоровчої системи, про існування оздоровчих технологій, що впливають на духовний, психічний, фізичний аспекти. Таким чином, по закінченню ВНЗ, ми зможемо отримати не тільки висококваліфікованого фахівця гірничодобувної промисловості, а й особистість, здатну зберігати та примножувати власне здоров'я.

Підсумовуючи вищезазначене, можна зробити такі **висновки**. Осягнення значущості даної проблеми гірниками ще на етапі фахового навчання дозволить їм досягти високого рівня культури здоров'я. Саме впровадження нової системи підготовки і виховання студентів гірничих спеціальностей з упором на сприйняття норм культури здоров'я як норм життя – є шляхом до вирішення проблеми погіршення здоров'я гірників, що працюватимуть.

Перспектива подальших досліджень полягає у визначенні критеріїв і рівнів сформованості культури здоров'я студентів гірничих спеціальностей вищих навчальних закладів.

Література:

1. Анікєєв Д. М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікєєв // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту – 2009. – № 2 – С. 6–9.
2. Болтенкова О. М. Особливості організації професійно-прикладної фізичної підготовки дівчат у вищому навчальному закладі економічного напрямку / О. М. Болтенкова // Слобожанський науково-спортивний вісник : наук.-теорет. журн. – Харків : ХДАФК, 2012. – № 4. – С. 16–19.
3. Герчак Я. М. Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования : автореферат дис. кандидата педагогических наук : 13.00.08. / Я. М. Герчак. – Новокузнецк, 2007. – 22 с.
4. Державна санітарно-епідеміологічна служба України від 29.12.2011 р. № 01.03/3540 : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon.nau.ua/doc/?uid=1041.48598.0>.
5. Концепція гуманітарного розвитку України на період до 2020 року : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://kievcity.gov.ua/administratsija/struktura/golovni-upravlinnja/gu-z-pytan-vnutrishnoi-polityky-ta-zvjazkiv-z-gromadskistju/den-informuvannja/264>.
6. Міжнародний центр перспективних досліджень : [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.icps.com.ua>.
7. Мнухин А. Г. Безопасность труда / А. Г. Мнухин, А. М. Брюханов // Уголь Украины. – 2007. – № 7. – С. 29–31.
8. МОТ Трудовой мир // Издание МОТ МБТ. – Женева, 1997. – № 4. – С. 5.
9. Пиктушанская Т. Е. Профессиональная заболеваемость шахтеров-угольщиков как критерий оценки и управления профессиональным риском / Т. Е. Пиктушанская // Медицина труда и промышленная экология. – 2009. – № 1. – С. 32–37.
10. Раєвський Р. Т. Здоровье здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раєвський, С. М. Канишевський : [Под общ. ред. Р. Т. Раєвського.] – О. : Наука и техника, 2008. – 556 с.
11. Сутула В. А. Формування фізичної культури особистості – стратегічне завдання фізкультурної освіти учнів загальноосвітніх навчальних закладів / В. А. Сутула, Ю. В. Васьков, Т. С. Бондар // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2009. – № 1. – С. 15–21.

