Присвячуються 300 річчю
від дня народження Г.С. Сковороди

5th International conference of young sciences

KHARKIV FORUM OF NATURAL SCIENCES

П'ята міжнародна конференція молодих учених

ХАРКІВСЬКИЙ ПРИРОДНИЧИЙ ФОРУМ

19-20 травня 2022 р.

Харків 2022

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний педагогічний університет
імені Г.С. Сковороди
Факультет природничої, спеціальної і здоров'язбережувальної освіти

Поморська академія у Слупську «Інститут біології і наук про землю»
Вроцлавський університет, Польща

Грайфсвальський університет (м. Грайсфальд, Німеччина),

Факультет державної політики, Сілезький університет в Опаві (Чехія)

Національний природний парк «Гомільшанські ліси»,

ГО «Українське ентомологічне товариство»

До 300-річчя з дня народження Г. С. Сковороди

П'ЯТА МІЖНАРОДНА КОНФЕРЕНЦІЯ МОЛОДИХ УЧЕНИХ
ХАРКІВСЬКИЙ ПРИРОДНИЧИЙ ФОРУМ

19-20 травня 2022 р.

(електронне видання)

Затверджено редакційно-видавничою радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди протокол № 4 від 18.05.2022 р.

Харків – 2022

УДК 502]37.091.3:613

Редакційна колегія: Бойчук Ю. Д., д. пед. н., професор, член-кореспондент НАНПУ України; Іонов І. А., д. с.-госп. н, професор, член-кореспондент НААН України; Леонтьєв Д. В., д. б. н., професор; Чаплигіна А. Б., д.б.н., професорка; Перетяга Л. Є., д.пед.н. професорка; Комісова Т. Є., к.б.н., доцент, професорка кафедри анатомії і фізіології людини імені проф., д.м.н. Я. Р. Синєльнікова; Твердохліб О. В., к.б.н., доцент; Сидоренко О. В., к.т.н., доцент; Галій А. І., к.б.н., доцент., Кратенко Р. І. к.б.н., доцент.

П'ята міжнародна конференція молодих учених: Харківський природничий форум (19-20 травня 2022 р., м. Харків): збірник тез. – Харків: ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2022. – 277 с.

Затверджено редакційно-видавничою радою
Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди
Протокол № 5 від 18 травня 2022 р.

У збірці представлено матеріали науково-практичної конференції метою якої було об'єднання молодих науковців з країн Центральної та Східної Європи для обміну досвідом та натхненням, проведення плідних дискусій та налагодження сталого співробітництва у галузі природничих наук та освіти. Представлені роботи висвітлюють сучасний стан та перспективи розвитку природничої науки і освіти та присвячені актуальним проблемам сучасної біології, хімії, педагогіки, спеціальної психології та педагогіки здоров'язбереження.

©Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

Мозгова Г.С., Твердохліб О.В. БІОЛОГІЧНИЙ ЕКСПЕРИМЕНТ ЯК МЕТОД НАВЧАННЯ БІОЛОГІЇ 80

Пінський О. О., Мельник А. О. ВІЗУАЛІЗАЦІЯ ПРОЦЕСУ БІОЛОГІЧНОІ ОСВІТИ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ 82

Прусова М.О. ІННОВАЦІЙНІ ОСВІТНІ ТЕХНОЛОГІЇ. РОЛЬ ОСОБИСТОСТІ ВЧИТЕЛЯ В ОРГАНІЗАЦІЇ STEM-ОСВІТИ 84

Скакун О. В., Прядка А. С., Твердохліб О.В. ПРАКТИЧНА СПРЯМОВАНІСТЬ НА УРОКАХ БІОЛОГІЇ В СТАРШІЙ ШКОЛІ 86

Степанюк А. В., Грицак Л. Р., Бирич С. П. ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «БІОЕТИКА ТА БІОБЕЗПЕКА» ЯК ВИМОГА СЬОГОДЕННЯ 88

СЕКЦІЯ «ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, КОРЕКЦІЙНА ОСВІТА» 92

Kots SN,. Kots VP. , Yatsenko V. V. ANXIETY LEVEL IN STUDENT YOUTH 2022 92

Lantukh Ya.A., Kots SN, Kots VP. NEGATIVE EFFECT OF SUGAR 94

Makushchenko AO , Kots SM, Kots VP DISTANCE EDUCATION. OPPORTUNITIES FOR FAVORABLE DEVELOPMENT OF PHYSICAL ACTIVITY IN THE CONDITIONS OF DISTANCE EDUCATION 96

Mavrodi S., Kots SN, Kots VP HYPOCHONDRIA 98

Гладкіх А.М., Галій А.І. РОЛЬ ВЧИТЕЛЯ З ТЬЮТОРСЬКИМИ КОМПЕТЕНТНОСТЯМИ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ 100

Гончаренко М. С. СУЧАСНЕ БАЧЕННЯ «ІДЕЇ УНІВЕРСИТЕТСЬКОЇ ОСВІТИ» ТА РОЛІ ВЧИТЕЛЯ 103

Гончаренко М.С.[1], Камнєва Т.П.[2], Самойлова Н.В.[2] ВПЛИВ ІНФОРМАЦІЇ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС КОНФЛІКТНИХ СИТУАЦІЙ 105

Горєлова Г. А., Галій А.І. ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ УЯВИ У ОСІБ З ПОРУШЕННЯМ ЗОРУ 109

Громова Т.В. МОНІТОРИНГ СИТУАЦІЇ ТА ДИНАМІКА ВІЛ-ІНФЕКЦІЇ В КІРОВОГРАДСЬКІЙ ОБЛАСТІ 2017-2022 р. 110

Гуріна Т.О. РОЛЬ ТА ЗНАЧЕННЯ ДИФЕРЕНЦІАЛЬНОЇ ДІАГНОСТИКИ У НАПРЯМІ ВИВЧЕННЯ ДІТЕЙ ІЗ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ 112

Дерман Н.В., Перетяга Л.Є. ЛОГОПЕДИЧНА ДОПОМОГА ОСОБАМ, ЯКІ ПЕРЕНЕСЛИ ІНСУЛЬТ 114

Докійчук І.О. ВПЛИВ ЙОДОДЕФІЦИТУ НА РОЗВИТОК ДІТЕЙ 117

Заскалько О. М. УКРАЇНСЬКА ЛІТЕРАТУРА ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ САМОСВІДОМОСТІ ПІДЛІТКІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ 119

Mavrodi S., Kots SN, Kots VP

HYPOCHONDRIA

H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Today, the problem of stress and anxiety, as its prevention and mental health is very relevant [1-4]. Mental stress is the cause of many states accompanied by fear.

Pathological fear, unfounded in relation to the state of health, fear that turns into horror in connection with a possible or existing disease, with symptoms experienced by man, fear that cripples human life and significantly limits various areas of its existence, - this is the subject and essence of hypochondria.

Hypochondria is not a disease. This is a disturbing mental state in which a person is extremely concerned that he may have a disease. In fear, in addition to the psychological, there is also a biological side. When we are very afraid of something, we begin to produce stress hormones. And if we are constantly afraid, these hormones become so abundant that, eventually, they become toxic to our body.

Stress hormones - such as adrenaline. In small quantities, it is useful: the release of adrenaline strengthens our feelings so that we can quickly navigate and save ourselves. But when the adrenaline runs high and stays at that level for a very long time, it becomes a poison. As a result, the pressure rises. The person begins to feel bad, which is once again a reason to think that he is sick of something serious.

Then more. To protect themselves, a person limits physical activity, resulting in a lack of oxygen, weakness. As a result, the immune system suffers - an army of fear hormones acts on it destructively. The person becomes more vulnerable - easily picks up viruses, gets sick longer and harder, recovers slowly. As one of the examples, the hypochondriac looks for or "recognizes" the signs of a tumor, twists itself, we have carcinophobia.

Carcinophobia (fear of getting cancer) is one of the most common types of hypochondria. It is manifested by two extremes. Some besieged doctors every day, pass the necessary and unnecessary tests, diagnose themselves, and without finding confirmation, go to the next specialist. Others, on the other hand, avoid visiting doctors in principle, as they are convinced that they will find something incurable in them.

Among the psychological causes of hypochondria in cancer: ignorance of the nature of cancer, the causes of its occurrence; experience in the family, when everything ended sadly; fear that the disease may be inherited; excess of tragic information about cancer; lack of positive examples proving that cancer in the world is successfully treated and many others.

To stop worrying about your health, you need to develop new habits that will help you feel more confident. You can start small, for example, with regular walks in the air, and each time changing the route.

Any physical activity switches the brain. For example, gardening immediately activates a new area in the brain. Thus, the part that is responsible for the experience and anxiety is turned off for a while. Meditation practices clear the mind very well. Technicians shift attention from the outside world to the inside. It helps to calm down, come to your senses. Keeping a diary of self-observation helps to get rid of hypochondria. To do this, a sheet of paper is divided into 4 columns: 1) day; 2) reaction; 3) the reason for the reaction; 4) rational explanation. For example, the reaction: "I was scared." Reason: "I heard the news on TV." Rational explanation: "This news has nothing to do with me."

Eventually, such conditions will occur less often, because there will be a habit of rationally explaining them. You can and should train your behavior. After all, if we want to get what we don't have, we need to start doing what we never did.

"Switch to another wave." Being in anxiety, a person seems to hear someone's voice in his head. So imagine that you are listening to the radio on a certain wave. And since you do not like what is "broadcast" there, just go to another wave - with the sound of the sea or the

singing of birds, for example. It would be good to present all this in detail: how you take the remote control and press the button.

You can and should train your behavior. After all, if we want to get what we don't have, we need to start doing what we never did.

If hypochondria has not become chronic, a person can cope with it. But with a specialist, of course, it will be faster and more reliable. Hypochondria can be a symptom of a serious disease - obsessive-compulsive disorder, when a person is extremely focused on something. Anxiety about something completely captures his consciousness. And here you may need to consult not only a psychologist but also a psychiatrist. And from the point of view of treatment - here you can not do without drugs that, along with psychotherapy, will help to achieve a state of balance faster.

Recommendations that will help persuade hypochondriacs to visit a psychotherapist are:

Use arguments that are meaningful to the patient, without trying to refute his beliefs. Invite to see a doctor, referring to the fact that constant fears can put extra strain on the nervous system, which will worsen his health.

Don't be fooled. It is impossible to offer to visit the therapist and under this pretext to take the patient to the psychiatrist. Having revealed the deception, the hypochondriac will close in on himself, and will not agree to contact a doctor.

In some cases, it is useful to consult a doctor in advance, who can give advice on how to persuade the patient to consult.

The core manifestations of senesto-hypochondriac depression are any fears about the state of their physical health and the idea of having one or another unrecognized somatic disease. There are a variety of bodily sensations (senestopathy), sad and anxious affect with a predominance of tearfulness and irritability, autonomic disorders. Spontaneous complaints of deteriorating mood in such patients are rare. They usually complain of various unpleasant sensations that are localized in different parts of the body, inside or on its surface, describing them as a burning sensation, expansion, swelling, pressure, compression, drying, twisting, tingling. These sensations are actually senestopathies, they are based on somatodepersonalization disorder.

Actually hypochondriac symptoms are the focus of patients on their bodily sensations. Such patients are constantly making gloomy assumptions and assumptions about the cause of their painful feelings. They are actively seeking help, seeking advice from various specialists, undergo a variety of, often unpleasant additional research, and often change doctors. At the same time, they constantly closely monitor the state of their health: regularly measure and record heart rate, blood pressure, the nature of intestinal disorders.

One of the famous hypochondriacs is the famous director Woody Allen. Once the disease saved Woody Allen from poisoning, as he gave up Hungarian pizza for fear of his health. Other members of the film crew, who did not follow the director's example, developed a serious eating disorder.

Any psychological problems (psychological stress or work) can lead to functional diseases. They can occur more often in conditions of reduced motor activity, emotional self-expression, adequate self-esteem, psychological stress, high anxiety, a consequence of social networks [1-5].

References

1. Kots S.N., Kots V.P. Osoblyvosti psykhofiziolohichnoyi emotsiynoyi komponenty (psykhofizychnoi emotsiinoi komponenty) ta stresostiykist u studentiv-sportsmeniv. Stratehichne upravlinnia rozvytkom fizychnoi kultury ta sportu: zbirnyk dopovidey VI Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu. M. Kharkiv 17-19 travnia 2018 roku. Kharkiv: 2018. S. 174-178.

2. Kots S.N., Kots V.P. Osoblyvosti komunikatyvnoyi kompetentnosti ta stresostiykist. Pedahohika zdorovia: zbirnyk dopovidey Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii. M. Kharkiv 18-19 travnia 2018 roku. Kharkiv: 2018. S. 188-191.
3. Kots V.P., Kots S.M. Vplyv na psykhofiziolohichni pokaznyky ditey z vysokoyu tryvozhnistyu prohramy vidpochynku PZOV. Tendentsiyi rozvytku psykholohiyi ta pedahohiky: zbirnyk naukovykh prats Mizhnarodnoyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. M. Kyiv 4-5 lystopada 2016 roku. Kyiv: 2016. S. 44-49.
4. Kots S.M., Kots V.P. Kealizatsiia vyrishennia problemy vysokoyi tryvozhnosti u ditei ta pidlitkiv pedahohichnym kolektyvom u dytyachomu ozdorovchomu pozamiskomu tabori. Psykholohiia ta pedahohika suchasnosti: problemy ta stan rozvytku nauky i praktyky v Ukrayini: zbirnyk tez naukovykh robit uchasnykiv mizhnarodnoyi naukovo-praktychnoyi konferentsiyi. M. Lviv, 21-22 serpnia 2015 roku. Lviv: 2015. S. 57-61.
5. Kots S.M., Kots V.P. Fiziolohiya vyshchoyi nervovoyi diialnosti. Navchalnyi posibnyk. Kharkiv: KHNPU imeni H. S. Skovorody, 2016. 204 s.

Гладкіх А.М., Галій А.І.

РОЛЬ ВЧИТЕЛЯ З ТЬЮТОРСЬКИМИ КОМПЕТЕНТНОСТЯМИ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди

Психічна складова здоров’я являє собою фундамент для повноцінного розвитку дитини як особистості. Тому, формування та збереження психосоціального здоров’я кожного учня є одночасно завданням та проблемою для усіх учасників освітнього процесу.

Освітнє середовище повинно створювати такі умови взаємодії, комунікації та комфортного навчання для здобувачів освіти, яке б сприяло формуванню в учнів товариського спілкування, вміння володіти своїми емоціями, злагодженої роботи в команді, концентрації уваги при вивченні навчального матеріалу.

Зауважимо, що проблеми психосоціального характеру знаходили місце у наукових дослідженнях українських та зарубіжних дослідників – В. Сухомлинського, А. Маслова, С. Мартиненка, А. Ребера та ін. [1,2].

Створення безпечного освітнього середовища є важливим завданням як держави так і освітян.

Сьогодні, освітній процес в Україні реалізується в умовах воєнного стану і очевидно, залишає відбиток на якості навчання через нестійке психологічне середовище, в якому перебувають здобувачі освіти. І хоча, Державна служба якості освіти у співпраці з ініціативою «Система забезпечення якості освіти» та командою підтримки реформ Міністерства освіти і науки України розробили поради щодо організації освітнього процесу в умовах воєнного стану, велика робота покладається на педагогічних працівників та їх взаємодії з учнями.

Навчальний процес, який відбувається під звуки повітряної тривоги та постійної паніки, новин сьогодення та незрозумілих подальших дій у всіх аспектах життя, дезорієнтує будь-яку особистість, залишаючи неабиякий відбиток на психічному здоров’ї учнів. Саме тому, освітній процес, який і до цього, тривалий час реалізовувався у дистанційному форматі, позбавляючи його учасників живої взаємодії один з одним та з учителем, перейшов ще у більш складну ситуацію організації навчання. Хоча, дистанційна форма залишилась, але учні перебувають у постійному психологічному напруженні, тобто довготривалому стресі, який є патологічною формою впливу і може привести до дезадаптації нервової системи та виникнення серйозних порушень функціонування організму. Відомі випадки, коли після вимушеного перебування у містах проведення бойових дій, значно погіршувався психічний стан дітей, підлітків, студентської молоді та виникала потреба у зверненні за