

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГІКИ І ПСИХОЛОГІЇ

ЧАСТИНА 1



НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА

2021 р.

УДК 613-053.2:37]:005.745(072)

Матеріали третього міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: 36. наук. Праць в 2-х частинах / За ред. Страшка С.В. – Вип. 3. – Ч. 1. – К.: Алатон, 2021. – 249 с.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Андрущенко Віктор Петрович – ректор Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова, академік НАПН України, член-кореспондент НАН України, доктор філософських наук, професор.

Вербицький Володимир Валентинович – директор Національного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді МОН України, доктор педагогічних наук, професор

Олефіренко Тарас Олексійович – декан факультету педагогіки та психології НПУ імені М.П. Драгоманова, кандидат педагогічних наук, професор.

Страшко Станіслав Васильович – завідувач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя та здоров'я НПУ імені М.П. Драгоманова, кандидат біологічних наук, професор.

ISBN 978-617-7834-07-5

ЗМІСТ

ПЛЕНАРНІ ДОПОВІДІ

Formicki G., Greń A., Stawarz R., Binkowski Ł., Rut G. NOWOCZESNE KSZTAŁCENIE NA KIERUNKACH BIOLOGIA I ODNOWA BIOLOGICZNA W INSTYTUCIE BIOLOGII UNIWERSYTETU PEDAGOGICZNEGO W KRAKOWIE PO ZMIANACH W PROGRAMACH STUDIÓW.....	10
Вербицький В.В. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ВИХОВАНЦІВ – СТРАТЕГІЧНА ЛІНІЯ НЕНЦ.....	11
Гончаренко М.С., Бойчук Ю.Д., Галій А.І., Коптелов О.О. СВІТОГЛЯДНІ АСПЕКТИ ПЕДАГОГІКИ ТА ФОРМУВАННЯ НАУКОВОГО СВІТОГЛЯДУ В ЦІЛІСНОМУ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ.....	12
Єресько О.В. МІСЦЕ ТА ЗНАЧЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В СИСТЕМІ СУЧАСНОЇ ШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	14
Піддячий М.І. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧА КОМПЕТЕНТНІСТЬ: ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС СТАРШОКЛАСНИКІВ.....	16

РОЗДІЛ І

ФІЛОСОФІЯ ТА МЕТОДОЛОГІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТИ. КУЛЬТУРА
ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ ЯК СТРАТЕГІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ТА
ЕКОЛОГОБЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ

Андрєєва Т.Т., Дзюбенко О.В. СУТНІСТЬ І СТРУКТУРА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ПРИРОДНИЧИХ ДИСЦИПЛІН.....	19
Баштовенко О.А. ФОРМУВАННЯ ЕКОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ СТУДЕНТІВ-БІОЛОГІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ДИСЦИПЛІН.....	20
Бойко Г.Л., Козлова Т.Г. ШЛЯХИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я У ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ.....	22
Борисова О.О., Борисова Н.В. МУЗИКОТЕРАПІЯ ЯК СУЧАСНА ОЗДОРОВЧА ТЕХНОЛОГІЯ.....	24
Бурлака І.В., Лукачина А.В. САМООЦІНКА СТАНУ ЗДОРОВ'Я ТА МІСЦЕ ЗАНЯТЬ СПОРТОМ СЕРЕД ІНШИХ ВИДІВ ДОЗВІЛЛЯ У СТУДЕНТІВ ТЕНІСІСТІВ КПІ.....	25
Василик М.В., Челнокова М.С., Тітова І.С. ПОНЯТТЯ ТА ОСОБЛИВОСТІ ПРОФІЛАКТИКИ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	27
Гіркiна Д.Д., Бабенко В.А. ВПРОВАДЖЕННЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ У ЗВО УКРАЇНИ: ІСТОРІОГРАФІЯ ПИТАННЯ.....	28
Гораш М.А. ОРІЄНТАЦІЯ МОЛОДИХ СПЕЦІАЛІСТІВ З МЕТОЮ ВИХОВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ УЧНІВ.....	31
Дехтярьова О.О., Безлаковська С.В., Вакула В.Ю. ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У СТАНОВЛЕННІ СИЛЬНОЇ ОСОБИСТОСТІ.....	36
Дубiніна К.В. ПРОКРАСТИНАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	38
Зеніна І.В., Гаврилова Н.М. ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ.....	40
Карасєвич С.А., Карасєвич М.П. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ НАЙВИЩА ЦІННІСТЬ У СУСПІЛЬСТВІ.....	41
Кваша В.А., Челнокова М.С., Тітова І.С. КОРЕКЦІЯ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ МЕТОДАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ.....	43
Ковальова А.П., Мегалінська Г.П., Даниленко Є.В., Загоруй К.М. ВПЛИВ МОРСЬКОЇ ТРАВИ ZOSTERA MARINA L. НА СТАН ЙОДОДЕФІЦИТУ ТА НА ПОКАЗНИКИ САН.....	46

Ковальова М.С., Мегалінська Г.П., Векліч Т.О. ПРОТИПУХЛИННА ТА АНТИБАКТЕРІАЛЬНА АКТИВНІСТЬ ВЕРБИ ЛАМКОЇ ТА КАЛИНИ ЗВИЧАЙНОЇ.....	48
Колісніченко С.А., Шеремет І.В., Челнокова М.С., Василенко К.С. ТЕОРЕТИКО-ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ПРОФІЛАКТИЧНОЇ РОБОТИ ЩОДО ПОДОЛАННЯ АГРЕСИВНОСТІ ШКОЛЯРІВ.....	50
Лаврова Л.В., Андрущенко Т.Г., Куций А.М. ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ ЯК ЦІННІСНА ОСНОВА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ОСВІТИ.....	52
Ляшко А.О., Василенко К.С., Челнокова М.С., Шеремет І.В. РОЗВИТОК ПІЗНАВАЛЬНОГО ІНТЕРЕСУ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	53
Матвійчук О.М., Щербак І.М. ДІЯЛЬНІСНА СКЛАДОВА АКТИВНОСТІ У ФОРМУВАННІ ЗДОРОВ'ЯОРІЄНТОВАНОГО СВІТОГЛЯДУ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	55
Міхєєв О.М., Кузьменко О.П. ПСИХО-СОЦІАЛЬНІ АСПЕКТИ АВАРІЇ НА ЧАЕС.....	57
Олексієнко О.М. ТЕХНОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ДО УПРАВЛІННЯ СТВОРЕННЯМ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ПРОСТОРУ В ОСВІТІ УКРАЇНИ.....	59
Подофєй С.О. ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІНТЕРНЕТ-ЗАЛЕЖНОЇ ОСОБИСТОСТІ.....	60
Руденко Т.В. ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ У СТУДЕНТІВ ПЕРШОКУРСНИКІВ.....	62
Савченко В.А., Світлич С.А., Струкова Т.А. ЗДОРОВИЙ СТИЛЬ ЖИТТЯ ЯК ОСОБИСТІСНА СТРАТЕГІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ.....	64
Самойленко Д.В., Воєділова О.М. СУЧАСНІ ТЕНДЕНЦІЇ РОЗВИТКУ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УКРАЇНІ.....	65
Стельмахівська В.П., Берзінь О.В. ГІГІЄНІЧНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ШКОЛЯРІВ (ІСТОРИЧНИЙ АСПЕКТ).....	67
Ступак К.А., Мегалінська Г.П. Козаченко Л.В. СТВОРЕННЯ АЛГОРИТМУ ВИКОРИСТАННЯ М'ЯКИХ ЗАСОБІВ ДЛЯ ВАЛЕОПРОФІЛАКТИКИ ІНФЕКЦІЙНИХ ХВОРОБ.....	69
Текінташ Н.В., Мегалінська Г.П., Страшко С.В., Білик Ж.І. АНТИБАКТЕРІАЛЬНА АКТИВНІСТЬ ДЕЯКИХ РОСЛИН ІМУНОМОДУЛЯТОРІВ.....	71
Толмачева С.Є. ФІЗИЧНА АКТИВНІСТЬ – ЗАПОРУКА ПСИХІЧНОГО І ЕМОЦІЙНОГО ЗДОРОВ'Я.....	73
Фольварочний І.В. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ВПРОДОВЖ ЖИТТЯ ЯК СОЦІОКУЛЬТУРНА ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА.....	75
Чиченьова О.М. ФІЛОСОФІЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ХХІ СТОРІЧЧЯ.....	77
Шишова І.О. КОМУНІКАТИВНА КІНЕЗОАРТ-ТЕРАПІЯ В СОЦІАЛІЗАЦІЇ ОСІБ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	78

РОЗДІЛ II

СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ ФАХІВЦЯ З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ, ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА, ПОЗАШКІЛЬНОЇ ЕКОЛОГО-НАТУРАЛІСТИЧНОЇ ТА ОЗДОРОВЧОЇ ОСВІТИ. СТАН ТА НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я: ВІТЧИЗНЯНИЙ ТА СВІТОВИЙ ДОСВІД

Боровик Л.О., Мамчич О.Б. ТЕХНОЛОГІЯ НАОЧНОГО МОДЕЛЮВАННЯ ЯК ЗАСІБ РОЗВИТКУ КОМУНІКАТИВНИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	81
Волкова І.В. НОВА УКРАЇНСЬКА ШКОЛА: ФОРМУВАННЯ ФАХІВЦЯ З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я.....	83
Гірка Д.Д., Челноков О.В., Сологубова С.В. ОСОБЛИВОСТІ ПРОВЕДЕННЯ РАННЬОЇ ПРОФОРІЄНТАЦІЙНОЇ РОБОТИ.....	85
Жиденко А.О., Бібчук К.В., Паперник В.В. ОСОБЛИВОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ	

ТВОРЧИХ ЗАВДАНЬ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ СТУДЕНТАМИ З ДИСЦИПЛІН ПРИРОДНИЧОГО НАПРЯМКУ.....	87
Зайченко С.А., Челнокова М.С., Шерemet I.B. ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНЦІЙ У СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ ЗВО.....	89
Керусова О.В., Шерemet I.B., Челнокова М.С. МЕТОДИКА ВИКОРИСТАННЯ ФІТНЕС-ТЕХНОЛОГІЙ ЯК ЗАСОБУ ПОКРАЩЕННЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	90
Коваленко М.В., Жиденко А.О. ОЦІНЮВАННЯ НЕРВОВО-ПСИХІЧНОГО СТАТУСУ УЧНЯ ЗА ДОПОМОГОЮ МЕТОДІВ ПРОСТИХ ТА УСВІДОМЛЕНИХ РУХОВИХ РЕАКЦІЙ.....	92
Коц С.М., Коц В.П., Луганська В.О. ГОРМОНИ ТА РЕГУЛЯЦІЯ ВІДЧУТТЯ ГОЛОДУ В БОРОТБІ ІЗ ЗАЙВОЮ ВАГОЮ.....	94
Левенець К.О., Шерemet I.B., Челнокова М.С. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЖІНОК 2-ГО ЗРІЛОГО ВІКУ З ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ.....	95
Лукаш Л.В., Гнілуша Н.В. ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДИЧНИХ РІШЕНЬ STEM-ОСВІТИ У ПІДГОТОВЦІ ВИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ ТА ОСНОВ ЗДОРОВ'Я.....	97
Максимов О.С., Шевчук Т.О., Цюпа К.О. МІЖДИСИЦИПЛІНАРНІ ЗВ'ЯЗКИ КОМПОНЕНТІВ ОСВІТНІХ ПРОГРАМ ЯК ІМПЕРАТИВ ПІДГОТОВКИ УЧИТЕЛЯ «ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я».....	99
Мальцева О.Б. КІНЕЗІТЕРАПІЯ ЯК СКЛАДОВА СТРАТЕГІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДВИЩЕННІ РІВНЯ АДАПТАЦІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНИХ СИСТЕМ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.....	101
Михед С.С., Мегалінська Г.П., Страшко С.В. ВИКОРИСТАННЯ ПОКАЗНИКА БІОЛОГІЧНОГО ВІКУ ДЛЯ ФОРМУВАННЯ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ВМІННЯ ПРОВОДИТИ ВАЛЕОДІАГНОСТИКУ ТА ВАЛЕОКОРЕКЦІЮ...103	
Мицишин М.М. ДЕТЕРМІНАНТИ УСПІШНОЇ ПРОФЕСІОНАЛІЗАЦІЇ СУЧАСНИХ ФАХІВЦІВ.....	104
Ничипорук Н.В., Білик В.Г. ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ДО ЗДІЙСНЕННЯ СТАТЕВОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ СЕРЕДНЬОЇ ШКОЛИ.....	106
Овчар Н.В., Ворожбіт-Горбатюк В.В. ІНТЕРАКТИВНА ДОШКА ЯК ЗАСІБ ДЛЯ СТВОРЕННЯ КОМІКСІВ НА УРОКАХ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	109
Петько М.С., Сологубова С.В., Шиян В.М. ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА АРХІТЕКТОРІВ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ.....	111
Півень М.І. ПРИНЦИПИ МОДЕЛЮВАННЯ ПРОЦЕСУ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ АВІАЦІЙНИХ ФАХІВЦІВ.....	113
Півненко Ю.В. ФОРМУВАННЯ НОВОГО ПЕДАГОГІЧНОГО МИСЛЕННЯ ВЧИТЕЛІВ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я ЗАСОБАМИ ІКТ.....	115
Порхун Л.С., Шерemet I.B., Челнокова М.С., Гусєва Г.М. ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЗСО ДО ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ УЧНІВ 6-7-МИХ КЛАСІВ.....	118
Притуп Л.Ю., Восділова О.М. ФОРМУВАННЯ SOFT-SKILLS В УЧНІВ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ.....	119
Пугач Ю.В., Страшко С.В., Челнокова М.С. ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я ДО ВИКОРИСТАННЯ ПЛАВАННЯ З МЕТОЮ КОРЕКЦІЇ ПОСТАВИ.....	121
Савченко О.І., Білик Ж.І., Мегалінська Г.П. РОЗВИТОК ДОСЛІДНИЦЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ «ОСНОВ ЗДОРОВ'Я».....	124
Самовтор В.О., Восділова О.М. ПЕДАГОГІЧНА ІНТУЇЦІЯ ЯК СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ВЧИТЕЛЯ.....	125

Стегура Ю.-В.Ф., Білик В.Г. ВИКОРИСТАННЯ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ПРОГРАМ В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ УЧНІВ МОЛОДШИХ КЛАСІВ З ЗАХВОРЮВАННЯМИ ОРГАНІВ ТРАВЛЕННЯ.....	127
Страшко С.В., Челнокова М.С., Глиняний Д.П., Матвієнко І.А. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ ДО ЗАНЯТЬ АДАПТИВНОЮ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ.....	129
Титаренко М.М., Челнокова М.С., Шеремет І.В., Матвієнко І.А. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ВИХОВАННЯ ДОБРОЗИЧЛИВОГО СТАВЛЕННЯ ДО ОДНОЛІТКІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	131
Халепа Ю.І., Челнокова М.С., Шеремет І.В. МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ ПРОФІЛАКТИКИ ПОРУШЕНЬ ЗОРУ ШКОЛЯРІВ.....	133
Шеремет І.В., Іонов В.Ю., Челнокова М.С. ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В УЧНІВ СТАРШИХ КЛАСІВ ЗАСОБАМИ ІНТЕРАКТИВНОГО НАВЧАННЯ.....	134

РОЗДІЛ III

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНА ТА ВАЛЕО-ПСИХОЛОГІЧНА СКЛАДОВА ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВЧИТЕЛЯ. НАВЧАННЯ ЗДОРОВ'Ю В УЧБОВИХ ЗАКЛАДАХ УКРАЇНИ ТА ІНШИХ КРАЇН

Бяловецький Д.О., Ігнатенко С.А. РОЛЬ ФАКУЛЬТАТИВНИХ ЗАНЯТЬ У ФОРМУВАННІ ПОЗИТИВНОЇ МОТИВАЦІЇ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ ДО ВЕДЕННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ.....	136
Василець Я.Є., Коваль В.О. Організація проєктної діяльності учнів в умовах дистанційного навчання.....	137
Виговський Л.А., Виговська Т.В. ВПЛИВ ПАНДЕМІЇ COVID-19 НА ФОРМУВАННЯ ВІДНОШЕННЯ МОЛОДІ ДО ВЖИВАННЯ АЛКОГОЛЮ.....	139
Гаман І.О., Човганюк О.С., Кочержат О.І., Василечко М.М. ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ – МЕТОД СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА ДЛЯ СТУДЕНТІВ-МЕДИКІВ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ COVID-19.....	141
Ганчева К.М. АНАЛІЗ СУЧАСНОГО СТАНУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ В УКРАЇНІ ТА ЗА КОРДОНОМ.....	142
Жара Г.І. ПЕРСПЕКТИВИ ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ВЧИТЕЛЯ В СИСТЕМІ НЕПЕРЕРВНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ.....	143
Книш С.І. МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ВЧИТЕЛІВ БІОЛОГІЇ ДО РОБОТИ З ДІТЬМИ В КОНТЕКСТІ ВИМОГ НОВОЇ УКРАЇНСЬКОЇ ШКОЛИ.....	145
Колесник Т.В., Грищенко В.І., Люлька Ю.П. ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ УЧБОВОГО ПРОЦЕСУ З ДИСЦИПЛІНИ ПРОПЕДЕВТИКА ВНУТРІШНЬОЇ МЕДИЦИНИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	147
Костюкович Р.І., Воронцова Т.В. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛІВ ДО ЗДІЙСНЕННЯ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ.....	148
Лушня С.Л. ПРОФЕСІЙНА КОМПЕТЕНЦІЯ В СИСТЕМІ РЕЛІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ НА КАФЕДРІ ТРАВМАТОЛОГІЇ ТА ОРТОПЕДІЇ.....	151
Нагорна А.С., Матвієнко І.А., Челнокова М.С., Шеремет І.В. ОРГАНІЗАЦІЯ ВЗАСМОДІЇ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ ТА СІМ'Ї У ВИХОВАННІ ОСНОВ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ КУЛЬТУРИ ШКОЛЯРІВ.....	153
Овдієнко І.М. АДАПТАЦІЯ ТА ПІДТРИМКА ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПІД ЧАС КАРАНТИНУ.....	154
Прядко К.Я., Савонова О.В. ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ.....	156

Ретіх Л.І., Івченко О.М. РОЛЬ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ.....	159
Сайко Н.О. ВПЛИВ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ.....	161
Серб О.В., Кудін С.Ф., Савонова О.В. ВИВЧЕННЯ ВІДПОВІДНОСТІ ОКРЕМИХ КОМПОНЕНТІВ СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ МЕДИКО-ГІГІЄНИЧНИМ НОРМАМ ПРИ ДИСТАНЦІЙНІЙ ФОРМІ НАВЧАННЯ У ПОРІВНЯННІ З ОЧНОЮ ФОРМОЮ.....	163
Титарчук М.В., Ворожбіт-Горбатюк В.В. ДИСТАНЦІЙНЕ НАВЧАННЯ МАЙБУТНІХ ФІЛОЛОГІВ В УМОВАХ ВСЕСВІТНЬОЇ ПАНДЕМІЇ.....	165
Химич І.Г., Химич О.І. ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ COVID-19.....	166
Шиліна Ю.В., Білик Ж.І. ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОФІЛАКТИКИ СИНДРОМУ ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ У ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ КОМПОЗИЦІЙ ЕФІРНИХ ОЛІЙ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН.....	168
Шишацька В.І., Добровольський В.Е. НАВЧАННЯ ЗДОРОВ'Ю В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА НАВЧАЛЬНОМУ ВІДДІЛЕННІ ЗІ СПОРТИВНОЇ ГІМНАСТИКИ.....	171
Шутяк І.А. СОЦІАЛЬНА ТРИВОЖНІСТЬ: ПОНЯТТЯ, ПРИРОДА ТА ЇЇ РОЛЬ В ЖИТТІ СУСПІЛЬСТВА.....	172

РОЗДІЛ IV

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ТА ВАЛЕО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ. МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ СУБ'ЄКТІВ НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ: ДОСВІД ТА ПЕРСПЕКТИВИ РОЗВИТКУ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Ганжа Я.М., Бібчук К.В. ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ ВОЛЕЙБОЛІСТІВ.....	176
Дериведмідь А.І., Дергач М.А. ТЕАТРАЛІЗОВАНА ГРА ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА РОЗВИТОК МОВЛЕННЯ ДІТЕЙ З РОЗЛАДАМИ АУТИСТИЧНОГО СПЕКТРА.....	177
Жула Г.В., Жула О.В., Жула Л.В. РЕКРЕАЦІЙНІ ЗАСОБИ ВІДНОВЛЕННЯ СПОРТИВНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ВОЛЕЙБОЛІСТОК.....	179
Захаров С.В., Науменко Л.Ю., Лук'яненко Д.М. МЕДИЧНЕ ОБСЛУГОВУВАННЯ ІНОЗЕМНИХ СТУДЕНТІВ В ДНІПРОВСЬКОМУ ДЕРЖАВНОМУ МЕДИЧНОМУ УНІВЕРСИТЕТІ.....	181
Звєкова В.К. ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ВЗАЄМОДІЇ ЛОГОПЕДА ТА РОДИНИ В КОРЕКЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІЙ РОБОТІ.....	182
Картелян О.В., Звєкова В.К. РОЗВИТОК МОРАЛЬНИХ ЯКОСТЕЙ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ З ОБМЕЖЕНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ.....	183
Коноплицький В.С., Коробко Ю.Є. УЛЬТРАЗВУКОВА ДІАГНОСТИКА ГОСТРОГО АПЕНДИЦИТУ У ДІТЕЙ ЖІНОЧОЇ СТАТІ.....	185
Кочкурова О.В., Кочкурова К.В. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ В УМОВАХ СУЧАСНОЇ ШКОЛИ.....	187
Кравчук К.В., Іллюшко О.В., Кравчук Т.В. СОМАТИЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДІВЧАТ 9-14 РОКІВ ЯК УМОВА МОРФО-ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	188
Кривич І.П., Гусєва Г.М., Кузьменко О.П., Чумак Ю.Ю. ФОРМИ І МЕТОДИ РЕАБІЛІТАЦІЇ ДІТЕЙ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ.....	190
Кудін С.Ф., Савонова О.В. ВИВЧЕННЯ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ І ЗДАТНОСТІ ДО НАВЧАННЯ ОСІБ З ЛЕГКИМ СТУПЕНЕМ РОЗУМОВОЇ ВІДСТАЛОСТІ.....	193
Літвінова А.М., Тимченко Г.М. МЕТОДИКА ПОБУДОВИ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ ОЗДОРОВЧОЇ ПРОГРАМИ СТУДЕНТАМИ, ЯК ЗАСІБ КОРЕКЦІЇ ЗДОРОВ'Я.....	195

Сиротенко, описуючи сутність дистанційного навчання та його психолого-педагогічні аспекти, зауважили, що головним у такому форматі є спілкування учасників освітнього процесу, яке супроводжується доцільною можливістю прямого доступу до навчального матеріалу [1].

Мета та завдання роботи. Вивчити основи реалізації компетентнісного підходу, який задовольнить потребу української держави в педагогах, в умовах застосування дистанційного навчання.

Результати дослідження. Опосередковане комунікування у форматі дистанційного навчання дозволяє робити не тільки доступним контакт в системі «викладач і здобувач», але й в системі «здобувач – здобувач», як то передбачає ідея інтерактивності.

Методологічна основа дистанційного навчання в процесі формування професійної компетентності майбутніх вчителів-філологів є складною багаторівневою системою як єдиного цілого, що складається з елементів, між якими існують логічні зв'язки і зміна будь-чого призводить до зміни системи. Саме тому якість застосування формату дистанційного навчання для вчителів-філологів передбачає опору на систему попередніх знань і фактично сформовані програмні результати навчання. Також важливим є визначення наявної цифрової компетентності здобувачів, забезпеченість

технологічними ресурсами (доступ до швидкісного Інтернету, офіційне програмне забезпечення, наявність необхідних пристроїв і устаткування) [3].

Найбільш затребуваними у форматі дистанційного навчання є електронна пошта, спільна робота on-line, навчання через Web-ресурси платформ Zoom, meet, google.

Для попередження чи подолання можливих утруднень і ризиків використання формату дистанційного навчання значимим є: розроблення простих за структурою курсів освітніх компонент, супровід занять у форматі дистанційного навчання інструкціями і чек-листами, чергування синхронних сесій і асинхронних проєктів з визначенням реальних строків роботи усіх учасників освітнього процесу, відкритий доступ до технічного обладнання, затребуваних програм та інших ресурсів, дотримання норм ділового спілкування під час використання контактної інформації.

Висновки. Підсумовуючи, зазначимо, формат дистанційного навчання має низку переваг: оперативність навчального комунікування, актуальний спосіб презентування навчального матеріалу, відкритість до співпраці, економія часу, матеріальних ресурсів. Однак, цей формат не може повністю компенсувати навчальні взаємодії, особливо для філологів. Очними мають бути практикуми, лабораторні і практичні заняття, творчі проєкти.

Список використаних джерел

1. Кухаренко В. М., Рибалко О.В., Сиротенко Н. Г. (2002). Дистанційне навчання. Умови застосування. Дистанційний курс (3-є вид.) : навч. посібник ; за ред. В. М. Кухаренка. Харків: НТУ «ХП», Торсінг, 320 с.
2. Муковіз О.П. (2012). Дистанційне навчання у системі неперервної освіти вчителя початкової школи: сутність та особливості // Психолого-педагогічні проблеми сільської школи: Зб. наук. праць Уманського державного

педагогічного університету імені Павла Тичини. Умань: ПП Жовтий О.О., Випуск 43. – Ч. 1. С. 259 – 266.

3. Положення про дистанційне навчання: Наказ МОН України від 25.04.2013 № 466. Електронний ресурс. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0703-13>

4. Преподавание в сети Интернет (2003): учеб. пособие / отв. ред. В. И. Солдаткин. М.: Высш. шк., 792 с.

ОСОБЛИВОСТІ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ COVID-19

Химич Ірина Григорівна

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, кандидат

економічних наук, доцент

*Химич Олена Ігорівна*Комунальне неприбуткове підприємство «Центр легеневих захворювань», лікар
анестезіолог

Варто пам'ятати, що якими б не були життєві умови, існують найрізноманітніші можливості власного розвитку та саморозвитку.

Проте, не можливо здійснити ефективний та необхідний саморозвиток без власне розвитку себе як особистості, що і є основою цієї трансформації.

Основні взаємоскладові щодо сутності поняття розвитку особистості, що відображають певні види її зрілості: особистісну, розумову, емоційну та соціальну, відображено на рис. 1.

Представлені види зрілості особистості є взаємопов'язаними та взаємодоповнюючими між собою, а також зумовлюють безупинний процес розвитку та постійної трансформації особистості на шляху до саморозвитку та самовдосконалення протягом всього її життя.

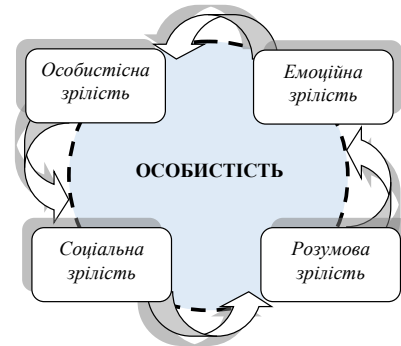


Рис. 1. Взаємоскладові розвитку особистості

Доцільно зауважити, що надзвичайно важливими для повноцінного розвитку особистості виступають, передусім, певні ознаки щодо її зрілості, що якраз і сприятимуть формуванню, так званого, фундаменту її розвитку та саморозвитку. На рис. 2 представлено перелік головних ознак зрілої особистості за А. Маслоу [1].

1. Більш адекватно сприймають дійсність. Незалежні від впливу будь-яких потреб чи стереотипів. Мають високий інтерес до невідомого, тому постійно навчаються в інших.
2. Сприймають себе та інших такими, якими вони є. В зрілих особистостях відсутні агресивні форми поведінки, тому вони не сприймають подібного ставлення до інших людей.
3. Спонтанні у своїх вчинках. Віддають перевагу простоті та природності. Дотримуються встановлених традицій. Ставитися до них потрібно з належним почуттям гумору.
4. Такі люди зазвичай зайняті не собою, а власними завданнями, певною місією. Вони схильні розглядати свою діяльність під кутом зору вічності, а не поточного моменту, співвідносити її з універсальними цінностями.
5. Відсторонені від багатьох подій. Завдяки цьому зрілі особистості відносно спокійно справляються із труднощами та є менш вразливими до зовнішнього впливу.
6. Вони мало залежать від оточення. Мають хорошу силу волі та можуть боротися проти негативних факторів, що впливають на життя. Схильні до самотності.
7. Мають нестандартне мислення. Щоразу знаходять щось нове в давно відомій інформації.
8. Зрілі особистості можуть відчувати тривожність, незначні переживання, що характеризуються відчуттям зникнення власного Я.
9. Прагнуть до товариства з людьми, які самоактуалізуються, теж прагнуть стати зрілими. Віддають перевагу вузькому колу спілкування.
10. Володіють стійкими внутрішніми моральними нормами. Орієнтовані на цілі, а не на способи, якими їх можна досягати.
11. Мають «філософське» почуття гумору. Ставляться до себе та життя з гумором, але ніколи не висміюють чийсь вади.
12. Володіють креативністю, яка не залежить від того, в якій сфері працює людина. Творчість проявляється в усіх діях і починаннях.
13. Критично ставляться до своєї культури: відчувають себе представниками не певної культури, а людства в цілому.
14. Демократія в стосунках: готові навчитися в інших.
15. Почуття спільності з людством в цілому.

Рис. 2. Основні риси зрілої особистості за А. Маслоу

Крім цього, А. Маслоу вважав, що психологічна зрілість, яка виступає однією із важливих значень для особистості має і її основних складових, що відображає

загальний стан її психіки в цілому. Саме цей вид зрілості особистості допомагає їй всесторонньо розкрити власні таланти та здібності, а також сприяє повному духовному та матеріальному розвитку.

Психологічна зрілість особистості не тільки здатна проаналізувати її власне емоційний стан, але й надає можливості щодо самокерування власним життям через власний розвиток та саморозвиток тощо.

Потрібно відмітити, що перелічені вище головні ознаки зрілої особистості згідно з А. Маслоу є певним «ідеальним» зразком, що відображає «психологічно здорову людину», і які є притаманними тільки 1 % від всього населення.

Взагалі розвиток особистості виступає певним поетапним процесом, що є наслідком взаємодії та соціалізації людини із навколишнім середовищем, що її оточує та включає [2]: адаптацію, індивідуалізацію, інтеграцію. Власне такий розвиток

особистості розпочинається від самого її народження та триває протягом усього її життя, трансформуючись у саморозвиток особистості.

Для того, щоб розвиток особистості відбувався ефективно та в правильному напрямі, необхідно здійснити, перш за все, «вихід» із власної зони комфорту, що виступає вагомим кроком до розуміння особистістю необхідності власного розвитку та саморозвитку.

Отже, для того, щоб особистість змогла саморозвиватися, вона повинна мати достатнє «психологічне здоров'я», тобто, перебувати в гармонії як із собою, так із навколишнім світом в цілому. Також, варто розуміти, що нічого легко та просто так людині не дається, і саморозвиток цьому не виняток. Саморозвиток особистості є великою працею над собою, що потребує вкладення певних зусиль та постійного навчання та самонавчання.

Список використаних джерел

1. Maslow, A.H. (1968). Toward a Psychology of Being. Litton Education Publishing.

2. Як відбувається розвиток особистості (04.12.2019). URL:

https://zhyvoedelo.com/ua/news/kak-proishodit-razvitiye-lichnosti?fbclid=iwar3kznnjqpsinoHmn969opk70tmmq2rrpu-sgiorct_cupfrkh0ek4r5gcq

ВПРОВАДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ПРОФІЛАКТИКИ СИНДРОМУ ХРОНІЧНОЇ ВТОМИ У ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ІЗ ЗАСТОСУВАННЯМ КОМПОЗИЦІЙ ЕФІРНИХ ОЛІЙ ЛІКАРСЬКИХ РОСЛИН

Шиліна Юлія Володимирівна

Інститут клітинної біології та генетичної інженерії НАН України, кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник Інституту

Білик Жанна Іванівна

Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, кандидат біологічних наук, доцент кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя та здоров'я

Учительство як соціальна група відзначається високим рівнем захворюваності, низькими показниками фізичного і психічного здоров'я, підвищеним ризиком виникнення невротичних і психосоматичних розладів [1, с. 234]. Все більшу увагу науковців привертає синдром хронічної втоми (СХВ), який відомий під різними назвами: синдром післявірусної

астенії, синдром хронічної втоми та імунної дисфункції, фіброміалгія, міалгічний енцефаломієліт, синдром хронічної втоми/міалгічний (СХВ/МЕ) [2, с. 409; 3].

Синдром хронічної втоми - це стійкий патологічний стан, що характеризується хронічною незрозумілою втомою, яка триває 6 місяців і більше, порушенням нейрокогнітивних функцій та якості сну, а також соматичними симптомами, такими як