

професій фізкультурно-спортивної діяльності на підставі вивчення особистісних характеристик та інтересів студентів. На основі результатів аналізу, можна констатувати, що стан професійної мотивації залежить від того, чи оцінює студент учбову діяльність порівняно з його власними, реальними можливостями і рівнем досягнень, а також вплив на професійну мотивацію думка однолітків з тим або іншим рівнем здібностей.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Блонский П. П. Албука труда (введение в трудоведение) / Блонский П. П. - М. 1999. – 47 с.
2. Деркач А. А. Методолого-прикладные основы акмеологических исследований / Деркач А. А. – М.: Московская типография IV, 1999. – 408с.
3. Казаков В. Г. Психология : учебник для индуст.-пед. тех.-мов. / Казаков В. Г., Кондратьева Л. Л. – М. : Высшая школа, 1989. – 383 с.
4. Климов Е. А. Пути в профессионализм (Психологический взгляд): Учебное пособие / Учебное пособие / Климов Е. А. – М. Московский психолого-социальный институт; Флинта, 2003. – 320 с.
5. Лейтес Н. С. Возрастная одаренность и индивидуальные различия: избр. тр. / Лейтес Н. С. - М.: Ин-тпракт. психологии. – Воронеж : МОДЭК, 1997. – 448 с.
6. Professional Orientation to Counseling. Professional Orientation to Counseling, NC, 2000. 400p.
7. Orientation to the Counseling Profession: Advocacy, Ethics, and Essential Professional Foundations. Bradley T. Erford. Maryland. 2013. 592p.

УДК 378.037:796:613:001

**Логвиненко О.Б.**

**Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка**

### **ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У КОНТЕКСТІ ЙОГО ІНТЕГРАТИВНОСТІ**

*У статті аналізується важливість здорового способу життя як інтегрованого явища та його реалізація у життєдіяльності майбутніх педагогів. На основі констатуючого експерименту розкриваються позитивні та негативні аспекти цього процесу. Наводяться пропозиції респондентів щодо його удосконалення. На основі одержаних дослідницьких результатів представлено узагальнюючі висновки.*

**Ключові слова:** здоров'я, спосіб життя, здоровий спосіб життя, фізична культура, спорт, рухова активність, інтеграція, система, цінність, дослідження.

**Логвиненко А.Б. Здоровий образ жизни будущих педагогов в контексте его интегративности.** В статье анализируется важность здорового образа жизни как интегрированного явления и его реализация в жизнедеятельности будущих педагогов. На основе констатирующего эксперимента раскрываются положительные и отрицательные аспекты этого процесса. Приводятся предложения респондентов в контексте его усовершенствования. На основе полученных исследовательских результатов подано обобщающие выводы.

**Ключевые слова:** здоровье, образ жизни, здоровый образ жизни, физическая культура, спорт, двигательная активность, интеграция, система, ценность, исследование.

**Lohvynenko O.B. Healthy lifestyle of future teachers' in the context of its integrative notion.** The importance of healthy style of life as the integrative phenomenon and its realization in the life activities of the future teachers are under analysis in the article. Healthy lifestyle of the people, especially schoolchildren and youth, is an actual problem from theoretical and practical points of view. In the state documents and scientific works it is stressed that in a part of our youth the irresponsible treatment of their health and the non-execution of healthy lifestyle are observed. It is underlined that scientists investigate different aspects of this problem: the notion of "healthy lifestyle", the means of its formation, the role of physical culture and sport in this process, the improvement of training teachers of physical culture and so on. The healthy lifestyle is analyzed as a complicated, integrative and systematized notion. The notions "health" and "healthy style of life" form its contextual background. The irresponsible treatment of the personal health, optimal moving activity, the absence of bad habits, the following of routine of study, work, rest, rational nourishment etc. are concerned by scientists to the main components of the healthy style of life. The pursued among the students research found out positive and negative characteristic features of execution of healthy lifestyle. The students understand it as an important characteristic feature of their life, but admit non-execution of its rules. The violation of rational nourishment and rest, existence of bad habits, low moving activity etc. are concerned to deflections of healthy lifestyle. In the article it is pointed out that the students determined the main actions which could help to strengthen the execution of healthy lifestyle among them. They pointed out the existence of modern sport complexes, interesting meeting with well-known sportsmen etc.

**Key words:** health, lifestyle, healthy lifestyle, physical culture, sport, integration, system, value, investigation.

Питання здорового способу життя населення, особливо шкільної та студентської молоді, набули в останні роки значної актуальності в теоретичному і практичному значенні. Це пов'язано як із важливістю названої проблеми в суспільному та особистісному житті, так і незадовільним станом її практичної реалізації, що негативно позначається на стані здоров'я молодого підростаючого покоління. У державних документах ("Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту на 2007-2011 роки", "Цільовій комплексній програмі "Фізичне виховання – здоров'я нації", "Щорічній доповіді президентів України, Верховній Раді, Кабінету міністрів України про становлення молоді в Україні (1991-2011 роки)" та інших) наводяться у цьому контексті численні приклади. Зазначається, що майже 90 % дітей, учнів і студентської молоді мають відхилення у здоров'ї. За даними Міністерства охорони здоров'я України (2010р.) за час навчання у загальноосвітньому закладі школярі втрачають щонайменше третину свого

здоров'я. Погіршується зір (у 3 рази), слух (1,3), постава (4,6). Зростає кількість захворювань різних органів: нирок (1,5), травлення (2,5), нервової системи (2). У 2010 році у порівнянні з 2005 р. за різними класами хвороб підліткова захворюваність зросла на 19%. У молодіжному середовищі мають місце тютюнопалінню, вживання алкогольних напоїв, наркотиків. За даними досліджень В.Оржеховської схильність до паління цигарок спостерігається у 21 % учнів в 5-х класах, до вживання алкоголю – у 17 %. У 8-х класах на паління орієнтуються 58,3 % учнів, вживання алкоголю – 25 % [8, с.42]. У значній частині молоді спостерігається безвідповідальне ставлення до стану власного здоров'я, його профілактики та зміцнення. У процесі дорослішання частка молодих людей, які свідомо займаються своїм здоров'ям, зменшується, недостатньо з метою оздоровлення використовуються засоби фізичної культури і спорту. Ранкова зарядка, загартування власного організму ще не увійшли у життєву практику більшості української молоді [5, с.40]. Існує чимало причин подібного стану. Одна з них виявляється в тому, що не завжди є відповідні умови для розвитку рухової активності засобами фізичної культури і спорту, наявність необхідної інфраструктури: спортивних майданчиків, спортивних залів, стадіонів, плавальних басейнів, тренажерних споруд, фізкультурно-оздоровчих клубів, спортивних секцій. Отже, проблема здоров'я та здорового способу життя є дуже актуальною в сучасних умовах. Особливою суттєвістю вона характеризується в контексті підготовки та діяльності вчителя фізичної культури, одним із професійних першочергових завдань якого є компетентне формування здорового способу життя та зміцнення здоров'я учнівської та студентської молоді. Названа проблема є предметом дослідження багатьох науковців. У сфері фізичної культури і спорту її різні аспекти досліджують Ареф'єв В., Бабак В., Власюк Г., Волошин О., Вільчковський Е., Герасименко С., Єдинак Г., Зваричук О., Закопайло С., Ковальчук Н., Кондрацька Г., Кузьменко В., Лук'яненко М., Мельник Ю., Мишаць Л., Надім'янова Т., Слімаковський О., Сущенко Л. та багато інших [1; 3; 4; 9; 10]. Предметом досліджень виступають питання суті понять "здоров'я", "здоровий спосіб життя", "формування культури здоров'я", психолого-педагогічні засади дотримання здорового способу життя, засоби його виховання, роль фізичної культури і спорту в оздоровчих та розвиваючих процесах, значення превентивної освіти і виховання, оптимізація професійної підготовки вчителя фізичної культури та інші. Недостатньо, на наш погляд, представлені в дослідженнях питання інтегративності при вирішенні різних аспектів здорового способу життя.

**Мета статті:** розкрити деякі особливості дотримання майбутніми педагогами здорового способу життя в контексті його інтегративності. Проблема здорового способу життя має певну історію свого становлення в житті українського народу. Важливу оздоровчу, розвивальну та виховну роль у ньому відігравала і відіграє українська народна фізична культура, позитивні традиції якої розкривають Зарицький В., Левків В., Мазур Л., Мариньчак С., Мозола Р., Приступа Є., Цьось А. та інші дослідники [10]. У дослідженні Вацеби О. і Родак С. констатується, що для утвердження культури здорового способу життя на західноукраїнських землях у першій половині ХХ ст. суттєве значення мала фізкультурна діяльність І.Боберського, спортивного товариства студентів вищих шкіл "Україна", Українського Студентського Спортивного клубу (УССК). Із західноукраїнським спортивним рухом того періоду пов'язано зародження проведення різноманітних спортивних змагань: День Українського спортсмена, естафетні змагання, свято сільських дружин та інші. Почало діяти молодіжне протиалкогольне товариство "Відродження" [2, с.14]. Сучасна діяльність, спрямована на утвердження здорового способу життя молоді і всього населення, базується на наукових засадах, принципі системності в її здійсненні, одним із елементів якого є інтеграція. Поняття "інтеграція" тлумачиться у словниках і наукових працях як об'єднання різних частин у єдине загальне ціле, як об'єднання функцій системи, як процес, що веде до стану цілісності. Воно стосується різних сфер життя, вживається у різних науках. "Здоровий спосіб життя" є складним, насиченим за змістом і широким за об'ємом, системним інтегрованим поняттям. Його сутнісну основу складають поняття "здоров'я" і "спосіб життя". Здоров'я – це стан організму людини, що характеризується його врівноваженістю із зовнішнім середовищем і відсутністю хворобливих змін. Виділяють декілька видів здоров'я: фізичне, психічне, соціальне, духовне, кожен із яких має свої конкретні характеристики. Усі види здоров'я важливі, взаємопов'язані і мають розглядатись у взаємозв'язку, інтегровано. Здоров'я людини – соціальна та особистісна цінність. Воно залежить від різних чинників: спадковості (20%), умов зовнішнього середовища (20%), діяльності систем охорони здоров'я (10%), способу життя, який вона веде (50%) [6; 8].

Спосіб життя – це біосоціальна категорія, що інтегрує різні прояви життєдіяльності людини в його навчальній, трудовій діяльності, побуті, задоволенні матеріальних та духовних потреб, у поведінці, різних стосунках. За визначенням Всесвітньої Організації Охорони здоров'я (ВООЗ), спосіб життя – це спосіб існування, заснований на взаємодії між умовами життя та конкретними моделями поведінки індивіда. Це багатофакторне, інтегральне поняття, яке об'єднує різноманітні умови та форми життєдіяльності особистості. Важливо зауважити, що спосіб життя обумовлюється не тільки соціально-економічними умовами буття, а й мотивами діяльності конкретної людини, її цінностями, усвідомленням взаємодії способу життя і здоров'я, відповідальним ставленням до власної життєдіяльності. Важливим аспектом способу життя людини є здоровий спосіб життя. Здоровий спосіб життя як поняття знаходить висвітлення у наукових джерелах, які представляють різні галузі наук: філософію, соціологію, педагогіку, психологію, фізичну культуру і спорт, медицину та інші, що підкреслює його інтегративність.

Здоровий спосіб життя визначається науковцями як:

- 1) мобільне поєднання форм, способів повсякденної життєдіяльності, що відповідають гігієнічним принципам, покращують адаптивність та здатність до опору організму, сприяють ефективному відновленню, підтримці і розвитку резервних можливостей, оптимальному виконанню особистістю соціально-професійних функцій [6];
- 2) побудова діяльності і поведінки людини, яка забезпечує досягнення високого рівня психічного і фізичного розвитку, доброго самопочуття, адаптації до впливів довкілля [1];
- 3) сукупність форм і способів повсякденного культурного життя особистості, яка ґрунтується на моральних нормах, цінностях та практичній діяльності, спрямованій на зміцнення адаптивних можливостей організму [3].
- 4) спосіб життя, заснований на принципах моральності, раціонально організований, активний, трудовий, який загартовує і водночас захищає від несприятливих впливів навколишнього середовища, що дозволяє до глибокої старості зберігати моральне, психічне й фізичне здоров'я [7].

Аналіз наведених визначень засвідчує, які ознаки здорового способу життя науковці виділяють як головні. Це спосіб життя, його раціональна організація на засадах цінностей моральності, трудової, навчальної, дозвілєвої активності особистості. Цей спосіб життя свідомо спрямовується на гармонійний розвиток, забезпечення в комплексі всіх видів здоров'я, зміцнення

резервних можливостей організму. Ці головні положення дослідниками доповнюються і конкретизуються. Наводяться компоненти здорового способу життя. До них автори відносять: усвідомлене, відповідальне ставлення до здоров'я, дотримання здорового способу життя; оптимальну рухову активність; профілактику, відсутність і подолання шкідливих звичок; виконання вимог санітарії і гігієни; загартування; дотримання доцільного режиму навчання, праці і відпочинку; збалансоване харчування; реалізацію культури спілкування; заняття фізкультурою і спортом. Кожен із змістових компонентів має своє конкретне наповнення і є суттєвим сам по собі та у сукупності з іншими компонентами, оскільки вони діють не ізольовано, а в комплексі, єдності, впливаючи і підсилюючи один одного. Особливо важливим у забезпеченні рухової активності, загартуванні і зміцненні різних видів здоров'я учнівської та студентської молоді є використання на наукових засадах засобів фізичної культури і спорту, формування навичок здорового способу життя. У практичній діяльності це забезпечується системою спеціальних форм, методів і засобів фізичного виховання. При цьому суттєвим є формування інтересу, необхідної мотивації в молоді до занять фізичною культурою і спортом, розвиток почуття відповідальності, створення необхідних умов до систематичної рухової активності.

Для вивчення деяких аспектів формування здорового способу життя у студентської молоді нами був проведений констатуючий експеримент, методом якого було обрано анкетування. У дослідженні взяло участь 150 студентів Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, які представляли факультети фізичного виховання, соціально-гуманітарний і біологічний. Опитування охоплювало комплекс питань: розуміння респондентами здорового способу життя як інтегрованого поняття, знання його компонентів, дотримання у власній життєдіяльності здорового способу життя, причини його порушень, наявність шкідливих звичок, рівень рухової активності, роль фізичної культури і спорту у повсякденному житті. Респонденти висловили свої пропозиції щодо засобів удосконалення умов життєдіяльності в місті, селі, власному житті, які зможуть позитивно вплинути на формування в молоді здорового способу життя. Дослідження виявило як позитивні, так і негативні ознаки в реалізації студентами здорового способу життя. Позитивним є те, що 99% опитаних дотримання здорового способу життя визнають важливим у життєдіяльності. У сукупності респонденти назвали ряд компонентів, що характеризують його зміст: раціональне харчування, дотримання режиму дня, правил гігієни, повноцінний сон, дотримання різних видів рухової активності, заняття фізичною культурою та спортом, відсутність шкідливих звичок та інші. Студенти виявили своє бачення того, що може позитивно вплинути на дотримання молоддю здорового способу життя (на рівні міста або села, у навчальному закладі, їх власному житті). Вони виявляли бажання позбутись наявних у них шкідливих звичок.

Але водночас дослідження виявило і існуючі суперечності та недоліки у вирішенні студентами проблеми дотримання здорового способу життя. Загальним недоліком, характерним для студентів різних факультетів, виявилось невміння дати визначення здорового способу життя як інтегрованого поняття. Тільки 9% опитаних у визначенні віднесли до нього спосіб життя людини, дотримання певних правил, сукупність складових частин, що забезпечують підтримання фізичного та психічного здоров'я людини, зміцнення рівня її життєдіяльності. Якщо в загальному студенти назвали комплекс компонентів, що характеризують здоровий спосіб життя, то в індивідуальних відповідях найчастіше називалося по 2-3 компоненти. На одному з факультетів 50% респондентів назвали всього по 2 компоненти. Найчастіше називались харчування, заняття фізичною культурою і спортом, відсутність шкідливих звичок. Наявність у себе шкідливих звичок констатувало 48% від всіх респондентів. До них вони відносили вживання алкоголю, паління, надмірне проведення часу за комп'ютером, переглядом телевізійних передач, порушення режиму харчування та інше. На питання про регулярність недотримання здорового способу життя (в загальному від всіх опитаних) були отримані такі результати: постійно порушують дотримання здорового способу життя 10 %, час від часу – 89 %, інколи – 1 %. Конкретно студенти відзначали: "Нерегулярно харчуюсь", "Ім не зовсім здорову їжу", "Не загартовуюсь", "Не роблю зарядку", "Порушую режим дня", "Не займаюся регулярно фізкультурою і спортом", "Недосипання", "Інколи вживаю слабоалкогольні напої", "Інколи проводжу дегустацію вина", "Веду малорухливий спосіб життя" та інші. До причин відхилення від здорового способу життя респонденти віднесли лінощі, нестачу вільного часу, брак коштів, відсутність необхідних умов, брак матеріальних ресурсів, розумове перевантаження, втому, "погану компанію", "бажання взяти максимум від життя". Найбільш поширеними з них виявились брак часу, необхідних умов, коштів, лінощі. Заслужують на увагу пропозиції респондентів щодо забезпечення певних умов для дотримання здорового способу життя. На рівні міста (села) це – створення доступних для молоді спортзалів, танцювальних гуртків, клубів бойового мистецтва, спортивних секцій, фітнес-клубів, проведення змагань "Веселих стартів", створення спортивних майданчиків, використання спортивних залів у школах не тільки для уроків, наявність тренажерів, широка пропаганда серед молоді здорового способу життя.

На рівні навчального закладу респонденти пропонували збільшити кількість занять фізкультурою, проводити тренінги на теми здорового способу життя, різні розважально-спортивні заходи, змагання на рівні факультету, університету, зустрічі з визначними спортсменами, з лікарями, дієтологами. Вони зауважили, що слід створювати кращі умови для занять фізичною культурою і спортом, організовуючи різноманітні секції, клуби, забезпечуючи новими тренажерами спортивні зали, надаючи студентам більше часу для занять фізкультурою і спортом, проводячи серед них роз'яснювальну роботу про необхідність дотримання здорового способу життя, демонструючи самими викладачами приклад його ведення. Засоби удосконалення свого способу дотримання здорового способу життя респонденти пов'язували з різними чинниками. Вони відзначали, що необхідно розвивати власну силу волі, більш усвідомлено ставитися до зміцнення свого здоров'я, дотримання здорового способу життя. При цьому наголошувалося, що треба долати лінощі, підвищувати рухову активність, більше ходити пішки, виконувати ранкову гімнастику, різні види фізичних вправ, дотримуватись режиму дня, збалансувати своє харчування, уникати нервового перенапруження, стресів, подолати шкідливі звички, активно займатись фізичною культурою і спортом, виявляти самодисципліну. Отже, проведене дослідження виявило суттєві недоліки у дотриманні студентською молоддю здорового способу життя, що має як об'єктивні, так і суб'єктивні причини. Це вимагає значного удосконалення цього процесу на всіх організаційних рівнях його здійснення. Особливо важливим це є для майбутніх педагогів, оскільки виховання здорового способу життя учнів є одним із головних їхніх професійних завдань. У його успішному виконанні суттєву роль відіграє також приклад самих учителів.

#### ЛІТЕРАТУРА

- 1.Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту) / В.Г.Ареф'єв, Г.А.Єдинак. – Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2001. – 384 с.
- 2.Vatseba O.M., Rodak S.M. Zahidnoykrainski traditsii sportivno-gimnastichnogo ryhu pershoi polovyny XX stolittya / O.M. Vatseba, S.M.Podak // Fizychna kyl'tyra, sport ta zdorov'a natsii: Zbirnyk nayk. Prats' III Mizhnarodnoi naykovo-praktychnoi konferentsii. – Ch.I. – Kyiv-Vynnytsia, 1998. – S.14–15.
- 3.Zakopailo S. Skladovi komponenty zdorovogo sposoby zhyttia starshoklasnykiv / S. Zakopailo // Fizychno vyhovannia v shkoli. – 2007. – №1. – S.54–55.
- 4.Лук'янченко М.І. Педагогіка здоров'я: теорія і практика: монографія / М. І. Лук'янченко. – Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2012. – 348 с.
- 5.Naymchyk Volodymyr. Slovnyk-dovidnyk osnovnyh terminiv i poniat' z teorii i metodyky fizychnogo vyhovannia i sporty / V. Naymchyk. – Ternopil': Pidrychnyky i posibnyky, 2004. – 64 s.
- 6.Omelchenko L.P. Omelchenko O.V. Zdorovjatorcha pedagogika / L.P. Omelchenko L.P. Omelchenko O.V. – Н.:Vyd. Grupa «Osnovaa», 2008. – 205 s.
- 7.Orgehovska V.M. Zdorovy sposib gyttja jak priorytetna cinnst u vyhovanni ditei jak priorytetna cinnst u vyhovanni ditey I pidlitkiv / V.M.Orgehovska // Formuvannia zberegennja I zmiznennja zdorovja pidrostauchogo pokolinnja jak обов'язкiv component systemy nacionalnoi osvity: Materialy Mignarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii / Za zag. Red. S.V. Kyrylenka – К.: Instytut zmistu I metodiv navchannja, 1997. – S. 35–43.
- 8.Realizatsiya zdorovogo sposoby zhyttia – sychasni pidhody: Monografia / Za zag. red. M. Lyk'anchenka, V.Kyrysh, Y.Migasevych. – Drogobych, 2009. 592 s.
- 9.Tradytsii fizychnoi kyl'tyry v Ykraini: Zb. nayk. statei / Za zag. red. S.V.Kyrylenko, V.A.Starkova, A.V.Tsosia. – К.: IZMN, 1997. – 248 s.

УДК 371.7:(613.1+613.4)/7

Лотоцька Л.Б.<sup>1</sup>, Лотоцька-Дудик У.Б.<sup>1</sup>, Закаляк Н.Р.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького

<sup>2</sup>Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка

### ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧЕ СЕРЕДОВИЩЕ ЯК УМОВА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ФІЗИЧНОГО, ПСИХІЧНОГО І СОЦІАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТІВ

У роботі проаналізовано взаємозв'язок фізичної, психічної та соціальної складових здоров'я студентів-медиків в сучасних освітніх умовах. Більшість студентів-медиків оцінили своє здоров'я як «відмінне» та «добре». 46,67% студентів-медиків мають низький рівень тривожності, 48,78% студентів - середній допустимий рівень і лише 4,55% студентів - високий рівень. Основна частина студентів належать до I-ої та II-ої груп здоров'я. Найбільш поширеними захворюваннями серед студентської молоді були захворювання дихальної системи, опорно-рухового апарату, органів зору, травної та ендокринної систем. Харчування студентів є розбалансованим, нераціональним, з порушенням режиму харчування. Студенти легковажно ставляться до фізичної активності. Доведено несприятливий вплив на здоровий спосіб життя студентів медіа-контенту та медіа-технологій. Технологія формування у студентів здоров'язберігаючої діяльності розглядається як один із напрямів модернізації навчання та сприяє результативнішій професійній підготовці студентів у вузі.

**Ключові слова:** здоров'я студентів, здоровий спосіб життя, здоров'язберігаюче середовище, освітні технології.

**Лотоцкая Л.Б., Лотоцкая-Дудик У.Б., Закаляк Н.Р. Здоровьесохранная среда как условие обеспечения физического, психического и социального благополучия студентов.** В работе проанализирована взаимосвязь физической, психической и социальной составляющих здоровья студентов-медиков в современных образовательных условиях. Большинство студентов-медиков оценили свое здоровье как "отличное" и "хорошее". 46,67% студентов-медиков имеют низкий уровень тревожности, 48,78% студентов - средний допустимый уровень и только 4,55% студентов - высокий уровень. Основная часть студентов принадлежит к I-ой и II-ой группам здоровья. Наиболее распространенными заболеваниями среди студенческой молодежи были заболевания дыхательной системы, опорно-двигательного аппарата, органов зрения, пищеварительной и эндокринной систем. Питание студентов является разбалансированным, нерациональным, с нарушением режима питания. Студенты легкомысленно относятся к физической активности. Доказано неблагоприятное влияние на здоровый образ жизни студентов медиа-контента и медиа-технологий. Технология формирования у студентов здоровьесохранной деятельности рассматривается как одно из направлений модернизации учебы и способствует более результативной профессиональной подготовке студентов в вузе.

**Ключевые слова:** здоровье студентов, здоровый образ жизни, здоровьесохранная среда, образовательные технологии.

**Lototska L.B., Lototska-Dudyk U.B., Zakalyak N.R. A health of keeping environment as condition of providing of physical, psychical and social prosperity of students.** Interconnection of physical, psychical and social constituents of health of students-physicians in modern educational terms it was analysed in the article. Research is executed by the method of anonymous questionnaire a 271 student of the Lviv national medical university named Danylo Galickyi. The estimation of somatic health and distribution of students on the groups of health are carried out on the basis of results of medical reviews. A psychical health is analysed after a questionnaire "Self-appraisal of mental conditions". Most students-physicians estimated the health as "excellent" (58,33%) and "well" (12,92%). It is set that 46,67% students-physicians have a low level of anxiety, 48,78% students - middle possible level and only