

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет
імені Михайла Драгоманова

2023 р.

УДК 37.215.31-253.6:[796+613](072)

Матеріали п'ятого міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. – Вип. 5. – К.: Алатон, 2023. – 164 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Андрущенко Віктор Петрович – ректор Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, академік НАПН України, Член кореспондент НАН України, доктор філософських наук, професор.

Тимошенко Олексій Валерійович – декан факультету фізичного виховання, спорту і здоров'я, Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

Білик Валентина Григорівна – завідувачка кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін, доктор педагогічних наук, професор кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

ISBN 978-617-7834-26-6

викликів до педагогічної майстерності викладачів, використання сучасних засобів розповсюдження інформації.

Тому механізм підготовки сучасних фахівців з фізичної рекреації повинен ураховувати ситуацію, що склалася й вимагає кардинальних змін та модернізації підходів до розвитку і популяризації фізичної культури та здорового способу життя. Освітній процес повинен забезпечити майбутнім спеціалістам з фізичної рекреації сформованість компетентностей необхідних для створення нової моделі мотивації молоді до занять фізичною культурою і спортом, здатностей використовувати сучасну інфраструктуру й технології для загального фізичного розвитку і відновлення здоров'я.

Педагоги знаходять різні рішення в умовах сьогодення: від домашніх завдань у месенджерах до онлайн-занять засобами Google meet та Zoom. На сайті Міністерства освіти і науки (МОН) та Комітету цифрової трансформації опублікований список ресурсів для різних потреб, однак ні чинне зако-

нодавство, ні рекомендації МОН не дають чітких вказівок, як саме організувати навчальний процес удома. Користуючись автономією закладу освіти, студенти УДУ імені Михайла Драгоманова під час організації змішаного та дистанційного навчання використовують освітній ресурс, такий як модульне середовище освітнього процесу (Moodle), де викладачі викладають навчально-методичні матеріали, а здобувачі освіти передають виконані завдання. Разом з тим існують деякі обмеження для освітнього контенту, що в свою чергу спонукає до пошуку шляхів вирішення питань популяризації здорового способу життя, виконання та контролю занять фізичними вправами у майбутній професійній діяльності фахівця з фізичної рекреації.

Отже, з позицій сьогодення набуває значущості й потребує розв'язання проблема ефективної професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичної рекреації, спроможних здійснювати діяльність у закладах освіти, відпочинку та оздоровлення.

Список використаної літератури

1. Банковський К. Проблема рухової активності людини в умовах техногенної цивілізації / Карл Банковський, Олег Пришляк // Проблеми та перспективи розвитку спортивно-технічних і прикладних видів спорту та екстремальної діяльності: матеріали III Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю. Львів: Сполом, 2015. С. 11-23.
2. Вільчковський Е.С. Професійна спрямованість підготовки фахівців з фізичного виховання // Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992–2002. Зб. наук. пр. Харків: ОВС, 2002. Ч. 1. С. 301-310.
3. Дутчак М. В. Зміст професійної діяльності фітнес-персоналу / М. В. Дутчак, Л. Я. Чеховська // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 3К (131). С. 134-137. DOI [http://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K\(131\).32](http://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.3K(131).32).
4. Паришкура Ю. В., Шевченко М. В. Готовність до диджиталізації професійної діяльності фахівців галузі фітнесу та рекреації: проблеми та перспективи. Digital transformation and technologies for sustainable development all branches of modern education, science and practice: International Scientific and Practical Conference Proceeding, January 26, 2023. International Academy Applied Sciences in Lomza (Poland); State Biotechnological University (Ukraine). Publishing house: MANS w Łomży, Lomza, Poland, 2023. Part 3. P. 113-117.
5. UNESCO. Rethinking Education: Towards a Global Common Good? UNESCO: Paris, France, 2015. URL: https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf000023255_5

СУЧАСНІ МОЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ПЕРЕХВОРИЛИ НА COVID-19, У САНАТОРНО-КУРОРТНИХ УМОВАХ

Шеремет Інеса Володимирівна

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри здоров'я, валеології та медико-

біологічних дисциплін Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Челнокова Марія Сергіївна

старший викладач кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Василенко Катерина Сергіївна

викладач кафедри здоров'я, валеології та медико-біологічних дисциплін Українського
державного університету імені Михайла Драгоманова

У зв'язку із збільшенням числа хворих, сьогодні в Україні гостро постає питання реабілітації хворих після перенесеного захворювання на COVID-19, оскільки «за час пандемії більше 1,4 млн українців перехворіли коронавірусною хворобою COVID-19, а одужало 1,2 млн українців» [3, с. 296-297]. В окремих випадках коронавірусна хвороба COVID-19 протікає безсимптомно, але часто розвивається пневмонія та дихальна недостатність, вражаються інші системи, такі як серцево-судинна, нервова, ендокринна, а також виникають багаточисленні психоемоційні розлади. У цілому, для патогенезу COVID-19 типовим є «поліорганність ураження, тому при розробці програм реабілітації необхідно враховувати не тільки ступінь тяжкості самого захворювання та функціональних порушень, а й наявність коморбідної патології» [2, с. 21].

Як зазначає І. Лемко, «відновлення після перенесеної гострої інфекції необхідне практично всім пацієнтам, з врахуванням всього симптомокомплексу залишкових проявів з боку різних органів і систем, як бронхолегеневої системи, так і позалегенових функціональних проявів, що створюють патогенетичні умови для соматизації первинних порушень і формування поліморбідності» [8, с. 38]. З введенням воєнного стану в Україні ситуація щодо фізичної рекреації осіб у санаторно-курортних умовах загострилась ще більше, постало питання пошуку нових форм і методів рекреаційної діяльності з урахуванням викликів часу.

Водночас, на сьогодні в Україні не існує єдиної програми фізичної рекреації серед контингенту осіб, які перехворіли на COVID-19. Найбільшого розповсюдження

отримали сучасні оздоровчі технології, засновані на використанні рухової активності аеробної спрямованості, зокрема аеробіка, оздоровча ходьба, біг, тощо. Саме тому, створення концептуальних основ цілеспрямованої організації фізичної рекреації студентів у санаторно-курортних умовах із використанням сучасних оздоровчих технологій має особливу актуальність.

Фізична рекреація із використанням сучасних оздоровчих технологій у поєднанні з раціональним харчуванням та іншими заходами здорового способу життя є найдієвішим засобом зміцнення здоров'я осіб, які перехворіли на COVID-19, що є узагальненим у вітчизняних дослідженнях М. Алаликіної [1], Т. Болотських [4], О. Голуба [6], К. Каршакова [7], Д. Луцкевич [9]), М. Мерцалової [10], А. Овчаренко [11] та ін.)

Таким чином, фізична рекреація є надзвичайно важливим та заключним етапом у лікуванні хворих, які перенесли коронавірусну інфекцію, не залежно від її наслідків. Отримані результати теоретичного дослідження дають підстави стверджувати, що на даний час зростає проблема фізичної рекреації у санаторно-курортних умовах під час дії карантину та воєнного стану. Організація фізичної рекреації з використанням сучасних оздоровчих технологій є нагальним завданням щодо необхідності забезпечення здорового способу життя, в тому числі й тих осіб, які перехворіли на COVID-19.

Список використаної літератури

1. Алаликіна М.О. Лікувальна фізична культура для реабілітації студентів, які пере-

хворіли на COVID-19. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні про-

блеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах»: збірник наукових праць. ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 7-11.

2. Бабова І. К. Організація етапної реабілітації хворих, які перенесли коронавірусну хворобу / І. К. Бабова, І. Г. Брусніцин, І. Л. Михайленко // Санаторно-курортне лікування та реабілітація: сучасні тенденції розвитку: наук.-практ. конф. з міжнар. участю, 30 вересня – 01 жовтня 2021 р., Одеса, 2021. С. 21-23.

3. Бабінець Л.С. Динамічне спостереження за пацієнтами, що перенесли коронавірусну хворобу (COVID-19), і реабілітаційні заходи на рівні ПМД: можливе використання світового та європейського досвіду (на основі аналізу літературних джерел). Коронавірусна хвороба: підходи до ведення пацієнтів: навч.-наук. посіб. / за ред. проф. Л.С. Бабінець. Тернопіль: Осадца Ю.В., 2021. С. 296-318.

4. Болотських Т.І. Особливості фізичної реабілітації після перенесеного коронавірусу. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах»: збірник наукових праць. ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 16-20.

5. Використання занять йогою в процесі реабілітації студентів спеціальних медичних груп з синдромом вегетативної дисфункції / А.С. Кондратенко, І.В. Шеремет, М.С. Челнокова, К.С. Василенко // Освіта і здоров'я підрастаючого покоління: матеріали третього міжнародного симпозиуму: зб. наук. праць в 2-х частинах / За ред. Страшка С. В. К.: Алатон, 2021. Вип. 3. Ч. 1. С. 221-222.

6. Голуб О.В. Дихальна гімнастика як складова реабілітації після COVID-19. Мате-

ріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах». ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 51-55.

7. Каршаков К.В. Фізична реабілітація після захворювання коронавірусом. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах». ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 79-82.

8. Лемко І.С. Використання лікувальної бази санаторно-курортних закладів для медичної реабілітації після COVID-19. Санаторно-курортне лікування та реабілітація: сучасні тенденції розвитку: матеріали науково-практичної конференції з міжнародною участю (Одеса, 30 вересня - 01 жовтня 2021 р.). Одеса: Поліграф, 2021. С. 38-41.

9. Луцукевич Д.Ю. Вплив рухової активності на організм студентів при COVID-19. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах». ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 120-124.

10. Мерцалова М.О. Рухова активність як засіб реабілітації після COVID-19. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах». ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 133-137.

11. Овчаренко А.С. Вплив фізичної активності при захворюванні на COVID-19. Матеріали Регіональної наукової інтернет-конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання та спорту в сучасних умовах». ДНУ ім. О. Гончара. Дніпро, 2021. С. 146-149.

СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

Школа Олена Миколаївна

кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради

Актуальність теми. Сучасний світ регулярно підкидає нам нові виклики. Спочатку наслідки, що були спричинені всесвітньою епідемією коронавірусу та за своєю безпрецедентністю порівнювали із надзвичайними природними катаклізмами, а

цьогоріч людство зіткнулося з наймасштабнішим викликом сьогодення, турбулентність впливу якого немає аналогів в історії, це російська агресія проти народу України [1]. Таким чином, дедалі актуальнішою стає навичка вміння швидко пристосовуватися до