

**Міністерство освіти і науки України
Чернігівський національний технологічний університет
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди
ДНУ “Інститут модернізації змісту освіти”
Чернігівський обласний інститут післядипломної
педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського**

ПЕДАГОГІКА ЗДОРОВ’Я

**Збірник наукових праць
VII Всеукраїнської науково–практичної конференції
7–8 квітня 2017 року**

Том 1

Чернігів–2017

УДК 371.7+376

ББК 51.1(4УКР)0+74.580.053.34

П 24

Затверджено до друку Вченою Радою Чернігівського національного технологічного університету, протокол № 4 від 27 березня 2017 р.

Редакційна колегія:

Головний редактор – Шкарлет Сергій Миколайович – доктор економічних наук, професор, заслужений діяч науки і техніки України, ректор Чернігівського національного технологічного університету

Заступник головного редактора – Бойчук Юрій Дмитрович, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри здоров'я людини та корекційної освіти ХНПУ імені Г. С. Сковороди

Відповідальний секретар – Зайцев Володимир Олексійович, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичної реабілітації Чернігівського національного технологічного університету

Члени редакційної колегії:

Прокопенко Іван Федорович, доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, ректор Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

Казимир Володимир Вікторович – доктор технічних наук, професор, Лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, проректор з наукової роботи Чернігівського національного технологічного університету

Ткаченко Володимир Володимирович – доктор історичних наук, професор, в.о. директора Державної наукової установи “Інститут модернізації змісту освіти”

Заліський Анатолій Андрійович – кандидат філософських наук, доцент, заслужений працівник освіти України, ректор Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського

Бережна Таміла Іванівна – кандидат педагогічних наук, в.о. начальника відділу з наукової роботи Державної наукової установи “Інститут модернізації змісту освіти”

Гончаренко Марія Степанівна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, голова Української асоціації валеологів

Маркіна Тетяна Юріївна – доктор біологічних наук, професор, декан природничого факультету Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди

Лисенко Ірина Василівна – кандидат педагогічних наук, доцент, проректор з науково-методичної роботи Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського

Карленко Наталія Вікторівна – кандидат філософських наук, директор обласного комунального закладу освіти “Криворізька загальноосвітня санаторна школа-інтернат № 8 I–II ступенів”

Педагогіка здоров'я : збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції (м. Чернігів, 7–8 квітня 2017 р.) : [в 2 т.] / ред. колегія : С. М. Шкарлет [та ін.]. – Чернігів, 2017. – Т. 1. – 595 с.

Збірник містить наукові праці, які присвячені висвітленню результатів психолого-педагогічних досліджень щодо збереження та формування здоров'я дітей, учнівської та студентської молоді. Розглянуті теоретико-методологічні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язбережувального освітнього середовища; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; психолого-педагогічні основи профілактики шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язбережувальні освітні технології; актуальні проблеми корекційної педагогіки та сучасних інклюзивних процесів у загальноосвітніх навчальних закладах.

Радзієвська І.В.	461
Компетентнісна модель освіти у підготовці медичних фахівців	
Риженко К.	465
Вплив соціальних мереж та мережі Інтернет на психоемоційних стан підлітків	
Роппе-Тенейшвілі О.В., Курмаз О.О.	467
Комплексний вплив основних та додаткових засобів індивідуальної гігієни на стан ротової порожнини	
Рудакова О.І., Рудакова О.В.	474
Формування філософії здоров'язбереження у майбутніх фармацевтів	
Рудь С.В., Сторожко І.М.	476
Проектування школи сприяння здоров'ю	
Сабадуха О.В.	479
Обґрунтування ідеї курсу психосоматики у вищих навчальних закладах	
Савчук О.В.	484
Роль зовнішніх конфліктів у формуванні вегето-судинної дисфункції у підлітків	
Садовниченко Ю.О., М'ясоєдов В.В., Пастухова Н.Л., Князькова І.І.	487
Здоров'язбережувальне освітнє середовище (з досвіду роботи Харківського національного медичного університету)	
Самохін М.К.	491
До питання формування готовності студентів вищого навчального закладу до здорового способу життя	
Сап'яник О.М.	494
Здоров'язбережувальні технології на уроках трудового навчання	
Сачава Н.М.	497
Філософські обрії здоров'я нової української школи	
Селютіна С., Сергенюк І.	505
Психолого-педагогічні засади формування здорового способу життя студентської молоді	
Семенова М.О.	507
Здоров'я як моральний вибір майбутнього педагога	
Серга О.О.	512
Комплексний підхід до питання збереження здоров'я в умовах сьогодення	
Сергєєва Т.П., Кананихіна О.М.	514
Комплексний підхід до формування культури здоров'я студентів	
Сисоєва В.М., Радченко Н.Л.	518
Майстер-клас "Ігри на уроках Основ здоров'я"	
Скрипніков А.М., Герасименко Л.О., Телюков О.С., Рудь В.О.	523
Психопрофілактика рецидивів суїцидальних спроб у підлітковій популяції	
Сливка Л.В.	526
Діяльність шкільних лікарів у Польщі міжвоєнної доби ХХ століття в контексті сучасних підходів до створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі	
Сопова І.Ю.	530
Наслідки абортів як один з чинників, що формує стан репродуктивного здоров'я, як одну з складових загального здоров'я людини	
Спірке О.А.	532
Шлях до здорового способу життя	

Сергєєва Т.П., Кананихіна О.М.

Одеська національна академія харчових технологій

КОМПЛЕКСНИЙ ПІДХІД ДО ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Останніми роками достатньо гострою постає проблема здоров'я населення України. Нажаль, особливо стрімко відбувається погіршення стану здоров'я серед школярів та студентів. З кожним роком суттєво зменшується кількість здорових учнів. Це призводить до того, що до вищих навчальних закладів усе більше вступає абітурієнтів з відхиленням у стані здоров'я.

Спостереження останніх десятиліть чітко вказують, що під впливом різних чинників спостерігається погіршення стану здоров'я, фізичного розвитку і рухової підготовленості студентської молоді. А це може призвести до втрати можливості у майбутньому працювати за обраною спеціальністю [1, с. 4-6].

Усе це вимагає особливого відношення та певних зусиль від студентів стосовно збереження та зміцнення власного здоров'я. Нажаль, особистісна роль молодих людей у підтриманні та зміцненні свого здоров'я практично зведена до мінімуму. Поступово формується зовсім не обґрунтована впевненість у тому, що здоров'я гарантоване само по собі молодим віком, що будь-які навантаження, грубі порушення харчування, режим праці, відпочинку, стрес, гіподинамія, інші фактори ризику молодий організм спроможний подолати самотійно. Рівень здоров'я молоді багато в чому обумовлений відсутністю у студентів інтересу до своєї особистої і взагалі до культури здоров'я зокрема.

Однією з перших, хто приділив увагу розгляду поняття “культура здоров'я” була російська дослідниця-валеолог Л. Татарнікова. У поняття “культура здоров'я” вона вклала достатність в особистості валеологічних знань, самокорекцію психологічного стану та включеність особистості в процес оволодіння відповідними знаннями [2, с. 194].

Інші автори розглядали це поняття вже значно ширше, аніж існування у особистості відповідних знань. В. Скумін наполягає на тому, що культуру здоров'я треба розглядати як невід'ємну складову культури духовної і моральної, культури праці й відпочинку, культури особистості й культури взаємин. [3, с. 15-29].

На думку О. Микитюк, “здоров'я і формування культури здоров'я студентської молоді – якісна передумова майбутньої самореалізації молодих людей, їх активного довголіття, здатності до створення сім'ї, до складної навчальної і професійної праці, суспільно-політичної і творчої активності”.

Г. Кривошеєва розглядає культуру здоров'я майбутнього фахівця через усвідомленість ним потреби в удосконаленні своєї фізичної, психічної та духовної сфери, оскільки без сформованості у студента свідомого та творчого ставлення до власного здоров'я, не можливо досягти значних результатів в підвищенні рівня будь якого аспекту здоров'я [4, с. 38].

В. Драгнєв поняття “культура здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання” розуміє як прояв особистої самореалізації, що виявляється у свідомому ставленні студента до свого здоров'я під час роботи на комп'ютері в комп'ютерному середовищі, як до цінності, де оздоровча спрямованість власного життя в умовах масової комп'ютеризації обумовлена прагненням до вдосконалення духовного, психічного, фізичного аспектів здоров'я й творчого пошуку засобів формування, збереження та його зміцнення [5, с. 34-36].

Достатньо вичерпне визначення поняття культури здоров'я надав С. Свириденко: “культура здоров'я – це історично визначений рівень розвитку вмінь і навичок, що сприяють збереженню, зміцненню та відновленню здоров'я людини, реалізації з цією метою внутрішніх резервів організму. Культура здоров'я відбивається у специфічних формах і способах життєдіяльності особистості, орієнтованих на формування як індивідуального, так і суспільного здоров'я”.

Дослідження рівня соматичного здоров'я студентів ОНАХТ (за експрес-методикою Г. Апанасенка) засвідчило про те, що абсолютна більшість студентів-першокурсників має рівень соматичного здоров'я не вище середнього (93,4%). Це говорить про низький рівень здоров'я студентів вже на першому курсі та обумовлює доцільність прийняття необхідних першочергових заходів.

Обрання із багатьох існуючих, методика кількісної експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я за Г. Апанасенка обумовлено тим, що вона дає можливість комплексно визначити функціональний стан організму за показниками кардіореспіраторної та м'язової системи, які формалізовані у кількісних одиницях і пов'язуються з рівнем індивідуального здоров'я.

Отримані анкетні дані студентів-першокурсників із самооцінки стану з здоров'я свідчать про те, що 65,2% опитаних дівчат та 58,1% юнаків оцінюють свій стан здоров'я як добрий, 10,6% дівчат та 29,1% юнаків - як відмінний, 21,2% дівчат та 11,6% юнаків - як задовільний і лише 3% дівчат і 1,2% хлопців - як незадовільний (табл. 1). При цьому ми бачимо, що кількість хлопців, які вважають свій стан здоров'я відмінним, майже втричі більш, ніж у дівчат. Це свідчить про переоцінку свого фізичного стану здоров'я.

Таблиця 1.

Результати анкетування студентів I курсу щодо самооцінки стану здоров'я

Зміст анкетування	Розподіл результатів в середині статевих груп	
	Дівчата	Юнаки
Як Ви оцінюєте стан свого здоров'я?		
Відмінний	10,6%	29,1%
Добрий	65,2%	58,1%
Задовільний	21,2%	11,6%
Незадовільний	3%	1,2%

Разом з тим, проведене нами анкетування показало, що у студентів не сформоване поняття культури здоров'я. За даними анкетування 96,2% студентів не підготовлені до самостійної роботи по формуванню культури здоров'я, 79,2% – не мають часу або не бажають формувати культуру здоров'я, 74,1% – не дотримуються режиму дня. Аналіз узагальнених результатів показав, що: 74% студентів мають низький рівень культури здоров'я, не відчують потреби в самооздоровленні, вдаються до самолікування, переоцінюють можливості свого організму; 97,2% опитаних студентів пов'язують здоров'я і здоровий спосіб життя із заняттями фізичною культурою і спортом; переважаюча більшість опитаних студентів пов'язують поняття “культура здоров'я” з уявленням про здоровий спосіб життя і знаннями про способи зміцнення здоров'я.

Проведені нами опитування свідчать, що близько 85,9% студентів, не зважаючи на вже існуючі відхилення у стані здоров'я не бажають застосовувати на практиці будь-які оздоровчі технології, спрямовані на покращення власного здоров'я. У зв'язку з вищезазначеним надзвичайно важливою постає проблема формування культури здоров'я студентів.

Культура здоров'я студента – поняття багатопланове. Воно охоплює принципи здорового способу життя, екологічну грамотність, знання й

раціональне використання можливостей свого організму, вміле застосування народних методів оздоровлення, пропаганду медико - валеологічних знань.

Критеріями культури здоров'я студентів, що розглядаються у найтіснішій взаємодії, виступають: соціальна відповідальність, медико-валеологічна грамотність, фізичне здоров'я, психічне здоров'я, спосіб життя, творча активність особистості.

Для вирішення проблеми збереження здоров'я студентів в ОНАХТ була розроблена модель комплексного підходу до створення здоров'язбережної системи освітнього процесу по формуванню культури здоров'я. Її успішна реалізація передбачала тісну взаємодію всіх рівнів організації освітнього та виховного процесів.

При відпрацюванні моделі комплексного підходу до формування культури здоров'я, його збереження і зміцнення, а також підвищення фізичної підготовленості в умовах академії враховувалися такі аспекти:

- аргументоване обґрунтування необхідності наукових знань про здоров'я, способів його зміцнення й формування, розроблених в психології, філософії, медицині, екології, фізичному вихованні;
- постійне спонукування студентів до потреби у зміцненні свого здоров'я;
- організація самостійної діяльності студентів по самооздоровленню, самоосвіті, саморозвитку й самовихованню;
- проведення регулярного тестування найважливіших характеристик фізичного стану студентів з метою накопичення інформації про динаміку фізичного та психічного здоров'я і здійснення на цій основі періодичної корекції тренувальних програм з урахуванням початкового рівня у кожного студента;
- на основі моніторингу використання програмного комплексу, інформаційних систем для діагностики фізичного й психічного потенціалів студента;
- формування мотивації до підтримки власного здоров'я, до самовиховання;
- орієнтація навчальних планів і програм на максимальне наближення навчальної роботи студентів до самостійної практичної діяльності з питань самооздоровлення, на формування у майбутніх спеціалістів "настанови" на здоров'я;
- упровадження в навчальну діяльність інноваційних інтерактивних та здоров'язбережувальних технологій;
- розробка методологічних підходів орієнтованих на особистісну зацікавленість студентів у виконанні цілеспрямованої діяльності;
- організація виступів членів студентського наукового гуртка на факультетах з науковими докладами про шкідливі звички, соціальні хвороби та їхня профілактика, культуру здоров'я та здоровий спосіб життя;
- організація та проведення методологічних семінарів по ознайомленню студентів з культурою здоров'я, різними видами фізкультурної діяльності, прийомами контролю та самоконтролю;
- проведення спортивно-масової, фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи;

- упровадження в навчальний процес здоров'язбережувальних технологій на основі комплексного підходу;

- інформування студентів про спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи, розклад роботи спортивних секцій, особисті досягнення студентів через сайт академії та періодичні видання;

- заохочення та нагородження грамотами студентів, які приймали активну участь у фізкультурно-оздоровчій та спортивній роботі впродовж року.

Формування культури здоров'я – виховання у студентів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формування уявлення про здоров'я як цінність, посилення мотивації на ведення здорового способу життя, підвищення відповідальності за особисте здоров'я, а також потреба до фізичного самовдосконалення з метою зміцнення стану власного здоров'я, дозволить підвищити конкурентоспроможність майбутніх фахівців на сучасному ринку праці.

Комплексний підхід до проблеми здоров'я і розвитку особистості студента сприятиме як оптимізації навчально-виховного процесу щодо формування культури здоров'я, так і необхідним умовам розвитку особистості, її вдосконалення і дозволить розкрити творчі здібності, що визначають її успішність протягом усього подальшого життя.

Література

1. Здорова дитина – запорука здоров'я нації // Директор школи. - 2002. - № 39/40.– С. 3-7.
2. Татарникова Л.Г. Педагогическая валеология: Генезис. Тенденции развития. – 2-е изд., перераб. и доп. – СПб.: Изд-во “Петроградский и К”, 1997. – 416 с.
3. Скумин В.А. Культура здоровья – фундаментальная наука о человеке. – Новочебоксарск: ТЕРОС, 1995. – 132 с.
4. Кривошеева Г.Л. Формування культури здоров'я студентів університету: Дисс. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / ДНУ. – Луганськ. – 2001. – 228 с.
5. Драгнев Ю.В. Формування культури здоров'я студентів в умовах комп'ютеризації навчання: дис. ... кан. пед. наук: 13.00.04 / Луган. нац. пед. ун-т ім. Тараса Шевченка. – Луганськ, 2008