

Scientific journal  
**PHYSICAL AND MATHEMATICAL EDUCATION**  
Has been issued since 2013.

ISSN 2413-158X (online)  
ISSN 2413-1571 (print)

Науковий журнал  
**ФІЗИКО-МАТЕМАТИЧНА ОСВІТА**  
Видається з 2013.



<http://fmo-journal.fizmatsspu.sumy.ua/>

*Шукатка О.В. Формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах: актуальність дослідження. Фізико-математична освіта. 2018. Випуск 2(16). С. 157-160.*

*Shukatka O. The Formation Of Individual Health Strategies For The Future Bachelors Of Natural Specialties In Universities: Research Activity. Physical and Mathematical Education. 2018. Issue 2(16). P. 157-160.*

УДК 378

О.В. Шукатка

Львівський національний університет імені Івана Франка, Україна  
shukatka1973@ukr.net

DOI 10.31110/2413-1571-2018-016-2-030

#### ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ СТРАТЕГІЙ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ МАЙБУТНІХ БАКАЛАВРІВ ПРИРОДНИЧИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ В УНІВЕРСИТЕТАХ: АКТУАЛЬНІСТЬ ДОСЛІДЖЕННЯ

**Анотація.** У статті висвітлено актуальність проблеми формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах. Встановлено, що перед сучасним соціумом виникають вагомі підстави для балансування між задоволенням потреб та захистом інтересів людей, зокрема потреби в безпечному й здоровому довкіллі, здоровому способі життя, що потребує формування принципово нових індивідуальних стратегій здоров'язбереження кожної людини. Підсумовано, що освітній процес в університетах відкриває широкі перспективи в напрямі формування здоров'язбережувального світогляду молоді людини. Це є основою виникнення власних векторів побудови повсякденної та професійної діяльності майбутніх фахівців з урахуванням вимог до ведення здорового способу життя. Узагальнено, що оздоровлення студентів повинно спрямовуватися на загальне зміцнення їхнього організму за допомогою фізичних вправ, набуття вміння керувати своїм емоційним станом, на розвиток і вдосконалення рухових навичок та фізичних якостей, необхідних у професійній діяльності для підвищення працездатності, та сприяти підвищенню рівня сформованості стратегій здоров'язбереження.

Встановлено, що сучасний етап розвитку освіти характеризується взаємопроникненням змісту багатьох наук для досягнення конкретної мети. Узагальнено, що особливо це стосується проблеми формування стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей. Адже жодна навчальна дисципліна самостійно не спроможна сформувати досліджуваний феномен. Теоретичний потенціал дисциплін природничого циклу завдяки міждисциплінарній інтеграції сприятиме підтримці здоров'я студентів на належному рівні. Проаналізовано нормативно-правові акти, що регулюють проблему збереження здоров'я української молоді. Узагальнено, що нині необхідність здоров'язбереження проникає в усі сфери громадського життя, а проблема її формування знаходить місце в історії теоретичної думки та соціальної практики, тому її слід розглядати в різних аспектах, зокрема: філософському, медичному, соціальному, педагогічному, біологічному, хімічному, географічному та ін. Підсумовано, що природничі дисципліни володіють вагомим здоров'язбережувальним потенціалом. В його основі перебуває ідея самопізнання і самовдосконалення майбутнього фахівця у напрямі ведення здорового способу життя на етапі професійної підготовки.

**Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбереження, освіта, університет, бакалаври, професійна підготовка.

**Постановка проблеми.** На початку XXI століття перед людством виникли глобальні проблеми, що спричинили необхідність формування нового світогляду, переосмислення цінностей та корегування спільних цілей і пріоритетів, які б об'єднували народи й держави. Така мета окреслена в концепції економічного сталого розвитку людської спільноти, що пропонує новий підхід до нагальних проблем і передбачає суттєві зміни у всіх сферах суспільного життя в процесі інтенсивної економічної еволюції країн.

З огляду на зазначену концепцію перед сучасним соціумом виникають вагомі підстави для балансування між задоволенням потреб та захистом інтересів людей у найближчому майбутньому, зокрема потреби в безпечному й здоровому довкіллі, здоровому способі життя, що натомість потребує формування принципово нових індивідуальних стратегій здоров'язбереження кожної людини.

Освітній процес в університетах відкриває широкі перспективи в напрямі формування здоров'язбережувального світогляду молоді людини [1, с. 56] як основи виникнення власних векторів побудови повсякденної та професійної діяльності майбутніх фахівців з урахуванням вимог до ведення здорового способу життя. У цьому руслі проблема виховання

культури здоров'язбереження освітньому процесі ВНЗ, щороку набуває особливої значущості, що пояснюють постійним погіршенням стану здоров'я молоді, зумовленим несприятливими соціально-економічними умовами в багатьох країнах світу й, зокрема, в Україні. Як свідчить світова практика, нині суспільство занепокоєно складною екологічною ситуацією, низьким рівнем культури, інтенсифікацією навчального процесу, спрямованого переважно на інтелектуальний розвиток особистості, що породжує негативний вплив організації навчального процесу у вишах на здоров'я студентів. Молодь є недостатньо освіченою з питань власного здоров'язбереження, не дбає про своє здоров'я і майже не дотримується здорового способу життя, що призводить до дисгармонії та погіршення здоров'я молодих людей (В. Бобрицька [2], Н. Завидівська [3] та ін.).

Тому оздоровлення студентів повинно спрямовуватися на загальне зміцнення їхнього організму за допомогою фізичних вправ, набуття вміння керувати своїм емоційним станом, розвиток і вдосконалення рухових навичок та фізичних якостей, необхідних у професійній діяльності для підвищення працездатності, та сприяти підвищенню рівня сформованості стратегій здоров'язбереження. Сучасні умови професійної діяльності, в тому числі бакалаврів природничих спеціальностей, вимагають озброєння різними аспектами здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок, які формуються в процесі вивчення дисциплін природничого циклу завдяки міждисциплінарній інтеграції та сприятимуть у підтримці здоров'я на належному рівні.

Одним із пріоритетних напрямів освіти називають інтегративні процеси, а саме: інтеграція до європейського та світового освітнього просторів; інтеграція вищих навчальних закладів різних рівнів акредитації, наукових установ і підприємств для забезпечення високої якості вищої освіти та професійної мобільності випускників вищих навчальних закладів на ринку праці; інтеграція науки й освіти задля модернізації освітніх систем, що означено в Національній доктрині розвитку освіти в Україні [4, с. 263-264].

Окреслені тенденції вказують на те, що сучасний етап розвитку освіти характеризується взаємопроникненням змісту багатьох наук для досягнення конкретної мети. Особливо це стосується проблеми формування стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей, оскільки жодна навчальна дисципліна самостійно не спроможна сформулювати досліджуваний феномен. Саме інтегрований підхід може забезпечити:

- формування у студентів цілісної системи знань стосовно проблем здоров'язбереження;
- набуття студентами навичок способів діяльності й досвіду, що демонструватиме здатність майбутніх фахівців застосовувати отримані знання й уміння в напрямі збереження та зміцнення здоров'я, попередження виникнення професійного стресу, профілактики синдрому «професійного вигорання», обґрунтування способів гармонізації їхнього внутрішнього світу;
- формування особистісних позитивних ставлень до вирішення проблеми дотримання здорового способу життя, які зумовлюють готовність студента здійснювати конкретну і цілеспрямовану діяльність у напрямі професійного здоров'язбереження.

**Аналіз актуальних досліджень.** У вітчизняній і світовій педагогіці накопичено значний теоретичний досвід у дослідженні проблем інтеграції. Так, науковці звертались до розвідок різних аспектів інтеграції, а саме: М. Берулава, О. Вознюк, Т. Гущина, М. Дмитриченко, С. Клепко, К. Левківська, Н. Перевознюк досліджували інтеграцію змісту загальної і професійної освіти; Т. Бугера, І. Воробйова, Н. Гриценко, Л. Ковальчук – міждисциплінарні зв'язки у вивченні різних дисциплін у фаховій підготовці; С. Бурілова вивчала міждисциплінарну інтеграцію в навчальному процесі технічного ВНЗ; О. Ващук обґрунтував доцільність інтегративного підходу у процесі професійної підготовки вчителів; Л. Горбунова визначила особливості мислення майбутніх фахівців в інтеграційній культурі; О. Жеглова досліджувала процес розвитку гуманітарної культури студентів в умовах міждисциплінарної інтеграції, М. Іванчук розглядав інтеграцію як провідну тенденцію сучасного наукового пізнання; І. Лапичаком обґрунтовано ефективність інтеграції професійних знань і умінь при підготовці фахівців з фізичного виховання у вищих навчальних закладах та ін.

Особливості інтегративних процесів у професійно-технічній школі стали орієнтиром наукових пошуків Л. Варзацької, Б. Камінського, О. Левчук, С. Несторенко, О. Павлова, Л. Сліпчишин. Психологічні аспекти інтеграції вивчали М. Іванчук, Т. Яценко. Питання структурування інтегрованих знань і цілісності змісту природничо-наукової освіти висвітлювались у наукових доробках М. Арцишевської. Водночас, теоретичний аналіз наукових праць і практичного досвіду використання інтеграційного підходу в закладах вищої освіти свідчить, що проблема використання міждисциплінарної інтеграції у процесі формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження у майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах на засадах міждисциплінарної інтеграції залишилася поза межами уваги дослідників.

**Мета статті** полягає у висвітленні актуальності проблеми формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження у майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах: актуальність дослідження.

**Методи досліджень.** Для досягнення мети наукової роботи застосовувались такі методи: *теоретичні*: метод концептуально-порівняльного аналізу, за допомогою якого зіставляються теоретичні підходи до визначення та обґрунтування актуальності вирішення проблеми формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах на засадах міждисциплінарної інтеграції; метод моделювання, який уможливив розробку категоріально-понятійного апарату дослідження формування стратегій здоров'язбереження майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах на засадах міждисциплінарної інтеграції; метод структурно-системного аналізу; метод мисленнєвого експерименту, що дасть змогу здійснювати критичну рефлексію проміжних результатів і висновків на різних етапах дослідження.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз літературних джерел засвідчив, що в сучасних умовах здоров'я майбутніх фахівців – соціальна цінність, невід'ємна частина суспільного багатства, а тому формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження розглядається як справа державної вагомості, глобальне завдання суспільства, вищої школи, самого студента. Основні наукові підходи до здоров'язберігаючої діяльності визначені державними нормативними документами (Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні (1994), Концепція національного виховання (1996), Концепція освіти «рівний-рівному» щодо здорового способу життя молоді України (1999), Концепція неперервного

валеологічного виховання та освіти в Україні (1999), Концепція валеологічної освіти педагогічних кадрів (2001), Концепція розвитку охорони здоров'я населення України (2001), Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді (2004), Концепція розвитку охорони здоров'я населення України (2000 р.), Загальнодержавна програма «Здоров'я 2020: український вимір» (2011 р.), Проект Концепції формування нової системи охорони здоров'я (2014 р.), Указ Президента України № 258/2002 від 15.03.2002 р. «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя» та ін.), де підкреслюється, що здоров'я молоді – це інтегративний показник суспільного розвитку, могутній фактор впливу на економічний і культурний потенціали країни [5, с. 41-42].

У Міжгалузевої комплексній програмі «Здоров'я нації» на 2002–2011 рр. передбачалася розробка та запровадження системи дієвої просвіти населення щодо активної соціальної орієнтації на здоровий спосіб життя шляхом формування традицій і культури здорового способу життя, престижу здоров'я, залучення громадян до активних занять фізичною культурою і спортом для збереження здоров'я та активного довголіття, що актуалізує необхідність здійснення анонсованого дисертаційного дослідження.

Не зважаючи на акцентовану увагу до фізичного виховання з боку держави у відповідних законах і постановах, фактично спостерігається бездіяльність у справі збереження та зміцнення здоров'я молоді. Духовний розвиток молоді взаємопов'язаний із соціальною відповідальністю перед собою та суспільством і є дуже важливим для дотримання основ здорового способу життя. Нині необхідність здорового збереження проникає в усі сфери громадського життя, а проблема її формування знаходить місце в історії теоретичної думки та соціальної практики, тому її слід розглядати в різних аспектах, зокрема: філософському, медичному, соціальному, педагогічному, біологічному, хімічному, географічному та ін. Саме природничі дисципліни володіють вагомим здоров'язбережувальним потенціалом, в основі якого лежить ідея самопізнання і самовдосконалення майбутнього фахівця у напрямі ведення здорового способу життя на етапі професійної підготовки. Ідея ґрунтується на гуманістичних принципах, зокрема на принципі антропоцентризму, згідно з яким особистість, пізнаючи основи наук, зокрема природничого циклу, вивчає себе, а разом з тим розвивається, самореалізується і професійно зростає: набуває знання, уміння і навички вдосконалення своєї життєдіяльності на засадах здорового способу життя, що забезпечує формування індивідуальної стратегії самовиховання й самореалізації майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей з об'єктивно заданою програмою професійного та особистісного розвитку [2, с. 45].

Водночас у вітчизняній педагогіці бракує наукових праць, у яких обґрунтовуються теоретичні та методичні основи формування індивідуальних стратегій здоров'язбереження у майбутніх бакалаврів природничих спеціальностей в університетах на засадах міждисциплінарної інтеграції; реалізації комплексу заходів, пов'язаних із охороною свого здоров'я у процесі навчальної діяльності.

**Висновки.** На сучасному етапі становлення вищої університетської освіти в Україні природнича підготовка набуває вагомого значення у встановленні перспектив цивілізаційних процесів, вихованні здорового покоління, що зумовлює необхідність посилення природничо-наукової компоненти знань у професійній підготовці студентів. Поряд із традиційною спрямованістю природничої освіти на формування у майбутніх бакалаврів наукових уявлень про картину світу, вивчення біологічної різноманітності, актуалізується гуманістична роль природничо-наукових знань, що відкриває широкі можливості для їх використання в навчально-виховному процесі як джерела науково обґрунтованої інформації про збереження і зміцнення здоров'я, формування здорового способу життя.

Розроблення теоретичних і методичних основ формування здорового способу життя у студентів в процесі вивчення природничих наук потребує врахування соціальної практики культивування у молодого покоління раціонального стилю життєдіяльності; з'ясування чинної в Україні законодавчо-нормативної бази щодо визначення державної політики сприяння формуванню здорового способу життя молоді; узагальнення психолого-педагогічних підходів до організації здорової життєдіяльності студентів, що є перспективами подальших наукових розвідок.

#### Список використаних джерел

1. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського. Одеса, 2012. 555 с.
2. Бобрицька В. І. Теоретичні і методичні основи формування здорового способу життя у майбутніх учителів у процесі вивчення природничих наук : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти. Київ, 2006. 470 с.
3. Завидівська Н. Н. Соціалізація у фізкультурно-оздоровчій освіті: трактування понять, проблеми, перспективи. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010. № 12. С. 48–52.
4. Коновальчук І. І. Міждисциплінарний підхід у дослідженні проблем педагогічної інноватики. Interdyscyplinarne pedagogiki i jej subdyscypliny. Краків, Польща. 2013. С. 261–269.
5. Мельничук І. М. Нормативно-правове забезпечення національної політики щодо формування здорового способу життя . Філософія, методологія, психолого-педагогічні аспекти формування культури здоров'язбереження : Збірник матеріалів регіональної науково-практичної конференції. Тернопіль : ТДМУ, 2015. С. 40-44.

#### References

1. Bashavets N. A. Teoretyko-metodychni zasady formuvannia kultury zdoroviazberezhennia yak svitohliadnoi oriantatsii studentiv vyshchyykh ekonomichnykh navchalnykh zakladiv : dys. ... doktora ped. nauk : 13.00.04 / Pivdenoukrainskyi natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni K. D. Ushynskoho. Odesa, 2012. 555 s.
2. Bobrytska V. I. Teoretychni i metodychni osnovy formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia u maibutnykh uchyteliv u protsesi yuvchennia pryrodnychyykh nauk : dys. ... doktora ped. nauk : 13.00.04 / Instytut pedahohiky i psykholohii profesiinoi osvity. Kyiv, 2006. 470 s.

3. Zavydivska N. N. Sotsializatsiia u fizkulturno-ozdorovchii osviti: traktuvannia poniat, problemy, perspektyvy. Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. 2010. № 12. S. 48–52.
4. Konovalchuk I. I. Mizhdystyplinarnyi pidkhid u doslidzhenni problem pedahohichnoi innovatyky. Interdyscyplinarnosc pedagogiki i jej subdyscypliny. Krakiv, Polsha. 2013. S. 261–269.
5. Melnychuk I. M. Normatyvno-pravove zabezpechennia natsionalnoi polityky shchodo formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia . Filosofiia, metodolohiia, psykholoho-pedahohichni aspekty formuvannia kultury zdoroviazberezhennia : Zbirnyk materialiv rehionalnoi naukovy-praktychnoi konferentsii. Ternopil : TDMU, 2015. S. 40-44.

#### THE FORMATION OF INDIVIDUAL HEALTH STRATEGIES FOR THE FUTURE BACHELORS OF NATURAL SPECIALTIES IN UNIVERSITIES: RESEARCH ACTIVITY

**O.V. Shukatka**

*Ivan Franko National University of Lviv, Ukraine*

**Abstract.** *The article highlights an actual problem of the formation of individual health conservation strategies of future bachelors of natural sciences in universities.*

*It is established that in front of modern society there are important grounds for balancing between satisfying needs and protecting the interests of people, in particular the need for a safe and healthy environment, a healthy lifestyle, which requires the formation of fundamentally new individual health conservation strategies of each person.*

*It is concluded that the educational process at universities opens wide prospects in the direction of the formation of a health-saving worldview of a young person. This is the basis of the emergence of own vectors for building the daily and professional activities of future professionals, taking into account the requirements for a healthy lifestyle. It is generalized that the improvement of students should be directed towards the general strengthening of their organism by physical exercises, the acquisition of the ability to control their emotional state, the development and improvement of motor skills and physical qualities necessary for professional activity to improve their ability to work, and to promote an increase in the level of formation of health conservation strategies.*

*It is established that the modern stage of development of education is characterized by the interpenetration of the content of many sciences to achieve a specific goal. It is generalized that this especially concerns the problem of the formation of health strategies for the conservation of future bachelors of natural sciences. After all, academic discipline by itself is not able to form the investigated phenomenon.*

*The theoretical potential of the disciplines of the natural cycle through interdisciplinary integration will contribute to maintaining the health of students at an appropriate level. The normative and legal acts regulating the problem of saving the health of Ukrainian youth. It is generalized that now the necessity of healthcare penetrates into all spheres of public life, and the problem of its formation finds place in the history of theoretical thought and social practice, therefore it should be considered in various aspects, in particular: philosophical, medical, social, pedagogical, biological, chemical, geographic, etc.*

*To Summarize, natural sciences have a significant healthcare potential. It is based on the idea of self-knowledge and self-improvement of the future specialist in the direction of maintaining a healthy lifestyle at the stage of professional training.*

**Key words:** *health, health saving, education, university, bachelors, professional training.*