

<https://svitppt.com.ua/rizne/pro-vprovadzhenyia-novogo-derzhavnogo-standartu-v-osvitniy-galuzi-tehn.html>

4. Rudchenko, O. A. *Servisy Google dlia osvity*. [Google Education Services]. Retrieved from: <https://vseosvita.ua/library/servisi-google-dla-osviti-4762.html>

5. Torubara, O. M. *Formuvannia hotovnosti u maibutnikh uchyteliv trudovoho navchannia do vykorystannia informatsiinykh tekhnolohii* [Formation of readiness for future teachers of labor training to use the information technologies]. Retrieved from: <https://mydisser.com/dfiles/09587607.doc>

6. Shakhina, I. Yu. (2017). *Orhanizatsiia osvitnoho protsesu z vykorystanniam elektronnykh navchalno-metodychnykh kompleksiv dlia pidhotovky fakhivtsiv z kompiuternykh tekhnolohii*. [Organization of the educational process using electronic educational and methodical complexes for the training of computer technology specialists]. Kyiv.

7. Shakhina, I. Yu., Medvediev, R. P. (2017) *Osoblyvosti vykorystannia sotsialnykh merezh u navchalnomu protsesi ta profesiinii diialnosti pedahoha*. [Peculiarities of the use of the social networks in the educational process and professional activities of the educator]. Kyiv.

8. Shestakovska, N. M. *Vykorystannia blohu dlia aktyvizatsii ta optymizatsii navchalnoho protsesu*. [Use of the blog to activate and optimize the educational

process]. Retrieved from: <http://timso.koippo.kr.ua/hmura12/2016/10/16/shestakovska-natalya-mykolajivna-vykorystannya-blohu-dlya-aktyvizatsii-ta-optimizatsii-navchalnoho-protsesu>

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

**ШАХІНА Ірина Юрївна** – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри інноваційних та інформаційних технологій в освіті Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського

**Наукові інтереси:** використання інформаційно-комунікаційних технологій та інформаційного освітнього середовища в освітньому процесі сучасного фахівця.

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**SHAKHINA Iryna Yuriyivna** – Associate Professor, Ph.D. (in Pedagogy), Associate Professor of the Department of Innovation and Information Technologies in Education, Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University.

**Circle of scientific interests:** use of the information and communication technologies and the informational educational environment in the training of a modern specialist.

*Стаття надійшла до редакції 28.07.2019 р.*

УДК 378.147.091.33-027.22-614.253.4]:613

**БСЛКОВА Тетяня Олександрівна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання Донецького національного медичного університету  
<https://orcid.org/0000-0001-9357-8941>  
e-mail: belkovato@ukr.net

### ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МАЙБУТНІХ ЛІКАРІВ ЯК АКТУАЛЬНЕ ПИТАННЯ ЇХ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Проблема формування здорового способу життя підрастаючого покоління України належить до найактуальніших, вирішення якої обумовлює майбутнє держави та подальше існування здорової нації. Здоров'я є необхідною умовою активної життєдіяльності, самореалізації і визначає потенціал особистості, для якої період набуття майбутньої професії один із найважливіших етапів її життєвого шляху. З погляду формування і збереження здоров'я, особливе місце посідають студенти медичних університетів. Зростання попиту на фахівців сфери медицини, здатних успішно здійснювати професійну діяльність на міжнародному ринку праці значною мірою

залежить від рівня якості підготовки. У зв'язку з цим проблема формування здорового способу життя молоді постійно привертає до себе увагу науковців.

Недостатньо дослідженим залишається питання формування в майбутніх лікарів потреби у здоровому способі життя. В той самий час аналіз практики свідчить про серйозні недоліки у фізичному стані студентів, відсутність у них потреби у фізичному самовдосконаленні. Важлива роль у вирішенні цього завдання відводиться заняттям з фізичної культури, котрі покликані сформувати у студентів потребу в здоровому способі життя, забезпечити розвиток у них основних фізичних якостей.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** В аспекті формування здорового

способу життя проблемам валеологічної освіти й вихованню приділялась значна увага такими науковцями як І. Аршавський, Т. Бойченко, І. Брехман, Е. Вайнер, М. Гончаренко, Г. Зайцев, М. Гриньова, Ю. Лісіцин, І. Муравов.

Особливої актуальності набувають дисертаційні дослідження сучасних педагогів: В. Горашука, О. Дубогай, С. Кириленко, С. Лапаєнко, С. Свириденко, С. Тищенко, Н. Хамської, В. Шахненко, в яких розкриваються різні аспекти формування культури здоров'я та здорового способу життя молоді.

Г. Апанасенко, В. Бальсевич, М. Виленьський, С. Волошанська, О. Добромилова, А. Драчук, О. Дрозд, О. Зеленюк, В. Ільницький, І. Калиніна, Ж. Козіна, Е. Левченко, А. Магльований, М. Панчишина, В. Романенко, І. Салук, Н. Юдина займалися дослідженнями проблеми використання різних засобів фізичного виховання з метою зміцнення здоров'я студентів.

Роль фізичної культури в зміцненні здоров'я та формуванні здорового способу життя висвітлювалася в працях М. Амосова, В. Борзова, А. Волошина, В. Григоренка, А. Зелінського, Т. Ротерс та ін.

Сьогодні наші науковці переконливо стверджують, що в зміцненні та збереженні здоров'я, творчій активності і довголітті підрастаючого покоління важливу роль відіграє дотримання правильного режиму дня, регулярні заняття фізичною культурою і спортом, помірність в їжі, відмова від алкоголю та паління. Праця, рух, фізичні вправи, загартування є життєвою необхідністю особистості, особливо у молодому віці.

На думку вчених В. Азаренкова, А. Кобозева, М. Черкашина, Н. Шошюра медична професійна діяльність характеризується значним напруженням нервової та серцево-судинної системи, великими навантаженнями на зоровий і слуховий аналізатори, опорно-руховий апарат. Тривале перебування у вимушеному положенні стоячи або сидячи, обмеження рухової активності також несприятливо впливають на різні функції організму. Особливості фізичної та психічної діяльності медиків вимагають нових підходів до вибору медичних кадрів, який повинен починатися ще зі школи. Майбутні лікарі зобов'язані мати не тільки покликання, здібності до своєї професії, але і відповідний стан здоров'я, рівень готовності [1, с. 37–38].

Інтеграція України до європейського світового простору висуває нові вимоги до якості підготовки фахівців. Поняття «якість фахівця» включає не лише знання, вміння у професійній сфері, а й високий рівень

працездатності, психофізичну підготовку до праці та міцне здоров'я [8, с. 75].

**Мета статті** – теоретично обґрунтувати формування здорового способу життя майбутніх лікарів як актуальне питання їх професійної діяльності.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Значимості набуває готовність до формування здорового способу життя у студентів саме вищих медичних закладів, оскільки майбутні медичні працівники у вищих здобувають одну з найскладніших та найбільш ринкових професій. У перспективі вони повинні мати достатній рівень фізичної підготовленості, адже майбутня професія пов'язана з нічними викликами, роботою у вихідні дні або взагалі без них, з постійним пересуванням на достатньо великі відстані в несприятливих умовах, участю в ліквідації надзвичайних ситуацій [10, с. 3].

У Енциклопедії професійної освіти поняття «професійна підготовка» тлумачиться як сукупність спеціальних знань, умінь, навичок, якостей, трудового досвіду і норм поведінки, які забезпечують можливість успішної праці за обраною професією; процес повідомлення відповідних знань і умінь [5, с. 309].

Навантаження інтенсивно працюючого студента протягом навчального тижня становить до 12 годин на добу, а в період екзаменаційної сесії – до 15-16 годин. Праця студента за фізичною складовою належить до першої категорії (легка), а за напруженістю – до четвертої (дуже напружена праця), що вимагає значних духовних і фізичних зусиль. Замала кількість годин (30 на семестр) відведена для занять з фізичної культури. Студенти байдуже ставляться до змісту навчальних занять з фізичного виховання. Серед них майже 90% мають відхилення у стані здоров'я, а понад 50% – погану фізичну підготовку. У зв'язку з цим зростає роль фізичної культури як однієї з основних ланок державного сектора для зміцнення і збереження здоров'я, збільшення тривалості життєвої і творчої активності, підвищення розумової працездатності [7, с. 15].

Висока професійна працездатність працівника медичної сфери залежить від рівня його фізичного здоров'я. Майбутня професійна діяльність лікаря пов'язана з тривалими статичними зусиллями, високою концентрацією уваги, високою координацією верхнього плечового поясу, швидкістю і точністю рухових реакцій, прийняттям швидких рішень. Підготовці майбутніх лікарів до такої виснажливої роботи сприяє дисципліна «Фізичне виховання». Вона сприяє усуненню відхилень у стані здоров'я і його зміцненні, всебічному фізичному

розвитку, усуненню можливих шкідливих впливів на студента протягом усього періоду навчання у вищому навчальному закладі і їх профілактику у майбутній професійній діяльності. Крім того, вищезазначений комплекс знань, умінь і їх реалізація у професійній діяльності майбутнього лікаря формує компетентність здоров'язбереження [2, с. 17].

Професійна спрямованість фізичного виховання у виші реалізується в спеціальному розділі – професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП), що спрямована на розвиток і підтримання на оптимальному рівні психічних і фізичних якостей фахівця. Внаслідок висувуються вимоги до конкретної професійної діяльності, а також вироблення функціональної стійкості організму до умов цієї діяльності і формування прикладних рухових умінь і навичок [6, с. 234].

На думку науковців: М. Віленського, Б. Загорського, В. Ільїніча, С. Канишевського, Г. Нікіфорова, С. Полієвського, Р. Раєвського – професійна підготовка студентів у закладах вищої освіти має здійснюватися через професійно спрямовану фізичну підготовку. Фізична підготовка (ФП) має на меті не лише формувати фізичну підготовленість, а й компенсувати негативні наслідки фахової діяльності, покращити стан особистого здоров'я та працездатність студентів, підвищити їх адаптаційні резерви систем організму – і тим самим збільшити продуктивність їхньої професійної діяльності [4, с. 401].

Заняття фізичною культурою – одна з форм підготовки студентів медичних вишів, тому готовність до неї слід розглядати як складову всієї системи професіонального становлення майбутнього лікаря. Під відповідальним ставленням ми розуміємо таке ставлення до навчальної праці, яке стійко характеризується глибоким розумінням необхідності наукових знань, коли сама навчальна праця сприймається студентом як найважливіший громадський обов'язок. Відповідальне ставлення визначає позицію студента, його моральну готовність розділити частину відповідальності за успішне досягнення не лише своїх особистих цілей навчання, але й товаришів по групі.

Найпоширенішими причинами безвідповідального ставлення студентів до занять фізичною культурою є: невміння студентів організувати свою навчальну працю; незацікавленість в підвищенні якості навчальної праці; недостатність знань, елементарних прийомів, необхідних для успішного виконання навчальних обов'язків; низький престиж фізичної культури в суспільстві і взагалі серед студентів вишів,

зокрема і в порівнянні з фаховими дисциплінами; формалізм в оцінці знань студентів, своєрідний «валовий» підхід до оцінювання кінцевого результату навчальної діяльності і недостатня вимогливість викладачів; негативні прояви «дорослості» і самостійності студентів: паління, вживання спиртних напоїв та ін., що породжує лінощі, послаблює здоров'я і в кінцевому результаті заважає займатись фізичною культурою.

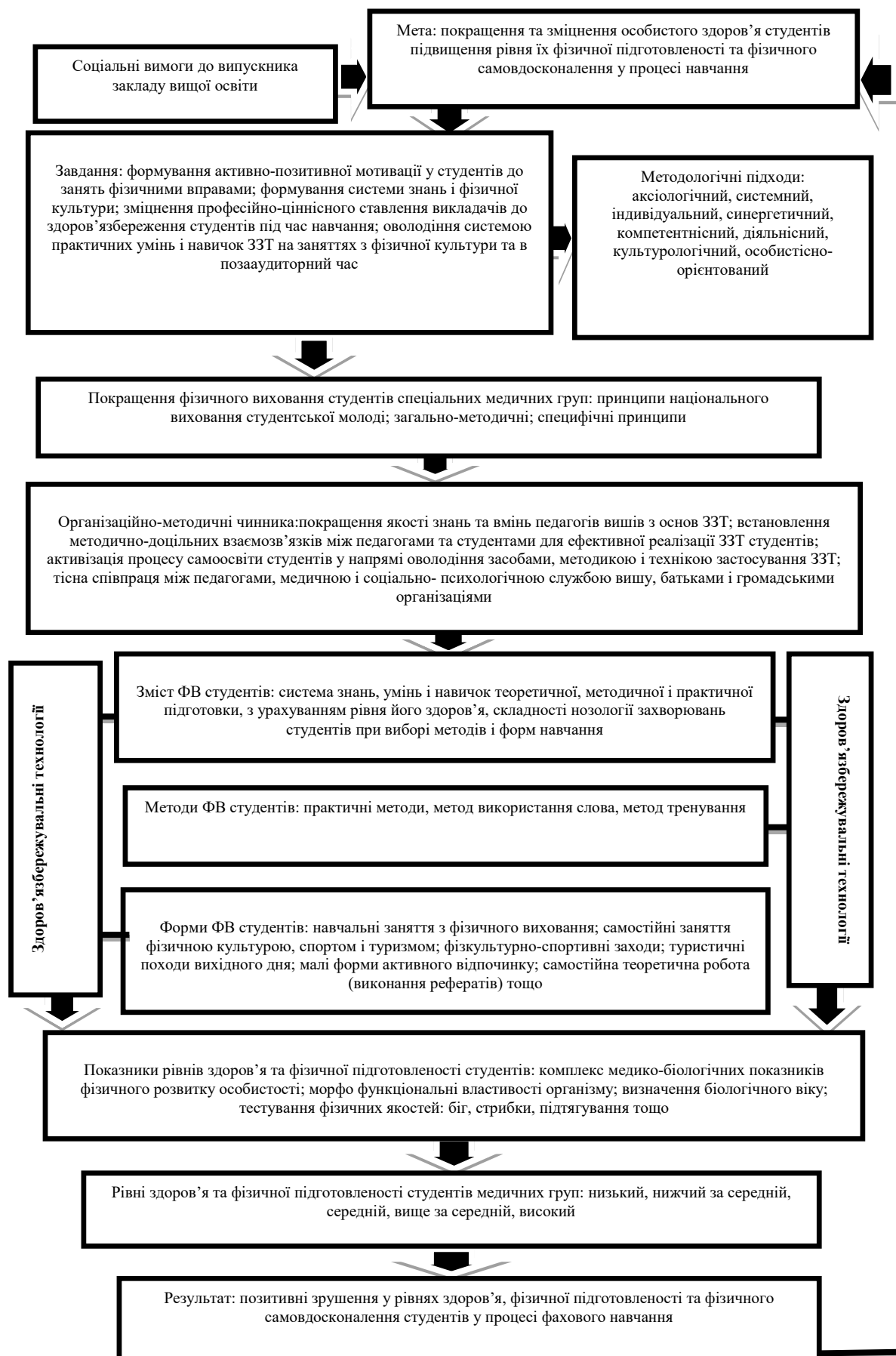
Фізичне виховання займає важливе місце у сучасному суспільстві і є складним інтерактивним процесом. Взагалі фізичне виховання XXI ст. виступає як найбільш ефективний засіб здоров'язбереження в боротьбі з небезпечним поширенням шкідливих звичок серед молодого покоління. У наш час відбувається зміщення акцентів діяльності вищої школи згідно з новою освітньою парадигмою. Розроблена нова концепція державної політики у сфері фізичної культури і спорту, зміст якої полягає у переході від формальної гонитви за масовістю фізкультурно-спортивного руху до рекреаційно-оздоровчого і профілактичного ефекту, до утвердження здорового способу життя [9, с. 146].

У повному обсязі відображає активну діяльність особистості, спрямовану на розвиток і удосконалення фізичного стану, а в кінцевому рахунку на керування ним, на підтримку фізичних якостей та життєдіяльності – фізична активність людини.

Фізична активність особистості (ФАО) – це діяльність індивідуума, що спрямована на підтримку фізичного стану, необхідного і достатнього для досягнення і підтримки високого рівня здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовки. Вона є активним елементом, і є важливим компонентом системи загального виховання та самовиховання особистості, спрямованим на фізичне самовдосконалення [3, с. 4].

З огляду на це, з метою розвитку у студентів потреби самовдосконалення, нами було запропоновано структурно-логічну послідовність їх фізичного виховання із використанням здоров'язбережувальних технологій у процесі фахового навчання.

Логіка наших міркувань стосовно розроблення структурно-логічної послідовності фізичного самовдосконалення студентів вищого навчального закладу із використанням здоров'язбережувальних технологій у процесі фахового навчання спрямовувалася від з'ясування мети і завдань до відокремлення структурних компонентів та зав'язків між ними, а потім – зазначення головних функцій методичної роботи і комплексу організаційно-методичних умов підготовки студентів-медиків до здоров'я-



збережувальної діяльності (ЗЗД). Активізація процесу самоосвіти студентів у напрямі оволодіння засобами, методикою і технікою застосування ЗЗТ; тісна співпраця між педагогами, медичною і соціально-психологічною службою університету, батьками і громадськими організаціями ми вважаємо, буде завершальним етапом визначення готовності майбутніх медичних працівників до збереження особистого здоров'я.

Таким чином, аналіз літературних джерел доводить, що формування здорового способу життя і культури здоров'язбереження розглядається науковцями як складова процесу освіти.

Уявлення про сучасну концепцію здоров'я, здоровий спосіб життя, умови та чинники впливу на здоров'я, шляхи формування культури його збереження і зміцнення забезпечують свідоме ставлення студентів медичних закладів вищої освіти до ситуацій, які становлять ризик для життя і здоров'я. Усвідомлення ними відповідальності за власне життя і здоров'я – важливий компонент формування ціннісного відношення до здорового способу життя.

**Висновки та перспективи подальших розвідок напрямку.** Радикальні зміни, які відбуваються в нашій державі, зумовлюють необхідність підвищення якості підготовки майбутніх медичних працівників, спроможних до виконання своїх професійних обов'язків в складних умовах реформування сучасної медицини.

Зміст професійної підготовки фахівців медичного профілю визначається ґрунтовними знаннями та вміннями застосовувати їх в практичній діяльності, добре розвиненими значущими особистісними якостями та достатнім рівнем сформованості особистого здоров'я.

Розвиток вищої школи в сучасних умовах супроводжується соціально-економічним пресингом на всі сфери студентського життя й праці. Прикладне (тобто практичне) значення фізичної підготовки людини для успішного навчання та праці є невід'ємним компонентом і сутнісною властивістю фізичного виховання особистості як педагогічного процесу.

Отже, формування здорового способу життя є важливим фактором майбутніх лікарів в успішному засвоєнні обраної спеціальності, оскільки тільки здорова людина має здібність успішно навчатися, бути витривалою не тільки до фізичних, але й до психічних стрес-факторів, мати високу працездатність та психічну зрілість.

Перспективи подальших наукових пошуків ми вбачаємо в розробці спеціальних

методик формування здорового способу життя студентів медичних закладів освіти.

#### СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Азаренков В. М. Фізична культура в вищих навчальних закладах. Оздоровчі аспекти рівня готовності молоді до педагогічної діяльності / В. М. Азаренков [та ін.] // Фізична культура та здоровий спосіб життя : матеріали I Міжнародної конференції. – Вінниця, 1993. – 217 с.
2. Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення : матеріали I Всеукраїнської науково-практичної конференції – Харків : ХДАФК, 2015. – 97 с.
3. Артамонов В. И. Психология от первого лица. 14 бесед с российскими учёными / В. И. Артамонов. – М. : Академия, 2003. – С. 24.
4. Борейко Н. Ю. Алгоритм системної професійно-прикладної фізичної підготовки студента технічного ВНЗ в особистій концепції здоров'я / Н. Ю. Борейко // Актуальные проблемы физического воспитания и спорта, здорового образа жизни и профессионально-прикладной физической подготовки: Материалы междунар. электронной науч.-практ. конф. : [за ред. В. В. Букаев]. – Одеса, 2013 г. – С. 400–404.
5. Энциклопедия профессионального образования : в 3 т. / Под ред. С. Я. Батышева. – М. : АПО, 1999. – Т. 2. – 440 с.
6. Ковальчук Н. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки студентів географічного факультету / Надія Ковальчук, Володимир Санюк // Психолого-педагогічні основи гуманізації навчально-виховного процесу в школі та ВНЗ : збірник наукових праць. – № 2 (18). – Рівне : РВЦ МЕНУ ім. акад. С. Дем'янука, 2017. – С. 233–342.
7. Кремень В. Г. Освіта і наука України: шляхи модернізації (факти, роздуми, перспективи) / В. Г. Кремень. – К., 2003. – 216 с.
8. Круцевич Т. Професійно спрямована система фізичної підготовки майбутніх офіцерів / Т. Круцевич, О. Ольховий // Теорія і методика фізичного виховання. – 2012. – № 4. – С. 73–77.
9. Омельченко С. О. Зміст і методи роботи класного керівника щодо формування здорового способу життя школярів / С. О. Омельченко // Гуманізація навчально-виховного процесу : зб. наук. праць / за ред. В. І. Сипченка. – Слов'янськ : СДПУ, 2005. – Вип. XXVII. – С. 144–151.
10. Шостак І. О. Формування культури здоров'я студентів медичних коледжів у позааудиторній діяльності : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / І. О. Шостак. – Умань, 2017. – 243 с.

#### REFERENCES

1. Azrenkov, V. M. (1993). *Fizichna kultura v vichih navchalnih zakladah. Ozdorovchi aspekti rivny gotovnosti molodi do pedagogichnoy diylnosti*. [Physical Culture in Higher Education. Health aspects

of the level of readiness of young people for pedagogical activity]. Vinnitsa.

2. *Aktualni problemi fizichnogo vichovanny riznih verstv naseleenny* (2015). [Actual problems of physical education of different segments of the population]. Kharkov.

3. Artamonov, V. I. (2003). *Psichologiy ot pervogo lica*. [Psychology from the first person. 14 conversations with Russian scientists] – Moscow.

4. Boreyko, N. Yu. (2013). *Algoritm sistemnoyi profesiyno-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovky studenta tehnicnogo VNZ v osobisty konceptiy zdorov'ay*. [An algorithm for systematic vocational and applied physical training of a student of a technical university in a personal concept of health]. Odessa.

5. *Encyklopediy professional'nogo obrazovaniy*. (1999). [Encyclopedia of vocational education: in 3 vol.]. – Moscow.

6. Kovalchuc, N. 2017. *Osoblyvosti profesiyno-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovky studentiv geograficnogo fakul'tetu*. [Features of vocationally applied physical training of students of geographical faculty]. Rivne.

7. Kremen, V. G. (2003). *Osvita i nauka Ukrainy*. [Education and Science of Ukraine: Ways of Modernization (Facts, Reflections, Prospects)]. Kyiv.

8. Krutsevich, T. (2012). *Profesiyno spryamovana sistema fizichnoyi pidgotovky maybutnih oficeriv*. [Professionally directed system of physical training of future officers]. Kyiv.

9. Omelchenko, S. O. (2005). *Zmist i metody roboty klasnogo kerivnyka shodo formuvannya*

*zdorovogo sposobu shkolyariv*. [Content and methods of work of the class leader on formation of healthy way of life of schoolboys]. Slovyansk.

10. Shostak, I. O. (2017). *Formuvannya kul'tury zdorov'ya studentiv medychnyh koledzhiv u pozaaudytorniy diyal'nosti*. [Formation of health culture of students of medical colleges in extra-curricular activity]. Uman.

#### ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

**БЕЛКОВА Тетяна Олександрівна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання Донецького національного медичного університету в місті Кропивницькому.

**Наукові інтереси:** формування здорового способу життя студентів вищих медичних закладів освіти засобами фізичної культури, спрямованим на фізичне самовдосконалення.

#### INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

**BELKOVA Tatiana Aleksandrovna** Candidate of Pedagogical Sciences, Senior Lecturer, Department of Physical Education, Donetsk National Medical University, in Kropyvnytskyi.

**Circle of scientific interests:** the formation of a healthy way of life in students of the higher medical institutions by means of physical culture, aimed at physical self-improvement.

*Стаття надійшла до редакції 18.07.2019 р.*

УДК 378. 147. 091. 33-027. 22]: 159. 942

**СТУКАЛЕНКО Зоя Михайлівна** – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри музичного мистецтва і хореографії Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка  
<https://orcid.org/0000-0001-5577-2655>  
 e-mail: stukalenkoz@gmail.com

### ТОЛЕРАНТНІСТЬ ЯК ЗАСІБ РЕГУЛЮВАННЯ ГЕНДЕРНИХ ВІДНОСИН У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Перехід української держави на демократичний шлях розвитку наукового осмислення детермінує забезпечення рівності прав і можливостей індивідів незалежно від статі, віку, етнічної належності, віросповідання та ін. Тому сьогодні підвищується роль і значення гендерного підходу в державному управлінні, професійній діяльності, освіті. Стратегія впровадження гендерної рівності та недискримінації у сфері освіти (Освіта:

гендерний вимір – 2020, Гендерна стратегія) визначає базові принципи, мету, стратегічні цілі, завдання, цільові групи, сфери впровадження та реалізації державної політики гендерної рівності та недискримінації в освіті. Результатом гендерного підходу в державному управлінні, професійній діяльності жінок і чоловіків, навчанні й вихованні дівчат і хлопців повинна бути нова особистість, здатна адаптуватися до швидкоплинних змін суспільного функціонування, з егалітарним мисленням та