

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).93](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).93)

Сироватко З.В.,
<https://orcid.org/0000-0002-5752-9445>
Старший викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту, Національний технічний університет
України «Київський політехнічний інститут
ім. Ігоря Сікорського» м. Київ
Єфременко В.М.,
<https://orcid.org/0000-0002-7723-5161>
Старший викладач кафедри технологій оздоровлення і спорту, Національний технічний університет
України «Київський політехнічний інститут
ім. Ігоря Сікорського» м. Київ

ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті розкрито особливості формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання. Здійснено теоретичний аналіз літературних джерел досліджуваного феномену та визначено, що збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді є найнеобхіднішим завданням в закладах вищої освіти. Акцентовано, що особливості умов життя сучасної молоді, екологічні проблеми, зростання обсягів згубної інформації в соціальних мережах, невпинний розвиток технічного прогресу, зловживання шкідливими звичками у протиздоровому способу життя, обмежена рухова активність та інші чинники негативно впливають на стан здоров'я сучасної студентської молоді. Відмічено, що в закладах вищої освіти слід більше уваги приділяти впровадженню інноваційних змісту, форм, методів та технологій, які спрямовані на формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді під час занять фізичним вихованням.

Зроблено висновки, що при формуванні здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі фізичного виховання педагогам слід намагатися вирішити такі завдання як: формування розуміння значущості здоров'язбережувальної компетентності; сприяння підвищенню в здобувачів вищої освіти рівнів фізичної та психічної підготовленості; використання інноваційних засобів навчання та виховання; здійснення контролю і оцінювання результатів освітньої діяльності студентів засобами фізичного виховання; охоплення більшої кількості студентської молоді, які не мають можливості відвідувати заняття з фізичного виховання; організація дистанційних занять та тренувань для здобувачів вищої освіти; популяризація та пропагування здорового способу життя через використання сучасних цифрових технологій; створення можливостей для студентів бути залученими до фізкультурно-оздоровчої діяльності (покращувати показники фізичного здоров'я).

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність, здобувачі вищої освіти, заклади вищої освіти, здоров'я, фізичне виховання, фізкультурно-оздоровча діяльність.

Syrovatko Zoia, Yefremenko Viktoriia Features of the formation of healthcare competence of higher education acquires. The article reveals the peculiarities of the formation of health-saving competence of higher education students in the process of physical education. A theoretical analysis of the literature sources of the studied phenomenon is carried out and it is determined that the preservation and promotion of student health is the most necessary task in higher education institutions. It is emphasized that the peculiarities of the living conditions of modern youth, environmental problems, the growth of harmful information in social networks, the continuous development of technological progress, the abuse of bad habits as opposed to a healthy lifestyle, limited physical activity and other factors negatively affect the health of modern student youth. It is noted that higher education institutions should pay more attention to the introduction of innovative content, forms, methods and technologies aimed at forming the health-saving competence of students during physical education classes.

It was made conclusions that in the formation of health-saving competence of students in the process of physical education, teachers should should try to solve such problems as: forming an understanding of the importance of health competence; promoting the improvement of higher education students' levels of physical and mental fitness; use of innovative means of teaching and education innovative means of teaching and upbringing; monitoring and evaluation of the results of students' educational activities by means of physical education; coverage of more students who do not have the opportunity to attend physical education classes; organization of distance learning and training for higher education students; popularization and promotion of a healthy lifestyle through the use of modern digital technologies; creating opportunities for students to be involved in physical education and recreation activities (to improve physical health).

Key words: health-saving competence, higher education students, higher education institutions, health, physical education, physical education and recreation.

Постановка проблеми. Аналіз та узагальнення наукової літератури свідчить, що формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти засобами фізичного виховання є актуальним дослідженням, оскільки смислово-ціннісним пріоритетом виступає виховання здорової особистості, яка володіє необхідним рівнем знань, умінь та навичок щодо означеної категорії.

Не можна не зважати на те, що багатоаспектність досліджень проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання недостатньо вивчена на теоретичному та методичному рівнях.

Тому, на нашу думку, в закладах вищої освіти слід більше уваги приділяти впровадженню інноваційних змісту, форм, методів та технологій, які спрямовані на формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді під час занять фізичним вихованням.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Методологічні основи формування здоров'язбережувальної компетентності закладені в роботах українських дослідників (Т. Андрущенко, О. Баканова, В. Бобрицька, О. Вознюк, В. Гаркуша, М. Дутчак, І. Іваній, Н. Калька, Т. Федорченко). Також цінними для нашого дослідження щодо формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі занять фізкультурною діяльністю були наукові доробки (В. Борисенка, О. Безкопильного, Р. Жалія, І. Карлюка, О. Качалова, Т. Обезюк, О. Халло, Н. Хольченкової та інших);

Мета роботи полягає в аналізі особливостей формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Здоров'я здобувачів освіти – є здоров'ям майбутніх спеціалістів різних професій, захисників України та української нації у цілому. В реальних умовах сьогодення, проблема формування здоров'язбережувальної компетентності, особливо студентської молоді, є однією з найбільш актуальних наукових проблем.

Слід вкотре наголосити, що особливості умов життя сучасної молоді, екологічні проблеми, військовий стан, зростання обсягів згубної інформації в соціальних мережах, невпинний розвиток технічного прогресу, зловживання шкідливими звичками у протиздоровому способу життя, обмежена рухова активність та інші чинники негативно впливають на стан здоров'я студентської молоді.

Наукові розвідки Т. Андрущенко дали змогу охарактеризувати зміст «здоров'язбережувальної компетентності» як готовність здобувачів освіти самостійно вирішувати завдання, пов'язані з зміцненням, контролем та збереженням власного здоров'я. Разом з тим, дослідниця трактує здоров'язбережувальну компетентність, як комплекс ґрунтовних знань, умінь та навичок спрямованих на збереження здоров'я у процесі освітньої діяльності тощо [1].

Суголосною є думка Ю. Калічак, яка акцентує увагу на важливості формування здоров'язбережувальної компетентності в здобувачів освіти. Дослідниця трактує дану компетентність як збереження власного фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я, яка включає в себе правильне харчування, постійну рухову активність, санітарно-гігієнічні норми, відсутність конфліктів, аналіз проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей, самоконтролю, мотивації тощо. При цьому вчена наголошує, що у сучасних умовах функціонування освітньої діяльності є актуальним питання підвищення фізичної та психічної підготовленості, зниження захворюваності здобувачів освіти, зміцнення здоров'я, адже більшість учасників освітнього процесу мають проблеми зі здоров'ям та руховою активністю [4].

Важливим для змістового наповнення даного компоненту є роботи українських вчених, які вважають, що для впровадження нових технологій організації процесу формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання, необхідним є застосування інноваційних технологій. На думку дослідників, інтенсивна комп'ютеризація вимагає змін у освітньому процесі, а саме: використання інноваційних засобів навчання та виховання, високоякісних засобів методичного і дидактичного забезпечення процесу фізичного виховання, використання електронних навчально-методичних комплексів для здобувачів вищої освіти та інше. Впровадження інноваційних технологій у процесі формування здоров'язбереження студентської молоді, повинно бути орієнтованим на особистість, формувати інтерес та необхідні знання, уміння й навички щодо досліджуваної категорії [3; 6; 8]. Автори обґрунтовують зміст здоров'язберігаючої компетентності як психологічне утворення особистості, що передбачає збереженням фізичного, психічного та духовного здоров'я людини. Дана компетентність характеризується наявністю комплексу сформованих навичок, що сприяють фізичному й психічному здоров'ю, навичок самоконтролю тощо [3; 6; 8]. Також, аналіз літератури щодо формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти у процесі фізичного виховання, дозволив встановити, що набуття знань, умінь та навичок збереження здоров'я та ретельного ставлення до нього, досягається за допомогою виконання таких завдань:

- формування в здобувачів освіти знань про здоров'я та здоровий спосіб життя та необхідність занять фізичною культурою;
- формування в студентів мотивації та позитивного ставлення до занять з фізичного виховання, тренувань й власного здоров'я;
- формування свідомого прагнення до ведення здорового способу життя;
- формування потреби до систематичних занять спортивно-оздоровчою діяльністю та фізичним вихованням з урахуванням вікових особливостей здобувачів вищої освіти
- уміння самостійно виконувати фізичні вправи, приймати важливі рішення та реалізувати їх в діяльності [2; 7].

Важливим є наголосити про формування здоров'язбережувальної компетентності студентів засобами фізичного виховання в умовах дистанційного навчання. На нашу думку, ефективність карантинного досвіду залежить від уміння педагогів уміло добирати зміст занять з урахуванням вікових й індивідуальних закономірностей учасників освітнього процесу та від того, як здобувачі вищої освіти виконують завдання викладачів. Тому викладачам ЗВО з фізичного виховання слід дотримуватися таких аспектів як:

- формування в студентів розуміння й усвідомлення значущості здоров'язбережувальної компетентності;
- урахування індивідуальних анатомо-фізіологічних та психологічних особливостей здобувачів вищої освіти;
- урахування індивідуального темпу сприйняття студентами освітнього матеріалу та рівнів фізичної підготовки;
- надання необхідних відеоматеріалів з комплексом фізичних вправ для кращого сприйняття та наочності;

- забезпечення можливості індивідуального спілкування з кожним студентом для корекції завдань й дозування навантаження;
- викладення великого обсягу інформації поряд із забезпеченням особистісно-орієнтованого підходу у його використанні;
- забезпечення можливості здобувачами вищої освіти здійснювати аналіз індивідуальних показників фізичного розвитку тощо.

Висновки. Отже, освітній процес серед інших важливих завдань закладів вищої освіти має спрямовуватися на формування здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді, в тому числі і у процесі фізичного виховання, оскільки даний вид діяльності відкриває для здобувачів вищої освіти широкі можливості для реалізації власних бажань та потреб; впровадження нових змісту, форм та методів.

З'ясовано, що при формуванні здоров'язбережувальної компетентності студентської молоді у процесі фізичного виховання педагогам слід намагатися вирішити такі завдання: формування в студентів розуміння значущості здоров'язбережувальної компетентності; сприяння підвищенню в здобувачів вищої освіти рівнів фізичної та психічної підготовленості; використання інноваційних засобів навчання та виховання, високоякісних засобів методичного і дидактичного забезпечення процесу фізичного виховання; здійснення контролю і оцінювання результатів освітньої діяльності студентів засобами фізичного виховання; охоплення більшої кількості студентської молоді, які не мають можливості відвідувати заняття з фізичного виховання; організація дистанційних занять, тренувань для здобувачів вищої освіти (ефективність карантинного досвіду залежить від уміння педагогів уміло добирати зміст занять з урахуванням вікових й індивідуальних закономірностей учасників освітнього процесу); популяризація та пропагування здорового способу життя через використання сучасних цифрових технологій; створення можливостей для студентів бути залученими до фізкультурно-оздоровчої діяльності (покращувати показники фізичного здоров'я тощо).

Література

1. Андришченко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. 2012. № 7. С. 123-127.
2. Гнатюк В. В., Горицька, О. В., Матвійчук, А. В. Роль адаптивно-цифрового середовища закладу вищої освіти у формуванні професійної компетентності студентів. *Педагогічна освіта: теорія і практика*. 2021. (31). С. 225-237.
3. Жалій Р.В. Формування здоров'язберігаючої культури студентської молоді в умовах сучасного закладу вищої освіти [Текст]. Педагогічні науки : зб. наук. праць / гол. ред. М. І. Степаненко; Полтав. нац. пед. ун-т імені В. Г. Короленка. Полтава. 2017. Вип. 70. С. 38-41.
4. Калічак Ю.Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019 5К(113). С. 143-147.
5. Карпюк, І., Обезюк, Т., & Качалов, О. Особливості впровадження здоров'язбережувальної компетентності на заняттях з фізичного виховання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2023. 4 (163). С. 9-12.
6. Король О.С., Хрипач А.Г., Заліско О.К., Зелікова Т.І. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів у процесі фізичного виховання засобами дистанційного навчання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2020. 7(127). С. 95-99.
7. Масол В., Линник А.М. (2023). Виховання рішучості в учнівської та студентської молоді у процесі спортивно-оздоровчої діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. (7(167)). С. 115-118. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7\(167\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).22)
8. Масол, В., Харченко, Н. В., & Скирда, Т. С. (2024). Формування цифрових компетентностей старших підлітків у процесі спортивно-оздоровчої діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 1(173). С. 89-93. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).20](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).20)

References

1. Andriushchenko T.K. (2012). Formuvannia zdoroviazberzhuvainoi kompetentnosti yak sotsialno-pedahohichna problema [Formation of health care competence as a socio-pedagogical problem]. *Naukovyi visnyk Volynskoho natsionalnoho universytetu imeni Lesi Ukrainky*. 2012. № 7. S. 123-127.
2. Hnatiuk V.V., Horytska O.V., Matviichuk A.V. (2021). Rol adaptivno-tsifrovoho seredovyscha zakladu vyshchoi osvity u formuvanni profesinnoi kompetentnosti studentiv [The role of the adaptive digital environment of the institution of higher education in the formation of professional competence of students.]. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka*. (31). S. 225-237.
3. Zhaliy R.V. (2017). Formuvannia zdoroviazberihaiuchoi kultury studenskoii molodi v umovakh suchasnoho zakladu vyshchoi osvity [Zhaliy R.V. Formation of a health-preserving culture of student youth in the conditions of a modern institution of higher education]. *Pedahohichni nauky : zb. nauk. prats / hol. red. M. I. Stepanenko; Poltav. nats. ped. un-t imeni V. H. Korolenka. Poltava. Vyp. 70. S. 38-41.*
4. Kalichak Yu.L. (2019). Formuvannia zdoroviazberzhuvainoi kompetentnosti u vykhovateliv doshkilnoi osvity [Formation of health care competence among preschool teachers]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 5K (113). S. 143-147.
5. Karpiuk I., Obeziuk T. Kachalov O. (2023). Osoblyvosti vprovadzhennia zdoroviazberzhuvainoi kompetentnosti na zaniattiakh z fizychnoho vykhovannia [Peculiarities of implementation of health-preserving competence in physical education

classes.]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 4(163). S. 9-12.

6. Korol O.S., Khrypach A.H., Zalisko O.K., Zelikova T.I. (2020). Formuvannia zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti studentiv u protsesi fizychnoho vykhovannia zasobamy dystantsiinoho navchannia [Formation of health-saving competence of students in the process of physical education by means of distance learning]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 7(127). S. 95-99.

7. Masol V., Lynnyk A.M. (2023). Vykhovannia rishuchosti v uchnivskoi ta studentskoi molodi u protsesi sportyvno-ozdorovchoi diialnosti [Education of determination in school and student youth in the process of sports and recreational activities]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 7(167). S. 115-118. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7\(167\).22](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.7(167).22)

8. Masol V., Kharchenko N.V., Skyrda, T.S. (2024). Formuvannia tsyfrovyykh kompetentnosti starshykh pidlitkiv u protsesi sportyvno-ozdorovchoi diialnosti [Formuvannia tsyfrovyykh kompetentnosti starshykh pidlitkiv u protsesi sportyvno-ozdorovchoi diialnosti.]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 15. Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury (fizychna kultura i sport)*. 1(173). S. 89-93. [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1\(173\).20](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.1(173).20)

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K\(176\).94](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3K(176).94)
УДК 796. 01 2: 612. 616

Сичов С. О.,
<https://orcid.org/0000-0002-8428-5116>
доктор педагогічних наук,
професор кафедри біобезпеки і здоров'я людини,
Національний технічний університет України
«КПІ» ім. Ігоря Сікорського, м. Київ
Сиротинська О. К.,
<https://orcid.org/0000-0003-0371-1601>
старший викладач кафедри
технологій оздоровлення і спорту,
Національний технічний університет України
«КПІ» ім. Ігоря Сікорського, м. Київ

ЕРГОТЕРАПЕВТИЧНЕ ВТРУЧАННЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З РУХОВИМИ ПОРУШЕННЯМИ ТА КОГНІТИВНОЮ НЕДОСТАТНІСТЮ

У статті розглянуті питання використання ерготерапевтичного втручання для людей з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю. **Актуальність** дослідження полягає у тому, що для багатьох людей з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю утруднене самообслуговування і обмежена побутова активність навіть в умовах власного житла, і вкрай утруднене відвідування різних установ побутового призначення. Тому ціллю дослідження було обґрунтування ефективності ерготерапевтичного втручання для уникнення патологічних і передпатологічних змін у людей з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю. До **методів** дослідження було використано аналіз літературних джерел, ерготерапевтичне спостереження, анкетування і бесіди із людьми з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю. Визначено послідовність дій ерготерапевтичного втручання при корекції або компенсації рухових порушень та когнітивною недостатністю пацієнта. Надані рекомендації для ерготерапевтичної програми, щодо використання засобів відновлення людей з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю, що включає: лікування положенням, суглобова гра, відновлення балансу та ходи, кардіотренування, фізичні вправи, дослідження окремих когнітивних функцій таких як пам'ять, увага, просторове сприйняття тощо. Показано важливість використання спеціальних технічних пристроїв для людей з тяжкими захворюваннями верхніх кінцівок і суглобів ніг, які не можуть здійснювати самообслуговування. Окреслено мету ерготерапевтичного втручання при когнітивній недостатності, що включає досягнення максимальної самодостатності та незалежності людини при повсякденній діяльності (у домашньому, робочому та соціальному середовищі). Використання ерготерапевтичного втручання у практичній діяльності допоможе уникнути патологічних і передпатологічних змін у людей з руховими порушеннями та когнітивною недостатністю та прискорить одужання.

Ключові слова: ерготерапевтичне втручання, рухові порушення, когнітивна недостатність, програма реабілітації, корекція, компенсація, відновлення, технічні засоби.

Sychov Sergiy, Syrotynska Olena. Occupational therapy intervention for people with movement disorders and cognitive impairment. The article deals with the use of occupational therapy intervention for people with movement disorders and cognitive impairment. The relevance of the research lies in the fact that for many people with movement disorders and cognitive impairment, self-care and limited household activity are difficult even in the conditions of their own home, and it is extremely difficult to visit various institutions for domestic purposes. Therefore, the aim of the study was to substantiate the effectiveness of occupational therapy intervention to avoid pathological and pre-pathological changes in people with movement disorders and