

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

# ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

---

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ,  
СПОРТУ І ЗДОРОВ'Я



Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова

2024 р.

УДК 37.016:613]:005.745  
0-72

Матеріали VI Міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. Праць / За ред. Білик В.Г. Вип. 6. К.: Алатон, 2024. 227 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'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-38-9

© Редакційна колегія, 2024  
© Автори статей, 2024  
© Видавництво «Алатон», 2024

### Список використаних джерел

1. Матеріали третього міжнародного симпозиуму «Освіта і здоров'я підрастаючого покоління»: Зб. наук. праць в 2-х частинах / За ред. Страшка С.В. Вип. 3. Ч. 1. Київ: Алатон, 2021. – 249 с.
2. Івах Р.М. Основи охорони праці: навчальний посібник / Р.М. Івах, Я.І. Бедрій, Б.О. Білінський, М.М. Козяр. Київ: 2010. 464 с.
3. Катренко Л.А. Охорона праці в галузі комп'ютерингу: підручник / Л. Катренко, А. Катренко. За наук. ред. В.В. Пасічника. Львів: «Магнолія 2006», 2012. 544 с.

## ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ УЯВЛЕННЯ ПРО ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ТА ОСОБЛИВОСТІ ЙОГО ПІДТРИМКИ УЧНІВ 10-11 КЛАСІВ

**Білик Валентина Григорівна**

завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор

**Челнокова Марія Сергіївна**

старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

**Скубенко Віталій Петрович**

студент 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Кардинальні зміни, що відбуваються в усіх сферах життєдіяльності суспільства, висувають нові завдання, вимагають нових підходів щодо виховання та соціалізації підрастаючого покоління. Особливого значення набуває формування гармонійно розвинутої, суспільно активної, фізично досконалої, здорової особистості.

Проблема зміцнення здоров'я дітей та молоді гостро постає сьогодні, оскільки складні соціально-економічні умови, екологічна та духовнокультурна криза спричинили значне зниження рівня здоров'я підрастаючого покоління. Зростає чисельність дітей з порушеннями стану здоров'я. У період навчання в школі кількість здорових дітей зменшується в 4 рази. 85 % учнів мають відхилення у здоров'ї, набуває тривожної тенденції рівень зростання раннього алкоголізму, наркоманії, проституції. У зв'язку з цим першочерговим постає завдання формування здорового способу життя як умови збереження української нації, перспективи справжнього духовного оновлення наступних поколінь, запоруки якісних перетворень у масштабах держави [2].

Проблема формування здорового способу життя підрастаючого покоління існує як медична, психологічна, педагогічна,

соціальна, тому що здоров'я має специфіку проявлятися на фізичному, психологічному, соціальному рівнях. На сьогоднішній день в Україні прийнято багато державних програм, спрямованих на пропаганду здорового способу життя; створено мережу центрів здоров'я, відкрито безліч різноманітних спортивних клубів, але значних позитивних зрушень у покращенні фізичного, духовного, психічного, соціального здоров'я школярів не відбувається. Загальноосвітній заклад залишається основним соціальним інститутом, який надає дітям базову освіту, вирішує завдання розвитку та виховання школярів, але школа не в змозі створити всі умови для ефективного формування здорового способу життя, оскільки цей процес має низку специфічних відмінностей порівняно з навчально-виховним процесом.

Для підвищення рівня здоров'я підрастаючого покоління необхідно створити валеонасичений простір, у якому всі соціальні інститути нашого суспільства були б об'єднані єдиною ідеєю, спільними зусиллями виконати замовлення держави щодо формування й виховання здорового покоління. Сьогодні вимагає розробки індивідуальних програм оздоровлення, різноманітних освітньо-оздоровчих послуг; ефек-

тивних форм і методів сполучення та взаємодії всіх соціальних інститутів з метою зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя дітей та молоді; проведення психолого-розвивальних, корекційних, оздоровчо-реабілітаційних заходів, спрямованих на становлення, розвиток і соціалізацію особистості школяра [1].

Системний аналіз філософської, соціально-педагогічної, психологічної, медичної, валеологічної літератури доводить, що сьогодні триває новий етап у науковому дослідженні феномена здоров'я. Проблема здоров'я активно розроблялася відомими філософами, культурологами, психологами В. Казначєєвим, В. Климовою, А. Маслоу, В. Скумінім, Є. Спіріним, І. Фроловим. Не можна залишити поза увагою роботи М. Амосова, Г. Апанасенка, І. Аршавського, В. Волкова, Т. Данилюк, Л. Звизняковського, М. Саричева, що присвячені медикобіологічним особливостям зміцнення здоров'я підростаючого покоління. Такі вчені, як Е. Белік, В. Бобрицька, М. Болотова, І. Брехман, Е. Булич, М. Гончаренко, М. Гриньова, І. Муравов присвятили свої праці валеології – науці про здоров'я людини. Особливої актуальності набувають дослідження сучасних педагогів: В. Горашука, О. Дубогай, С. Кириленко, С. Лапаєнко, С. Свириденко, С. Тищенко, Н. Хамської, В. Шахненко, у яких розкриваються різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя учнів. Привертають увагу багатогранні наукові доробки в галузі медицини, валеології, соціології щодо формування здорового способу життя 5 підростаючого покоління, але проблема збереження та зміцнення здоров'я нації залишається актуальною потребою сьогодення.

За даними досліджень, найчастіше домінують життєві домагання, пов'язані із сімейним благополуччям, стабільним матеріальним достатком, високим рівнем вищої освіти та високооплачуваною роботою. Взагалі для молоді, яка стоїть на порозі творення власного життя, це головні складові життєвого успіху. Вони доповнюються кар'єрним зростанням і побутовим комфортом, розумінням важливості здорового способу життя, поважного соціального статусу, авторитету, творчого розвитку і

вмінням досягати життєвих завдань. Але розуміння важливості здорового способу життя серед молоді занадто мале, що скоріш за все пов'язано з відносно задовільним рівнем здоров'я та розуміння здоров'я як відсутності хронічних хвороб. Але ж, як зазначалося вище, здоровий спосіб життя – це дещо більше ніж лікування тоді, коли це потрібно. Тому невід'ємною системою державної політики у галузі формування здорового способу життя є створення у суспільній свідомості життєвих домагань у сфері збереження здоров'я та дотримання здорового способу життя, особливо серед молоді [3].

Основним змістом діяльності з формування здорового способу життя є розробка і реалізація соціальних проектів, які спираються на певні передумови, принципи, завдання, стратегії, механізми; метою формування здорового способу життя є сприяння досягненню, в широкому розумінні, благополуччя і здоров'я на усіх рівнях і для всіх; а основними механізмами його формування – створення умов для окремих осіб, груп людей, громад позитивно впливати на проблеми здоров'я; результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як інтегрована якість особистості та показник її вихованості. Рівень здоров'я, як правило, безпосередньо пов'язаний з рівнем освіти. Чим вище середній рівень освіти у певному соціальному середовищі, тим кращі узагальнені показники здоров'я воно демонструє.

Природно, що піклування про власне і громадське здоров'я неможливо без знання того, чому це необхідно і як це робити. Притому доцільно розуміти поняття освіти в даному контексті не тільки як освіти суто валеологічну, а значно ширше – як загальну освіту в цілому. Чим ширше знання основних природничих, наукових, філософських, гуманітарних положень, тим більше можливостей створювати у суспільстві системне уявлення про проблему здоров'я взагалі. Крім того, поняття освіти потрібно розуміти комплексно: і як надання інформації, і як навчання методам, прийомам і навичкам здорового способу життя, і як виховання в душі безумовного пріоритету цінностей індивідуального і громадського здоров'я в усіх його

проявах, сферах, рівнях. Слід зазначити, що питання здорового способу життя частково вивчаються школярами в загальноосвітній школі. Досвід показує, що такого обсягу і змістового рівня інформації щодо означених питань для студентів сучасних вищих навчальних закладів недостатньо. Окрім загальних знань з першої медичної допомоги треба включити питання раціонального харчування, попередження порушень опорно-рухового апарату та зору, профілактики шкідливих звичок, ВІЛ/СНІДу, наркоманії, венеричних та інфекційних захворювань у

курс «Безпека життєдіяльності» для студентів усіх спеціальностей та форм навчання [2].

Аналіз освітньої практики показав, що в науковій літературі не сформувалося однозначного підходу у визначенні основного поняття «культура здорового способу життя». Однак, при розгляді феномена здоров'я виявлена сукупність його чотирьох компонентів: духовне здоров'я, психологічне здоров'я, соціальне здоров'я й фізичне здоров'я.

### Список використаних джерел:

1. Бобрицька В.І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів : монографія / В.І. Бобрицька., Полтава: ТОВ «Поліграф. центр «Скайтек», 2006., 432 с.

2. Валеологія : навч. посіб. для студ. вищ. закладів освіти. В 2 ч. / Бобрицька В.І., Гладкий С.О., Гриньова М.В. та ін.; за ред. В.І. Боб-

рицької, Полтава: ТОВ «Поліграф. центр «Скайтек», 2000. – 306 с.

3. Педагогіка вищої школи / В. Андрущенко, І.Д. Бех, І.С. Волошук та ін. ; за ред. : В.Г. Кременя, В.П. Андрущенка, В.І. Лугового. К. : Пед. думка, 2009. 256 с.

## ВПЛИВ РІВНЯ ФІЗИЧНОГО ЗДОРОВ'Я НА ВИБІР СТИЛЮ ПОВЕДІНКИ В КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЯХ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

*Білик Валентина Григорівна*

завідувачка кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор

*Челнокова Марія Сергіївна*

старший викладач кафедри здоров'язбережувальної освіти та фізичної рекреації Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

*Тітов Олег Олексійович*

студент 2 курсу магістратури спеціальності Середня освіта «Здоров'я людини», Українського державного університету імені Михайла Драгоманова

Здоров'я є одним з головних компонентів людського капіталу. В сукупності з рядом інших факторів здоров'я визначає не лише можливості окремого індивіда, але й потенціал країни, становить основу її духовного, соціального розвитку.

Як відомо, здоров'я юнацької молоді формується під впливом біологічних та соціальних факторів. Від нормальних показників рівня фізичного здоров'я студентів залежить здатність їх організму зберігати стійкість та адаптуватися до мінливих умов навколишнього середовища. Також не варто забувати про суворі наван-

таження з боку навчального процесу, зростаючий потік інформації, потреба в більш глибоких знаннях від фахівців вимагає і буде вимагати все більших знань від студентів. Збереження здоров'я в юнацькому віці має бути головним пріоритетом для студентів вищих навчальних закладів на ряду з рівнем успішності.

У зарубіжній психології дослідженнями юнацького віку займалися у різних напрямках, зокрема з метою аналізу становлення ідентичності (Е. Еріксон, Д. Марія), Я-концепції (Р. Бернс), механізмів самоактуалізації (Е. Шостром); у вітчизняній – вив-