

Сучасні досягнення фізичного виховання

Modern achievements of physical education

ЗБІРНИК МАТЕРІАЛІВ

(тез доповідей)

*III Всеукраїнської науково-практичної конференції
з міжнародною участю*

COLLECTION OF MATERIALS

(abstracts of reports)

*III All-Ukrainian Scientific and Practical Conference
with international participation*



14.11.2024

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ЗДОРОВ'Я



Харківська державна академія фізичної культури
Національний аерокосмічний університет імені М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»
Харківський національний економічний університет імені С. Кузнеця
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди
Харківська державна академія культури
Національний юридичний університет імені Ярослава Мудрого
Рижський університет Страдіня
Латвійська академія спортивної освіти
Академія фізичного виховання і спорту імені Єнджея Снядецького
Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького
Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського
Харківський регіональний центр професійної освіти
«Поліграфічні медіатехнології та машинобудування»

Збірник наукових праць

III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю

«Сучасні досягнення фізичного виховання»

*присвяченої 220-й річниці з дня заснування
Харківського національного медичного університету*

14 листопада 2024 року

Випуск 3

Харків – 2024

УДК 378.015.31:796 (082)

C91

Сучасні досягнення фізичного виховання : зб.матеріалів III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (електронне видання) 14 листопада 2024 р. Харків : Харківський національний медичний університет, 2024. - 288 с.

Збірник містить матеріали III Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю в якій взяли участь науковці, викладачі та здобувачі закладів вищої освіти України та інших держав, а також фахівці з фізичного виховання, спорту та фізичної реабілітації.

У наукових працях висвітлено актуальні проблеми та розвиток фізичного виховання молоді в умовах воєнного стану, актуальні питання фізичного виховання у закладах вищої освіти, інновації при організації занять спортом та фізичною культурою в сучасних умовах, здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні, популяризація здорового способу життя, професійно-прикладна фізична підготовка. Матеріали конференції можуть бути використані в науково-дослідній роботі та освітньому процесі закладів вищої освіти.

Редакційна колегія:

Шутєєв Вячеслав Вадимович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Попрошаєв Олександр Володимирович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання НЮУ ім. Ярослава Мудрого

Галашко Максим Миколайович – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Ленська Ольга Вячеславна - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Стратій Наталія Володимирівна - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Куций Денис Васильович - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

Якименко Олександр Сергійович - старший викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я ХНМУ

© Колектив авторів, 2024

© Харківський національний медичний університет, 2024

Несен Олена Олександрівна
к.фіз.вих, доцент, доцент кафедри теорії,
методики і практики фізичного виховання
Харківського національного педагогічного
університету імені Г. С. Сковороди

СТАВЛЕННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ДО ЗДОРОВ'Я ТА ШЛЯХІВ ЙОГО ЗБЕРЕЖЕННЯ

Постановка проблеми та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями. Потреба суспільства у вихованні здорової, гармонійно розвиненої особистості на сьогодні є актуальною та важливою. Значну роль у вирішенні цього питання відіграють заклади вищої освіти, в яких має відбуватися інформування здобувачів освіти щодо здоров'яутворюючих, здоров'язбережувальних та здоров'явідновлювальних технологій на дивлячись на тенденції до спаду фізичної активності молоді [1, 2].

Робота виконана відповідно до плану науково-дослідної роботи кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди «Формування компетентності в галузі фізкультурної освіти в навчальних закладах різних видів», № державної реєстрації 0120U105539.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання проблеми і на які є посилання автора, виокремлення невирішених раніше аспектів проблеми, яким присвячено доповідь. Здоров'я та навчання на думку Самохіна М.К., 2017, взаємопов'язані. Автор вказує, що чим краще здоров'я, тим продуктивніше відбувається процес навчання, і навпаки. Таким чином, формування готовності студентів закладів вищої освіти до здорового способу життя стає один з головних результатів навчання. Тому надзвичайно важливо здійснювати заходи у навчальних закладах вищої освіти щодо формування готовності студентів до дотримання здорового способу життя [5].

Одним з шляхів вирішення питання формування культури здоров'язбереження у процесі підготовки студентів, на думку Пантелєєва К.В., 2017, є створення умов щодо усвідомлення значення здоров'я для повноцінного

професійного та повсякденного життя та орієнтації студентів на збереження свого здоров'я.

Педагог, як культурна особистість, зобов'язаний бути «творцем здоров'я», дотримуватися сам здорового способу життя та навчати цьому своїх вихованців. Тому культура здоров'язбереження, на думку Пантелеєва К.В., 2017, є певним обсягом знань, умінь та навичок про здоровий спосіб життя, гуманістичні орієнтації, а також вміння правильно використовувати фізичні, психічні та духовні резерви організму людини [3].

Спосіб життя за визначенням Правдівцевої С.О., Лобусової М.Г., Петренко Г.В., Святцевої Г.С., 2017, – це сукупність стійких форм життєдіяльності людини, які визначають її життєвий шлях; сукупність її звичок.

Автори вказують на те, що якщо людина з дитинства, з молодих років постійно й наполегливо дбає про своє здоров'я, вона в основу своєї життєдіяльності закладає такі стійкі корисні звички, навички, поведінку, спосіб мислення, сприйняття оточуючих і себе, які й визначають основний її напрямок – шлях здоров'я [4].

Здоровий спосіб життя передбачає дотримання звичайного виконання певних правил, що забезпечують гармонійний розвиток, високу працездатність, духовну рівновагу та здоров'я людини. Основою здорового способу життя є індивідуальна система поведінки й звичок кожної окремої людини, яка забезпечує їй необхідний рівень життєдіяльності та здорове довголіття. Здоровий спосіб життя – це практичні дії, які спрямовані на запобігання захворювань, зміцнення всіх систем організму й поліпшення загального самопочуття людини. Цей спосіб життя об'єднує все, що сприяє виконанню людиною професійних, громадських і побутових функцій в оптимальних для здоров'я умовах і виражає зорієнтованість особистості у зміцненні здоров'я [4].

Отже, для ефективного впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчання молоді, на нашу думку слід спершу розуміти ставлення самої молоді до свого здоров'я та процесу його збереження в загалом [1].

Формулювання мети роботи (постановка завдання). Метою дослідження стало вивчення думок здобувачів вищої освіти першого та другого року навчання стосовно особливостей збереження їх власного здоров'я.

Виклад основного матеріалу дослідження. В анкетуванні взяли участь здобувачів вищої освіти першого бакалаврського рівня 1 та 2 курсів, які навчаються у Харківському національному педагогічному університеті імені Г. С. Сковороди, у кількості 114 осіб, і які регулярно відвідують заняття з фізичного виховання дистанційно.

За даними анкетування 85,7% респондентів погоджуються що здоров'я – це обов'язкова складова якісного життя людини; 9,5% вказують на природність погіршення стану здоров'я людини із віком.

Називаючи заходи підтримання свого здоров'я 80,9% здобувачів вказують на відмову від паління; 52,3% обирають правильне харчування; 47,6 % респондентів відмовляються від вживання алкоголю та 42,8% опитаних здобувачів серед заходів здоров'язбереження обирають активний відпочинок, фізичні вправи та спортивні тренування. Попри наявність багатьох наукових досліджень, які вказують на позитивний вплив фізичних вправ та активного відпочинку на процес формування та збереження здоров'я людини маємо доволі низьку зацікавленість студентської молоді у регулярному виконанні фізичних вправ.

Визначаючи, хто, на думку студентів, має нести відповідальність за збереження та відновлення здоров'я людини отримали наступний рейтинг: 90,4% студентів, які брали участь в опитуванні поставили на перше місце саму людину, тобто більшість респондентів вважають, що відповідальність за своє здоров'я має нести сама людина. На другій позиції рейтингу студентів 66,6% респондентів вказують на відповідальність лікарів. На третю сходинку відповідальності за здоров'я людини 71,4% респондентів поставили середовище, в якому існує людина та 66,6% респондентів відводять загальній політиці держави в області здоров'язбереження 4 сходинку рейтингу.

70 % з опитаних студентів вважають, що стан їх здоров'я має вплив на їх власні успіхи у навчанні; 25% вказують що такий вплив є не завжди та ще 5% студентів не пов'язують своє здоров'я та успіхи у навчанні.

Висновки. Проведене анкетування здобувачів вищої освіти початкових курсів навчання показало, що на думку молоді за своє здоров'я та його збереження має нести відповідальність сама людина, однак серед заходів, які вони використовують для збереження свого здоров'я більшість з них обирає відмову від згубних звичок, не додаючи ніяких активних дій у напрямку здоров'язбереження (лише 42,8% респондентів регулярно виконують фізичні вправи та активний відпочинок).

Перспективи подальших досліджень. На виявлення та виправлення причин низької зацікавленості молоді фізичними вправами будуть спрямовані наші подальші дослідження.

Список використаної літератури:

1. Клименченко В. Самооцінка фізичної підготовленості та пріоритети рухової активності на заняттях з фізичного виховання здобувачів освіти педагогічного закладу вищої освіти. *Фізична культура і спорт. Виклики сучасності: збірка статей науково-практичної конференції*. 2023. С. 93-99.
2. Кривенцова І.В., Димар О.А., Клименченко В.Г. Нові способи організації занять з фізичного виховання студентів педагогічного ВНЗ. *Здоров'я, спорт, реабілітація*. №1. 2015. С 57-59.
3. Пантелеев К.В. Особливості формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників. *Педагогіка здоров'я*. Збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції, 7–8 квітня 2017 року. Том 1. С. 444-446.
4. Правдівцева С.О., Лобусова М.Г., Петренко Г.В., Святцева Г.С. Основи здорового способу життя. *Педагогіка здоров'я*. Збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково-практичної конференції, 7–8 квітня 2017 року. Том 1. С. 456 – 458.

5. Самохін М.К. До питання формування готовності студентів вищого навчального закладу до здорового способу життя. *Педагогіка здоров'я*. Збірник наукових праць VII Всеукраїнської науково–практичної конференції, 7–8 квітня 2017 року. Том 1. С. 491 – 493.

