

Reference

1. Gogunov, E. N., Martyanov, B. I. (2000). Psihologiya fizicheskogo vospitaniya i sporta: ucheb. posobie [Psychology of physical education and sport: tutorial]. Moskva: Akademiya [in Russian].
2. Gordeeva, T.O. (2006). Psihologiya motivatsii dostizheniya [Psychology of achievement motivation]. Moskva: Smyisl, 2006 [in Russian].
3. Drozhalkin, V.A. (2015). Sportivnaya motivatsiya kak veduschiy faktor rezultativnosti v sportivno-sorevnovatelnoy deyatel'nosti [Elektronnyy resurs] [Sports motivation as a leading performance factor in sports and competitive activities [Electronic resource] Sovremennyye nauchnyye issledovaniya i innovatsii. № 4. Ch. 5. Retrieved from: <http://web.snauka.ru/issues/2015/04/52492> [in Russian].
4. Ivanenko, V. (2017). Osoblivosti rozuminnya psihologichnoyi sutnosti motivatsiyi dosyagnennya v sportivniy diyalnosti [Features of understanding the psychological essence of the motivation of achievement in sports activities] Naukoviy visnik melitopolskogo derzhavnogo pedagogichnogo universitetu, seriya: pedagogika, № 1 (18). 86-90 [in Ukrainian].
5. Ilin, E. P. (2000). Motivatsiya i motivyi [Motivation and motives] SPb.: Piter [in Russian].
6. Ilin, E.P. (2010). Psihologiya sporta [Psychology of sport]. SPb.: Piter [in Russian].
7. Kryilov, A. A. (2002). Nekotorye problemy psihologii sporta v sovremennom mire [Some problems of the psychology of sports in the modern world]. Hrestomatiya: Sportivnaya psihologiya v trudah otechestvennykh spetsialistov. – SPb.: Piter. 37-42 [in Russian].
8. Lepiokhina, I. O. (2012). Formuvannya sportivnoyi motivatsiyi [Formation of sport motivation]. Pedahohika formuvannya tvorchoyi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh: coll. of scientific works. Ed. by T. I. Sushchenko. Zaporizhia. Issue 22 (75). 220–277 [in Ukrainian].
9. Nikolaev, A. N. (2003). Metodika otsenki motivov sportivnoy deyatel'nosti [Methods for assessing the motives of sports activities]. Psihologicheskie osnovy pedagogicheskoy deyatel'nosti: materialy 30-y nauch. konf. SPb. Vyip. 7. 55–58 [in Russian].
10. Babushkin, G. D., Melnikov, V. M. (2000). Obschaya sportivnaya psihologiya [General psychology of sport]. Omsk: Sib. GAFK [in Russian].
11. Platonov, V. N. (2015). Sistema podgotovki sportsmenov v olimpiyskom sporte. Obschaya teoriya i eyo prakticheskie prilozheniya: uchebnyy [dlya trenerov]: v 2 kn. [System of athletes' preparation in the Olympic sport. General theory and its practical applications: textbook [for coaches]: in 2 books]. Kiev: Olimpiyskaya literature. Book 2. [in Ukrainian].
12. Psihologichna struktura sportivnoyi diyalnosti [Elektronnyy resurs] [Psychological structure of sports activities]. Retrieved from: <http://um.co.ua/8/8-14/8-144924.html>
13. Suslov, F.P., Vaytsehovskiy, S.M. (1993). Tolkovyy slovar sportivnykh terminov. Okolo 7400 terminov [Explanatory dictionary of sports terms. About 7400 terms]. Moskva: Fizkultura i sport [in Russian].
14. Cherepiekhina, O. A. (2002). Sprobi nablizitsiya do rozuminnya psihologichnoyi sutnosti motivatsiyi zanyat sportom. [Attempts to approach understanding the psychological essence of motivation of doing sports]. Pedahohika formuvannya tvorchoyi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh: coll. of scientific works. Ed. by T. I. Sushchenko. Kyiv-Zaporizhia. Issue 26. 421–425 [in Ukrainian].

УДК 613-057:378.17:61

Донченко В.І.,
кандидат педагогічних наук, доцент
Українська медична стоматологічна академія
Грінченко Г.В.
викладач
Полтавський базовий медичний коледж

ПОНЯТТЯ «ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ» У СИСТЕМІ МЕДИЧНОЇ ОСВІТИ

В статті проведений аналіз поняття «здоров'язберезувальні технології» у системі медичної освіти. Це поняття розглянуто в різних аспектах: здоров'язберезувальні технології за характером діяльності основних суб'єктів умовно поділяють на вузькоспеціалізовані (медичні) – технології профілактики захворювань, корекції і реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності; освітні – сприяють збереженню здоров'я в процесі навчання і виховання; соціальні – технології організації здорового способу життя, профілактики і корекції девіантної поведінки; психологічні – технології профілактики і психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку; комплексні – технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі і валеологічні); педагогічні технології, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я; технології, що формують здоровий спосіб життя. Мета всіх здоров'язберезувальних технологій – сформувати в студентів-медиків знання, уміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати одержані знання в професійній діяльності. Аналіз публікацій з проблем здоров'язберезувальних технологій виявив наявність різноманітних підходів до визначення поняття «здоров'язберезувальні технології».

Ключові слова: здоров'язберезувальні технології, педагогічні технології, студенти, медична освіта.

Донченко В.И., Гринченко А.В. Понятие «здоровьесберегательные технологии» в системе медицинского

образованія. В статті проведено аналіз поняття «здоров'єсберегальні технології» в системі медичного освітання. Це поняття розглянуто в різних аспектах: здоров'єсберегальні технології по характеру діяльності основних суб'єктів умовно розділяють на узкоспеціалізовані (медичні) – технології профілактики захворювань, корекції і реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності; освітальні – сприяють збереженню здоров'я в процесі освітання і виховання; соціальні – технології організації здорового образу життя, профілактики і корекції девіантного поведіння; психологічні – технології профілактики і психокорекції психічних відхилень особистісного і інтелектуального розвитку; комплексні – технології комплексної профілактики захворювань, корекції і реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі і валеологічні); педагогічні технології, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я; технології, що формують здоровий образ життя. Мета всіх здоров'єсберегальних технологій – сформувати у студентів-медиків знання, уміння і навички здорового образу життя, навчити їх використовувати отримані знання в професійній діяльності. Аналіз публікацій по проблемам здоров'єсберегальних технологій виявив наявність різних підходів до визначення поняття «здоров'єсберегальні технології».

Ключові слова: здоров'єсберегальні технології, педагогічні технології, студенти, медичне освітання.

Donchenko V., Grinchenko H. The concept of "health-saving technologies" in the system of medical education.

The article analyzes the concept of "health-saving technologies" in the system of medical education. This concept is considered in various aspects: health-saving technologies by the nature of the activities of the main subjects are conventionally divided into highly specialized (medical) – technologies for disease prevention, correction and rehabilitation of somatic health, sanitation and hygiene; educational – contribute to the preservation of health in the process of education and upbringing; social – technologies of organization of a healthy way of life, prevention and correction of deviant behavior; psychological – technologies of prevention and psycho-correction of psychological deviations of personality and intellectual development; complex – technologies of complex prevention of diseases, correction and rehabilitation of health (physical culture and health and valeological); pedagogical technologies that promote preservation and strengthening of health; technologies that form a healthy lifestyle. The purpose of all health-saving technologies is to provide medical students with knowledge, skills and habits of a healthy lifestyle, to teach them to use the acquired knowledge in their professional activities.

Analysis of publications on healthcare-saving technologies revealed the existence of a variety of approaches to the definition of "health-saving technologies". The attention was paid to the aspects of medical methods, the availability of samples of the use of rehabilitation and medical techniques as methods of recovery, as well as the specificity of the actual educational content of the essence of the concept and a certain lack of understanding of the social component of the pedagogical concept, especially in the system of medical education.

Key words: health-saving technologies, pedagogical technologies, students, medical education.

Постановка проблеми. У сучасній літературі поняття «здоров'єзберіжувальні технології» зустрічаємо в різнопланових контекстах. Причини цього різноманітні: стурбованість суспільства проблемами збереження здоров'я особистості у процесі навчання, значне зростання інформаційних навантажень, сучасні вимоги до якості освітання і тощо. Певною мірою розвиток здоров'єзберіжувальних технологій пов'язаний із гуманізацією навчально-виховного процесу, зміною освітньої парадигми, спробами педагогічної науки сформувати адекватну відповідь на виклики сучасності [9].

Здоров'єзберіжувальні технології за характером діяльності основних суб'єктів умовно поділяють на вузькоспеціалізовані (медичні) – технології профілактики захворювань, корекції і реабілітації соматичного здоров'я, санітарно-гігієнічної діяльності; освітальні – сприяють збереженню здоров'я в процесі навчання і виховання; соціальні – технології організації здорового способу життя, профілактики і корекції девіантного поведінки; психологічні – технології профілактики і психокорекції психічних відхилень особистісного та інтелектуального розвитку; комплексні – технології комплексної профілактики захворювань, корекції та реабілітації здоров'я (фізкультурно-оздоровчі і валеологічні); педагогічні технології, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я; технології, що формують здоровий спосіб життя. Мета всіх здоров'єзберіжувальних технологій – сформувати в студентів-медиків знання, уміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати отримані знання в професійній діяльності [9].

Здоров'єзберіжувальні технології більшість науковців (В. Кучма [10], А. Мітяєва [11], М. Смірнов [15], М. Степанова [10], Л. Тіхомірова [16]) визначають як головний напрям вирішення проблем збереження та зміцнення здоров'я особистості в сучасних умовах освітнього простору. Проте відсутність єдиного підходу до поняття «здоров'єзберіжувальні технології», досить нечітке його тлумачення, недостатнє теоретичне й методичне обґрунтування цього поняття викликає ускладнення в реалізації принципів здоров'єзбереження в практиці навчання і виховання, зокрема, у навчально-виховному процесі медичних закладів вищої освітання.

Детальніше вивчення джерел виявляє широкий діапазон підходів до розуміння поняття «здоров'єзберіжувальні технології»: так поняття «здоров'єзберіжувальні технології» в контексті особистісного і культурологічного підходів використовують як синонім валеологічної освітання, формування здорового способу життя, культури здоров'я [1; 14], у контексті діяльнісного підходу як розрізнені медичні або гігієнічні засоби [3], як фізкультурно-оздоровчі технології [2]; у окремих прикладних дослідженнях цей термін асоціюється зі збереженням здоров'я людини загалом [2], з педагогічним супроводом первинної профілактики, загартуванням, деякими медичними техніками оздоровлення [4] та інше. Відсутність достатньо однозначного тлумачення поняття «здоров'єзберіжувальні технології» у медично-педагогічному контексті не дозволяє

забезпечити адекватне навчання студентів медичних закладів вищої освіти здоров'язбережувальним технологіям.

Системний аналіз наукових джерел із теми дослідження дозволив дійти висновку, що поняття «педагогічна технологія» накладає певний відбиток на дефініцію «здоров'язбережувальна технологія», то ж розглянемо детальніше необхідні для нас аспекти цих понять. У сучасній зарубіжній і вітчизняній науковій літературі існує понад триста визначень поняття «педагогічна технологія». Учені тлумачать поняття «педагогічна технологія» як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє цілі, зміст і методи навчання (Г. Селєвко [13] та ін.); як спосіб організації, модель навчального процесу, яка гарантує отримання запланованого результату (В. Монахов [12] та ін.); як інструментарій освітнього процесу, систему вказівок, які мають забезпечити ефективність і результативність навчання (А. Митяєва [11] та ін.). Отже, відповідно зазначеного, поняття «здоров'язбережувальні технології» може розглядатися як частина педагогічної науки, як спосіб організації або модель навчального процесу, як інструментарій освітнього процесу. Діяльнісний підхід, на наш погляд, варто використовувати у контексті навчання студентів-медиків, які повинні володіти відповідною методикою, що має забезпечити практичне втілення здоров'язбережувальних технологій у медичну практику.

Учені класифікують вимоги до будь-якої педагогічної технології:

- концептуальність (наявність науково-педагогічного обґрунтування – загальної схеми – і його концептуальної інтерпретації фахівцям з урахуванням умов реального освітнього процесу в сукупності різноманітних педагогічних ситуацій);
- антропоцентризм (забезпечення безперервного розвитку особистості в освіті засобом безперервного самопізнання);
- ситуативність (збереження простору авторства, творчості кожного фахівця, що дозволяє ідеальну схему перетворити на реальну педагогічну ситуацію);
- контекстуальність (взаємодія у реальному навчально-виховному процесі) [8, с. 56]. Загалом, як зазначає С. Дмитрів, педагогічна технологія реалізується як систематична, цілеспрямована, свідомо проєктована діяльність, що відрізняється від неструктурованого елементарного виконання і слугує досягненню мети з найменшими витратами [8, с. 48].

Найважливішим у характеристиці будь-якої технології, яка реалізується в освітній установі, за Л. Тихомировою є те, наскільки ця технологія зберігає здоров'я особистості, чи є вона здоров'язбережувальною [16]. Тому вчена в рамках особистісного підходу розглядає поняття «здоров'язбережувальні технології» не як самостійну педагогічну технологію, а як якісну характеристику освітніх технологій.

У контексті цього підходу А. Митяєва також розглядає поняття «здоров'язбережувальні освітні технології» як якісну характеристику будь-якої освітньої технології, її «сертифікат безпеки для здоров'я» і як сукупність принципів, прийомів, методів роботи, котрі, доповнюючи традиційні технології навчання і виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження [11, с. 100].

На думку І. Григорянц, близькі до здоров'язбережувальних освітніх технологій медичні технології профілактичної роботи, які проводяться в освітніх установах: вакцинація, контроль за термінами щеплень, виділення груп медичного ризику тощо. Така діяльність спрямована на збереження здоров'я особистості, профілактику інфекційних та інших захворювань. Серед положень здоров'язбережувальної педагогіки вчена вирізняє «заповідь результативності здоров'язбережувальних технологій» як цілеспрямоване виховання культури здоров'я людини, здібностей та вмінь піклуватися про власне здоров'я, духовне й тілесне благополуччя [5, с. 8-9], тобто – органічно поєднує особистісного та культурологічного підходів.

За визначенням В. Галузинського поняття «освітня технологія педагогіки здоров'язбереження» – це процес відтворення педагогічних дій з арсеналу педагогічного і методичного інструментаріїв в рамках системи «викладач – студент», «лікар – пацієнт», здійснюваних за допомогою системного використання форм, засобів і методів, які забезпечують досягнення запланованих результатів з урахуванням цілей і завдань педагогіки здоров'язбереження. Згідно цього, мета здоров'язбережувальних освітніх технологій навчання – забезпечити студентській молоді можливість збереження здоров'я за період навчання в вищій школі, сформувати у них необхідні знання, уміння і навички, навчити використовувати одержані знання в повсякденному житті [3]. Такий підхід можемо назвати близьким до компетентнісного.

Наближеною особистісно-діяльнісного та технологічного підходів є наукова позиція М. Смірнова, який класифікує здоров'язбережувальні технології таким чином:

- медико-гігієнічні технології;
- фізкультурно-оздоровчі технології;
- екологічні здоров'язбережувальні технології;
- технології забезпечення безпеки життєдіяльності;
- здоров'язбережувальні освітні технології [15, с. 21].

Вчений стверджує, що здоров'язбережувальні освітні технології необхідно визнати найбільш значущими зі всіх перерахованих за ступенем впливу на здоров'я особистості. Головною їхньою ознакою є не місце, де вони реалізуються, а використання психолого-педагогічних прийомів, методів, технологій вирішення проблем, що виникають у навчальному процесі [15].

Т. Денисовець – як функціональну систему організаційних засобів управління навчальною, пізнавальною і практичною діяльністю студентської молоді, науково і інструментально забезпечує збереження і зміцнення здоров'я [7, с. 6].

З позицій компетентнісного й акмеологічного підходів ряд учених трактують здоров'язбережувальні технології: як сукупність прийомів, методів, форм навчання і підходів до освітнього процесу, при якому виконуються як мінімум чотири вимоги: врахування індивідуальних (інтелектуальних, емоційних, мотиваційних і інших) особливостей студента, його темпераменту, характеру сприйняття ним навчального матеріалу, типу пам'яті тощо; недопущення надмірного інтелектуального, емоційного, нервового навантаження при освоєнні навчального матеріалу, прагнення домогтися

оптимальних результатів навчання при оптимізації необхідних витрат часу та сил студента й викладача; забезпечення такого підходу до освітнього процесу, який гарантував би наявність сприятливого морально-психологічного клімату в навчальній групі, зміцнення психічного здоров'я студентів [7].

Як засіб організації послідовних дій у ході навчально-виховного процесі, реалізації освітніх програм на основі врахування індивідуального здоров'я кожного студента, особливостей вікового, психофізичного, духовно-етичного стану й розвитку [7]. Як бачимо, автори роблять акцент не тільки на компетентнісній організації процесу навчання, але й на тому, щоб навчити студентів-медиків завдяки умінням уникати інших перешкод стресів засобами психологічного захисту і збереження здоров'я досягати найвищих вершин професійного успіху.

З урахуванням ідей технологічного, аксіологічного й акмеологічного підходів учені В. Кучма і М. Степанова визначають поняття «здоров'язбережувальні технології» як педагогічні технології навчання, які засновані на: вікових особливостях пізнавальної діяльності; оптимальному рівні навчання; варіативності методів і форм навчання; рівномірному поєднанні рухових і статичних навантажень; навчанні в малих групах; використанні наочності й використанні різних форм надання інформації; створенні емоційно сприятливої атмосфери; формуванні позитивної мотивації до навчання („педагогіка успіху”); на культивуванні у студентів цінності знань з питань здоров'я [10, с. 23].

На основі системного підходу В. Гузєєв в поняття «здоров'язбережувальна освітня технологія» включає систему цілеспрямованих впливів на цілісний навчально-виховний процес, організований у рамках традиційної системи освіти навчальним закладом для медико-психолого-педагогічної профілактики і корекції негативних психофізіологічних, психологічних і особистісних станів студентів. Звернемо увагу на уточнення автора про те, що поняття «здоров'язбережувальна освіта» – це комплексна системна діяльність освітнього закладу щодо впровадження в практику його роботи різних здоров'язбережувальних технологій з метою мінімізації дії основних чинників ризику порушення здоров'я студентської молоді [6, с. 23].

С. Дмитрієв розглядає дефініцію з лікувально-профілактичних позицій: заняття гімнастикою, аромо- і фітотерапія, музико- і арттерапія, лялькотерапія тощо [8, с. 49].

У дослідженнях Т. Ахутіної [1] та інших вчених розглядається комбінований підхід до визначення поняття «здоров'язбережувальні технології», згідно з яким ці технології поділяються на медичні, гігієнічні та фізкультурно-оздоровчі заходи. На думку Т. Ахутіної, основними критеріями, згідно з якими педагогічна технологія може вважатися здоров'язбережувальною є: забезпечення навчальної мотивації; побудова навчання у відповідності з віковими особливостями психофізіологічного розвитку студента; недопущення форм тяжкого і вираженого стомлення [1, с. 22].

Перелік найбільш вагомих для нашої роботи визначень поняття «здоров'язбережувальні технології» свідчить про необхідність виділення й інтеграції вже відомих здоров'язбережувальних освітніх технологій з технологіями гігієнічного, медичного і реабілітаційного контекстів, педагогічного наповнення цього поняття для його застосування у процесі фахової підготовки студентів медичних закладів вищої освіти [9].

Оскільки однозначне визначення поняття «здоров'язбережувальна технологія» в педагогічній літературі відсутнє, а існуючий перелік визначень терміну надзвичайно широкий, узагальнемо значущі аспекти даного поняття, висвітлені у названих нами працях відповідно основних наукових підходів, де здоров'язбережувальні технології розглядаються [9]:

- як маркер якісної характеристики освітніх технологій, показник їхньої спрямованості на здоров'язбереження;
- як сукупність принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, які доповнюють традиційні технології навчання й виховання, надають їм ознак здоров'язбереження;
- як методики навчання здоров'ю, які об'єднують формування культури здоров'я, здорового способу життя, валеологічну й гігієнічну освіту тощо;
- як сукупність оздоровчо-фізкультурних заходів;
- як методики врахування вікових та психофізіологічних особливостей студентської молоді у процесі фізичного виховання;
- як засоби формування здоров'язбережувального середовища;
- як лікувально-профілактичні заходи тощо.

На нашу думку, у рамках визначеної проблеми дослідження варто розглядати здоров'язбережувальні технології як медико-педагогічний феномен, що ґрунтується на сучасних наукових підходах до визначення педагогічних технологій, передбачає два взаємопов'язані аспекти:

1) втілює частину педагогічної науки, яка вивчає й розробляє цілі, зміст і методи навчання здоровому способу життя спрямовані на вирішення завдань здоров'язбереження кожної особистості та спосіб організації моделі освітнього процесу, яка гарантує збереження здоров'я всіх суб'єктів навчального процесу;

2) як інструментарій освітнього процесу він об'єднує педагогічні технології, засновані на: соціальній моделі здоров'я; індивідуалізації навчально-виховного процесу; диференціації студентів-медиків згідно психологічних та психофізіологічних особливостей, особистісних потреб та інтересів; інноваційних методах і формах навчання, сприятливих для збереження здоров'я кожної особистості; створенні сприятливого освітнього середовища; на формуванні в особистості самоохоронної поведінки та навичок, які сприяють збереженню свого здоров'я і здоров'я інших людей (майбутніх пацієнтів).

У зазначеному контексті методика навчання здоров'язбережувальних технологій студентів медичних закладів вищої освіти має бути спрямованою на опанування головних напрямів здоров'язбереження з урахуванням отриманої спеціальності, вікових та психофізіологічних особливостей пацієнтів, суспільних потреб регіону та інше. Значним досягненням сучасної системи професійної підготовки фахівців медицини в країні може стати лікар, який володіє теоретичними та практичними навичками використання здоров'язбережувальних технологій у професійній діяльності.

Отже, аналіз публікацій з проблем здоров'язбережувальних технологій виявив наявність різноманітних підходів до визначення поняття «здоров'язбережувальні технології». Зафіксовано увагу на аспектах медичних методик, наявність зразків застосування реабілітаційних і медичних технік як методик оздоровлення, а також виявлено специфіку власне освітнього наповнення сутності поняття та певну відсутність розуміння соціальної складової педагогічного поняття, особливо у системі медичної освіти. Головною ознакою такої специфіки є майже повне ігнорування профілактичних здоров'язбережувальних технологій, напрацьованих у системі фізичного виховання; водночас перевага у процесі навчання студентів-медиків надається здоров'явідновлювальним технологіям.

Література

1. Ахутина Т. В. Здоров'єсберегаючі технології об'єктивного навчання : індивідуально-орієнтований підхід / Т. В. Ахутина // Школа здоров'я. – 2000. – Т. 7. – № 2. – С. 21–28.
2. Волошко Л. Б. Формування професійної компетентності майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у процесі вивчення медико-біологічних дисциплін : автореф. дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти» / Л. Б. Волошко ; Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. – К., 2006. – 20 с.
3. Галузинський В. М. Основи педагогіки та психології вищої школи в Україні : навч. посіб. для викладачів та аспірантів вузів / В. М. Галузинський, М. Б. Євтух ; ІСДО, Київ. лінгвіст. ун-т. – К. : ІНТЕЛ, 1995. – 168 с.
4. Гігієна фізичного виховання та занять спортом : навч. посіб. / Донченко В. І., Лупало О. В., Ємець А. В. та ін. – Полтава : Копі-Центр, 2015. – 97 с.
5. Григорьянц И. А. Проблемы модернизации профессионального психологического образования студентов ИФК на современном этапе / И. А. Григорьянц // Совершенствование подготовки кадров в области физической культуры и спорта в условиях модернизации профессионального образования. – М.: РГУФК, Флинта, 2004. – 40 с.
6. Гузев В. В. Системные основания образовательной технологии / В. В. Гузев. – М.: Знание, 1995. – 128 с.
7. Денисовець Т. М. Біологічні аспекти фізичного виховання : навч. прогн. / Т. М. Денисовець. – Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка. – 2011. – 22 с.
8. Дмитриев С. В. Образовательное пространство и объектно-предметная область спортивной и адаптивной физической культуры : дискурс-анализ / С. В. Дмитриев // Физическое воспитание студентов / Харьков. нац. пед. ун-т им. Г. С. Сковороды. – Харьков, 2010. – № 2. – С. 48–60.
9. Донченко В. І. Методика навчання здоров'язбережувальних технологій студентів медичного університету : дис. канд. пед. наук : спец. 13.00.02 – теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я) / Донченко Вікторія Іванівна ; ХНУ ім. В.Н. Каразіна. – Харків, 2016. – 267 с.
10. Кучма В. Р. Концепция “Общие подходы к формированию гигиенических требований к условиям реализации основных общеобразовательных программ” / В. Р. Кучма, М. И. Степанова // Проект “Разработка компонентов стандарта общего образования второго поколения”: Разработка гигиенических требований к условиям реализации основных общеобразовательных программ. – М., 2006. – 56 с.
11. Митяева А. М. Здоров'єсберегаючі педагогічні технології : учеб. пособ. для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. – М.: Академия, 2008. – 192 с.
12. Монахов В. М. Технологические основы конструирования и проектирования учебного процесса / В. М. Монахов. – Волгоград : Перемена, 1995. – 94 с.
13. Селевко Г. К. Энциклопедия образовательных технологий : в 2 т. / Г. К. Селевко. – М.: НИИ школьных технологий, 2006. – Т. 2. – 816 с. – (Серия «Энциклопедия образовательных технологий»).
14. Скріннік Є. О., Ємець А. В., Донченко В. І. Особистісно-орієнтований підхід як педагогічна умова підготовки майбутніх лікарів до застосування здоров'язбережувальних технологій / Скріннік Є. О., Ємець А. В., Донченко В. І. // Wiadomości Lekarskie. – 2017. – LXX, 3, cz. I. – С. 516–519.
15. Смирнов Н. К. Здоров'єсберегаючі образовательні технології та психологія здоров'я в школі / Н. К. Смирнов. – [2-е изд.]. – М.: АРКТИ, 2006. – 320 с.
16. Тихомирова Л. Ф. Теоретико-методические основы здоров'єсберегающей педагогики : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01 / Л. Ф. Тихомирова. – Ярославль, 2004. – 339 с.

Referens

1. Akhutina, T.V. (2000). Zdrov'esberegayushchie tekhnologii obucheniya : individual'no-orientirovannyu podkhod [Health-saving learning technologies: an individualized approach]. Shkola zdorov'ya – School of Health, 7, 2, 21–28 [in Russian].
2. Voloshko, L.B. (2006). Formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnikh fakhivtsiv z fizychnoi reabilitatsii u protsesi vyvchennia medyko-biologichnykh dystsyplin [Formation of professional competence of future specialists in physical rehabilitation in the process of studying medical and biological disciplines]. Candidate's thesis. Kyiv: DNPU [in Ukrainian].
3. Haluzynskiy, V.M., & Yevtukh, M.V. (1995). Osnovy pedahohiky ta psykholohii vyshchoi shkoly v Ukraini : navch. posib. dlia vykladachiv ta aspirantiv vuziv [Fundamentals of Pedagogy and Psychology of Higher Education in Ukraine: a manual for teachers and postgraduate students of universities]. Kyiv: INTEL [in Ukrainian].
4. Donchenko, V.I., Lupalo, O.V., Yemets, A.V. Pohrebniak, O.I., & Kalashnyk, V.M. (2015). Hihiiena fizychnoho vykhovannia ta zaniat sportom : navch. posib. [Hygiene of physical education and sports: a manual]. Poltava: Kopi-Tsentr [in Ukrainian].

5. Grigor'yants, I.A. (2004). Problemy modernizatsii professional'nogo psikhologicheskogo obrazovaniya studentov IFK na sovremennom etape [Problems of modernization of professional psychological education of IFC students at the present stage]. Moskva: RGUFK, Flint [in Russian].
6. Guzeev, V.V. (1995). Sistemnye osnovaniya obrazovatel'noy tekhnologii [System bases of educational technology]. Moskva: Znanie [in Russian].
7. Denysovets, T.M. (2011). Biolohichni aspekty fizychnoho vykhovannia : navch. prohr. [Biological aspects of physical education: curriculum]. Poltava: PNP [in Ukrainian].
8. Dmitriev, S.V. (2010). Obrazovatel'noe prostranstvo i ob'ektno-predmetnaya oblast' sportivnoy i adaptivnoy fizicheskoy kultury: diskurs-analiz [Educational space and object-subject area of sports and adaptive physical culture: discourse analysis]. Fizicheskoe vospitanie studentov – Physical education of students, 2, 48–60 [in Russian].
9. Donchenko, V.I. (2016). Metodyka navchannia zdorov'azberezhuvalnykh tekhnolohii studentiv medychnoho universytetu [Methodology of teaching healthcare saving technologies of medical students]. Candidate's thesis. Kharkiv: KhNU im. V.N. Karazina [in Ukrainian].
10. Kuchma, V.R. & Stepanova, M.I. (2006). Kontsepsiya "Obshchie podkhody k formirovaniyu gigienicheskikh trebovaniy k usloviyam realizatsii osnovnykh obshcheobrazovatel'nykh programm" [Concept "General approaches to the formation of hygienic requirements for the implementation of basic educational programs"]. Moskva: Izdatel'skiy tsentr «Akademiya» [in Russian].
11. Mityaeva, A.M. (2006). Zdorov'esberegayushchie pedagogicheskie tekhnologii : ucheb. posob. dlya stud. vyssh. ucheb. zavedeniy [Health-saving pedagogical technologies]. Moskva: Izdatel'skiy tsentr «Akademiya» [in Russian].
12. Monakhov, V.M. (1995). Tekhnologicheskie osnovy konstruirovaniya i proektirovaniya uchebnogo protsessa [Technological basis for the design and design of the educational process]. Volgograd: Peremena [in Russian].
13. Selevko, G.K. (2006). Entsiklopediya obrazovatel'nykh tekhnologiy [Encyclopedia of educational technology]. Moskva: NII shkol'nykh tekhnologiy [in Russian].
14. Skrinnik, Ye., Yemets, A., & Donchenko, V. (2017). Osobystisno-orientovanyi pidkhid yak pedahohichna umova pidgotovky maibutnikh likariv do zastosuvannia zdorov'azberezhuvalnykh tekhnolohii [Personality-oriented approach as a pedagogical condition for the training of future doctors to the application of health-saving technologies]. Wiadomości Lekarskie – Medical News, LXX, 3, cz. L, 516–519 [in Ukrainian].
15. Smirnov, N.K. (2006). Zdorov'esberegayushchie obrazovatel'nye tekhnologii i psikhologiya zdorov'ya v shkole [Health-saving educational technologies and health psychology at school]. Moskva: ARKTI [in Russian].
16. Tikhomirova, L.F. (2004). Teoretiko-metodicheskie osnovy zdorov'esberegayushchey pedagogiki [Theoretical and methodological foundations of healthy pedagogy]. Doctor's thesis. Yaroslavl': YGPU im. K.D. Ushinskogo [in Russian].

УДК 796.015.52:611.9-053.67

Дудко М.В.

**кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
Державний вищий навчальний заклад**

**«Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана», м. Київ
Томіліна Ю.І.**

**кандидат наук з фізичного виховання і спорту, ст. викладач,
Національний університет фізичного виховання і спорту України, м. Київ
Лутій Р.Г.**

ст. викладач, Державний вищий навчальний заклад

«Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана», м. Київ

АНАЛІЗ ПОКАЗНИКІВ ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ЮНАКІВ З РІЗНИМИ ТИПАМИ ТІЛОБУДОВИ В ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СИЛОВОЇ СПРЯМОВАНОСТІ

Останнім часом відзначається стійка тенденція зниження рівня здоров'я, фізичної та функціональної підготовленості юнаків. Заняття різноманітними напрямками сучасного фітнесу покликані підвищити функціональні можливості, поліпшити фізичну підготовленість, збільшити адаптаційні резерви організму. В ході дослідження було встановлено, що ефективність занять силової спрямованості юнаків, залежить від індивідуальних властивостей будови тіла юнаків, оптимального дозування тренувальних навантажень, організованого відпочинку та раціонального харчування. Отримані результати обумовили дослідження показників фізичного розвитку юнаків з урахуванням типу їх тілобудови. Аналізуючи показники маси тіла юнаків з різними типами статури, встановлено, що представники ендоморфного типу мають найбільшу масу тіла, найменшу юнаки, з екторморфним типом статури. Юнаки, що мають екторморфний тип статури характеризуються найбільшими показниками довжини тіла. Також нами проводилась оцінка їх фізичної підготовленості. Результати проведених досліджень дозволяють стверджувати, що у юнаків з екторморфним типом тілобудови силові здібності та рівень гнучкості є суттєво нижчим ніж у представників інших конституційних типів. Найбільш оптимальні показники розвитку рухових здібностей є характерними для юнаків з мезоморфним типом тілобудови. Для юнаків з ендоморфним типом тілобудови характерними є низькі показники розвитку загальної витривалості у порівнянні з іншими групами.

Ключові слова: тип конституції, юнаки, заняття силової спрямованості.