

У результаті аналізу літературних джерел з'ясувалося, що молодіжний та дитячий спорт у країнах Європи займає важливе місце не лише як засіб формування основної цінності здоров'я, але й як важлива сфера спілкування та прояву соціальної активності людини, розумна форма організації і проведення дозвілля, а також як засіб впливу на інші цінності людського життя, а саме: авторитет та становище у суспільстві, трудову діяльність, на структуру морально-вольових характеристик, естетичні ідеали та інші ціннісні орієнтації. Європейський досвід формування цінностей у молоді засобами фізичного виховання і спорту заслуговує на увагу і потребує впровадження у вітчизняну систему освіти

#### *Список використаних джерел*

1. Калина М.С.. Актуальні завдання державної політики України у сфері фізичної культури та спорту в умовах глобалізації та євроінтеграції. *Інвестиції, практика та досвід*. 2016. № 21. С. 91 - 95.
2. Семененко В., Трачук С., Теліус В., Малишева В. Європейський досвід організації фізичної активності дітей та підлітків: проблематика і перспективи. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2023. № 3. С. 56 – 62.

***РЖАВСЬКА Ю.В.***, викладач

***КОНОВАЛОВА К.О.***, здобувачка першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

*Український державний університет залізничного транспорту  
м. Харків, Україна*

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ**

Формування здорового способу життя студентської молоді – складний процес, який потребує активної участі в ньому якнайбільшої кількості людей: це і батьки, і викладачі, і насамперед – самі молоді люди. Збереження та зміцнення здоров'я студентів в умовах соціальних, економічних, політичних змін в Україні має важливе соціальне значення, оскільки студентська молодь відноситься до репродуктивної категорії населення і від їх стану фізичного та психологічного здоров'я, залежить чисельність і здоров'я майбутнього покоління. Особливо збереженню та зміцненню здоров'я молоді необхідно приділити увагу зараз, в надскладні воєнні часи.

Умови життя під час воєнного стану, підвищення рівня стресу, напруженість у навчанні не надає можливості студентам належним чином приділити увагу своєму здоров'ю. Багата кількість студентів зараз перебувають

лавах ЗСУ, ТРО, працюють волонтерами, мешкають у зонах підвищеного ризику, і все це не дає можливості фізично розвиватись та удосконалюватись.

Недостатня інформованість у питаннях значущості фізичної культури як складової здорового образу життя, фактору зняття розумового і м'язового напруження, низький рівень мотивації до систематичних занять фізичними вправами, недостатність часу призводить до формування дефіциту рухової активності та погіршенню здоров'я.

Для підвищення мотивації до регулярних занять фізичною культурою і спортом необхідно надати у повному обсязі інформацію про засоби і методи фізичної культури, показати її соціальну значущість, як для окремої особистості, так і для суспільства, що дозволить підвищити зацікавленість студентської молоді до занять фізичною культурою і спортом. Роботу над створенням необхідних стартових можливостей доцільно вести і державі, й окремим громадянам і викладачам, а саме необхідно підвищити рівень виховної роботи, що дозволить зацікавити молодь до занять фізичною культурою і спортом, прагнути ідеальної норми здоров'я, реалізувати себе у соціальному плані, тому що фізична культура і спорт сприяють прояву громадської активності, допомагають більш конструктивно будувати міжособистісні відношення [1, 2].

Здоровий образ життя – це образ життя, який засновується на принципах моральності, раціональної організованості активної, трудової і загартовуючої діяльності, і в той же час, образ життя, який захищає від несприятливих впливів зовнішнього середовища та, який дозволяє зберегти моральне, психологічне і фізичне здоров'я на довгі роки.

Виховна робота у виші як одна з основних складових освіти мусить сприяти розкриттю можливостей для зміцнення здоров'я, для збереження працездатності, фізичної активності та інформувати студентів про засоби розвитку, удосконалення та оздоровлення себе.

У процесі навчання в УкрДУЗТ перші два роки навчання студенти отримують можливість підтримувати своє здоров'я на заняттях з фізичного виховання, які забезпечує кафедра фізичного виховання та спорту. Отже, у результаті участі у фізкультурно-спортивних заходах студенти зміцнюють своє здоров'я, розвивають фізичні (сила, витривалість, спритність, швидкість, гнучкість), моральні якості (стійкість, мужність, воля до перемоги, рішучість, дисципліна, організованість, почуття відповідальності та ін.), набувають прикладних навичок та вмінь (вміння переконувати, вміння слухати та робити аналіз, переробляти інформацію великого обсягу, вирішувати складні задачі у найкоротший час та ін).

Одним з пріоритетних напрямків у виховній роботі університету є оздоровчий напрямок, у рамках якого приділяється увага моральному вихованню

студентів, що спрямоване на цілісне формування та розвиток особистості, її ставлення по відношенню до Батьківщини і фізичного виховання, яке має задачі збереження та зміцнення здоров'я, сприяння всебічному розвитку, відмові від шкідливих звичок, підтримці високої працездатності протягом усього часу навчання у закладі освіти та протягом усього життя.

*Список використаних джерел*

1. Бондаренко О.М. Цінність здоров'я серед пріоритетів студентської молоді. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини»*. 2010. Вип. 3. С.160–166.

2. Черній В. Історичні аспекти розвитку поняття здорового способу життя. *Проблеми формування здорового способу життя молоді: матеріали III Всеукр. наук.-практ.конф. студентів, магістрантів та аспірантів*. Львів: Видавничий центр ЛНУ ім. І. Франка, 2011. С. 57 – 63.

**САЖИНА Т.М., ст. викладач**

*Український державний університет залізничного транспорту*

*м. Харків, Україна*

## **МІЖКУЛЬТУРНА КОМУНІКАЦІЯ ТА ПРОБЛЕМИ НАВЧАННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ**

У контексті теорії навчання іноземній мови та оволодіння нею звернення до проблеми свідомості явище не таке вже й нове. Хоча раніше увага дослідників концентрувалася на тісному взаємозв'язку мови та мислення, і найвищим етапом у освоєнні іноземної мови називалося мислення цією мовою, проте ще Л.С. Виготський звертав увагу, що мислення і мова мають різні генетичні коріння і перетинаються лише у сфері вербального мислення: «Мовленнєве мислення не вичерпує ні всіх форм думки, ні всіх форм мови» [1, с.108].

Опанування новою мовою неспроможна змінити мислення людини, так як закони мислення універсальні, але може змінити його свідомість. Освоєння нової інформації, і про іншу мову в тому числі – це процес пізнання, який неможливо реалізувати без мислення. Для пізнання різних явищ безумовно використовуються одні й самі універсальні механізми, проте будь-яке пізнання опосередковується змістом свідомості людини. На наш погляд, саме цей аспект проблеми набуває особливої значущості в контексті оволодіння іноземною мовою.

У навчанні індивіда іноземної мови ми бачимо перехрестя культур, практику міжкультурної комунікації, оскільки кожне іноземне слово відображає іноземний світ та іноземну культуру: за кожним словом стоїть обумовлене