

без застосування заходів нетарифного регулювання. Якщо гуманітарна допомога доставляється кількома транспортними засобами, то таку декларацію потрібно заповнити на кожен з них.

Декларування гуманітарної допомоги повинне здійснюватися особою, що перевозить цей самий товар, без будь-якого приховування – в реальному обсязі. Митні контролери (за власним рішенням чи за необхідністю) можуть здійснити ревізію переміщуваних товарів та відмовити у пропуску в разі, якщо будуть виявлені розбіжності.

Окрім зазначеного, для ввезення товарів, що підпадають під досліджувану категорію, потрібно мати з собою: а) договір дарування або подарунковий сертифікат; б) лист-звернення від отримувача гуманітарної допомоги на ім'я керівника митного органу в Україні. В іншому випадку це можуть бути товаросупровідні документи: а) проформа-інвойс; б) CMR.

Варто також завчасно у письмовій формі підготувати повідомлення для митниці про намір ввезення відповідних товарів, у якому зазначити інформацію про транспортні засоби, якими здійснюється переміщення, та відповідальних осіб. Такий документ дозволить уникнути затримок на митному кордоні.

Вважаємо, що дотримання перерахованих вище нюансів дозволить успішно транспортувати гуманітарну допомогу без зайвих спорів та конфліктів з митними органами.

Варто зазначити, що імпорт товарів військового та подвійного призначення, а також товарів для Збройних сил країни, що можуть бути визнані гуманітарною допомогою, теж значно спрощено, і це актуальне питання для подальшого наукового дослідження.

Джерела

1. Деякі питання пропуску гуманітарної допомоги через митний кордон України в умовах воєнного стану: Постанова Кабінету Міністрів України від 01.03.2022 р. № 174; станом на 26 трав. 2022 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/174-2022-п#Text>.

Філатова Іванна Андріївна

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

Науковий керівник: Кравченко Олена Станіславівна,

Харківський національний економічний університет імені Семена Кузнеця

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У МОЛОДІ

Сьогодні одним із найголовніших аспектів економічного та соціального розвитку є добробут та здоров'я населення будь-якої країни світу. Значною мірою перспективи розвитку та існування держави залежить від того як проходить процес відтворення продуктивних сил, а саме – людські ресурси. Молодь є рушійною силою нашого теперішнього та майбутнього. Нинішній стан здоров'я української молоді та в загальній демографічній ситуації в суспільстві свідчать, що є реальна потреба в розвитку та модернізації культури здорового способу життя різних груп населення, насамперед – молодого покоління.

Зв'язок: завдання покращення та заохочування ведення здорового способу життя у суспільстві, а саме молодого покоління. Низка запроваджених реформ МОН щодо впровадження заходів на покращення стану здоров'я у суспільстві.

Мета: розглянути усі аспекти формування здорового способу життя молоді, а також, виокремити способи покращення здоров'я молодого суспільства.

Методи дослідження: У другій половині XIX – першій половині XX ст. розробленням теоретичних і практичних основ виховання здорового способу життя у підлітків займалися багато вчених. У той час були досліджені теоретичні основи такі як: відношення душі й тіла (К. Ушинський, П. Юркевич, Г. Ващенко); зв'язок оздоровчої роботи з різними напрямками виховання: фізичним і трудовим (М. Демків), естетичним (Г. Ващенко), релігійним (П. Юркевич), гігієнічним, родинним (К. Ушинський, Г. Ващенко, В. Сухомлинський), патріотичним (І. Боберський, О. Тисовський, Г. Ващенко, А. Макаренко) природна відповідність і гармонійність у вихованні тіла (О. Духнович, В. Сухомлинський, К. Ушинський, Г. Ващенко). Проблему здорового способу життя досліджували також зарубіжні вчені, відомі з них це: Л. Хей, Р. Фішер, Х. Данеш, Г. Маклауен, Д. Хамбург, К. Гланз, М. Левіс, Б. Рімер та інші. Серед сучасних науковців, які приділяють увагу на формування цінних понять у свідомості молоді щодо здорового способу життя, слід відмітити дослідження Т. Титаренко, С. Лапаєнко, О. Яременка, Н. Нікіфорова, І. Бега, Т. Глазько, С. Омельченка, Р. Купчинова, Г. Ващенко, Н. Паніної та інших.

Проблема загрози здоров'ю є одною з турбуючих проблем усього всесвіту, вона являє собою антропологічну катастрофу. Вся сутність даного явища пов'язана з біологічним законом, відповідно до якого було визначено, що кожен біологічний вид гине, якщо умови існування до яких він пристосовувався змінюються у процесі еволюції. Здоров'я визначається як соціальна, філософська, біологічна, економічна, як об'єкт споживання, індивідуальна та суспільна цінність, вклад капіталу, воно є динамічним явищем, яке

постійно взаємодіє з навколишнім середовищем. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ): «Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад». Тому наше здоров'я є таким важливим у нашому житті. Існує цілісний погляд на поняття здоров'я, і виділяють чотири складові здоров'я такі як: фізична, психічна, соціальна, духовна. Ці складові невід'ємна одна від одної, вони мають тісний зв'язок, та діють одночасно, а їх інтеграція визначає стан здоров'я персони, в особливості, у молодого покоління. Тому, важливо мати цілісний вклад у ці сфери, з підліткового віку. Задля досягнення здорового способу життя, доречно дотримуватися основних елементів, таких як:

- сумлінна праця;
- раціонально спланований режим праці та відпочинку (при правильному та збалансованому режимі, в організмі виробляється чіткий та необхідний цьому ритм функціонування, який між іншим створює оптимальні умови для праці та відпочинку, і тим самим має зміцнюючий ефект на здоров'я;
- позбавлення шкідливих звичок (тютюнопаління, вживання алкоголю та наркотиків), які є найпершими причинами багатьох захворювань, а також скорочення тривалості життя, є знижувачами працездатності, та гублять здоров'я молодого покоління і мають жакливий вплив на здоров'я майбутніх дітей;
- оптимальний руховий режим, який зміцнює та розвиває тіло, серцеві м'язи, судини, дихальну систему та багато інших органів, що значно полегшує роботу кровообігу та гарно впливає на нервову систему;
- правильне харчування, особливо це стосується студентів. Адже раціональне харчування забезпечує правильний ріст та розвиток, надає сил та наснаги. Дотримуючись усіх цих умов гарного самопочуття, кожна людина може створити великі можливості для зміцнення та підтримання здоров'я, найлегше прийняти ці звички підвладно саме молодому поколінню.

Таблиця 1

Самооцінка стану здоров'я молоді України залежно від віку та статі.

Стан здоров'я	14-15 років		16-17 років		18-29 років	
	Хлопці	Дівчата	Хлопці	Дівчата	Чоловіки	Жінки
Добрий	78,6	80,4	79,8	80,4	76,3	74,9
Задовільний	19,9	19,3	18,2	19,3	21,6	23,9
Поганий	1,5	0,3	2	0,3	2,1	1,2

Результати соціологічного дослідження свідчать, що 32% молодих людей оцінює свій стан як «здорові, та майже не буває довготривалих захворювань»; 52% – «практично здорові, але іноді мають незначні захворювання»; 7% – у минулому мали тяжкі захворювання, але виликувалися; 6% – мають хронічне захворювання, але це не має суттєвий вплив на їх життя; 2% – мають серйозні проблеми зі здоров'ям; 1% – мають групу інвалідності.

Не вся молодь, на справді, відповідає цій статистиці. Згідно з офіційними даними, в Україні вживають наркотичні засоби 128 тисяч осіб, з яких 60% – молодь та підлітки. Дуже велика частка підлітків які курять та вживають алкогольні напої. Всі ці фактори означають, те що важливою задачею є заохочування молоді до ведення здорового способу життя. Та щоб цей процес пришвидшився, потрібно проводити більше заходів щодо цього питання. Багато навчальних закладів проводять спеціальні лекції, або мають факультативи, де студенти можуть набути навичок як покращити стан свого здоров'я. Система активних дій усіх учасників навчального процесу, які спрямовані на вдосконалення самопочуття, орієнтуються на утвердження здорового способу життя, розвиток у духовному, психічному, фізичному та соціальному плані.

У висновку можна зазначити що, важливий напрямок соціального виховання молоді є формування здорових звичок, і тим самим здорового способу життя. Цей напрям повинен мати науково обґрунтовану та спрямовану на усвідомлення молодим поколінням цінностей їх власного та громадського здоров'я. А також важливим є створення умов щодо запобігання руйнаційної поведінки, розвиток умінь та навичок здорового способу життя, а також інтегрування ефективних методик у середовище молоді.

Джерела

1. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zolointernat.ck.ua/wp-content/uploads/2015/09/Zhiliaeva.pdf>.
2. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://dSPACE.uzhnu.edu.ua/jspui/bitstream/lib/25700/1/Самооцінка%20стану%20здоров'я%20населення_стаття_%20intermedical.pdf.
3. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://dSPACE.zsmu.edu.ua/bitstream/123456789/12794/1/Liakhova_основи.pdf.