

креативного общения [2]. Вовлеченный в диалог студент сам становится субъектом образования, таким образом, его сознание плавно переходит от традиционной модели к гуманистической.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Задорожная А. В. Формирование профессиональной компетентности будущих преподавателей-лингвистов в условиях современного вузовского образования [Текст]: дис.... канд. пед. наук /А. В. Задорожная. – Ставрополь, 2004. – 147 с.

2. Кушко А. В. Расширение контекста предметного содержания обучения как фактор изменения характеристик образовательной среды общеобразовательного учреждения повышенного уровня обучения [Текст]: дис.... канд. пед. наук /А. В. Кушко. – М., 2000. – 144 с.

3. Мурашов А. А. Творческое взаимодействие учителя и учащихся: Риторическое обеспечение [Текст]: дис.... д-ра пед. наук / А. А. Мурашов. - М., 1999. - 374 с.

INFORMATION CULTURE AND INFORMATION TECHNOLOGIES AS RELATED TO THE HEALTH CARE

O.Yu. NESTEROVA

*State HEE «National Mining University»,
Dnipropetrovs'k, Ukraine*

There many factors affecting people's health nowadays, so the problem of health care is of multiple-aspect one. Stress and hypodynamia are considered to be the seat of the trouble. And the common reason for these problems is information overload. Nowadays people face terabytes of information, both useful and useless, necessary and unnecessary, positive and negative, interesting and boring. So the main issue is how to deal with it. Different information technologies help us feel more comfortable and prevent from information fatigue syndrome. But there is the reverse of the medal, i.e. how to deal with those information technologies.

We have to spend much time with computers or other gadgets, so we should know how to protect our health, especially eyes.

Information society is closely connected with the notions of information culture and information literacy. Both notions imply the means and ways of dealing with different information and also various aspects of such processes. As the system of education should reflect the social values and trends, the modern Ukrainian educational system should pay attention to the formation of students' qualities related to the protection from information overloads. And the process should be based on the development of students' information culture.

There are some pedagogical researches connected with the issue, but there no investigations, closely concentrating on the problem of information culture development and health care interdependence.

The research was conducted as a questioning of students and professors of State HEE «National Mining University». The quantitative results obtained were analysed by means of Microsoft Excel.

The obtained results are as following:

1. Students do not consider the information overloads to be the medical problem;
2. Most of the professors meant the information overloads as a serious source of stress;
3. All students spent more than three hours per day in front of computer or other electronic devices.
4. The students do not know the safety rules of computer operation.
5. The students do not consider such rules to be important.

The results of our research are to be taken into consideration while designing the syllabi of different high school subjects. The basics of health care, connected with working with technical devices, should be studied by the students of all specialities, as computer technologies are widely used by all professionals.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ (ШКІДЛИВІСТЬ АЛКОГОЛІЗМУ)

Л.Ф. БОЧКА

*Дніпродзержинський енергетичний технікум,
Дніпродзержинськ, Україна*

Мета: Виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я громадян як найвищої соціальної цінності.

Завдання: Проаналізувати проблему шкідливості вживання алкоголю та запропонувати рекомендації щодо поступового зменшення кількості вживання алкоголю та його вживання загалом.

«Викрадач розуму» – так називають алкоголь з давніх часів. Про п'янкi властивості спиртних напоїв люди довідалися не менш як за 8000 років до нашої ери – з появою керамічного посуду, завдяки якому стало можливим виготовлення алкогольних напоїв з меду, плодових соків і дикоростучого винограду. Можливо, виноробство виникло ще до початку культурного землеробства.

Алкоголь настільки швидко увійшов у побут, що практично жоден художник чи поет не обходив цю тему.

Чи існують безпечні дози алкоголю? Думки наркологів із цього приводу різняться. Європейські фахівці вважають, що безпечний рівень коливається в межах 20 – 60 г на добу а перерахунку на чистий 10-процентний спирт для чоловіків (50-150 г горілки) і 10 – 40 г для жінок (25-100 г горілки). Регулярне вживання алкоголю, що перевищує цю кількість, приводить до алкогольного отруєння організму. Більшість наших фахівців схильні вважати, що будь-яке регулярне вживання алкоголю вже є небезпечним.

Уживання алкоголю не лише затьмарює розум, але й убиває: тисячі людей щорічно помирають виключно через алкогольне отруєння. Протягом 1991 – 2002