

Таблиця 2

Оцінка рівнів рухової підготовленості юних футболістів

Рівень	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий
сума балів	1-5	6-10	11-15	16-20	20-25

Використання тренером розроблених нами шкали оцінки та математичного рівняння регресії істотно полегшує процес проведення етапного контролю та дозволяє контролювати рухову підготовленість юних футболістів у кінці підготовчого періоду. Проведені тестування визначили середні показники та рівень рухової підготовленості юних футболістів у процесі занять фітнесом, що відбувались у рамках зальної рухової підготовки. Згідно критеріїв існуючої навчальної програма для ДЮСШ, нами було визначено, те що – 78 % юних футболістів мають середній та нижче за середній рівень рухової підготовленості.

Список використаних джерел

1. Гапич В. М. Урок футболу. 10-й клас / В. М. Гапич // Фізичне виховання в школах України. – 2016. – № 4. – С. 9-11.
2. Рибак Нікіта. Підготовка майбутнього тренера до оцінки рухової підготовленості футболістів. Особливості викладання дисципліни Фізичне виховання в сучасних умовах: матеріали круглого столу [Електронний ресурс] / Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського, Вінниця, 20 січня 2022. – Вінниця, 2022. – Вип. 4 – С. 40-43. – Режим доступу: <https://dspace.vspu.edu.ua/handle/123456789/2096>
3. Соломонко В. В. Футбол у школі : посіб. для вчителів і школярів / Соломонко В. В., Лісенчук Г. А., Соломонко О. В., Пилипенко В. О. – Вид. 2-ге, перероб. і доп. – Київ : [б. в.], 2014. – 293 с.
4. Чубур А. І. Вправи на вдосконалення техніки гри в футбол / А. І. Чубур // Фізичне виховання в школах України. – 2016. – № 5. – С. 29-35.

УДК 613.37.011

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

В.П. Ткаченко, старший викладач,

Я.Півень, здобувач освіти гр. БФРск-20

Київський національний університет технологій та дизайну

Ключові слова: здобувачі вищої освіти, здоров'я, здоров'язбережувальні технології.

Стан здоров'я здобувачів вищої освіти на сучасному етапі розвитку суспільства є важливою медико-соціальною проблемою, що вимагає довгострокової програми заходів і відповідної державної політики, що мають бути спрямовані на поліпшення якості життя і охорону здоров'я молоді [5].

Однією з таких програм на сьогодні є загальнодержавна програма «Здоров'я – 2020: український вимір», у якій визначено пріоритетні напрямки щодо проведення активної демографічної політики, охорони материнства і дитинства, удосконалення нормативно-правової бази охорони здоров'я відповідно до світових стандартів, а насамперед, розроблення та впровадження новітніх технологій мінімізації факторів (чинників) ризику захворювань та створення сприятливого для здоров'я середовища на основі даних наукових досліджень [3].

Державною цільовою соціальною програмою «Школа майбутнього» визначено необхідність формування освітнього середовища з урахуванням інноваційного характеру його розвитку, запитів особистості та потреб суспільства, що сприятиме виконанню завдань з інтеграції національної системи освіти у світовий простір. Крім того, пріоритетною складовою законодавчої бази реформування системи освіти є створення освітнього середовища для розвитку здорової людини, формування в молоді свідомого ставлення до свого життя, оволодіння навичками здорового способу життя (ЗСЖ) [4].

Протягом останніх років на жаль зберігається тенденція до зростання захворюваності, збільшується поширеність хронічної патології, знижується кількість здорових людей, що підтверджується даними як офіційної статистики, так і результатами наукових досліджень [2, с. 17].

На сьогодні під час профілактичних оглядів у здобувачів освіти удвічі більше, ніж двадцять років тому, виявляють сколіотичну хворобу та порушення постави. За період навчання значно зменшується частка здорових здобувачів освіти: з 33% здорової молоді до 6-9% і це вже набуває стратегічного загальнонаціонального значення [2, с. 20].

Заклади вищої освіти (ЗВО), що реалізують політику зміцнення здоров'я, підвищують можливості молоді в плані забезпечення безпечного і сприятливого для здоров'я соціального, фізичного і психологічного середовища, сприяють формуванню у здобувачів освіти свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих [1, с. 36-39].

Головною метою цієї роботи є узагальнення теоретичних підходів до визначення поняття «здоров'язбережувальні технології» та оцінити здоров'язбережувальний компонент освітнього процесу у ЗВО.

Узагальнення наукової літератури дозволяє виокремити такі основні підходи до поняття «здоров'язбережувальні технології» (ЗЗТ): а) показник якості освіти; б) поєднання загальноприйнятих технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження та зміцнення здоров'я молоді; в) формування навичок здорового способу життя; г) розробка оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних

заходів; д) створення сприятливого для здоров'я внутрішньошкільного середовища; е) урахування особистісних, вікових і психофізіологічних особливостей здобувачів освіти.

Системний підхід до розуміння сутності поняття «здоров'язбережувальні технології» включає моніторинг стану здоров'я молоді, розробку здоров'язбережувальної стратегії з урахуванням вікових особливостей здобувачів освіти, а також урізноманітнення діяльності студентської молоді задля підвищення резервів їх здоров'я і працездатності.

Дослідження теоретичних і прикладних аспектів проблеми здоров'язбереження молодого покоління перебуває у полі посиленої уваги вітчизняних та зарубіжних науковців. Крім того, останніми роками здоров'язбережувальні педагогічні технології набули активного впровадження у педагогічній практиці. За їх допомогою викладачі формують знання, уміння, навички та свідомість, організовують простір діяльності й визначають життєві орієнтири студентської молоді. Поняття «здоров'язбережувальні технології» охоплює усі напрями діяльності ЗВО щодо формування культури здоров'я молоді, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя.

Зокрема на думку С. В. Гозака, «якщо здоров'язбережувальні технології пов'язати з вирішенням вужчого здоров'я охоронного завдання, то до здоров'язбережувальних будуть належати педагогічні проблеми, методи та технології, які не шкодять прямо чи побічно здоров'ю студентської молоді, забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання та роботи в ЗВО» [2].

Таким чином мета здоров'язбережувальних освітніх технологій: забезпечити здобувачу освіти можливість збереження здоров'я за період навчання в ЗВО, дати йому необхідні знання та навички щодо здорового способу життя, навчити використовувати отримані знання в повсякденному житті.

Аналіз ЗЗТ у системі ЗВО – фактично це аналіз наявності чи відсутності в інфраструктурі цих закладів, в організації самого процесу навчання і виховання тих умов, того комплексу системних заходів, які забезпечують здоров'язбережувальне середовище, умови для збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді, формування цінності здоров'я і ЗСЖ.

Вважаємо, що за впливом на здоров'я здобувачів освіти можна об'єднати у такі групи: 1) стресова педагогічна тактика; 2) інтенсифікація навчального процесу; 3) невідповідність методик і технологій навчання функціональним можливостям здобувачів освіти; 4) недотримання фізіологічних та гігієнічних вимог щодо організації освітнього процесу; 5) низька ефективність діяльності служби лікарського контролю; 6) низька ефективність фізичного виховання [5].

Численні фізіолого-гігієнічні і психофізіологічні дослідження переконливо свідчать про необхідність застосування спеціальних заходів щодо збереження і зміцнення здоров'я студентської молоді [1, с. 432].

Зокрема пропонується проведення оптимізації навчального, психологічного і фізичного навантаження здобувачів освіти і створення в ЗВО відповідних умов за рахунок використання гігієнічно-регламентованого навчального навантаження, впровадження ефективних методів навчання, підвищення питомої ваги і якості занять з фізичного виховання, організації моніторингу стану здоров'я здобувачів освіти.

Слід також враховувати, що на сьогодні лише у ЗВО можливе створення й підтримка середовища, яке сприятиме цілям, цінностям, принципам та стратегіям посилення спроможності особистості та колективу здійснювати контроль за чинниками, що впливають на здоров'я молоді. Тому формування навичок здорового способу життя та здоров'язбереження здобувачів освіти зумовлює пошук таких підходів, які б дозволили ефективно використовувати їх в умовах організованих колективів.

Висновки. Узагальнення літературних даних дозволило трактувати поняття «здоров'язбережувальні технології» як використання в освітньому процесі заходів, методів, прийомів, що сприяють збереженню і зміцненню здоров'я здобувачів вищої освіти і забезпечують їм безпечні умови перебування, навчання і праці в закладі вищої освіти. Вважаємо, що перспективами подальших наукових розвідок є розробка критеріїв оцінки ефективності впровадження ЗЗТ у ЗВО.

Список використаних джерел

1. Баранов А. А., Кучма В. Р., Сухарева Л. В. Медико-социальные проблемы воспитания подростков: монография. М.: ПедиатрЪ, 2014. 540 с.
2. Гозак С. В. Вплив чинників навчального процесу на показники здоров'я школярів // Довкілля та здоров'я. 2012. № 3. С. 17-20.
3. Здоровьесберегающие технологии в общеобразовательной школе: методология анализа, формы, методы, опыт применения: методические рекомендации / [под ред. М. М. Безруких, В. Д. Сонькина]. М.: Триада - фарм. 2002. 114 с.
4. Diachenko-Bohun M., Rybalko L., Grygus I., Zukow V. (2019) Health preserving educational environment in the condition for information technologies. *Journal of History Culture and Art Research*, Vol. 8(2), June 2019. P. 93-101.
5. Zaybak A., Fadiloglu C. Determining of the health promotion behaviors of university students and the factors affecting these behaviors. *Ege University Journal of Nursing*. 2004. 20 (1). P. 77-95.