

УДК 796.035-053.6

DOI: 10.12958/2227-2844-2019-4(327)-2-193-202

Кий-Кокарева Вікторія Григоріївна,

кандидат наук з державного управління, викладач соціальної медицини, організації та управління охороною здоров'я ДЗ «Дніпровська медична академія МОЗ України», м. Дніпро, Україна.

kiyvika@i.ua

<https://orcid.org/0000-0002-6935-1867>

Завадська Наталія Валеріївна,

викладач кафедри фізичного виховання Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут ім.

І. Сікорського», м. Київ, Україна.

bubusj@bigmir.net

<https://orcid.org/0000-0001-5667-175X>

Ліцєва Олена Михайлівна,

студентка Київського національного лінгвістичного університету, м. Київ, Україна.

litsoeva@ukr.net

<https://orcid.org/0000-0002-0674-7629>

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ВПЛИВ НА РІВЕНЬ
ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ СТУДЕНТІВ**

Важливою соціальною проблемою сучасного суспільства є зниження стану здоров'я студентської молоді. За останні роки визначилась стійка тенденція росту кількості студентів з відхиленням в стані здоров'я і його низьким рівням. За період навчання стан здоров'я студентів також погіршується. Цьому сприяє зростаюче статичне і психоемоційне напруження процесу навчання, впровадження комп'ютерних технологій.

Показники здоров'я студентської молоді викликають стурбованість, а значить потребують вивчення і впровадження здоров'язберігаючих технологій. Здоров'я є основною та заключною метою здоров'язберігаючої діяльності і важливою передумовою будь-якої людської діяльності взагалі. У свою чергу збереження та зміцнення здоров'я студентів, формування у них навичок здорового способу життя та активного відпочинку – це завдання, яке стоїть перед державними освітніми структурами та педагогічною громадськістю.

Більшість фахівців (Андрєєва, Садовський, 2015; Круцевич, Пангелова, 2016; Марченко, 2010; Степанова, 2005) пов'язують низький рівень здоров'я та фізичної підготовленості студентів не тільки з

несприятливими соціально-економічними умовами життя і екологією, а й зі зниженням інтересу студентів до занять фізичною культурою і спортом, зменшенням обсягу й інтенсивності рухової активності, зниженням ефективності системи фізичного виховання у вищих навчальних закладах.

На фоні реформування системи освіти в Україні, яка характеризується найбільш стрімкими темпами, на сьогодні, однією з найбільш гострих, важко розв'язуваних залишається проблема саме реформування в галузі фізичної культури і спорту.

Сучасна система освіти має створювати оптимальні умови для реалізації особистих потреб студентської молоді. Науковці вважають, що стратегічною метою вищої освіти має бути створення середовища, яке сприяло би всебічному розвитку особистості студента (Зайцев, Крамской, Манучарян, 2007; Круцевич, Безверхня, 2010; Садовський, Андреева, 2015). На жаль, наявна система фізичного виховання, орієнтована більше на реалізацію завдань загальної фізичної підготовки, не сприяє задоволенню потреб та рекреаційно-оздоровчих інтересів студентів і не може сформувати систему мотивів до регулярних занять фізичними вправами. Саме ця ситуація вимагає пошуку нових шляхів в організації процесу фізичного виховання студентів. Інновації у фізичному вихованні дають можливість студентам не тільки фізично розвиватися, а й формують світогляд, здатність скеровувати власну освітню траєкторію та програму життєдіяльності (Андреева, 2014; Круцевич, Пангелова, 2016; Степанова, 2005).

Для того, щоб домогтися результатів у покращенні фізичної підготовленості, підвищенні рівня розвитку психофізичних якостей студентської молоді, потрібно знайти принципово нові підходи, засоби та технології, котрі мають відповідати індивідуальним особливостям студентів, сприяти максимально ефективній реалізації їхніх інтересів та здібностей. Навчатися, не втрачаючи здоров'я, можливо. Для цього необхідно здійснити перехід від традиційних форм навчання до здоров'язберігаючих.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності освітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я молоді.

Мета здоров'язберігаючих технологій у закладах вищої освіти (ЗВО) – забезпечити студентську молодь високим рівнем реального здоров'я, озброївши їх необхідним багажем знань, умінь і навичок, необхідних для ведення здорового способу життя, і виховати у них культуру здоров'я (Овчарук В.В., Овчарук В.Г., 2012).

Дослідження теоретичних і прикладних аспектів проблеми здоров'язбереження молодого покоління перебувало в полі посиленої уваги вітчизняних та зарубіжних науковців (О. Андреева, Н. Беседа, В. Горовой, Л. Горяна, В. Грибань, О. Дубогай, Т. Круцевич, Л. Попова, С. Лапаєнко та інші).

Метою процесу фізичного виховання у ЗВО є послідовне формування фізичної культури студента у поєднанні з культурою суспільства, досягнення гармонії знань та творчих дій. Однак, в сучасних умовах даний процес має велику кількість глобальних проблем, які надалі позначаються на катастрофічному погіршенні здоров'я студентської молоді.

Здоров'язберігаючі технології є стрижнем усіх педагогічних технологій, спрямованих на зміцнення та відтворення здоров'я учасників навчально-виховного процесу. До них належать (Кравчук, 2015):

- оздоровчі;
- навчання здоров'ю;
- виховання культури здоров'я.

До оздоровчих технологій необхідно віднести фізичну підготовку, фізіотерапію, рухову активність, загартовування, а також фізичну рекреаційну діяльність (ФРД), яка спрямована на підвищення ефективності використання оздоровчо-рекреаційної рухової активності із метою оздоровлення та раціональної організації вільного часу студентської молоді.

Проблема розвитку як основних, так і додаткових форм фізичного виховання має дві основні причини виникнення: з одного боку – більшість студентів вважають фізичну культуру другорядним предметом; з іншого боку – окремі викладачі, керівники ЗВО і вищі структури вважають, що «обов'язкові форми» взагалі не актуальні, а достатньо обмежитися лише факультативними (додатковими) формами організації фізичного виховання. При цьому в розрахунок не приймаються такі небезпечні факти, як: розвиток у студентів захворювань, раніше характерних для літніх людей; збільшення кількості студентів, що мають пристрасть до шкідливих звичок (куріння, вживання алкоголю, наркоманія); що до кінця терміну навчання більшість студентів віддають перевагу не здоровому способу життя і активному відпочинку, а пасивному проведенню часу. Треба констатувати, що скрізь в ЗВО спостерігається скорочення часу з дисципліни «Фізична культура», але факультативні (додаткові) або оздоровчо-рекреаційні форми фізичного виховання не використовуються повною мірою.

На наш погляд, вже сьогодні необхідно задуматися всім (від керівників системами науки, освіти та охорони здоров'я до викладачів та адміністрації ЗВО) над тим, яким чином розвинути мотивацію студентів до здорового способу життя і які форми фізичного виховання (основні та додаткові, організовані та самостійні), найбільш ефективні в цьому процесі. Необхідність зміни підходу до системи фізичного виховання студентів ЗВО постійно зростає.

На думку багатьох учених (Андрєєва, Садовський, 2015; Садовський, Андрєєва 2015; Степанова, 2005), одним зі шляхів вирішення даної проблеми є формування рекреаційної культури

студентів, основу якої складають різноманітні засоби фізичної культури і спорту, що застосовуються у вільний або спеціально відведений час.

Враховуючи актуальність вищезазначеної проблеми, її недостатню розробленість у теорії і практиці фізичного виховання ЗВО, протиріччя між потенційними можливостями фізичного виховання у формуванні рекреаційної культури студентів і станом сучасної практики, відсутністю технології її формування, нами зроблена спроба дослідження процесів фізичної підготовки і ФРД студентів.

Метою нашого дослідження є вивчення впливу здоров'язберігаючих технологій на рівень функціонального стану студентів.

Під нашим наглядом перебувало 165 осіб, віком 17-21 років. Серед них 79 дівчат і 86 юнаків. Всі особи були студентами Східноукраїнського національного університету ім. В. Даля. Використовувалися такі методи дослідження: аналіз спеціальної науково-методичної літератури, педагогічні спостереження, анкетування, тестування, методи математичної статистики.

У попередніх дослідженнях нами був проаналізовано стан здоров'я і захворюваність студентів. Встановлено, що кількість студентів, які не мають відхилень у стані здоров'я, становить 27%. Студентів, які мають або нещодавно перенесли захворювання, виявилось 73%. В структурі захворювань вегето-судинна дистонія склала 28%, захворюваннями ШКТ – 25%, бронхіальна астма і захворювання дихальної системи – 21%, захворювання ЛОР – 17%, міопія та захворювання очей – 13%, урологічні та гінекологічні захворювання – 10%, діабет та інші ендокринні захворювання – 8% студентів. Також аналіз захворювань показав високий рівень розвитку сколіозу і плоскостопості. Так, 33% студентів страждають від сколіозу і остеохондрозу, а 13% – плоскостопістю.

Крім того, було проведено оцінку розвитку фізичних якостей студентів у рамках програми дисципліни «Фізична культура». Оцінка рівня фізичної підготовленості студентів показала, що за всіма показниками вони мали «середній» і «нижче середнього» рівні розвитку фізичних якостей, що більшою мірою відповідало оцінкам «незадовільно» і «задовільно» (Кий-Кокарева & Завадська & Ліцовева, 2018).

На даному етапі роботи було досліджено та проаналізовано рівень функціонального стану студентів за допомогою проб Штанге та Генчі, які дозволяють вивчити реакцію фізіологічних систем і дають змогу отримати уявлення про стан організму в умовах активної життєдіяльності. Для характеристики функціональної повноцінності рефлексорних механізмів регуляції гемодинаміки була застосована ортостатична проба. Функціонально-резервні можливості серцево-судинної системи було досліджено шляхом використання проби Руф'є. Результати дослідження наведені в табл. 1.

Таблиця 1

Показники рівня функціонального розвитку студентської молоді

Функціональні проби	Юнаки n = 86 $x \pm m$	Дівчата n = 79 $x \pm m$
Проба Руф'є	12,9 ± 2,7	14,8 ± 2,4
Проба Генчі, хв.	23,1 ± 1,6	23,6 ± 1,4
Проба Штанге, хв.	44,8 ± 2,8	38,8 ± 3,6
Ортостатична проба, уд.	17,8 ± 1,8	19,6 ± 2,4

Аналізуючи результати, які представлені в табл. 1, можна зробити висновок, що у дівчат та юнаків переважає низький та середній рівень функціонального розвитку. Серед досліджуваного контингенту взагалі не було осіб, які мали високий рівень функціонального розвитку.

Дослідження добового режиму дня студентів свідчить про правильну і раціональну його організацію тільки у 40% опитаних. При оцінці рухової активності респондентів, в першу чергу, звертали увагу на обсяг рухової активності. В результаті опитування встановлено, що тільки у 32,4% дівчат і 38,5% юнаків тижневий обсяг спеціально організованої рухової активності відповідає мінімально необхідному рівню (8 – 10 годин на тиждень). Отримані дані свідчать про те, що руховий режим студентів характеризується вираженою гіподинамією в режимі навчального дня, рекреаційно-оздоровча діяльність поки ще не стала для студентів нормальної потребою, але абсолютна більшість студентів не заперечує її позитивної спрямованості та соціальної значущості.

Так, 4,6% дівчат і 19,2% юнаків декларують, що регулярно виконують ранкову гігієнічну гімнастику, 23,3% дівчат і 38,4% юнаків регулярно відвідують організовані заняття з фізичного виховання в режимі навчального часу, 2,8% студенток і 11,5% студентів застосовують фізкультурні паузи в період навчання і роботи. Тільки 2,0% респондентів регулярно беруть участь у всіх рекреаційно-оздоровчих заходах, пропорованих навчальним закладом, і з нетерпінням чекають їх, а 4,2% студентів з будь-яких обставин намагаються регулярно займатися фізичними вправами. Тільки для 18,7% респондентів самостійні заняття фізичними вправами стали звичкою, і респонденти приділяють їм час навіть у канікулярний період. Дослідження показують, що рухова активність студентів у період навчальних занять (8 місяців) становить 56-65% від її величини в період канікул, а під час екзаменів (2 місяці) – 39-46%. Тому можна обґрунтовано констатувати наявність дефіциту рухової активності у студентів протягом більшої частини навчального року.

Дослідження доступності до ФРД свідчать про те, що більшості студентів (68%), вона не доступна з точки зору її цікавості та пріоритетності. І тільки 32% студентів відповіли, що пріоритетна ФРД є доступною для них. З числа респондентів, які висловились, що

пріоритетна ФРД недоступна, 33% респондентів вказали на те, що це пов'язано з фінансовим становищем, 13% – у зв'язку зі станом здоров'я, 10% – у зв'язку зі браком часу, 12% – у зв'язку з неорганізованістю місця для фізичної рекреації.

Проведені дослідження свідчать про необхідність перегляду системи фізичного виховання студентів ЗВО з урахуванням наступних рекомендацій: збільшення рівня матеріально-технічного забезпечення ЗВО з метою розширеного впровадження ФРД серед студентів, підвищення рівня мотивацій студентів до ФРД і здорового способу життя, обґрунтування та подальша розробка програм і технологій ФРД.

Таким чином, результати дослідження вказують, що стан здоров'я студентів є незадовільним, рівень функціонального стану низький, обсяг рухової активності студентів не відповідає фізіологічним потребам, доступність до ресурсів ФРД обмежена. Це свідчить про необхідність вирішення проблеми здоров'я студентської молоді, яка потребує пильної уваги всіх зацікавлених у цьому педагогів, медиків, представників громадськості. При цьому особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності повинна відводитися освітній системі, яка має можливості для того, щоб зробити процес ФРД студентів доступним та здоров'язберігаючим.

Список використаної літератури

- 1. Андреева Е. В.,** Садовский А. А. Система ценностных ориентаций как основа формирования рекреационной культуры студентов. *Теория и методика физической культуры*. Алматы, 2015. № 2. С. 51–59.
- 2. Круцевич Т. Ю.** Пангелова Н. Сучасні тенденції щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах. *Спортивний вісник Придніпров'я*, 2016. № 3. С. 109–114.
- 3. Марченко О. Ю.** *Формування ціннісних категорій особистої фізичної культури у студентської молоді*: автореф. дис. канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 Дніпропетровськ, 2010. 20 с.
- 4. Степанова Е. Н.** *Формирование рекреационной физической культуры у школьников*: дис. канд. пед. наук: 13.00.04.Спб, 2005. 250 с.
- 5. Зайцев В. П.,** Крамской С. А., Манучарян С. В. Рекреация: проблема, понятийная методология, воспитание и образование студентов. *Культура физическая и здоровье*. 2007. № 2 (12). С. 22–25.
- 6. Круцевич Т. Ю.** Безверхня Г. В. *Рекреация у фізичній культурі різних груп населення*. Київ: Олімпійська л-ра, 2010. 248 с.
- 7. Андреева О. В.** *Фізична рекреація різних груп населення*. Київ: Поліграфсервіс, 2014. 280 с.
- 8. Овчарук В. В.,** Овчарук В. Г. Формування здоров'язберігаючого середовища для студентів ВНЗ. *Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди*»: збірник наукових праць. Переяслав-Хмельницький, 2012. Вип. 27. С. 187–191.
- 9. Кравчук Л. С.** Здоров'язберігаючі технології – провідна умова навчальної діяльності

студентів. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна»*. 2015. № 10. С. 44–47. **10. Кий-Кокарева В. Г.**, Завадська Н. В., Ліцовева О. М. Фізична рекреація як чинник покращення здоров'я студентів. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*, 2018. №4./318. С. 187–194.

References

- 1. Andreeva, E. V. & Sadovskij, A.A.** (2015). Sistema cennostnykh orientacij kak osnova formirovaniya rekreacionnoj kul'tury studentov [The system of value orientations as the basis for the formation of students' recreational culture]. *Teoriya i metodika fizicheskoy kul'tury – Theory and methodology of physical education*, 2, 51-59. Almaty [in Russian].
- 2. Krutsevych, T. Yu. & Panhelova, N.** (2016). Suchasni tendentsii shchodo orhanizatsii fizychnoho vykhovannia u vyshchych navchalnykh zakladakh [Contemporary trends in the organization of physical education in higher educational institutions]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia – Sport Bulletin of Prydniprovie*, 3, 109-114 [in Ukrainian].
- 3. Marchenko, O. Yu.** (2019). Formuvannia tsinnisnykh katehoriy osobystoi fizychnoi kul'tury u studentskoi molodi [Formation of valuable categories of personal physical culture in student's youth]. Extended abstract of candidate's thesis. Dnipropetrovsk [in Ukrainian].
- 4. Stepanova, E. N.** (2015). Formirovanie rekreacionnoj fizicheskoy kul'tury u shkol'nikov [Formation of recreational physical culture among schoolchildren]. Candidate's thesis. SPb. [in Russian].
- 5. Zajcev, V. P.**, Kramskoj, S. A., Manucharyan, S. V. (2007). Rekreaciya: problema, ponyatijnaya metodologiya, vospitanie i obrazovanie studentov [Recreation: problem, conceptual methodology, education and education of students]. *Kul'tura fizicheskaya i zdorov'e – Physical Culture and Health*, 2(12), 22-25 [in Russian].
- 6. Krutsevych, T. Yu. & Bezverkhnia, H. V.** (2010). Rekreatsiia u fizychnii kulturi riznykh hrup naselennia [Recreation in the physical culture of different groups of the population]. Kyiv: Olimpiiska literatura [in Ukrainian].
- 7. Andrieieva, O. V.** (2014). Fizychna rekreatsiia riznykh hrup naselennia [Recreational activities of different groups of the population]. Kyiv: Polihrafservis [in Ukrainian].
- 8. Ovcharuk, V. V. & Ovcharuk, V. H.** (2012). Formuvannia zdorov'ia zberihaiuchoho seredovyshcha dlia studentiv VNZ [Formation of the health of the storage environment for university students]. *Humanitarnyi visnyk DVNZ «Pereiaslav-Khmelnitskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Hryhoriia Skovorody»: zbirnyk naukovykh prats – Humanitarian Bulletin of the Grigory Skovoroda Pereyaslav-Khmelnitsky State Pedagogical University: collection of scientific papers*. Vyp. 27. (pp. 187-191). Pereiaslav-Khmelnitskyi [in Ukrainian].
- 9. Kravchuk, L. S.** (2015). Zdoroviazberihaiuchi tekhnolohii – providna umova navchalnoi diialnosti studentiv [Health-saving technologies are a precondition for students' learning activities]. *Zbirnyk naukovykh prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohii Universytetu «Ukraina» – Collection of scientific*

works of Khmelnytsky Institute of Social Technologies of the University of Ukraine, 10, 44–47 [in Ukrainian]. 10. Kyi-Kokarieva, V. H., Zavadzka, N. V., Litsoieva O. M. (2018). Fizychna rekreatsiia yak chynnyk pokrashchennia zdorov'ia studentiv [Physical recreation as a factor in improving the health of students]. Visnyk LNU imeni Tarasa Shevchenka – Bulletin of Taras Shevchenko National University, 4(318), 187-194 [in Ukrainian].

**Кий-Кокарева В. Г., Завадська Н. В., Ліцоєва О. М.
Здоров'язберігаючі технології та їх вплив на рівень
функціонального стану студентів**

У статті викладені основні проблеми, пов'язані з технологіями збереження здоров'я і фізичною рекреаційною діяльністю студентської молоді. Показники здоров'я студентської молоді привертають увагу, а значить потребують вивчення і впровадження здоров'язберігаючих технологій.

Метою нашого дослідження є вивчення впливу здоров'язберігаючих технологій на рівень функціонального стану студентів.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності освітнього закладу з формування, збереження та зміцнення здоров'я молоді.

Проведені дослідження свідчать про необхідність перегляду системи фізичного виховання студентів закладів вищої освіти з урахуванням наступних рекомендацій: збільшення рівня матеріально-технічного забезпечення закладів вищої освіти з метою розширеного впровадження фізичної рекреаційної діяльності серед студентів, підвищення рівня мотивацій студентів до фізичної рекреаційної діяльності і здорового способу життя, обґрунтування та подальша розробка програм і технологій фізичної рекреаційної діяльності.

Потенціал рекреації має потужні ресурси педагогічного впливу на розвиток особистості студента та адаптації його в соціумі. У змісті статті наведені дані, що дозволяють судити про рівень здоров'я і функціонального стану студентської молоді, про ступінь розвитку рекреаційної культури. Проаналізовано рухову активність студентів. Досліджено доступність до пріоритетних форм фізичної рекреації студентської молоді.

Ключові слова: здоров'язберегаючі технології, фізична рекреаційна діяльність, здоров'я, студент.

**Кий-Кокарева В. Г., Завадская Н. В., Лицоева Е. М.
Здоровьесберегающие технологии и их влияние на уровень
функционального состояния студентов**

В статье изложены основные проблемы, связанные с технологиями сохранения здоровья и физической рекреационной деятельностью студенческой молодежи. Показатели здоровья

студенческой молодежи привлекают внимание, а значит, нуждаются в изучении и внедрении здоровьесберегающих технологий.

Целью нашего исследования является изучение влияния здоровьесберегающих технологий на уровень функционального состояния студентов.

Понятие «здоровьесберегающие технологии» объединяет в себе все направления деятельности образовательного учреждения по формированию, сохранению и укреплению здоровья молодежи.

Проведенные исследования свидетельствуют о необходимости пересмотра системы физического воспитания студентов высших учебных заведений с учетом следующих рекомендаций: повышение уровня материально-технического обеспечения учреждений высшего образования с целью расширенного внедрения физической рекреационной деятельности среди студентов, повышение уровня мотивации студентов к физической рекреационной деятельности и здорового образа жизни, обоснование и дальнейшая разработка программ и технологий физической рекреационной деятельности.

Потенциал рекреации имеет мощные ресурсы педагогического воздействия на развитие личности студента и адаптации его в социуме. В содержании статьи приведены данные, позволяющие судить об уровне здоровья и функциональном состоянии студенческой молодежи, о степени развития рекреационной культуры. Проанализирована двигательная активность студентов. Исследована доступность к приоритетным формам физической рекреации студенческой молодежи.

Ключевые слова: здоровьесберегающие технологии, физическая рекреационная деятельность, здоровье, студент.

Kiy-Kokareva V., Zavadska N., Litsoieva O. Health-Saving Technologies and Their Impact on the Functional State of Students

The article presents the main problems associated with the technology of health and physical recreational activities of students. The purpose of our study is to study the impact of health-saving technologies on the level of functional state of students.

The concept of "health-saving technologies" combines all directions of activity of an educational institution on the formation, preservation and strengthening of young people's health.

The conducted researches indicate the necessity of revision of the system of physical education of students of institutions of higher education taking into account the following recommendations: increasing the level of logistics of higher education institutions with the purpose of expanded introduction of physical recreational activities among students, raising the level of motivation of students to physical recreational activity and healthy lifestyle, substantiation and further development of programs and technologies of physical recreational activity.

Health indicators of students are at a critical level, so they need in-

depth research and the widespread introduction of health-saving technologies. Physical training, physiotherapy, motor activity, hardening, as well as physical recreational activities aimed at improving the efficiency of recreational and recreational motor activity utilization in order to improve the health and rational organization of free time for student youth are to be attributed to health-improving technologies.

The potential of recreation has powerful resources of pedagogical influence on the development of the student's personality and its adaptation in society. Theoretical aspects and problems of preservation of health of young generation are analyzed. It is revealed that health-saving technologies are the basis of all pedagogical technologies aimed at strengthening and reproduction of health of participants of the educational process.

The content of the article presents data that allow to judge the level of health and functional state of students, the degree of development of recreational culture, the attitude of students to physical recreation. The motor activity of students is analyzed. Accessibility to priority forms of physical recreation of students is investigated.

Key words: health-saving technologies, physical recreational activity, health, student.

Стаття надійшла до редакції 16.03.2019 р.
Прийнято до друку 31.05.2019 р.
Рецензент – д.м.н., проф. Макаренко О. В.