

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»  
Департамент охорони здоров'я Полтавської обласної державної адміністрації  
Національний університет фізичного виховання і спорту України  
Полтавський державний медичний університет  
Волинський національний університет імені Лесі Українки  
Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка  
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника  
Кам'янець-Подільський національний університет Імені Івана Огієнка  
Francisk Skorina Gomel State University (Belarus)  
Cliniques universitaires Saint-Luc (UCLouvain Saint-Luc), Belgium  
Strasbourg University (Université de Strasbourg), France

**ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ  
ТЕХНОЛОГІЇ:  
РЕАЛІЇ І ПЕРСПЕКТИВИ**

Збірник наукових матеріалів VII Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю

*23 листопада 2021 року*

**PHYSICAL REHABILITATION AND HEALTHSAVING TECHNOLOGIES:  
REALITIES AND PERSPECTIVES**

Collection of materials of the VII All-Ukrainian Scientific and Practical conferences with international participation

November 23, 2021

Полтава 2021

2. Кейл Энн Тейпирование в спортивной и клинической медицине. – М.: Спорт, 2015, 136 с.

3. Хабилов Ф.А. Руководство по клинической неврологии позвоночника. Казань, 2006, 209 с.

Интернет-ресурси

4. Астенія. <https://perebus.com.ua/asteniya-ochej-principi-likuvannya-krashhi-krapli-vid-vtomi-ochej/>

5. Медична газета «Здоров'я України 21 сторіччя» № 13-14 (481-482), 2020 р. <http://health-ua.com/article/61345-suchasna-oftalmologiya-vpliv-smartfonv-tcifrove-oko-blefariti-tasuhst-ochej>

Рибалко Л.М., д.пед.н., професор,  
декан факультету фізичної культури та спорту  
*Національний університет «Полтавська політехніка  
імені Юрія Кондратюка»*

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ В УМОВАХ ЗВО**

В умовах оновлення суспільно-економічного життя актуальною залишається проблема формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини. Адже нинішнє суспільство характеризується зниженням індексу людського розвитку, який характеризують стан здоров'я українців і їх тривалість життя. Згідно Конституції України людина, її життя і здоров'я визнаються найвищою соціальною цінністю, формування якої має забезпечити освіта впродовж життя. Саме тому постає об'єктивна потреба у розробленні здоров'язбережувальних технологій та впровадженні їх у освітній процес не лише шкіл та дошкільних закладів, а й вищих навчальних закладів, які забезпечать формування в молодого покоління здоров'язбережувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей, відповідної культури здоров'я, утвердження пріоритету здорового способу життя. Застосування здоров'язбережувальних технологій сприятиме комплексному вдосконаленню змісту освітнього процесу та його навчального середовища в аспекті здоров'язбереження. Актуальність дослідження проблеми здоров'язбереження зумовлена реаліями сьогодення щодо стану здоров'я студентської молоді, їх способу життя та наявної культури здоров'я. За даними Міністерства охорони здоров'я України (станом на 1.01.2018 р.) у 50 % школярів спостерігаються функціональні порушення різних систем органів, а в 42 % – хронічні захворювання.

Навчання учнів/студентів здоров'язбереження у системі освіти включає не лише процес оволодіння предметними знаннями і життєво важливими компетентностями, а й формування відповідних життєвих цінностей, результатом яких є їхня здатність самостійно «управляти» своїм здоров'ям,

проводити діагностичні, профілактичні, а за потреби і реабілітаційні та корекційні заходи. Проектування процесу здоров'язбережувального навчання учнів/студентів вимагає розроблення спеціальних здоров'язбережувальних методик і технологій для використання у закладах освіти. Проаналізувавши педагогічну літературу, дійшли висновку, що поняття «технологія навчання» і «педагогічна технологія» цілком тотожні за своєю сутністю.

Тому здоров'язбережувальні технології можна називати як педагогічними технологіями, так і технологіями навчання.

Поняття «здоров'язбережувальні технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності освітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я учнів. Здоров'язбережувальні технології містять у своєму змісті поняття «охорона здоров'я», «зміцнення здоров'я», «збереження здоров'я», що знайшло відбиття в кодифікованих дефініціях: «збережувальні», як такі, що не витрачені даремно, без зайвої необхідності; як результат дії педагогічних чинників на суб'єктів навчально-виховного процесу; як цілеспрямований вплив педагогічних заходів на підвищення одночасно рівня здоров'я учнів.

Узагальнення наукової літератури дозволяє виокремити основні підходи до трактування дефініції «здоров'язбережувальні технології», а саме:

- системний – індикатор якості освітніх технологій;
- діяльнісний – оптимальне поєднання традиційних технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження й підтримку здоров'я молодого покоління;
- компетентнісний – технології формування здоров'язбережувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей, навчання основ здоров'я, здорового способу життя, формування картини світу здорової особистості;
- інтегрований – навчально-методичний комплекс оздоровчофізкультурних і лікувально-профілактичних заходів;
- середовищний – створення сприятливого для здоров'я освітнього середовища;
- особистісно орієнтований – забезпечення навчання і виховання з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологічних особливостей учнів.

Виокремлення наукових підходів розширює уявлення про сутність поняття «здоров'язбережувальні технології» і дає змогу розуміти його як системний метод програмування цілей, конструювання змісту, прийомів, засобів навчання й виховання, спрямованих на підвищення рівня індивідуального здоров'я, формування здоров'язбережувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей та створення здоров'язбережувального освітнього середовища в навчальному закладі за умов здійснення моніторингу стану здоров'я суб'єктів освітнього процесу. Зміст здоров'язбережувальних технологій визначають основні здоров'язбережувальні компоненти освітнього середовища[16]:

- змістовий (передбачення змістом навчальних дисциплін вивчення елементів здоров'язбереження);
- аксіологічний (формування ціннісних орієнтацій на здоров'я як найвищу життєву цінність);

- гносеологічний (формування системи наукових знань про основи здоров'я, практичних умінь і навичок ведення здорового способу життя, безпечної поведінки у соціумі);
- екологічний (усвідомлення єдності людини і природи, залежності здоров'я людини від екологічного стану довкілля, формування ціннісного ставлення людини до природи);
- емоційно-вольовий (формування стійкої емоційної поведінки, таких якостей особистості, як: організованість, відповідальність, обов'язок, честь, гідність);
- фізкультурно-оздоровчий (формування фізичних якостей і високих адаптаційних можливостей організму засобами системи фізичних вправ і спортивних тренувань, підвищення рухової активності та загартовування організму);
- діяльнісний (дотримання режиму харчування, правильне чергування праці та відпочинку, попередження шкідливих звичок, функціональних порушень та захворювань)

### *Література*

1. Андрющенко Т. К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема / Андрющенко Т. К. // Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. – 2012. – № 7. – С. 123-127.
2. Ващенко О. М. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра: навч.-метод. посіб. / О. М. Ващенко, В. М. Єрмолова, Л.І.Іванова та ін. – Кам'янець-Подільський: Абетка, 2012. – 192 с.
3. Гаркуша С. В. Формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій: теоретико-методичний аспект: [монографія] / С. В. Гаркуша. – Чернігів: Видавець Лозовий В. М., 2014. – 392.
4. Загородній В. В. Сучасні проблеми здоров'я дитячого населення шкільного віку та шляхи її вирішення / Загородній В. В. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Вип. 129. Том 3. Серія: Педагогічні науки: Збірник. – Чернігів: ЧНПУ, 2015. – С. 141–144.

Осипенко С.О. ВИСОКИЙ РІВЕНЬ ВІЗУАЛЬНОГО НАВАНТАЖЕННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ: ПРАКТИЧНІ ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ.....	136
Рибалко Л.М. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ В УМОВАХ ЗВО.....	138
Сидоренко А.Г., Луценко Р.В., Чечотіна С. Ю., Гаврильєва К. Г., Луценко О. А. ХАРЧУВАННЯ ЯК СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я.....	141
Синиця Т.О. ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ЖІНОК ПЕРШОГО ЗРІЛОГО ВІКУ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІТНЕСОМ.....	142
Струк Б.І., Верхівкер Я.Г., Петькова О.О. МІЖДИСЦИПЛІНАРНА ІНТЕГРАЦІЯ, ЯК ПЕДАГОГІЧНА УМОВА ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖЕННЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ-ТЕХНОЛОГІВ .....	144
Траверсе Г.М., Мизгіна Т.І. ДОЦІЛЬНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ ВІТАМІННО - МІНЕРАЛЬНИХ КОМПЛЕКСІВ У ПІДЛІТКІВ, ЯКІ МАЮТЬ ВИСОКІ РОЗУМОВІ НАВАНТАЖЕННЯ.....	147
Яланська С.П. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ: РЕСУРС АЕРОАПІТОТЕРАПІЇ.....	149
Ялова Т.Л., Горошко В.І. МЕТОДИКА ДІАГНОСТИКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ НЕДОСТАТНОСТІ ЦЕНТРАЛЬНОЇ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ У НОВОНАРОДЖЕНИХ.....	150