

## **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ**

УДК 378.613.9:796

DOI: 10.12958/2227-2844-2020-1(332)-6-14

**Донченко Вікторія Іванівна,**

кандидат педагогічних наук, доцент; доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я, фізичної терапії, ерготерапії з спортивною медициною та фізичною реабілітацією Української медичної стоматологічної академії, м. Полтава, Україна.

[vik.donchenko@gmail.com](mailto:vik.donchenko@gmail.com)

<https://orcid.org/0000-0002-9665-7204>

**Жамардїй Валерій Олександрович,**

кандидат педагогічних наук, доцент; доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я, фізичної терапії, ерготерапії з спортивною медициною та фізичною реабілітацією Української медичної стоматологічної академії, м. Полтава, Україна.

[shamardi@ukr.net](mailto:shamardi@ukr.net)

<https://orcid.org/0000-0002-3579-6112>

### **ОСОБЛИВОСТІ НАВЧАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Актуальність дослідження зумовлена тим фактом, що в останні роки у закладах вищої освіти спостерігається зниження рівня загальної фізичної підготовленості здобувачів, викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» здійснюється як факультативне заняття, скорочено години на її вивчення. Тому, в умовах якісної розбудови української державності, культурного та духовного відродження нації від педагогічної науки вимагається пошук найбільш ефективних шляхів удосконалення освітнього процесу з фізичного виховання.

Аналітичний огляд сучасних публікацій з педагогіки, фізичного виховання і спорту, здоров'язбереження (М. Гончаренко, 2003; В. Донченко, 2014; О. Дубогай & Б. Джуринський, 2010; Л. Іванова & Л. Сущенко, 2005; О. Міхеєнко, 2015; Смірнов, 2006 та ін.) дозволяє зробити припущення, що здоров'язбережувальні технології досліджували в контексті вивчення їхньої ефективності, тобто покращання рівня фізичного, психічного та соціального здоров'я студентів. Практична реалізація здоров'язбережувальних технологій у закладах вищої освіти має стати тим засобом, завдяки якому процес навчання набуде характеру збереження й зміцнення здоров'я студентів.

На сьогодні в Україні накопичений досвід спеціалізованих

досліджень із проблеми застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладів вищої освіти, але в стадії удосконалення перебувають вітчизняна теорія та методика фізичного виховання, її категоріально-понятійний апарат. Однак навчання здоров'язбережувальних технологій на заняттях із фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти, розроблення нових напрямів і видів здоров'язбережувальних технологій, відповідного інструментарію ще потребують уваги науковців.

Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні особливостей навчання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладу вищої освіти.

Для вирішення поставлених завдань і досягнення мети використовувалися такі методи дослідження: теоретичні: метод концептуально-порівняльного аналізу; метод структурно-системного аналізу та моделювання; емпіричні: анкетування, педагогічні спостереження, бесіди, тестування, медико-біологічні методи, педагогічний експеримент. Емпіричні методи застосовувалися для оцінювання рівня фізичної і функціональної підготовленості, фізичного розвитку, здоров'я та фізичної працездатності студентів. Методи математичної статистики застосовувалися для виявлення достовірності різниці між досліджуваними показниками, коректного опрацювання отриманих результатів, відображення їх у графічних і табличних формах, проведення експериментальної перевірки висунутих положень та доведення ефективності освітнього процесу з фізичного виховання за авторським інтегрованим комплексом навчальних дисциплін із застосуванням у процесі фізичного виховання студентів здоров'язбережувальних технологій.

Головною умовою впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладу вищої освіти є покращення рівня загальної фізичної підготовленості студентів, підвищення функціонального стану студентів, формування професійно-прикладних умінь і навичок що мають важливе значення для майбутньої життєдіяльності та підвищення продуктивності праці у професійній діяльності (Donchenko & Zhamardi, 2020). Одним із завдань було створення освітнього середовища, яке здатне забезпечувати самостійну пізнавальну активність студента шляхом упровадження в фізкультурно-оздоровчу діяльність здоров'язбережувальних технологій.

Володіючи сучасними педагогічними знаннями, за постійної взаємодії зі студентами викладач закладу вищої освіти має змогу планувати та організовувати свою діяльність із урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я усіх суб'єктів педагогічного процесу. Формування основ здоров'язбереження – це складний педагогічний процес засвоєння фахової і просвітницької інформації, результат безпосередньо адаптаційних ефектів від виконання рухової діяльності (в зазначених параметрах) і використання оздоровчих акцентів (під

контролем викладача) під час реалізації певної методики, програми, практичного освоєння прийомів і засобів різноманітних здоров'язбережувальних й здоров'явідновлювальних технологій.

Ефективність управління процесом навчання здоров'язбережувальних технологій студентів закладів вищої освіти залежить від рівня знань, які лежать в його основі. На прикладі закладу вищої медичної освіти для ефективного навчання майбутніх фахівців медицини в напрямі опанування ними здоров'язбережувальних технологій існують певні можливості низки навчальних дисциплін, які можна розглядати як базові знання, уміння і навички для забезпечення здоров'язбережувального освітнього середовища. Представлені навчальні дисципліни забезпечують основи навчання студентів-медиків здоров'язбережувальним технологіям (табл. 1).

*Таблиця 1*

**Базові можливості інтегрованого комплексу навчальних дисциплін закладу вищої медичної освіти для ефективного навчання студентів здоров'язбережувальних технологій**

Навчальна дисципліна	Студенти знають	Студенти вміють
Вікова фізіологія	особливості будови й функціонування органів та систем організму людей різного віку	правильно оцінити біологічний вік людини, добирати адекватні методи та засоби фізичного виховання для формування основ її здоров'я
Фізіологія фізичних вправ	вплив специфічних фізичних вправ на організм людини	цілеспрямовано добирати вправи, які сприяють фізичному розвитку організму та формуванню основ здоров'я, дозувати їх за віком і станом організму
Вікова психологія	особливості функціонування та розвитку основних психічних та психофізіологічних властивостей та якостей людини різного віку; управління мотиваційною сферою діяльності людей різних вікових категорій у процесі занять фізичними вправами	застосовувати особистісний та індивідуальний підхід до занять фізичними вправами відповідно до психологічних та психофізіологічних якостей конкретної людини; використовувати знання про мотиваційні установки при залученні людини до регулярних здоров'язбережувальних занять фізичними вправами, формування здорового способу життя та самоуправління мотивацією
Психологія спорту	вплив занять фізичними вправами на психофізіологічні якості та процес фізично обдарованої особистості або інваліда	добирати засоби та методи фізичного виховання і психологічного стану відповідно до рівня розвитку та прояву психофізіологічних властивостей особистості

Педагогіка, андрологіка, педіатрія	принципи, методи та засоби навчання, виховання та лікування людей різних вікових категорій	використовуючи педагогічну майстерність, грамотно будувати та проводити педагогічний процес навчання руховим діям та основам здоров'я; здійснювати здоров'язбережувальний виховний процес у ході навчання руховим діям, лікування і здоров'язбереження
Основи кібернетики	методологічні основи управління системами	розглядати організм пацієнта як функціональну систему; правильно будувати процес управління формуванням основ здоров'я особистості відповідно до законів кібернетики; розглядати систему здоров'язбереження як функціональну цілісність
Валеологія	знання про здоров'я	теоретично обґрунтовувати необхідність формування здорового способу життя, основ культури здоров'язбереження
Біомеханіка	біомеханічні закономірності рухової діяльності людини	об'єктивно оцінювати техніку виконання фізичних вправ та функцію статодинамічної стійкості; за результатами доступних методик діагностувати раціональність техніки виконання рухових дій та функціональний стан організму людини; на основі одержаної інформації вносити правильні корективи у процес використання тієї або іншої здоров'язбережувальної технології
Спортивна медицина	методики оперативного й довготривалого дослідження стану здоров'я людини, визначення резерву розвитку організму	застосовувати на практиці об'єктивні методи контролю стану здоров'я та правильно оцінювати можливі спортивні результати
Спортивна метрологія	основні статистичні показники та формули їх розрахунку	здійснювати об'єктивний кількісний аналіз отриманих даних
Теорія та методика фізичного виховання	методологічні основи теорії фізичного виховання, принципи, методи, засоби фізичного виховання	адекватно будувати технологію, програму, методика формування основ здоров'я в процесі занять фізичними вправами, добирати ефективні засоби здоров'язбереження для людей різних вікових категорій

Навчання студентів здоров'язбережувальним технологіям зокрема у закладах вищої медичної освіти призведе до зменшення соціальної напруги, пов'язаної з кадровим дефіцитом і покращить доступність кваліфікованої лікарської допомоги населенню України, якість медичної

допомоги громадянам, що сприятиме зменшенню кількості ускладнень, а відповідно – інвалідності та смертності населення, скороченню втрат від тимчасової та постійної непрацездатності. Володіючи сучасними педагогічними знаннями, за постійної взаємодії зі студентами, медичними працівниками та психологами, викладач медичного університету має змогу планувати та організовувати свою діяльність із урахуванням пріоритетів збереження та зміцнення здоров'я усіх суб'єктів педагогічного процесу.

Використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладів вищої освіти України зорієнтоване на розвиток у студентів наукового світогляду, виховання професійного мислення та засвоєння професійних знань, умінь і навичок в аспекті формування основ здоров'я, його зміцнення та збереження в процесі фізичного виховання, реабілітації та рекреації. Випускники закладів вищої освіти повинні уміти компетентно управляти формуванням основ здоров'я людини, його зміцненням і збереженням; користуватися розробленими та самостійно розробляти нові оздоровчі та здоров'язбережувальні технології, а також впроваджувати їх у власній життєдіяльності.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі полягають у вдосконаленні та розробленні теоретико-методичного супроводу застосування здоров'язбережувальних технологій на заняттях із фізичного виховання студентів, дослідженні теоретико-методичних засад професійної підготовки викладачів кафедр фізичного виховання до фізкультурно-оздоровчої діяльності.

### **Список використаної літератури**

**1. Гончаренко М. С.** Валеология в схемах. Харьков: ХНУ, 2003. 187 с. **2. Донченко В. І.** Здоров'язбережувальні технології як важливе направлення освіти студентів медичних ВНЗ. *Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи*: матеріали Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. студ. і молодих учених (26 листоп. 2014 р.). Полтава: ПНТУ, 2014. С. 29–31. **3. Дубогай О. Д., Джурина Б. П.** Компетентнісний потенціал педагогіки здоров'язбереження молоді при формуванні її особистості засобами фізичної культури. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). Київ: НПУ, 2010. Вип. № 10. С. 275–278. **4. Іванова Л. І., Сущенко Л. П.** Підготовка майбутніх учителів з позицій здоров'язберігаючої освіти. *Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи* [за заг. ред. Лук'янченка М., Шкретія Ю., Боляха Е., Матвеева А.]. Дрогобич: КОЛО, 2005. С. 489–493. **5. Міхєєнко О. І.** Підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій: теоретико-методичні аспекти: монографія. Суми: Університетська книга, 2015. 316 с. **6. Смирнов Н. К.** Здоровьесберегающие образовательные технологии и психология

здоров'я в школі. [2-е изд.]. Москва: АРКТИ, 2006. 320 с.  
7. **Donchenko V.**, Zhamardiy V., Shkola O., Kabatska O., Fomenko V. Health-saving competencies in physical education of students. *Wiadomości Lekarskie*. 2020. Tom LXXIII, nr 1. pp. 145–150.

### **References**

1. **Goncharenko, M. S.** (2003). Valeolohyia v skhemakh [Valeology in the schemes]. Kharkov [in Russian].  
2. **Donchenko, V. I.** (2014). Zdoroviazberezhuvalni tekhnolohii yak vazhlyve napravlennia osvity studentiv medychnykh VNZ [Health and safety technology is more important than leading students of medical high schools]. *Fizychna reabilitatsiia ta zdoroviazberezhuvalni tekhnolohii: realii i perspektyvy* (pp. 29–31). Poltava: PNTU [in Ukrainian].  
3. **Dubogaj, O. D.** & Dzhurinsky P. B. (2010). Kompetentnisnyi potentsial pedahohiky zdoroviazberzhennia molodi pry formuvanni yii osobystosti zasobamy fizychnoi kultury [Competent potential of pedagogy of health saving of youth in the formation of her personality by means of physical culture]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Serii 15: Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (Fizychna kultura i sport)*, 10, 275-278. Kyiv: NPU [in Ukrainian].  
4. **Ivanova, L. I.** & Sushchenko L. P. (2005). Pidhotovka maibutnikh uchyteliv z pozytsii zdoroviazberihaiuchoi osvity [Preparation of future teachers from the perspective of health education]. *Realizatsiia zdorovoho sposobu zhyttia – suchasni pidkhody* (pp. 489-493). Drohobych: Kolo [in Ukrainian].  
5. **Mikheyenko, O. I.** (2015). Pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv zi zdorovia liudyny do zastosuvannia zdoroviazmitsniuvalnykh tekhnolohii: teoretyko-metodychni aspekty [Preparation of future human health professionals for the application of health-enhancing technologies]. Sumy: Universytetska knyha [in Ukrainian].  
6. **Smirnov, N. K.** (2006). Zdrovesberehaiushchye obrazovatelnye tekhnolohyy y psykholohyia zdorovia v shkole [Health-saving educational technologies and the psychology of health at school]. [2-е yzd.]. Moskva: ARKTY [in Russian].  
7. **Donchenko, V.**, Zhamardiy V., Shkola O., Kabatska O. & Fomenko V. (2020). Health-saving competencies in physical education of students. *Wiadomości Lekarskie*, LXXIII, nr 1, 145-150 [in English].

**Донченко В. І., Жамардій В. О. Особливості навчання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладу вищої освіти**

Зміст статті полягає в обґрунтуванні особливостей навчання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі закладу вищої освіти. З'ясовано, що головною умовою впровадження здоров'язбережувальних технологій є покращення рівня загальної фізичної підготовленості, підвищення функціонального стану студентів, формування професійно-прикладних умінь і навичок що мають важливе

значення для майбутньої життєдіяльності та підвищення продуктивності праці у професійній діяльності. Практична реалізація здоров'язберезувальних технологій у закладах вищої освіти має стати тим засобом, завдяки якому процес навчання набуде характеру збереження й зміцнення здоров'я студентів.

Визначено, що для ефективного навчання студентів у напрямі опанування ними здоров'язберезувальних технологій у закладах вищої медичної освіти існують певні можливості низки навчальних дисциплін, які можна розглядати як базові знання, уміння і навички для забезпечення здоров'язберезувального освітнього середовища. Для вирішення поставлених завдань і досягнення мети використовувалися такі методи дослідження: теоретичні: метод концептуально-порівняльного аналізу; метод структурно-системного аналізу та моделювання; емпіричні: анкетування, педагогічні спостереження, бесіди, тестування, медико-біологічні методи, педагогічний експеримент. Навчання студентів здоров'язберезувальним технологіям зокрема у закладах вищої медичної освіти призведе до зменшення соціальної напруги, пов'язаної з кадровим дефіцитом і покращить доступність кваліфікованої лікарської допомоги населенню України. Використання здоров'язберезувальних технологій в освітньому процесі закладів вищої освіти України зорієнтоване на розвиток у студентів наукового світогляду, виховання професійного мислення та засвоєння професійних знань, умінь і навичок в аспекті формування основ здоров'я, його зміцнення та збереження в процесі фізичного виховання, реабілітації та рекреації.

*Ключові слова:* заклад вищої освіти, здоров'язберезувальні технології, навчання, студенти, фізичне виховання.

### **Донченко В. И., Жамардий В. А. Особенности обучения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе учреждения высшего образования**

Содержание статьи заключается в обосновании особенностей обучения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе учреждения высшего образования. Выяснено, что главным условием внедрения здоровьесберегающих технологий является улучшение уровня общей физической подготовленности, повышение функционального состояния студентов, формирование профессионально-прикладных умений и навыков имеют важное значение для будущей жизнедеятельности и повышения производительности труда в профессиональной деятельности. Практическая реализация здоровьесберегающих технологий в учреждениях высшего образования должно стать тем средством, благодаря которому процесс обучения приобретает характер сохранения и укрепления здоровья студентов.

Определено, что для эффективного обучения студентов в направлении освоения ими здоровьесберегающих технологий в

учреждениях высшего медицинского образования существуют определенные возможности ряда учебных дисциплин, которые можно рассматривать как базовые знания, умения и навыки для обеспечения здоровьесберегающей образовательной среды. Для решения поставленных задач и достижения цели использовались следующие методы исследования: теоретические: метод концептуально-сравнительного анализа; метод структурно-системного анализа и моделирования; эмпирические: анкетирование, педагогические наблюдения, беседы, тестирование, медико-биологические методы, педагогический эксперимент. Обучение студентов здоровьесберегающим технологиям в частности в учреждениях высшего медицинского образования приведет к уменьшению социальной напряженности, связанной с кадровым дефицитом и улучшит доступность квалифицированной врачебной помощи населению Украины. Использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе учреждений высшего образования Украины сориентировано на развитие у студентов научного мировоззрения, воспитание профессионального мышления и усвоения профессиональных знаний, умений и навыков в аспекте формирования основ здоровья, его укрепление и сохранение в процессе физического воспитания, реабилитации и рекреации.

*Ключевые слова:* учреждения высшего образования, здоровьесберегающие технологии, обучение, студенты, физическое воспитание.

#### **Donchenko V., Zhamardiy V. Features of Teaching Health-Saving Technologies in the Educational Process of Higher Education Institution**

The content of the article is to substantiate the peculiarities of teaching health-saving technologies in the educational process of higher education institutions. It has been found that the main condition for the introduction of health-saving technologies is the improvement of the level of general physical fitness, improvement of the functional state of students, the formation of professional and applied skills and skills, which are important for the future vital activity and increase of labor productivity in professional activity. The practical implementation of health-saving technologies in higher education institutions should be a means by which the learning process will take on the nature of preserving and promoting the health of students.

It has been determined that for the effective education of students in the field of their acquisition of health-saving technologies in institutions of higher medical education there are certain possibilities of a number of educational disciplines, which can be considered as basic knowledge, skills and skills for providing a healthy educational environment. The following research methods were used to solve the tasks and achieve the goal: theoretical: conceptual and comparative analysis method; method of structural-system analysis and modeling; empirical: questioning, pedagogical observations, conversations,



testing, biomedical methods, pedagogical experiment. Educating students with health-saving technologies, particularly in higher education, will reduce the social tension associated with staffing shortages and improve the availability of qualified medical assistance to the Ukrainian population, the quality of care provided to citizens, which will help reduce complications and reduce complications. The use of health-saving technologies in the educational process of higher education institutions of Ukraine is oriented to the development of students of scientific outlook, education of professional thinking and assimilation of professional knowledge, skills and abilities in the aspect of forming the basics of health, its strengthening and preservation in the process of physical education, rehabilitation and recreation. Graduates of higher education institutions should be able to competently manage the formation of the basics of human health, its promotion and preservation; to use developed and independently develop new wellness and health-saving technologies, as well as to implement them in their own life.

*Key words:* higher education, health-saving technology, training, students, physical education.

Стаття надійшла до редакції 03.01.2020 р.

Прийнято до друку 27.01.2020 р.

Рецензент – д. п. н., проф. Ткаченко А. В.