



ISSN 2707-3076 (Print)

ISSN 2709-8214 (Online)

НАУКОВИЙ ЖУРНАЛ

Хортицької національної академії

SCIENTIFIC JOURNAL

of Khortytsia National Academy



**Серія: Педагогіка.
Соціальна робота.**

2020, 2(3)

ISSN 2707-3076 (Print)
ISSN 2709-8214 (Online)

Комунальний заклад вищої освіти
«Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради



Науковий журнал Хортицької національної академії

Серія:
Педагогіка. Соціальна робота
Випуск 2(3)

Запоріжжя
2020

Науковий журнал Хортицької національної академії. Scientific Journal of Khortytsia National Academy. (Серія: Педагогіка. Соціальна робота) : наук. журн. / [редкол. : В. В. Нечипоренко (голов. ред.) та ін.]. Запоріжжя : Вид-во комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, 2020. Вип. 2(3).

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації Серія КВ № 24104-13944Р
Офіційний сайт видання <https://journal.khnnra.edu.ua/index.php/njKhNA>

Журнал включено до пошукової системи відкритої наукометричної бази даних Google Scholar, Open Ukrainian Citation Index (OUCI), до реферативної бази даних «Україніка наукова» та Українського реферативного журналу «Джерело»; журнал розміщений у каталозі Наукової періодики України Національної бібліотеки України імені В. І. Вернадського; користується сервісами Баз даних CrossRef.

Головний редактор:

Нечипоренко Валентина Василівна, доктор педагогічних наук, професор, ректор, Хортицька національна академія (Україна).

Заступник головного редактора:

Позднякова Олена Леонтіївна, кандидат педагогічних наук, доцент, перший проректор, Хортицька національна академія (Україна).

Члени редакційної колегії:

Павленко Анатолій Іванович, доктор педагогічних наук, професор, дійсний член Національної академії вищої освіти України, завідувач кафедри соціальної роботи, Хортицька національна академія (Україна).

Борисов Вячеслав Вікторович, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри дизайну, Луганський національний університет імені Тараса Шевченка (Україна).

Харківська Алла Анатоліївна, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри математики та фізики, проректор з науково-педагогічної роботи, комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (Україна).

Роганова Марина Вікторівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувачка кафедри теорії та методики дошкільної освіти, комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (Україна).

Zenon Gajdzica, prof. dr hab., Ful Professor, professor, Uniwersytet Śląski w Katowicach (Poland).

Цибулько Людмила Григорівна, доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри педагогіки Державного вищого навчального закладу «Донецький державний педагогічний університет» (Україна).

Коляда Наталія Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини (Україна).

Вайнола Ренате Хейкіівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувачка кафедри соціальної педагогіки, Національний педагогічний університет імені М. П. Драгоманова (Україна).

Walerý Okulicz-Kozaryn, dr. habil., PhD, MBA, Professor, Wrocław University of Environmental and Life Sciences (Poland).

Волошинов Сергій Анатолійович, доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри інноваційних технологій та технічних засобів судноводіння, Херсонська державна морська академія (Україна).

Журавльова Лариса Станіславівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри дошкільної освіти і соціальної роботи, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького (Україна).

Пахомова Наталія Георгіївна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри спеціальної освіти і соціальної роботи, Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка (Україна).

Крашеніннік Ірина Володимирівна, доктор філософії в галузі 01 Освіта/Педагогіка, асистент кафедри інформатики і кібернетики, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького (Україна).

Відповідальний секретар:

Сташук Ольга Олександрівна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри соціальної роботи, Хортицька національна академія (Україна).

Зовнішні рецензенти:

Бондар Віталій Іванович, доктор педагогічних наук, професор, дійсний член Національної академії педагогічних наук України (Україна).

Засенко В'ячеслав Васильович, доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, директор Інституту спеціальної педагогіки НАПН України (Україна).

Петриченко Лариса Олексіївна, доктор педагогічних наук, доцент, перший проректор комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (Україна).

Чернецька Юлія Іванівна, доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри соціальної роботи та соціальної педагогіки комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (Україна).

Федоренко Світлана Володимирівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри логопедії та логопсихології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (Україна).

Калініна Тетяна Станіславівна, кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри корекційної освіти та спеціальної психології, комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради (Україна).

Платаш Лариса Броніславівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри педагогіки та соціальної роботи, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича (Україна).

Елькін Марк Веніамінович, кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки і педагогічної майстерності, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького (Україна).

Корнелюк Богдан Васильович, кандидат філологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін, Хортицька національна академія (Україна).

Турубарова Анастасія Володимирівна, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри спеціальної педагогіки та спеціальної психології, Хортицька національна академія (Україна).

Фурман Ольга Федорівна, кандидат філологічних наук, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін, Хортицька національна академія (Україна).

Схвалено рішенням Вченої ради Хортицької національної академії
Протокол № 5 від 15.12.2020.

У статтях розглядаються результати новітніх теоретичних та експериментальних досліджень в галузі педагогіки та соціальної роботи. Дослідження охоплюють проблеми загальної педагогіки та історії педагогіки, теорії і методики управління освітою, теорії і методики виховання, початкової освіти, середньої освіти, професійної освіти, спеціальної освіти, а також соціальної роботи.

© Хортицька національна академія, 2020

ISSN 2707-3076 (Print)
ISSN 2709-8214 (Online)

Municipal Institution of Higher Education
«Khortytsia National Educational and Rehabilitation Academy»
of Zaporizhzhia Regional Council



Scientific Journal of Khortytsia National Academy

Series: Pedagogy. Social Work
Issue 2(3)

Zaporizhzhia
2020

Scientific Journal of Khortytsia National Academy. (Series: Pedagogy. Social Work) : scientific journal / [editorial board : V. Nechyporenko (chief editor) and others]. Zaporizhzhia : Publishing house of the Municipal Institution of Higher Education -Khortytsia National Educational and Rehabilitation Academy of Zaporizhzhia Regional Council, 2020. Iss. 2(3).

Certificate of state registration of the print media Series KB № 24104-13944P
Official website of the journal <https://journal.khnnra.edu.ua/index.php/njKhNA>

The journal is included in the search engine of the open database Google Scholar, Open Ukrainian Citation Index (OUCI), in the database "Ukrainika Naukova" and the Ukrainian journal of scientific abstracts "Dzherelo"; it is placed in the Catalog of Scientific Periodicals of Ukraine of the Vernadsky National Library of Ukraine; uses the services of the database CrossRef.

Chief editor:

Valentyna Nechyporenko, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Rector of the Khortytsia National Academy (Ukraine).

Deputy editor:

Olena Pozdniakova, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, First Pro-rector of the Khortytsia National Academy (Ukraine).

Members of the editorial board:

Anatolii Pavlenko, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Full Member of the National Academy of Higher Education Sciences of Ukraine, Head of the Department of Social Work of the Khortytsia National Academy (Ukraine).

Viacheslav Borysov, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Pedagogy and Teaching Methodologies of the Khortytsia National Academy (Ukraine).

Alla Kharkivska, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Pro-rector for Scientific and Pedagogical Work of the Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy» of the Kharkiv Regional Council (Ukraine).

Maryna Rohanova, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Theories and Methods of Preschool Education of the Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy» of the Kharkiv Regional Council (Ukraine).

Gajdzica Zenon, Full Professor, Professor, University of Silesia in Katowice (Poland).

Liudmyla Tsybulko, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Professor of the State Higher Educational Institution «Donbas State Pedagogical University» (Ukraine).

Nataliia Koliada, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Social Pedagogy and Social Work of Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University (Ukraine).

Renate Vainola, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Social Pedagogy of National Pedagogical Dragomanov University (Ukraine).

Walery Okulicz-Kozaryn, Dr. habil., PhD, MBA, Professor, Wroclaw University of Environmental and Life Sciences (Poland).

Serhii Voloshynov, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Innovative Technologies and Technical Means of Navigation of Kherson State Maritime Academy (Ukraine).

Larysa Zhuravlova, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Preschool Education and Social work of Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

Nataliia Pakhomova, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Special Education and Social Work of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University (Ukraine).

Iryna Krasheninnik, Doctor of Philosophy in the field of knowledge 01 Education / Pedagogy, Assistant at the Department of Information Science and Cybernetics of Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

Executive secretary:

Olha Stashuk, Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer at the Department of Social Work, Khortytsia National Academy (Ukraine)

External reviewers:

Vitaliy Bondar, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Full Member of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine (Ukraine).

Viacheslav Zasenkov, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Corresponding Member of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Director of the Institute of Special Pedagogy of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine (Ukraine).

Larysa Petrychenko, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor, First Pro-rector of the Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy» of the Kharkiv Regional Council (Ukraine).

Yuliia Chernetska, Doctor of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Municipal Establishment «Kharkiv Humanitarian-Pedagogical Academy» of the Kharkiv Regional Council (Ukraine).

Svitlana Fedorenko, Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Head of the Department of Speech Therapy and Logopsychology of National Pedagogical Dragomanov University (Ukraine).

Tetiana Kalinina, Candidate of Psychological Sciences, Senior Lecturer at the Department of the Correctional Education and Special Psychology, Kharkiv Humanitarian Pedagogical Academy (Ukraine).

Larysa Platash, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Pedagogy and Social Work, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University (Ukraine).

Mark Elkin, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Pedagogy and Pedagogical Skills of Bogdan Khmelnytsky Melitopol State Pedagogical University (Ukraine).

Bohdan Komeliuk, Candidate of Philological Sciences, Associate Professor at the Department of Social Sciences and the Humanities of the Khortytsia National Academy (Ukraine).

Anastasiia Turubarova, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Head of the Department of Special Pedagogy and Special Psychology of the Khortytsia National Academy (Ukraine)

Olha Furman, Candidate of Philological Sciences, Associate Professor at the Department of Social Sciences and the Humanities of the Khortytsia National Academy (Ukraine)

Approved by the Academic Council of the Khortytsia National Academy
Protocol № 5 of 15.12.2020.

The articles deal with the results of the latest theoretical and experimental research in the field of pedagogy and social work. Research covers the problems of general pedagogy and history of pedagogy, theories and methods of educational management, theories and methods of training, primary education, secondary education, vocational education, special education and social work.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ 1. ЗАГАЛЬНА ПЕДАГОГІКА ТА ІСТОРІЯ ПЕДАГОГІКИ

Винарчик М. П. Європейський досвід використання мовного паспорта як інноваційного інструменту фіксування мовних досягнень учнів і студентів.....	7
Дудко Я. В. Організаційно-педагогічні засади управління виховною роботою у закладах вищої педагогічної освіти України (друга половина XX – початок XXI століття).....	15
Павленко А. І. Роль і місце вчення про систематизацію у науковій педагогічній теорії та освітній практиці.....	26
Лапшина І. С. Шляхи подолання труднощів організації дистанційного навчання дітей молодшого шкільного віку.....	37
Лугінець Н. В., Павлівська І. М., Сафонова О. В., Скиба О. Ю., Шамардіна А. В. Створення безпечного освітнього середовища в закладі середньої освіти з інклюзивним навчанням шляхом запровадження в освітній процес шкільної служби порозуміння.....	47

РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА

Волкова С. С. Опанування здобувачами вищої освіти здоров'язберігаючими технологіями засобами дисципліни «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя».....	59
Давидова С. В. Значення методу проєктів для професійного становлення фахівців образотворчого мистецтва: історичний ракурс та сьогодення.....	69
Дерев'янюк Н. В. Компетентнісний підхід до проєктування освітньо-професійної програми з медіа дизайну.....	79
Кетлер-Митницька Т. С. Психолого-педагогічні умови формування інтернальності як чинника готовності до особистісно-професійного саморозвитку майбутніх психологів.....	88
Коробченко А. А., Пюрко В. Є. Види готовності фахівців з фізичної терапії та ерготерапії до використання здоров'язберезувальних технологій у професійній діяльності.....	98
Нічуговська Л. І., Ніколенко Л. М. Розвиток інклюзивно орієнтованих компетентностей майбутніх педагогів спеціальної освіти в умовах магістратури.....	109
Шапочка К. А., Буркляєв Н. Особливості підготовки майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до роботи в умовах інклюзивного освітнього середовища.....	118

РОЗДІЛ 3. СПЕЦІАЛЬНА ОСВІТА

Жадленко І. О. Особливості формування моторних і мовленнєвих ритмічних процесів у дітей старшого дошкільного віку із заїканням засобами логоритмічних вправ.....	129
Нечипоренко В. В. Системно-інституційна діяльність закладу вищої освіти щодо реалізації національних пріоритетів кадрового забезпечення інклюзивної загальноосвітньої практики.....	140

РОЗДІЛ 4. СОЦІАЛЬНА РОБОТА

Козарик О. С. Процесуально-технологічні складові соціалізації сучасної особистості з позиції суб'єктно-вчинкового підходу.....	153
Нечипоренко К. С. Емпіричне дослідження самооцінки у соціально-депривованих підлітків з обмеженням життєдіяльності в умовах інтернатного закладу.....	164

CONTENTS

CHAPTER 1. GENERAL PEDAGOGY AND HISTORY OF PEDAGOGY

Mariia Vynarchyk European experience of using a language passport as an innovative tool for fixing the language achievements of schoolchildren and higher education students.....	7
Iaroslava Dudko Organizational and pedagogical bases of the management of educational work in Ukrainian institutions of higher pedagogical education (second half of the XX – beginning of the XXI century).....	15
Anatolii Pavlenko Role and place of study on systematization in scientific pedagogical theory and educational practice.....	26
Iryna Lapshyna Ways to increase the efficiency of distance learning for students of primary education specialty.....	37
Natalia Luhinets, Iryna Pavlivska, Olha Safonova, Olha Skyba, Anna Shamardina Creating safe educational environment in educational institutions that implement inclusive education by introducing school mutual understanding service in their learning process.....	47

CHAPETR 2. VOCATIONAL EDUCATION

Svitlana Volkova Mastering health-preserving technologies by higher education students with the help of the discipline "General theory of health and fundamentals of healthy lifestyle".....	59
Svitlana Davydova The significance of project method for the professional development of artists : historical perspective and present-day context.....	69
Nataliia Derevianko Competence approach in designing a professional educational program in mediadesign.....	79
Tetiana Ketler-Mytnytska Psychological and pedagogical conditions of the internality formation as a factor of the future psychologists' personal and professional self-development.....	88
Anhelina Korobchenko, Valdyslav Piurko Types of readiness of specialists in physical therapy and occupational therapy for the use of health-preserving technologies in their professional activity.....	98
Liliia Nichuhovska, Liudmyla Nikolenko Development of inclusive competencies in future special education teachers when studying for Master's degree.....	109
Kateryna Shapochka, Natalya Bürkle The specifics of training future educators for work in an inclusive educational environment.....	118

CHAPTER 3. SPECIAL EDUCATION

Iryna Zhadlenko Peculiarities of motor and speech rhythmic processes formation in children of senior preschool age with stuttering by means of logorhythmic exercises.....	129
Valentyna Nechyporenko Systemic and institutional activities of a higher educational establishment to implement national priorities for staffing inclusive general educational practice.....	140

CHAPTER 4. SOCIAL WORK

Olexandra Kozaryk . Technological components of the contemporary personality socialization process from the perspective of the agent-deed approach.....	153
Kostjantyn Nechyporenko Empirical study of self-assessment in socially deprived adolescents with disabilities in the conditions of a boarding school.....	164

РОЗДІЛ 2. ПРОФЕСІЙНА ОСВІТА CHAPTER 2. VOCATIONAL EDUCATION

DOI: <https://doi.org/10.51706/2707-3076-2020-3-6>
УДК 378.091.2:613(045)

Світлана Степанівна Волкова
ORCIDiD <https://orcid.org/0000-0002-4336-1792>
кандидат педагогічних наук, професор,
професор кафедри фізичної реабілітації,
Хортицька національна академія,
м. Запоріжжя, Україна
phystherapy2017@gmail.com

ОПАНУВАННЯ ЗДОБУВАЧАМИ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИМИ ТЕХНОЛОГІЯМИ ЗАСОБАМИ ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я ТА ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ»

Оглядом-методична стаття присвячена обґрунтуванню необхідності опанування студентами здоров'язберігаючими технологіями у процесі їхнього навчання у закладі вищої освіти. Доведено, що формування механізму бути здоровим, гармонійно розвиненим, вести раціональний, з позиції збереження здоров'я, спосіб життя є важливим фактором розвитку сучасного суспільства. Адже рівень здоров'я населення визначає національну безпеку країни і її національне багатство.

Засобом опанування студентами здоров'язберігаючими технологіями в освітньому процесі закладу вищої освіти визначено спеціально розроблену програму дисципліни «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя». Досвід впровадження цієї програми зі студентами спеціалізацій 017 Фізична культура і спорт, 014 Середня освіта (Фізична культура), 227 Фізична терапія, ерготерапія протягом 2019/2020 навчального року свідчить про те, що вона сприяє засвоєнню студентами знань щодо технологій збереження власного здоров'я, а також формує мотивацію для подальшого використання методів та засобів збереження, укріплення та вдосконалення власного здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язберігаючі технології, здоровий спосіб життя, студент, навчальна дисципліна.

Вступ. Офіційні дані свідчать, що стан здоров'я населення України за останні роки погіршився. Зокрема, за даними Статистичного щорічника України (2017), захворюваність складає 62895 випадків на 100 тисяч населення, а загальна тривалість життя складає: 66 років у чоловіків та 76 років у жінок. Окреслений стан у більшій мірі зумовлений зниженням ціннісного ставлення населення до здоров'я, недостатністю усвідомлення кожною людиною потреби у зміцненні власного здоров'я та систематичного використання здоров'язберігаючих технологій. М. Амосов (2002), К. Гордєєва (2018), Н. Завидовська (2020) та інші у своїх наукових

розвідках доводять, що в усіх економічних системах фактором суспільного розвитку є потреба у здоров'ї. Формування механізму бути здоровим, гармонійно розвиненим, вести раціональний, з позиції збереження здоров'я, спосіб життя є важливим фактором сучасного суспільства і здоров'я населення та визначає національну безпеку країни і її національне багатство. Зокрема, М. Амосов (2002) стверджує: рівень здоров'я людини – це інтенсивність прояву її життя в нормальних умовах середовища, що визначається тренуваністю структур організму, якість здоров'я – це сума резервних можливостей основних функціональних систем людини. Автор

наголошує на тому, що людина, частіше за все хворіє від лінощів та жадібності, але іноді від нерозумності. Адже для того, щоб бути здоровим, необхідно докласти зусиль, величина яких визначається мотивацією (Амосов, 2002, с. 16). Особистісну відповідальність за власне здоров'я підкреслюють також К. Байер та Л. Шейнберг (2016), наголошуючи на тому, що мотиви здоров'язберегаючого способу життя формуються системою наукових знань, вмінь та навичок. Саме шляхом поступового формування усвідомленого ставлення молодого покоління до власного здоров'я можливо докорінно змінити ситуацію в країні на краще. Тим більше, за даними статистичних наукових досліджень було виявлено, що переважна більшість української молоді активно вербалізує проблему здоров'язбереження. Так, за даними К. Гордеєвої (2018, с. 74), молоді люди впевнені, що їхній стан здоров'я безпосередньо залежить від таких факторів, як: наявність шкідливих звичок (88,5 %), особистого ставлення до власного здоров'я (75,7%), правильного харчування (73,6%), систематичності занять фізичною культурою і спортом (62,2%) та правильного режиму дня (51,5%). Проблема полягає у відсутності загальнодержавної системи опанування молоддю людиною здоров'язбережувальними технологіями, розширення спектру їхньої обізнаності щодо власного здоров'я. Адже в епоху глобалізації та віртуалізації знань людина на різних етапах вікового розвитку отримує фрагментарну, безсистемну, часто не точну та суперечливу інформацію щодо технологій збереження здоров'я. А розбудова якісного здоров'язбережуваного середовища та реалізації здоров'язбережувальних технологій потребує, по-перше, особистого переконання та сформованої цінності здоров'я організаторів системи та, по-друге, їхньої якісної теоретичної підготовки. На наше переконання, ключову роль у цьому процесі мають грати саме заклади освіти, ресурсні можливості яких дозволяють поступово формувати особу відповідального громадянина України, що цінує власне здоров'я та здатен реалізувати здоров'язбережувальні технології у своєму житті.

Зазначимо, що проблема розбудови такої системи, а також зміст, сутність та складові здоров'язбережувальних технологій є предметом багатьох сучасних наукових досліджень. Так, питанням методології та теорії формування здоров'я сучасної особистості приділено увагу М. Гончаренко (2015), Г. Грибан (2019) та іншими. Особливої уваги в контексті нашого дослідження заслуговують праці вчених, присвячені актуалізації ролі закладів освіти у вирішенні питання здоров'язбереження населення України. Так, досвід розробки та використання здоров'язберегаючих технологій на основі теорії та методики фізичного виховання підростаючого покоління представлені у працях таких науковців, як: Н. Башавець (2012), М. Носко (2014), М. Дутчак (2015) та інших. Роботи П. Бочкова (2020) містять дослідження технологій та педагогічних тактик коригування окремих труднощів у здоров'ї дітей. У монографії «Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі» М. Рибалко (2019) обґрунтовано класифікацію здоров'язбережувальних технологій.

Низка наукових робіт присвячена питанням розбудови системи здоров'язбереження в закладах вищої освіти. Зокрема, в роботах Г. Грибан (2019, с. 336–341) розкрито питання управління оздоровчою діяльністю здобувачів закладів вищої освіти; в роботах Н. Завидівської та О. Завидовської (2020, с. 168–172) обґрунтовані шляхи формування здоров'язбережувального стилю поведінки здобувачів вищої освіти; в роботах К. Гордеєвої (2018) вивчено феномен відповідального ставлення студентів до здоров'я; в дослідженнях О. Школи (2018 С. 58–61), М. Скоромної (2013) міститься методика впровадження в освітній процес закладу вищої освіти здоров'язбережувальних технологій. Ґрунтовність та змістовність представлених у науковій літературі розробок є підставою для утвердження думки про позитивні системні зрушення за напрямком підвищення свідомості населення України щодо збереження здоров'я, зокрема, шляхом активізації ролі закладів вищої освіти у цьому питанні.

Серед ресурсних можливостей закладів вищої освіти щодо здоров'язбереження є включення в освітні програми різних спеціалізацій дисциплін, спрямованих на розширення уявлень студентів про здоров'я та опанування технологіями його збереження. До переліку таких дисциплін відносимо програму дисципліни «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя».

Мета статті: обґрунтувати актуальність проблеми опанування сучасними студентами здоров'язберігаючими технологіями, розкрити зміст дисципліни «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя» та виявити її вплив на формування свідомого ставлення студентів до власного здоров'я в освітньому процесі закладу вищої освіти.

Методи: з метою обґрунтування актуальності опанування студентами технологій збереження здоров'я були використані теоретичні методи – аналіз та систематизація результатів дослідження сучасних науковців з проблеми вивчення; емпірично-діагностичні методи (бесіди та анкетування) дозволили виявити ефективність впровадження запропонованої нами дисципліни.

Результати дослідження та обговорення. Нова якість вищої освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного українського суспільства, його національну безпеку і багатство може бути досягнута, зокрема, при створенні певних умов організації освітнього процесу закладів вищої освіти, який буде спрямовуватись на збереження, зміцнення і формування здоров'я суб'єктів процесу. Це передбачає реалізацію низки заходів: створення сприятливих здоров'язберігаючих умов для навчання здобувачів освіти; оптимальну, відповідно до гігієнічних норм, організацію освітнього процесу; організацію повноцінного та раціонального рухового режиму. Я. Іванушко (2012) рефлексує ці заходи саме з позиції здоров'язберігаючих технологій. З цієї ж позиції Н. Скоромна (2013, с. 104–108) стверджує, що здоров'язберігаючі технології – це система заходів, що включають взаємозв'язок і взаємодію усіх факторів освітнього середовища та спрямовані на збереження здоров'я здобувачів освіти на всіх етапах їхнього навчання.

Я. Іванушко (2012) екстраполює захисно-профілактичні технології (ті, що спрямовуються на захист від несприятливих для здоров'я санітарно-гігієнічних умов тощо), компенсаторно-нейтралізуючі (ті, що спрямовуються на нейтралізацію несприятливих впливів зовнішнього середовища, зокрема, адекватний руховий режим), стимулюючі (ті, що активізують власні ресурси організму, зокрема здорове харчування тощо). Окрім цього, С. Грищенко та Т. Богатирьова (2012) виділяють технології навчання здоров'я (способи розширення обізнаності у питаннях власного здоров'я, вироблення життєвих навичок тощо) та технології виховання культури здоров'я (виховання свідомого ставлення до здоров'я, розвиток цінностей здоров'язбереження). Ґрунтуючись на результатах представлених вище досліджень припускаємо, що серед переліку технологій навчання здоров'я доцільно розглядати спеціально розроблені освітні програми (проекти), зміст яких спрямований на вирішення питання здоров'язбереження. Цінність спеціально розроблених програм, які реалізують завдання розширення обізнаності у питаннях здоров'я, а також розвитку свідомого ставлення до здоров'я, доведена також в роботах Н. Коцур (2006, с. 136), яка наголошує на важливості розробки та реалізації вузькоспрямованих спеціальних програм. Такі програми у контексті системи вищої освіти, з нашої точки зору, можуть бути як позанавчального виховного плану, так і структурно входити до переліку базових або вибіркових дисциплін освітніх програм спеціалізацій за різними професіями. Важливим чинником виступає зміст та практична спрямованість цих програм, їхнє налаштування на розвиток у студентів ціннісного ставлення до здоров'я та набуття ними досвіду застосування захисно-профілактичних, компенсаторно-нейтралізуючих та стимулюючих здоров'язберігаючих технологій. Зміст таких програм має містити інформацію щодо загальних питань: «здоров'я, як єдності фізичного, психічного, духовного аспектів», «людина як цілісна психосоматична система», «технології збереження здоров'я: фізична культура,

оптимальне харчування, попередження виникненню шкідливих звичок» тощо.

На набуття відповідних знань та умінь у студентів спрямована дисципліна «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя», яку включено до навчальних планів спеціальностей: 017 Фізична культура і спорт; 014 Середня освіта (Фізична культура), 227 Фізична терапія, ерготерапія Хортицької національної академії (м. Запоріжжя). Протягом 2019/2020 н. р. нами була реалізована програма цієї дисципліни з 79 студентами трьох студентських груп вказаних спеціальностей. Метою цього навчального курсу було надання студентам достатнього об'єму практичних і теоретичних знань про загальну теорію здоров'я та основ здорового способу життя. Відповідно, завдання роботи передбачали розгляд теоретичних основ соматичного, психічного, репродуктивного, духовного здоров'я; опанування засобами визначення кількісної оцінки власного здоров'я; засвоєння студентами технологій й методів формування та збереження здоров'я. Передбачено формування у студентів таких компетентностей, як: здатність до фізичного та психічного саморозвитку; здатність самостійно аналізувати стан здоров'я; здатність приймати відповідальні рішення; здатність робити усвідомлений вибір щодо здорового способу життя; здатність діяти в умовах середовища, зберігаючи власне здоров'я. Реалізація мети та завдань відбувається через засвоєння системи знань за темами 1–17.

Тема 1. «Здоров'я і хвороба». Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: здоров'я і хвороба – основні категорії наукового пізнання в медицині; характеристика здоров'я на засадах нормології; «фізіологічна норма» як «функціональний оптимум»; стан втоми; патології та норми як критерії оцінки здоров'я; здатність індивіда здійснювати свої біологічні та соціальні функції; поняття «кількість здоров'я»; альтернативна оцінка «здоровий» або «хворий»; сутність здоров'я; прояви здоров'я формують ту чи іншу ступінь благополуччя – фізичного, душевного і соціального; відчуття благополуччя лежить в основі якості життя індивіда; перехідні стани; основна ознака перед хвороби.

Тема 2. Суспільне (популяційне) здоров'я. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: показники, що пов'язані з політикою в галузі охорони здоров'я; соціально-економічні показники; надання медичного обслуговування; реабілітація – комплекс медичних, педагогічних, професійних, соціальних і юридичних заходів; рекреація; поведінка самозбереження; фізіологічні резерви; фізичні якості; фізичний стан.

Тема 3. Людина як система. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: система, сукупність елементів і зв'язків між ними; пірамідальна система; відкриті (частково), складні, нерівноважні, нелінійні системи; здоров'я і його механізми з позиції системного підходу; внутрішній стан здоров'я; об'єктивне здоров'я і суб'єктивне здоров'я; платформа синології; енергетичні можливості системи «Людина»; сенс внутрішнього системного порядку системи «Людина».

Тема 4. Соматичне (фізичне) здоров'я. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: гомеостаз, адаптація, резистентність, реактивність, репарація, регенерація, біоритми, онтогенез; здоров'я – динамічний стан людини; процес самоорганізації.

Тема 5. Репродуктивне здоров'я (санологічні аспекти). Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: оцінка репродуктивного здоров'я; показники для оцінки репродуктивної функції жінки; показники для оцінки репродуктивної функції чоловіка; профілактика порушень, що знижують репродуктивне здоров'я; профілактика венеричних захворювань; регулювання дітонародження.

Тема 6. Психічне здоров'я (санологічні аспекти). Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: працездатність, пластичність, гармонійність психіки, адаптування до суспільства; «Я-концепція»; соціальна адаптація – показник психічної та поведінкової адекватності; порушення психічного здоров'я; психічний стрес; прояви стресу; механізм запуску психічного стресу; позитивна емоція – це сигнал про задоволення потреби.

Тема 7. Духовні аспекти здоров'я. Особлива діяльність свідомості; категорія – духовність;

критерії добра і зла, мотиви поведінки людини по відношенню до себе та навколишнього світу; якість життя; поняття соціального функціонування.

Тема 8. Основні принципи формування здоров'я. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: управління здоров'ям; формування фізичного здоров'я; внутрішньоутробний період; управління процесом формування здоров'я у різні фази розвитку; основні принципи формування психічного здоров'я; психічна адаптація до соціуму; своєчасна профілактика психоемоційних стресів, психокомплексів, неврозів.

Тема 9. Проблеми здорового способу життя в сучасному суспільстві. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: фізіологічна норма здоров'я; здоров'я і хвороба; «екологія внутрішнього середовища людини»; здоровий спосіб життя; вплив цивілізації на здоров'я людини. Спосіб життя як основа здоров'я. Об'єктивна і суб'єктивна оцінка здоров'я.

Тема 10. Здоров'я та фізична культура. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: рухова активність – генетично обумовлена біологічна потреба; потреби рухової активності; вісцерально-моторні рефлексії; гіподинамія і здоров'я; підвищення загальної та спеціальної працездатності; енергетичне правило скелетних м'язів І. Аршавського; характеристика основних оздоровчих засобів фізичного виховання; оздоровча система П. М. Амосова.

Тема 11. Основи оптимального харчування. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: біологічна роль харчування; основи оптимального харчування; їжа сучасної людини; оцінка продуктів харчування; потреба організму в структурних одиницях їжі і води; режим оптимального харчування; вегетаріанство та інші типи харчування.

Тема 12. Імунітет і здоров'я. Функції імунної системи. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: специфічний та неспецифічний імунітет; характеристика і профілактика алергічних реакцій; еволюційні основи й фізіологічні механізми терморегуляції; хімічна та фізична терморегуляція; фактори ризику застудних захворювань; зовнішня температура та її роль у

терморегуляції; зміни температури тіла при застудних та інфекційних захворюваннях; симптоми застуди; принципи та методика загартовування; засоби загартовування; термінова профілактика застуд; загартовування як метод профілактики захворювань.

Тема 13. Методи дослідження стану здоров'я людини. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: медико-біологічні методи дослідження; оцінка суб'єктивних станів людини; сон і харчування – складові стану здоров'я; методики проведення функціональних проб з фізичним навантаженням.

Тема 14. Шкідливі звички. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: поширення вживання шкідливих речовин; вплив шкідливих речовин на здоров'я; методи позбавлення шкідливих звичок; профілактика шкідливих звичок.

Тема 15. Сім'я і здоров'я. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: пріоритети сімейного життя; планування родини; підготовка до батьківства; аборт та його можливі наслідки; особливості протікання вагітності; медико-біологічні основи вагітності; мати та плід як єдине ціле; пологи; вплив шкідливих звичок на здоров'я матері і дитини; термін першого грудного годування.

Тема 16. Забезпечення здоров'я дитини у віковому аспекті. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: особливості грудного віку; психічний взаємовплив матері і дитини; годування немовляти; стимуляція самостійності; профілактика церебрального паралічу; особливості раннього дитинства; анатомо-фізіологічні особливості першого дитинства (3-7 років); друге дитинство (7-10 років); психічне тренування; режим дня учня; норми рухової активності; статеве виховання у сім'ї; статева освіта; навчання основ здорового способу життя; шкідливі звички і здоров'я молодшого школяра; анатомо-фізіологічні особливості підліткового віку (11-16 років); поняття про біологічний та паспортний вік; фізичний стан підлітка, порушення постави; харчування підлітка; особиста гігієна; профілактика венеричних захворювань; юнацький вік його особливості (до 18 років).

Тема 17. Можливості організму студента. Зміст теми передбачає розгляд таких підтем: руховий режим студента; психічні навантаження; умови харчування; можливості студента; принцип функціонального надлишку організму людини; необмеженість можливостей людини.

Завдяки поєднанню теоретичних та практичних занять у процесі вивчення дисципліни студенти закріплюють здатність визначати та аргументувати зміст понять: «соматичне здоров'я», «психічне здоров'я», «репродуктивне здоров'я», «духовне здоров'я», «здоровий спосіб життя» та інших; окрім цього, визначати складові оздоровчих систем фізичного виховання, характеризувати сучасні концепції оптимального харчування та називати критерії працездатності людини. Завдяки міцній мотиваційній складовій курсу студенти навчаються аргументувати та визначати вплив шкідливих звичок на організм людини та окреслювати роль родини в цьому питанні; набувають впевненості у реалізації здоров'язбережувальних технологій у власному житті. Серед практичних навичок, яких набувають студенти, є такі: вміння оцінювати функції кардіореспіраторної системи, складати оздоровчо-фізкультурні комплекси, оцінювати масу тіла, проводити та оцінювати функціональні проби з фізичними навантаженнями, складати індивідуальну програму здорового способу життя.

З досвіду впровадження дисципліни «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя» зазначимо, що саме практична складова курсу викликає особливий інтерес здобувачів освіти, а окремі вміння, яких набули протягом навчання, вони визначають як такі, що по-перше, відіграють важливу роль у становленні свідомої здоров'язбережувальної особистісної позиції (87 % опитаних), а по-друге, є життєво важливими компетентностями, які можуть зберегти життя (76 % опитаних). Наприклад, виконання вправи з дослідження факторів ризику інфаркту міокарда у п'яти осіб різного віку (за дев'ятьма параметрами: вік, стать, генетична схильність, ставлення до стресу, рівень артеріального тиску, особливості харчування, рухова активність, маса тіла) стимулювало інтерес до подальшої поглибленої роботи з дисципліни, адже студенти відчули, що можуть

самостійно визначати кількісний фактор ризику за шкалою, аналізувати отриманий показник і обґрунтовувати програму профілактики інфаркту міокарда для конкретної людини. Ще одне завдання – «Родинне дерево», під час якого студентам було потрібно зібрати первинний анамнез на основі опитування близьких родичів, проаналізувати його за критеріями здоров'я та розробити програму профілактики виникнення «сімейних» відхилень у стані здоров'я – виявилось високо затребуваним більшістю студентів.

У межах певних тем виявилось доцільним проведення діагностичних зрізів щодо різних аспектів здорового життя студентів. Результати діагностик додатково актуалізували проблематику опанування студентами здоров'язбережувальними технологіями та чітко визначили індивідуалізовані напрямки роботи. Наприклад, під час виконання завдання з теми 5. Репродуктивне здоров'я (санологічні аспекти) студентам пропонувалося проаранжувати пріоритети сімейного життя, такі, як: здоров'я, любов, відданість, секс, звички, хобі, гроші, чистоплотність, професійна належність, діти, релігія, повага, дружба та інші. Було виявлено, що пріоритетними для опитаних студентів є: любов (97 %), здоров'я (86 %), відданість (75 %), секс (74 %), діти (70 %). Аналіз отриманих результатів, здійснений разом із студентами, дозволив додатково актуалізувати проблему здорового способу життя та опанування здоров'язберігаючими технологіями.

Наприкінці навчального курсу нами був здійснений аналіз показників загальної обізнаності студентів у питаннях збереження здоров'я та їхньої здатності реалізовувати здоров'язберігаючі технології у власному житті. Ключовими чотирма критеріями для проведення аналізу були такі: рівень знань щодо теоретичних основ соматичного, психічного, репродуктивного, духовного здоров'я; рівень опанування засобів визначення кількісної оцінки здоров'я; здатність самостійно аналізувати стан власного здоров'я; здатність проектувати шляхи орагінації здорового способу життя.

Порівняльний аналіз вхідного контролю з підсумковим показав, що після вивчення курсу

ставлення студентів до свого здоров'я позитивно змінилося. Здоров'язберігаючі технології, які включали засвоєння студентами знань про соматичне (фізичне), психологічне, репродуктивне, суспільне (популяційне) здоров'я, вплинули на особисте здоров'я: зменшилась кількість респіраторних захворювань (з 56 % до 44 %), покращився психологічний клімат у групі (за твердженням 51 % опитаних), змінилося особистісне ставлення до способу життя: 30 % почали займатися груповою організованою спортивною діяльністю, ще 39 % почали займатися самотійно; 2 % з 4 % покинули палити, алкоголь до початку курсу вживали помірно.

Висновки та перспективи дослідження. Питання збереження та покращення здоров'я населення України можливо вирішити шляхом розбудови системи розвитку ціннісного ставлення до здоров'я, структурною складовою якої ми вбачаємо активізацію діяльності закладів вищої освіти. Адже ресурси цих установ дозволяють як на теоретично-практичному рівні, так і рівні створення здоров'язбережувальних умов забезпечити розвиток свідомого ставлення студентської молоді до здоров'я. Під здоров'язбережувальними технологіями, які реалізують заклади вищої освіти, розуміємо систему заходів зі створення оптимальних умов організації освітнього процесу та забезпечення повноцінного раціонального рухового режиму, а також впровадження програмно-технологічної

складової навчання основ здоров'я та виховання культури здоров'я. Особливістю цих заходів є забезпечення взаємозв'язку і взаємодії усіх факторів освітнього середовища, а також спрямованість на збереження здоров'я здобувачів вищої освіти на всіх етапах їхнього навчання.

У нашій практичній роботі була реалізована авторська програма курсу «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя», яка за нашими спостереженнями та результатами діагностичних зрізів виявила свою ефективність, зокрема з позиції опанування студентами здоров'язбережувальними технологіями. Курс складається із 17 тем, які у повній мірі розкривають теоретико-практичні основи здоров'я людини та здорового способу життя. Наприкінці курсу більшість студентів демонстрували стійкі поведінкові зміни у повсякденному житті, що свідчить про вагомість результатів його впровадження для підвищення здоров'я молодого населення України, що і визначає національне багатство держави. Саме результативність нашого курсу дозволяє визначити перспективами подальшого дослідження розширення спектру освітніх програм різних спеціалізацій, які включають курс «Загальна теорія здоров'я та основи здорового способу життя» до своєї структури та, відповідно, адаптація контенту курсу для студентів цих спеціальностей (спеціалізацій).

Література

- Амосов М. М. *Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья. Человек и общество.* Донецк, 2002. 463 с.
- Байер К., Шейнберг Л., *Здоровый образ жизни.* Москва : Мир, 2016. 368 с.
- Башавець Н. А. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) :* зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ, 2020. Вип. 4 (23) 13. С. 76–81.
- Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського.* 2011. № 1–2. С. 212–222.
- Бочков П. М. Корекційно-педагогічна тактика подолання порушень рівноваги у дошкільників *Науковий журнал Хортицької національної академії. Scientific Journal of Khortytsia National Academy. (Серія: Педагогіка. Соціальна робота) :* наук. журн. / [редкол. : В. В. Нечипоренко (голов. ред.)

- та ін.]. Запоріжжя : Вид-во комунального закладу вищої освіти «Хортицька національна навчально-реабілітаційна академія» Запорізької обласної ради, 2020. Вип. 1(2). С. 155–163.
- Гончаренко М. С. Теоретические и практические направления развития науки о здоровье – валеологии. *Валеология: сучасний стан, напрями та перспективи розвитку*: мат. XIII міжнар. наук.-прак. конф.. Харьков, 2015. С. 9–15.
- Гордєєва К. С. Формування відповідального ставлення до здоров'я у студентів факультету фізичного виховання. *Педагогічні науки: Збірник наукових праць*. 2018. Вип. LXXXI. Том 2. С. 73–78.
- Грибан Г. П. Управління фізкультурно-оздоровчою діяльністю студентів в умовах трансформації України в Європейський освітній простір. *Фізична культура, спорт і здоров'я*: збірник наукових праць нації 2019. Вип. 8(27). С. 336–341.
- Грищенко С., Богатирьова Т. Технологічний аспект діяльності соціального педагога у запровадженні здорового способу життя учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Психолого-педагогічні науки*. 2012. № 5. URL : <http://surl.li/ofrn>
- Дутчак М. В. Парадигма оздоровчої рухової активності: теоретичне обґрунтування і практичне застосування. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2015. № 2. С. 44–52.
- Завидовська Н. Н., Завидовська О. І. Соціальна потреба у формуванні здоров'язбережувального стилю поведінки студентів. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ, 2020. Вип. 3К (123) 20. С. 168–172.
- Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія / за заг. ред. Л. М. Рибалко. Тернопіль, 2019. С. 25–26.
- Іванушко Я. Г. Здоров'язберігаючі та педагогічні технології у вищих навчальних закладах *Педагогіка, психологія і соціологія: теорія і методика учебы, воспитания и образования* (2-12 October 2012). URL : <https://www.sworld.com.ua/konfer28/869.pdf>
- Коцур Н. Здоров'язберігаючі технології у навчально-виховному процесі *Проблеми освіти*. Вип. 49. 2006. С. 132–136.
- Носко М. О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія. Київ, 2014. 300 с.
- Скоромная Н. Н. Применение медико-гигиенических здоровьесберегающих технологий в сохранении здоровья студентов. *Вісник Запорізького національного університету*. 2013. № 1(19). С. 104–108.
- Статистичний щорічник України за 2017 рік. URL : http://www.ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2018/zb/11/zb_seu2017_u.pdf
- Школа Е. Н. Применение здоровьесберегающих технологий на занятиях физического воспитания студентов. *Інноваційна педагогіка*. 2018. Вип 5. С. 58–61.

References

- Amosov, M. M. (2002). Encyclopedia of Amosov. Health algorithm. Man and society (rus).
- Baier, K. & Sheinberh, L. (2016). Healthy lifestyle. World (rus).
- Bashavets, N. A. (2020). Healthy technologies for physical education. *Scientific journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sport)*: collection of scientific works. Vol. 4 (23) 13. 76–81 (ukr).
- Bashavets, N. A. (2011). Theoretical and methodological principles of forming a culture of health care as a worldview of students of higher economic educational institutions. *Scientific Bulletin of the South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushinsky*. № 1–2. 212–222 (ukr).
- Bochkov, P. M. (2020). Corrective strategy and tactics of overcoming impaired balance in preschoolers. *Scientific Journal of Khortytsia National Academy. (Series: Pedagogy. Social Work)* : scientific journal / [editorial board : V. Nechyporenko (chief editor) and others] : Publishing house of the Municipal

- Institution of Higher Education -Khortytsia National Educational Rehabilitation Academyll of Zaporizhzhia Regional Council, Iss. 1(2). 155–163 (ukr).
- Honcharenko, M. S. (2015). Theoretical and practical directions. development of health science - valeology. *Valeology: modern camp, straighten the perspectives of development*: collection of XIII international nauk.-prak. conf. 9–15 (ukr).
- Hordieieva, K. S. (2018). Formation of a positive health status among students of the Faculty of Physics. *Pedagogical sciences: Collection of scientific works*. Vol. LXXXI. Том 2. 73–78 (ukr).
- Hryban, H. P. (2019). Management of physical culture and health of students in the minds of the transformation of Ukraine into the European health space. *Physical culture, sports and health: collection of scientific works of the nation*. Vol. 8 (27). 336–341 (ukr).
- Hryshchenko, S. & Bohatyrova, T. (2012). The technological aspect of the social pedagogue's performance in the healthy way of life of the scientists. *Psychology-pedagogical science*. № 5. <http://surl.li/ofrn> (ukr).
- Dutchak, M. V. (2015). The paradigm of health-improving activity: theoretical and practical construction. *Theory and technique of physical education and sport*. № 2. 44–52 (ukr).
- Zavydovska, N. N. & Zavydovska, O. I. (2020). The social need to form a healthy style of student behavior. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series 15: Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*: Coll. scientific works. Vol. 3K (123) 20. 168–172 (ukr).
- Rybalko, L. M. (Ed.) (2019). Health technologies in the educational environment: a collective monograph 25–26 (ukr).
- Ivanushko, Ya. H. (2–12 October 2012). Health and pedagogical technologies in higher educational institutions *Pedagogy, psychology and sociology: theory and methods of study, education and upbringing*. <https://www.sworld.com.ua/konfer28/869.pdf> (ukr).
- Kotsur, N. (2006). Health-preserving technologies in the educational process *Problems of education*. Vol. 49. 132–136 (ukr).
- Nosko, M. O. (2014). Health technologies in physical education: a monograph (ukr).
- Skoromnaia, N. N. (2013). The use of medical and hygienic health technologies in maintaining the health of students. *Bulletin of Zaporizhia National University*. № 1(19). 104–108 (rus).
- Statistical scholar of Ukraine for 2017 year. http://www.ukrstat.gov.ua/druk/publicat/kat_u/2018/zb/11/zb_seu2017_u.pdf (ukr).
- Shkola, E. N. (2018). Application of health-promoting technologies in physical education classes for students. *Innovation pedagogy*. Vol. 5. 58–61 (rus).

ОВЛАДЕНИЕ СОИСКАТЕЛЯМИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИМИ ТЕХНОЛОГИЯМИ СРЕДСТВАМИ ДИСЦИПЛИНЫ «ОБЩАЯ ТЕОРИЯ ЗДОРОВЬЯ И ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

Светлана Волкова, кандидат педагогических наук, профессор, профессор кафедры физической реабилитации, Хортицкая национальная академия, Запорожье, Украина, e-mail: phystherapy2017@gmail.com

Обзорно-методическая статья посвящена обоснованию необходимости освоения студентами здоровьесберегающими технологиями в процессе их обучения в заведении высшего образования. Доказано, что формирование механизма быть здоровым, гармонично развитым, вести рациональный, с позиции сохранения здоровья, образ жизни является важным фактором развития современного общества. Ведь уровень здоровья населения определяет национальную безопасность страны и ее национальное богатство.

Средством освоения студентами здоровьесберегающими технологиями в образовательном процессе учреждения высшего образования определено специально разработанную программу дисциплины «Общая теория здоровья и основы здорового образа жизни». Опыт внедрения этой

программы со студентами специализаций 017 Физическая культура и спорт, 014 Среднее образование (Физическая культура), 227 Физическая терапия, Эрготерапия в течение 2019/2020 учебного года свидетельствует о том, что она способствует усвоению студентами знаний о технологиях сохранения собственного здоровья, а также формирует мотивацию для дальнейшего использования методов и средств сохранения, укрепления и совершенствования собственного здоровья.

Ключевые слова: здоровье, здоровьесберегающие технологии, здоровый образ жизни, студент, учебная дисциплина.

MASTERING HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES BY HIGHER EDUCATION STUDENTS WITH THE HELP OF THE DISCIPLINE "GENERAL THEORY OF HEALTH AND FUNDAMENTALS OF HEALTHY LIFESTYLE".

Svitlana Volkova, Candidate of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Physical Rehabilitation, Khortytsia National Academy, Zaporizhzhia, Ukraine, e-mail : phystherapy2017@gmail.com

The article substantiates the necessity of forming students' motivation to develop a way of life with health-preserving technologies.

The purpose of the article is to substantiate for students the necessity to study the discipline "General Theory of Health and Fundamentals of Healthy Lifestyle".

The analysis of the available publications showed that the formation of motivation to be healthy, be harmoniously developed, lead a rational lifestyle from the point of view of maintaining health is an important factor in modern society, as the health of the population determines the country's national security and its national wealth.

The study of the discipline provides for the formation of students' competencies: readiness for physical and mental self-development; the ability to independently analyze the state of health; the ability to make responsible decisions; the ability to make informed choices for a healthy lifestyle; the ability to act in the environment while maintaining own health; the ability to independently make decisions and be responsible for their results.

The article discusses the theoretical foundations of somatic, mental, reproductive and spiritual health. Quantitative assessment of an individual's health has been determined; the methodology and methods of formation and preservation of health are considered. The article also presents the basics of healthy lifestyle and the formation of students' motivation for a healthy lifestyle.

The research provides examples of practical exercises. The students investigated the risk of myocardial infarction in five people of different ages by nine parameters: age, gender, genetic predisposition, attitude to stress, blood pressure, dietary habits, physical activity, and body weight. Each of the parameters was assessed subjectively. The student had to analyze the results obtained and substantiate a program for the prevention of myocardial infarction. Also, students were asked to rank the priorities of family life. The students were particularly interested in the discussion on the topic: "Love is..."

It is shown that health-preserving technologies positively influenced the attitude of students to their health: 30% started to engage in group sports activities, 39% began to do such activities on their own; two out of four quit smoking, while having moderate alcohol consumption before starting the course.

According to the students the course is essential and contributes to the formation of healthy habits in everyday life.

Key words: health, health-preserving technologies, lifestyle, student, General Theory of Health and Fundamentals of Healthy Lifestyle.

Стаття надійшла до редакції / Received 05.10.2020

Прийнята до друку / Accepted 13.11.2020

Унікальність тексту 99,3 % (Unicheck ID 1007154618)

© Волкова Світлана Степанівна, 2020