

DOI <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-479-5-26>

**IMPROVING THE HEALTH OF STUDENTS:  
THE STATUS OF THE PROBLEM AND WAYS OF ITS SOLUTION**

**ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ:  
СТАН ПРОБЛЕМИ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ВИРІШЕННЯ**

**Bilyk V. H.**

*Doctor of Pedagogical Sciences,  
Professor at the Department of Health  
Education and Physical Recreation  
Mykhailo Drahomanov Ukrainian State  
University  
Kyiv, Ukraine*

**Білик В. Г.**

*доктор педагогічних наук,  
професор кафедри  
здоров'язбережувальної освіти  
та фізичної рекреації  
Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова  
м. Київ, Україна*

**Omelchuk O. V.**

*Candidate of Pedagogical Sciences,  
Associate Professor at the Department  
of Health Education  
and Physical Recreation  
Mykhailo Drahomanov Ukrainian  
State University  
Kyiv, Ukraine*

**Омельчук О. В.**

*кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри здоров'язбережувальної  
освіти та фізичної рекреації  
Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова  
м. Київ, Україна*

**Pryimakov O. O.**

*Doctor of Biology,  
Professor at the Department of Health  
Education and Physical Recreation  
Mykhailo Drahomanov Ukrainian State  
University  
Kyiv, Ukraine*

**Приймаков О. О.**

*доктор біологічних наук,  
професор кафедри  
здоров'язбережувальної освіти  
та фізичної рекреації  
Український державний університет  
імені Михайла Драгоманова  
м. Київ, Україна*

Головне завдання сучасного суспільства – створення такої освітньої системи, яка б не тільки виховувала освічену людину, але й зберігала та розвивала її здоров'я. Тому метою сучасної освіти є забезпечення не тільки педагогічного, а й здоров'язбережувального ефекту: збереження оптимального функціонального стану організму, стійкого рівня працездатності школярів [8]. Збереження і зміцнення здоров'я дітей, прищеплення навичок здорового способу життя, реалізація всіх можливостей школи у створенні здоров'язбережувального середовища для формування психічно здорової, соціально адаптованої, фізично розвиненої людини, має стати найважливішим і пріоритетним завданням будь-якого закладу освіти.

Статистика останніх років свідчить, що: тільки 15% дітей народжуються фізіологічно зрілими; 30–35% школярів вже мають хронічні захворювання; 90% дітей мають відхилення фізичного та психічного здоров'я; функціональні відхилення в діяльності різних систем організму мають понад 50%, функціональні відхилення серцево-судинної системи – у 26,6%, захворювання органів травлення – у 17%, ендокринної системи – у 10,2%; половина школярів страждає тими чи іншими невротичними синдромами. За даними досліджень останніх років, лише 10% випускників шкіл можуть вважатися здоровими, 40% мають різноманітну хронічну патологію [5; 6].

Ми проводили дослідження стану здоров'я учнівської молоді київських спеціалізованих шкіл, виявлено різні види порушення статури у приблизно 70% учнів, (патологія кістково-м'язової системи – ураження хребта, що виявлено в 45,7% учнів, у вигляді порушення постави та сколіозу I–II ступенів (відповідно 34,4 і 11,3%); патологія склепіння стопи зафіксовано у 24,3% дітей, відхилення від норми у серцево-судинній системі – у 35-40%, неврози – у 25%, вегетативних дисфункцій – у 40%. Алергічні захворювання відзначаються у медичних картках у 10,6% учнів (атопічний дерматит, бронхіальна астма). У кожного другого школяра виявлено сполучення кількох хронічних захворювань.

Система підготовки майбутніх учителів повинна забезпечити їх готовність до нейтралізації педагогічних чинників, що погано впливають на здоров'я учнів: стресова тактика авторитарної педагогіки; інтенсифікація навчального процесу, тобто збільшення темпу і обсягу навчального навантаження; невідповідність технологій навчання віковим особливостям учнів; недотримання елементарних фізико-гігієнічних вимог до організації навчального процесу; відсутність в учнів елементарних знань про те, як стати і бути здоровим.

Результати вітчизняних (В, Голубєва, Л. Гришко, Н. Завадська [1]) і міжнародних (Е. Rossen, К. Cowan [7]) досліджень свідчать, що потрібні нові педагогічні концепції освітнього середовища; заклади освіти повинні діяти в інтересах учнів, забезпечуючи безпеку й здоров'я. Вектор модернізації освітнього здоров'язбережувального простору школи постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан учнів, формувати більш високий рівень їхнього здоров'я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальним негативним фізіологічним впливом, поліпшення якості життя суб'єктів освітнього середовища [4]. Це включає в себе не лише проведення уроків фізичної культури, а й

організацію позакласних спортивних гуртків, змагань, турнірів та оздоровчих програм [2; 3]. Акцент робиться на розвиток мотивації у школярів до здорового способу життя, сповненого щоденної рухової активності.

Важливим, на наш погляд, сьогодні є створення наукової бази для формування системи професійної підготовки майбутніх і практикуючих учителів до створення здоров'язбережувального середовища у школах, як структурованого, відкритого і динамічного організаційно-педагогічного процесу, спрямованого на оволодіння професійно орієнтованими знаннями, уміннями та навичками. Одним з векторів для соціального та духовного становлення молоді є оздоровча спрямованість фізичного виховання, інноваційні підходи до впровадження технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності як в навчальний процес так і позаурочний час.

Таким чином, зміцнення здоров'я учнівської молоді потребує комплексного підходу та співпраці всіх учасників освітнього процесу. Школа, сім'я та громадськість мають працювати разом для створення умов, що сприятимуть фізичному та психічному розвитку молодого покоління.

### Література:

1. Голубєва В. А., Гришко Л. Г., Завадська Н. В. Сучасні підходи до оптимізації рухової активності студентської молоді. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*, Київ: УДУ імені Михайла Драгоманова, 2021. Вип. 4. № 134. С. 30–32. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.4\(134\).07](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2021.4(134).07)
2. Кабусь Н., Стативка А. Проблема формування здорового способу життя учнівської молоді. *Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціальноекономічного розвитку України: виклик глобального світу*: Матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., 17-18 травня 2023 р. / Полт. ін-т економіки і права ЗВО «Відкритий міжнародний університет розвитку людини «Україна»; відп. ред. Р. Басенко. Полтава: ПЕП, 2023. С. 278–281.
3. Омельчук О., Білик В., Книш С. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців з фізичної рекреації та вчителів основ здоров'я на засадах міждисциплінарної інтеграції. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*, Київ: УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 2. №174. С. 118–122. URL: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2\(174\).27](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.2(174).27)
4. Товт В. А., Маріюнда І. І., Сивохоп Е. М., Сусла В. Я. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності. Навчальний

посібник для викладачів і студентів. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», «Говерла». 2015. 88 с.

5. Griban G. P., Tymoshenko O. V., Arefiev V. G., Sushchenko L. P., Domina Z. G., Malechko T. A., Zhuravlov I. G., Tkachenko P. P., Baldetskiy A. A., & Prontenko, K. V. The role of physical education in improving the health status of students of special medical groups. *Wiadomosci lekarskie*. Warsaw, Poland. 2020, Vol. 73. No. 3. P. 534–540.

6. Pryimakov O., Prysiazhniuk S., Korobeynikov G., Oleniev, D., Polyvaniuk V., Mazurok N., Omelchuk O. Improvement of students' physical fitness in physical education classes using CrossFit means. 2023; Vol. 27 No. 2. P. 71–80. URL: <https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0203> (дата звернення: 25.09. 2024).

7. Rossen E., Cowan, K. C. Improving mental health in schools. *Phi Delta Kappan*, 2014. Vol. 96. No. 4. P. 8–13. URL: <https://doi.org/10.1177/0031721714561438> (дата звернення: 25.09. 2024).

8. World Health Organization. Improving health through schools: national and international strategies / compiled and edited by Isolde Birdthistle. World Health Organization. 2000. URL: <https://iris.who.int/handle/10665/66314> (дата звернення: 25.09. 2024).