МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Бердянський державний педагогічний університет
Факультет фізичної культури, спорту та здоров'я людини

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ ВПЛИВУ ДОВКІЛЛЯ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

(До Міжнародного дня вчителя (World Teachers 'Day) та Дня працівників освіти України)

Збірник матеріалів
VI Міжнародної науково-практичної онлайн конференції

Бердянськ
БДПУ
2023

УДК 378.091.212.613]:[502+796]
А 43

Редакційна колегія:

Головний редактор – **Кушнірюк С. Г.**, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор (Бердянськ); ***заступник головного редактора*** – **Гнатюк В. В.**, кандидат біологічних наук, доцент (Бердянськ).

Друкується за рішенням вченої ради
факультету фізичної культури, спорту та здоров'я людини
Бердянського державного педагогічного університету
(протокол № 3 від 27.10.2023р.)

А43 Актуальні питання впливу довкілля, фізичного виховання та спорту на здоров'я людини : зб. наук. матеріалів VI Міжнародної науково-практичної онлайн конференції (Бердянськ, 28–29 вересня 2023 р.) №6 / [гол. ред. С. Г. Кушнірюк]. – Бердянськ : БДПУ, 2023. – 255 с.

A43 Topical issues of influence of the environment, physical education and sport on human health : Coll. Science. Materials of the VI International scientific-practical online conference (Berdyansk, September 28-29, 2023) №6 / [ch. Ed. S.G. Kushniryuk]. - Berdyansk: BSPU, 2023. – 255 p.

У збірнику вміщено наукові статті, які висвітлюють актуальні питання теоретико-методичних, валеологічних та психолого-педагогічних аспектів фізичного виховання і спорту різних верств населення, професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання, фітнесу, фізичної реабілітації, туризму й рекреації, сучасних аспектів фізичної реабілітації та адаптивної фізичної культури, еколого-біологічні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді, а також проблеми довкілля, фізичного виховання та спорту в суміжних наукових сферах: міждисциплінарних зв'язках.

УДК 378.091.212:613]:[502+796]

За зміст статей і правильність цитування відповідальність несуть автори

© Бердянський державний педагогічний університет, 2023

ЗМІСТ 3

РОЗДІЛ І.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ, ВАЛЕОЛОГІЧНІ ТА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ РІЗНИХ ВЕРСТВ НАСЕЛЕННЯ

Cavcaliuc A.S. (Republic of Moldova) Analysis of aspects regarding the duties of the tasks and main requirements of the polo swimmers on playing positions. 8

Базильчук В.Б., Журавльов Ю. Г. (Хмельницький) Особливості застосування організаційних форм фізичного виховання у закладах вищої освіти. 14

Баришников А. О., Ляхова І. М. (Київ) Теоретико-методологічні аспекти фізичного виховання дітей дошкільного віку з розладами спектру аутизму. 16

Верітов О.І., Пономарьов В.О., Петров В.О. (Запоріжжя) Професійно-педагогічна компетентність фахівців зі спеціальності 017 фізична культура і спорт. 20

Голуб Д.О. (Бердянськ) Вплив інноваційних технологій на ефективність уроків фізичної культури з футболу для учнів 15-16 років. 22

Дишкант М.В. (Київ) Інформаційні технології у формуванні відповідального ставлення студентів вищих медичних навчальних закладів до цінностей оздоровчої діяльності. 25

Кара С.І. (Бердянськ) Умови формування навчальної мотивації студентів до занять з фізичного виховання. 27

Караулова С.І. (Запоріжжя) Соціальна роль фізичної культури і спорту в житті студентської молоді. 29

Козицька А.П., Плющакова О.В. (Київ) Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів при проведені фізкультурно-оздоровчого заходу «свято руху, краси і здоров'я» 32

Кононенко М.О., Лесик А. С. (Бердянськ) Важливість фізичного виховання для здоров'я учнів початкової школи. 35

Ляхова І.М. (Київ) Роль спортивної термінології у фаховому розвитку здобувачів вищої освіти, які навчаються за спеціальністю 017 – Фізична культура і спорт. 37

Маленюк Т.В. (Кропивницький) Покращення показників гнучкості у спортсменок на етапі початкової підготовки в художній гімнастиці. 40

Павлевич Л.М. (Дунаївці) Психолого-педагогічні аспекти на уроках фізичного виховання у початковій школі. 44

Поліщук К.В., Лесик А.С. (Бердянськ) Проблеми і перспективи викладання фізичної культури в НУШ. 47

Пономаренко К. С. (Бердянськ) Особливості розвитку провідних фізичних якостей волейболістів у контексті видів фізичної підготовки. 49

Примак Є.Г. (Бердянськ) Оптимізація організації фізичного виховання як засіб підвищення фізичної підготовленості здобувачів вищої освіти у ЗВО. 52

Пристинський В.М., Швець О.А., Пристинська Т.М. (Слов'янськ) Оптимізація процесу фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти на засадах ідей концепції нової української школи. 54

Сватьєв А.В., Булах С.М., Симонік А.В. (Запоріжжя) Підготовка конкурентноздатних фахівців зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт. 60
Собко Н.Г. (Кропивницький) Кроссфіт – тренувальний процес нового покоління. 62
Станчевський М.М. (Бердянськ) Актуальні проблеми організації дистанційного навчання на уроках фізичної культури в умовах воєнного стану. 65
Шевченко О.В., Мельнік А.О. (Кропивницький) Методика визначення рівня розвитку гнучкості юних гімнастів на етапі початкової підготовки. 68
Шевчук О.П. (Луцьк) Роль українських народних рухливих ігор у формуванні національно-патріотичного духу серед учнів початкової школи. 71
Філатова З.І, Євтушок М.В. (Київ) Особистісне формування простору води в ході занять аквафітнесом. 75

РОЗДІЛ ІІ.
ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ З ПРЕДМЕТНИХ СПЕЦІАЛІЗАЦІЙ, ТА ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Баранов В.В. (Полтава) Запровадження інтерактивних освітніх технологій для розвитку творчого потенціалу майбутніх учителів фізичної культури. 78
Безкоровайна Л.В. (Запоріжжя) Проєктування інформаційно-освітнього середовища у підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання, здоров'я та туризму в закладах вищої освіти. 81
Білик В.Г., Василенко К.С. (Київ) Організація дистанційного навчання анатомії людини з основами загальної і вікової фізіології та спортивної морфології студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт. 84
Браниште Г.С. (Республика Молдова) Комплексные исследования параметров подготовленности, определяющих долговременную адаптацию организма гребцов на байдарках в многолетней тренировке. 87
Гальченко Л.В., Іванська О.В., Румянцев С.С. (Запоріжжя) Теоретичні аспекти використання рухливих ігор у навчанні дітей старшого дошкільного віку з елементами гандболу. 95
Голінка О.В. (Полтава) Здоров'язбережувальні технології навчання у закладі вищої освіти. 100
Дутчак Ю.В., Сущенко Л.П., (Хмельницький, Київ) Використання інтерактивних технології як засіб забезпечення якості професійної підготовки майбутніх фахівців сфери фізичної культури і спорту 104
Каплун М.О. (Бердянськ) Забезпечення безбар'єрного доступу дітям з особливими освітніми потребами до здоров'язбережувального середовища. 107
Кара С.І., Сухарєв Р.С. (Бердянськ) Професійна підготовка майбутніх учителів біології та основ здоров'я до формування здоров'язбережувальної компетентності школярів. 110
Митяненко Ю.В. (Бердянськ) Зміст та структура навчальної дисципліни «сучасні фітнес технології», як складова фахової підготовки майбутніх фітнес-тренерів в умовах дистанційної освіти. 112

Омельчук О.В., Шеремет І.В., Василенко К.С. (Київ) Сучасний погляд на необхідність формування стресостійкості здобувачів вищої освіти в умовах російсько-української війни. 116
Самойленко В.Л. (Бердянськ) Можливості використання віртуальної реальності в професійній діяльності майбутніх учителів фізичної культури. 120
Самсутіна Н.М. (Бердянськ) Особливості підготовки майбутніх викладачів до впровадження інноваційних технологій у процес фізичного виховання студентів. 122
Семенова І.В. (Волинь) Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту з предметних спеціалізацій. 127
Ситнік Д.М. (Бердянськ) Актуальні проблеми розвитку спеціальної термінології для підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту. 131
Согоконь О.А. (Полтава) Місце здоров'язбережувальних технологій у структурі природничонаукової підготовки фахівців фізичної культури. 133
Степанова Н.А. (Республіка Молдова) Вплив плавання на рівень розвитку витривалості у студентів за спеціальністю кінетотерапія. 137
Хатунцев О.О. (Бердянськ) Проблема індивідуалізації навчання в інклюзивному середовищі. 139
Хатунцева С.М., Савін Є.В. (Бердянськ) Роль індивідуалізації як ключового елементу формування компетентного вчителя біології та основ здоров'я. 142
Черезова І.О. (Бердянськ) Особливості професійного здоров'я педагога та синдром професійного вигорання. 146

РОЗДІЛ ІІІ.
СУЧАСНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ, ЕРГОТЕРАПІЇ, АДАПТИВНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, ТУРИЗМУ Й РЕКРЕАЦІЇ

Khatuntseva S.M., Cheremisina I.M. (Berdyansk, USA) Methods of assessment and control for violations of work of locomotor system. 150
Lungu E.M. (Republic of Moldova) The role of tourism and instructional practice in the professional training process of the tourism. 155
Nicolaiciuc N.I. (Republic of Moldova) The training of the motor capacities of secondary school students through the tourism means during the physical education lesson. 161
Onoi M.P. (Republic of Moldova) The evolution of strategies for the sustainable development of sports tourism in the republic of moldova. 165
Андреєва О.Б. (Рівне) Розвиток соціальних навичок у майбутніх фізичних терапевтів, ерготерапевтів. 173
Бугай Б.А., Єфімова А.І. (Бердянськ) Історичні відомості і поняття протезування та ортезування. 175
Дніпровська Є.В. (Бердянськ) Актуальні проблеми наукової доказової практичної діяльності фізичного терапевта. 178
Дніпровська Є.В., Єфімова А.І. (Бердянськ) Комплексна фізична терапія при сколіозах і та іі ступенів. 181

Зоріна Л.В. (Рахнівка) Ефективність сучасних аспектів фізичної терапії у початковій школі. 184
Корх-Черба О.В., Пшенічна Л.П. (Київ) Розвиток фітнес-технологій в Україні та їх впровадження у заклади вищої освіти. 187
Кузьменко В.Ю., Коваленченко В. Ф. (Київ) Пріоритетна роль фізичних вправ у відновленні здоров'я підлітків 8-14 років, хворих на бронхіальну астму. 189
Ладиженська К.О. (Вінниця) Заходи фізичної терапії для профілактики плоско-вальгусної деформації стопи. 192
Ладиженська К.О. (Вінниця) Сучасний стан проблеми дитячої плоскостопості. варус і вальгус – норма? 195
Мегалінська Г.П., Білик Ж.І., Даниленко Є.В., Ткачук І. О. (Київ) Саліводіагностика тривожних станів. 198
Мерзлікіна О.А., Бобровник Л.П. (Київ) Застосування новітніх технологій у фізкультурно-спортивній реабілітації дітей 8-10 років із дитячим церебральним паралічем. 200
Некрасов Г. Г. (Бердянськ) Особливості спортивно-оздоровчого туризму. 202
Расторгуєва І.С. (Бердянськ) Актуальність питання впливу фізичних вправ на здоров'я людини. 206
Самойленко І.О. (Бердянськ) Цифрова трансформація в ерготерапії: ефективність роботи з дітьми з психомоторними порушеннями. 210
Сіренко П.О., Жіденс Я. (Латвія) Постізометрична релаксація великого сідничого та м'язів задньої групи гомілки. 213
Сущенко Л.П., Качур Є. Ю (Київ) Фізкультурно-спортивна реабілітації футболістів 20-25 років з пошкодженням колінного суглобу на адаптаційно-тренувальному періоді відновлення. 215
Хлібойко Ю.В. (Вінниця) Фізична терапія пацієнтів з остеохондрозом на санаторному етапі реабілітації. 218

РОЗДІЛ IV.
ЕКОЛОГО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Внукова О.М., Лупійко А.П. (Київ) Особливості фізичного виховання сучасних здобувачів вищої освіти. 222
Дроздова В.М. Лесик А.С. (Бердянськ) Протиставлення шкідливих звичок та здорового способу життя студентів. 225
Загоренко Н.О., Гнатюк В.В. (Бердянськ) Формування екологічної свідомості учнів середньої загальноосвітньої школи в процесі освітньої діяльності 227
Нікітенко Н.М., Синегуб Є.Л. (Бердянськ) Професійна підготовка майбутнього вчителя основ здоров'я. 229
Павлевич Я.О., Гнатюк В.В. (Дунаївці, Бердянськ) Особливості концепції сталого розвитку як складової екологічної освіти. 231

РОЗДІЛ IV.
ЕКОЛОГО-БІОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СУЧАСНИХ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

(Внукова О. М., канд. пед. наук, доцентка,
Лупійко А. П., здобувачка вищої освіти)
Київський національний університет технологій та дизайну, Київ, Україна

Актуальність теми. Для здобувачів вищої освіти будь-якої спеціальності важливим є набуття здоров'язбережувальної компетентності, яка є особливо актуальною у період війни. Молоде покоління має бути здоровим, щоб виступити на захист Вітчизни на полі бою чи у тилу та успішно відбудовувати економіку України після перемоги.

Процес фізичного виховання у закладах вищої освіти (ЗВО) врегульований нормативними документами, зокрема, Законами України «Про вищу освіту», «Про фізичну культуру і спорт», Указом Президента України «Про пріоритети розвитку фізичної культури та спорту в Україні» тощо. Фізичне виховання – напрям фізичної культури, пов'язаний з процесом виховання особи, набуттям нею відповідних знань та умінь з використання рухової активності для всебічного розвитку, оздоровлення та забезпечення готовності до професійної діяльності та активної участі в суспільному житті [3]. Міністерством освіти і науки України розроблено «Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року» [4]. Але у даному документі немає чіткості щодо організації занять з фізичного виховання. Тому ЗВО, які є автономними, по різному підходять до цього питання. Це, найперше, проявляється у різній кількості годин, які виділяються на заняття із фізичного виховання, та матеріально-технічному забезпеченні цих занять.

Стан фізичного виховання студентів у закладах вищої освіти під час війни в Україні досліджували В. Бабаджанян, Н. Семаль, Н. Беседа, В. Фаріонов, О. Курій, Н. Орленко, І. Скидан, С. Гейченко та інші. С. Гавришко, С. Гвоздецька, І. Приходько проаналізували сучасну систему фізичного виховання у ЗВО [2]. Але особливості фізичної культури сучасних студентів та аспірантів залишаються поза належною увагою.

Мета роботи: дослідити особливості фізичної культури здобувачів вищої освіти на сучасному етапі та визначити шляхи посилення їх фізичної підготовки.

Методика дослідження. У дослідженні було використано методи аналізу нормативних документів, освітньо-професійних та освітньо-наукових програм, психолого-педагогічної літератури, порівняльний, опитування, узагальнення, математичні, статистичні методи. Для опитування було розроблено анкету за допомогою Google форми.

Результати дослідження. Дослідження проводилось у Київському національному університеті технологій та дизайну (КНУТД). Щоб вибірка була репрезентативною, опитуванням були охоплені представники різних факультетів та рівнів здобуття вищої освіти: першого (66 %), другого (11 %) і третього (23 %) рівнів, у тому числі – 60 % дівчат, 40 % – хлопців. Також у формуванні вибірки було враховано те, що у даному столичному ЗВО навчаються студенти з різних регіонів України. Всього в опитуванні взяли участь 38 осіб.

На поставлене запитання: «Чи є в тебе заняття з фізичної культури в Університеті?» – більшість респондентів відповіли негативно. Проаналізувавши освітньо-професійні та

освітньо-наукові програми, ми виявили, що заняття з фізичної культури є обов'язковими лише на 1 курсі бакалаврату, хоча у попередні роки і на другому курсі студенти були охоплені такими заняттями. Цікаво, що у відповідь на запитання: «Як ти вважаєш, чи потрібні заняття з фізичного виховання в Університеті на всіх курсах?», – 27 респондентів (71 %) відповіли ствердно. І магістранти, і аспіранти не проти відвідувати заняття з фізичного виховання у ЗВО. На нашу думку, це пояснюється тим, що ці заняття допомагають відволіктися від війни. Із даним твердженням погодились 63 % респондентів. Нами було досліджено вплив фізичних вправ на психологічний стан студентів в умовах війни і зроблено висновок, що «варто у закладі вищої освіти активізувати пропаганду занять фізичними вправами. Практична реалізація даного завдання сприятиме вирішенню проблематики здоров'язбереження студентської молоді як стратегічно важливого напряму у діяльності закладу вищої освіти» [1, с. 51].

Самостійно фізичною зарядкою зранку займається лише 16 % опитаних студентів, нерегулярно – 29 %, іноді – 24 %, не займаються зовсім – 29 %. Усе ж переважна більшість респондентів усвідомлює необхідність та має бажання робити фізичну зарядку зранку, але через те, що мають велике навчальне навантаження, а також працевлаштовані, не знаходять для цього часу.

Спортивні гуртки та секції відвідують 26 % респондентів, басейн – 3 %, але не відвідують ні спортивні гуртки, ні секції – 68 %. Спортзал або спортивну площадку для тренування також не відвідує значна кількість опитаних (37 %), відвідує рідко – 29 %, дуже рідко – 3 %. Ми поцікавилися, чи достатньо добре обладнані спортивні площадки на подвір'ях біля місць проживання респондентів. Лише 24 % опитаних відповіли позитивно, а 76 % – негативно.

Ми поцікавились, чи мають здобувачі вищої освіти умови для занять фізичними вправами. Виявилось, що 32 % респондентів займаються фізичними вправами регулярно і мають для цього належні умови. У змозі відвідувати спортивні клуби, секції 32 % респондентів, 34 % – займаються вдома. На запитання: «Що заважає займатися фізичними вправами регулярно», – серед відповідей були відсутність: часу (61 %), бажання (18 %), можливостей (5 %) (Рис. 1).

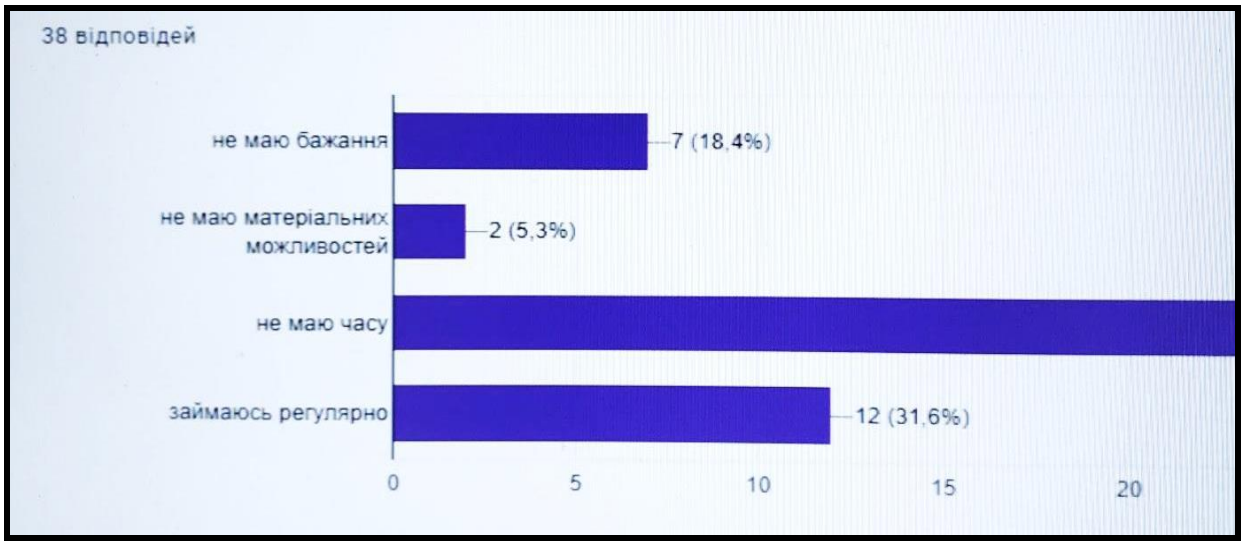

Рис. 1. Що заважає займатися фізичними вправами регулярно?

На думку здобувачів вищої освіти, під час занять з фізичного виховання формуються такі якості особистості: витривалість, організованість, старанність, рішучість, а також дисциплінованість та стресостійкість (Рис. 2).

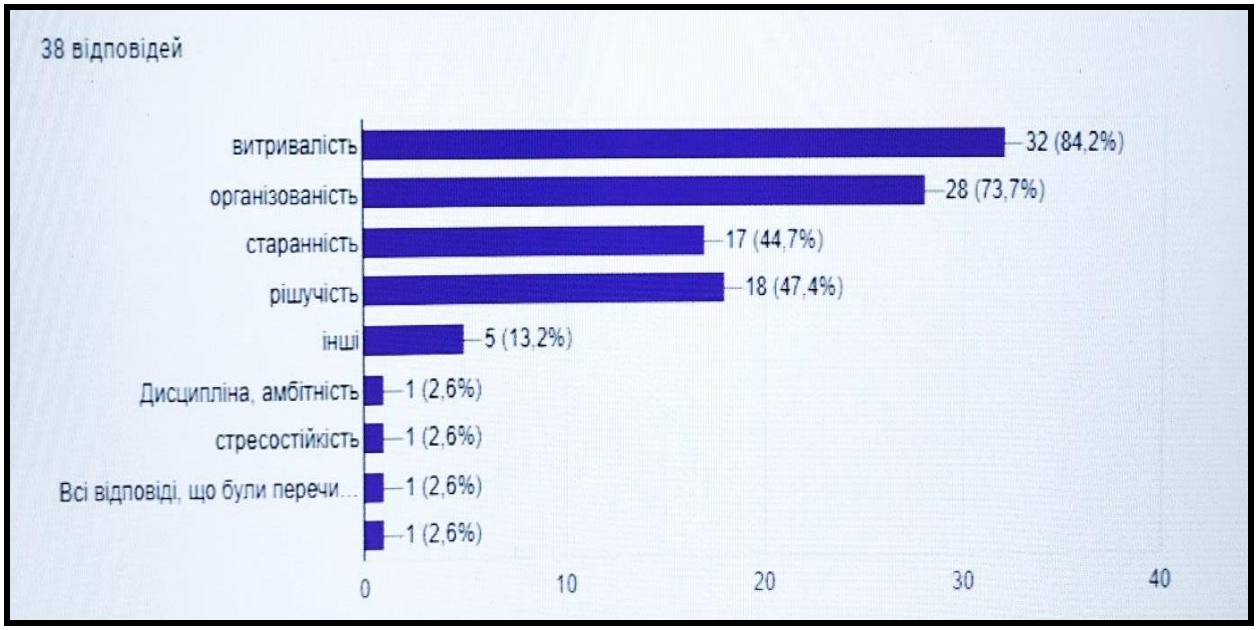

Рис. 2. Які якості особистості формуються під час занять фізичними вправами?

Отже, юнаки та дівчата добре усвідомлюють значення фізичної культури у формуванні особистості. Проте дбають про своє здоров'я не всі (84 % опитаних), тобто, здоров'язбережувальна компетентність не є сформованою у 16 % респондентів. Хоча це ми виявили переважно у першокурсників бакалаврату, але дехто і з магістрантів своє здоров'я не вважає цінністю. Це дає підстави стверджувати, що варто посилити формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти різних рівнів.

Щоб здобувачі вищої освіти більш охоче регулярно займалися фізичними вправами, потрібні (на думку респондентів): вільний час (вважають 66 % опитаних), добре обладнані спортивні майданчики на подвір'ях поблизу місць проживання (55 %), безкоштовний доступ до спортивних залів (50 %), сильна мотивація (34 %), кращі матеріальні можливості відвідувати спортивні зали (26 %), регулярні заняття з фізичного виховання у закладі вищої освіти (8 %). На поставлене запитання: «Чи вважаєш ти, що заняття з фізичного виховання допомагають у підготовці до захисту себе та Батьківщини», – 84 % респондентів дали позитивну відповідь. Цікаво, що це виявилися ті здобувачі вищої освіти, які дбають про своє здоров'я і вважають його цінністю. Тобто, можна прослідкувати взаємозв'язок між здоров'язбережувальною компетентністю здобувачів вищої освіти та розумінням важливості фізичної підготовки для захисту себе та Батьківщини.

Висновки. Проведене дослідження та отримані результати дали змогу виділити такі особливості фізичного виховання здобувачів вищої освіти: заняття з фізичного виховання організовуються лише на першому курсі, спортивними секціями та гуртками охоплена незначна частина студентів та аспірантів, більшість здобувачів вищої освіти самостійно займатися фізичними вправами не вмотивована через брак часу та інші причини, дбають про своє здоров'я не всі. Тобто, у здобувачів вищої освіти на сучасному етапі відмічається

недостатній рівень сформованості їх здоров'язбережувальної компетентності. Отже, варто на державному рівні посилити фізичну підготовку здобувачів вищої освіти усіх рівнів, зокрема, через, по-перше, внесення до Стандартів вищої освіти (відповідно і до освітньо-професійних та освітньо-наукових програм) загальної здоров'язбережувальної компетентності та, по-друге, поліпшення матеріально-технічного та методичного забезпечення проведення занять з фізичного виховання у закладах вищої освіти. На нашу думку, варто здійснювати викладення освітнього компоненту «Фізичне виховання» для студентів 1 та 2 курсів бакалаврату, а для здобувачів вищої освіти старших курсів бакалаврату та другого і третього рівнів вищої освіти фізичне виховання доцільно організовувати у секційній формі. Це дасть змогу юнакам та дівчатам бути фізично загартованими та готовими до виконання громадянського обов'язку із захисту Батьківщини.

Література

1. Внукова О. М., Курдес В. А. Вплив фізичних вправ на психологічний стан студентів в умовах війни. *Сучасні тенденції розвитку науки, освіти, технологій та суспільства:* збірник тез доповідей міжнародної науково-практичної конференції (Полтава, 12 вересня 2023 р.): у 2 ч. Полтава: ЦФЕНД, 2023. Ч. 1. С. 50-51.
2. Гавришко С. Г., Гвоздецька С. В., Приходько І. М. Сучасна система фізичного виховання у ЗВО. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова.* 2023. Випуск 8 (168). С. 29-32.
3. Про фізичну культуру і спорт. Закон України від 24.12.1993 № 3808-XII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text
4. Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року. Затверджені Міністерством освіти і науки України від 15.02.2021 р. № 193. URL:http://sportmon.org/wp-content/uploads/2020/05/rekomendacziyi_studenty.pdf .

ПРОТИСТАВЛЕННЯ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК ТА ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ

(Дроздова В. М., здобувачка І рівня вищої освіти,
Лесик А. С. канд. пед. н., доцент)
Бердянський державний педагогічний університет, м. Бердянськ, Україна

Наша країна постійно розвивається, вона відновлює свою державність, відроджує культуру та традиції виховання духовного та фізичного розвитку людини, формує здорову, життєздатну особистість. Стан здоров'я студентської молоді – важливий складник здоров'я всієї нації, адже саме студенти є рушійною силою країни, її трудовим потенціалом. Особливої актуальності проблема формування здорового способу життя молоді набула в другій половині XX століття як в Україні, так і в усьому світі.

Отже, нашою метою є вивчення проблеми формування здорового способу життя студентства. Цієї теми раніше вже торкалися вчені, такі як І.Сєченов, І. Павлов, М. Амосов та інші. Засновником науки про здоров'я вважається І. Брехман, адже саме він