

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 підростаючого 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

## ЗМІСТ

<b>Аксьонова О.П., Півненко Ю.В. МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ: ОСВІТНЯ ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ.....</b>	<b>7</b>
<b>Андрєєва Т.Т., Шарак О.В. ЗМІЦНЕННЯ ФІЗИЧНОГО І ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ З КОЛЕКТИВНОГО МАЛЮВАННЯ.....</b>	<b>9</b>
<b>Ареф'єєва Л. П., Плющакова О. В., Блощук А.О. ЕФЕКТИВНІ НАПРЯМИ ОПТИМІЗАЦІЇ ЗМІСТУ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....</b>	<b>11</b>
<b>Ареф'єєва Л.П., Плющакова О.В., Браткевич О.В. СИЛОВІ НАВАНТАЖЕННЯ ЯК ЗАСІБ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ЗВО.....</b>	<b>14</b>
<b>Баштовенко О.А. ЗДОРОВ'Я – НАСКРІЗНА ЖИТТЄВА КОМПЕТЕНТНІСТЬ.....</b>	<b>16</b>
<b>Бєсєдіна А.А. ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....</b>	<b>18</b>
<b>Білик В.Г., Книш С.І., Мегалінська Г.П., Білик Ж.І. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ З ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ: ІННОВАЦІЇ В ОСВІТІ.....</b>	<b>19</b>
<b>Бобровник Л.П., Яхонтова Г.С., Сущенко Л.П. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ДО СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА РЕАБІЛІТАЦІЙНОГО ЦЕНТРУ ДЛЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ВІКУ З ВРОДЖЕНОЮ ПАТОЛОГІЄЮ КУЛЬШОВИХ СУГЛОБІВ.....</b>	<b>21</b>
<b>Василенко К.С. ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ: ДОСВІД США.....</b>	<b>24</b>
<b>Васильчук А.Л. ЕНІОПСІАНАТОМІЧНИЙ РОЗВИТОК ПСІ-ФЕНОМЕНАЛЬНОГО ЕНІОІНТЕЛЕКТУ.....</b>	<b>28</b>
<b>Виговський Л.А., Виговська Т.В. ЕКОЕТИКА ЯК ЧИННИК ПОДОЛАННЯ ЕКОЛОГІЧНОЇ КРИЗИ.....</b>	<b>34</b>
<b>Воловик Н.І. Підвальна О.В. МЕНТАЛЬНИЙ ФІТНЕС – ЯК ЗАСІБ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....</b>	<b>37</b>
<b>Волохата К.М., Нечитайло М.М. ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС НУШ.....</b>	<b>39</b>
<b>Ганчева К.М. НАВЧАННЯ ТЕХНІЦІ ГРИ У ВОЛЕЙБОЛ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЗАСОБАМИ РУХЛИВИХ ІГОР.....</b>	<b>40</b>
<b>Голованова І.А., Плужнікова Т.В., Мартиненко Н.В. PECULIARITIES OF THE ORGANIZATION OF THE EDUCATIONAL PROCESS IN MEDICAL INSTITUTIONS OF HIGHER EDUCATION IN THE CONDITIONS OF DISTANCE LEARNING.....</b>	<b>42</b>
<b>Грабик Н.М., Грубар І.Я., Гулька О.В. ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ЗАНЯТТЯХ З ГІГІЄНИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА.....</b>	<b>44</b>
<b>Гудзяк І.В. ВИКОРИСТАННЯ «ДОРІЖКИ ЗДОРОВ'Я, ЯК ТУРБОТА ПРО ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДОШКІЛЬНИКІВ.....</b>	<b>46</b>
<b>Данилюк С.Л., Ігнатенко С.А. РЕАЛІЗАЦІЯ МОРАЛЬНО-ЕКОЛОГІЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ НА УРОКАХ «ОСНОВ ЗДОРОВ'Я».....</b>	<b>49</b>
<b>Данько О.В. ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ТА ОСОБЛИВОСТІ ЙОГО ПОРУШЕНЬ.....</b>	<b>51</b>
<b>Демиденко М.О. ДИСТАНЦІЙНА ОСВІТА З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ В УМОВАХ ДІЇ ВОЄННОГО СТАНУ.....</b>	<b>53</b>
<b>Дігтяр В.А., Лук'яненко Д.М., Камінська М.О., Власов О.О. АСПЕКТИ ВИКЛАДАННЯ ДИТЯЧОЇ ХІРУРГІЇ В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ В МЕДИЧНИХ ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ УКРАЇНИ.....</b>	<b>55</b>
<b>Дубініна К.В. ПСИХОДІАГНОСТИКА ФЕНОМЕНУ ПРОКРАСТИНАЦІЇ СТУДЕНТІВ.....</b>	<b>57</b>
<b>Ельтек І. В. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНА ТА ВАЛЕО-ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПЕДАГОГА.....</b>	<b>60</b>

<b>Шеремет І.В., Челнокова М.С., Василенко К.С. СУЧАСНІ МОЖЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ РЕКРЕАЦІЇ ОСІБ, ЯКІ ПЕРЕХВОРИЛИ НА COVID-19, У САНАТОРНО-КУРОРТНИХ УМОВАХ.....</b>	<b>158</b>
<b>Школа О.М. СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА В ПРОЦЕСІ НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ.....</b>	<b>160</b>

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 симпозіуму: 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

змін і бути гнучкими. Для сфери освіти це питання особливо актуальне.

Останніми роками на сучасному освітньому просторі можливо спостерігати все більшу інтеграцію освітнього процесу з інтерактивними Інтернет-технологіями навчання [2]. Одним з найперспективніших напрямків розвитку в цій сфері є соціальні мережі, які дозволяють залучати до навчання майже необмежену аудиторію здобувачів вищої освіти, групувати їх за необхідними напрямками навчання.

**Мета статті** – розглянути особливості проведення занять з професійних освітніх компонентів, що викладаються на спеціальності 017 Фізична культура і спорт в умовах воєнного часу.

**Результати дослідження.** З початком воєнних дій 2022 року з метою запобігання безпеки населення освітній процес у Комунальному закладі «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради було переведено на дистанційну основу.

Використання соціальних мереж у процесі дистанційного навчання – це ефективний засіб підвищення мотивації і якості навчання, тому застосування інформаційно-комунікаційних технологій – самий затребуваний напрямок у сфері освіти. Все що потрібно, щоб розпочати навчання – це гаджет з доступом в Інтернет і трішки натхнення та творчості [3; 4].

Перше, що зробили викладачі кафедр фізичного виховання та спортивного вдосконалення, які викладають на спеціальності 017 Фізична культура і спорт, це розробили індивідуальні плани роботи дистанційного навчання. Друге – налагодили зв'язок між усіма учасниками освітнього процесу. Третє – обрали ресурси, методи та форми навчання (інтернет, освітні платформи та соціальні мережі), також комунікують зі здобувачами освіти за допомогою Viber та Telegram, YouTube з використанням здоров'язбережувальних технологій навчання.

У теперішній час освітній процес відбувається за схемою: «здобувач освіти – мультимедійні технології – викладач». Стало необхідним будувати освітній процес за принципом індивідуального підходу. В умовах вищої освіти існує безліч можливостей для реалізації засвоєння відповідної системи знань, особливо при вивченні освітніх компонентів професійного циклу.

На теперішній час в академії на спеціальності 017 Фізична культура і спорт, спеціалізації «Фітнес» йде викладання лекційного та практичного матеріалу з фітнесу, основною дидактичною метою якого є забезпечення орієнтованої основи для подальшого засвоєння навчального матеріалу. Інтерактивний підхід до проведення фітнес-занять докорінно змінює модель поведінки викладача і здобувача освіти: надає їм можливість стати головними суб'єктами процесу навчання; змінюється традиційний погляд на роль викладача, який виступає не лише в ролі «джерела інформації», але й організатора дискусії, консультанта, авторитетної особи, яка забезпечує корекцію засвоєного матеріалу. Донесення програмного матеріалу до здобувачів здійснюється шляхом попереднього структурування матеріалу лекційних та практичних занять та вибору найбільш доцільних методів його подання з впровадженням здоров'язбережувальних технологій (руханки, марафони, челенжі, презентації, тощо).

**Висновки.** Отже, дистанційні здоров'язбережувальні технології навчання цілком дозволяють якісно сформувати професійні компетентності при вивченні організації освітнього процесу з фітнесу. Завдання викладача полягає у виборі найбільш оптимальних програмних продуктів та застосування різноманітних інструментів, які максимально дозволяють реалізувати принципи навчання та досягти бажаного результату.

### Список використаної літератури

1. Гармаш Л., Школа О. Переваги та недоліки використання веб-технологій в умовах дистанційного навчання. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної те-*

*ранії та ерготерапії*: матеріали XI міжнар. Інтернет (заочна) наук.-метод. конф. (05.04.2021р.). Національна академія нац. гвардії України. Харків. 2021. 29-33.

2. Школа О. М. Використання інформаційних технологій з фізичного виховання під час дистанційного навчання. *Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні*: матеріали IV Всеукр. інтернет-конф. «COLOR OF SCIENCE» (м. Вінниця, 29.01.2021 р.). Вінницький держ. пед. ун-т імені Михайла Коцюбинського / ім. А. А. Дяченко. Вінниця. 2021. 425-430.

3. Школа О. М., Христенко Д. О. Професійна підготовка майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту у закладах вищої освіти *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в*

*сучасному суспільстві: матеріали 2 Всеукр. наук.-практ. конф. (з міжн. участю) (м. Житомир, 29.10.20р.)*. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2020. 10-13.

4. Olena Otravenko, Olena Shkola, Olena Shynkarova, Valeriy Zhamardiy, Oleksandr Iyvatskyi, Dmytro Pelypas. Leisure and recreational activities of student youth in the context of health-preservation. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*. JETT. Vol. 12(3). 2021. 146-154. DOI: 10.47750/jett.2021.12.03.014.

<https://jett.labosfor.com/> .