

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

**ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ
ХАРЧОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ**



**ЗБІРНИК ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ
77 НАУКОВОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
ВИКЛАДАЧІВ АКАДЕМІЇ**

Одеса 2017

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ

Цапенко Л.М., Лаговська Н.Г.

Одеська національна академія харчових технологій

Політична й соціально-економічна нестабільність, зниження рівня життя громадян, девальвація моральних норм та загальнолюдських цінностей ставлять перед системою освіти України надзвичайно важливі завдання щодо гуманізації навчально-виховного процесу, звернення до особистості молодої людини, проблем її становлення та розвитку в сучасному соціумі як за сприятливих, так і несприятливих обставин. Особливого значення набуває питання формування гармонійно розвиненої і суспільно активної особистості, що, не в останню чергу, потребує формування у молодої людини здоров'язбережної компетентності.

Незважаючи на те, що цінність здоров'я завжди була й залишається великою, не потребує наукових переконань, активна життєва позиція щодо його збереження та зміцнення у багатьох молодих людей не відповідає розумінню важливості цієї проблеми. На думку дослідників, ставлення до здоров'я поки що не є об'єктом свідомого формування, а є стихійним процесом, результатом взаємодії складного комплексу чинників.

У зв'язку з цим гостро постає проблема формування здоров'язбережної компетентності як умови збереження української нації.

Проблема здоров'я студентської молоді - одна із пріоритетних. Спостереження останніх десятиріч чітко вказують на тенденцію зниження параметрів фізичних і функціональних можливостей організму молодої людини. Головними причинами цього явища є недотримання здорового способу життя, підвищення психічних навантажень.

Сучасний етап розвитку освіти пропонує нові підходи щодо професійної підготовки майбутнього фахівця. Серед них компетентісно зорієнтований підхід, спрямований на формування особистої потреби знань, умінь і навичок збереження і зміцнення здоров'я.

Здоров'я студента охоплює принципи здорового способу життя, екологічну грамотність, знання й раціональне використання можливостей свого організму.

Під поняттям здоров'язбережної компетентності будемо розуміти характеристики, властивості особистості, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення. Життєві компетентності, що сприяють здоровому способу життя українські вчені розподіляють на три групи:

— життєві компетентності, що сприяють фізичному здоров'ю (компетентності раціонального харчування, рухової активності, санітарно-гігієнічні, режим праці та відпочинку);

— життєві компетентності, що сприяють соціальному здоров'ю (компетентності ефективного спілкування, співчуття, розв'язування конфліктів; поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації; спільної діяльності та співробітництва);

— життєві компетентності, що сприяють духовному та психічному здоров'ю (самоусвідомлення та самооцінка, компетентності самоконтролю, аналіз проблем і прийняття рішень, визначення життєвих цілей та програм, мотивація успіху та тренування волі).

Індикаторами набуття компетентностей Міжнародним департаментом стандартів для навчання, досягнення та освіти визнано набуті знання, вміння, навички та навчальні досягнення.

Поняття компетентності визначається як спроможність кваліфіковано провадити діяльність, виконувати завдання або роботу.

Кафедрою фізичної культури та спорту було проведено комплексну оцінку рівня здоров'я студентів ОНАХТ протягом навчання у взаємозв'язку з рівнем здоров'язберігаючої компетентності. Оцінка рівня фізичного здоров'я проводилась за експрес-шкалою, яку запропонував Г.Л.Апанасенко. Дотримання норм здорового способу життя аналізували за

методом соціологічного опитування. Отримані дані порівнювались з аналогічними показниками у студентів, які навчались на різних курсах.

У дослідженні брали участь 553 студенти. Загальна оцінка рівня здоров'я студентів I курсу дозволила зробити висновки: серед юнаків 1-го курсу 20,0 % мають індекс Кетле менше 18,9; серед дівчат 10,2 % – 17,0-18,6. Даний факт вказує на недостатню масу тіла у частини студентів, що можна пояснити їх нераціональним харчуванням. Дихальний індекс показав, що у 30,0 % юнаків та 51,3 % дівчат життєва ємкість легень не відповідає нормі. Функціональні показники серцево-судинної системи знаходяться на низькому рівні та вказують на вегетативно-дистонічні порушення у значній кількості студентів.

Проведене дослідження вказує на зниження рівня фізичного здоров'я студентів протягом їх навчання у вузі. Після чотирьох років навчання в академії середній рівень фізичного розвитку мають 38,5 % студенток, нижче середнього 35,9 %), низький – 25,6 %.

Аналіз компетентності із здоров'язбереження на різних курсах навчання показав, що на першому курсі у студентів не сформована стійка установка до здорового способу життя, недостатній набір знань, навичок і ставлень, які б давали змогу особистості ефективно діяти або виконувати певні функції по зміцненню здоров'я. Студенти не вміють встановлювати зв'язки між знаннями з питань здоров'я та власним способом життя, що не сприяє ефективному формуванню їх здоров'язберігаючої компетентності.

Процеси глобалізації та стандартизації вимагають застосування уніфікованого компетентнісного підходу, що, в свою чергу, дає змогу послуговуватися в навчальному процесі різними педагогічними технологіями, використовуючи весь наявний (традиційний та інноваційний) інструментарій освіти, різноманітні методи та засоби освіти.

Саме тому, наприклад, з метою формування життєвих компетентностей, що сприяють фізичному здоров'ю, увага акцентується на:

— навичках раціонального харчування (важливості дотримання режиму харчування; вмінні складати харчовий раціон, враховуючи реальні можливості та користь для здоров'я; вмінні визначати й зберегти високу якість харчових продуктів);

— навичках рухової активності (виконання ранкової зарядки; регулярні заняття фізичною культурою, спортом, руховими іграми, фізичною працею);

— санітарно-гігієнічних навичках (навички особистої гігієни; уміння виконувати гігієнічні процедури: догляд за шкірою, зубами, волоссям тощо);

— режимі праці та відпочинку (вміння чергувати розумову та фізичну активності; вміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку).

Саме цьому дає змогу навчати студентів застосування компетентнішого підходу.

Таким чином, саме реалізація ефективних здоров'язбережних технологій, які розроблено на основі компетентнішого підходу з урахуванням сучасних процесів та тенденцій навчальної діяльності, та послуговування загальноновизнаними і новими механізмами й інструментами освіти заради здоров'я сприяє формуванню здоров'язбережної компетентності студентської молоді та успішному вирішенню нею як своїх особистих, так і загальнодержавних завдань щодо здоров'язбереження нації у майбутньому.

Перспективи у питаннях формування здоров'язбережної компетентності у студентів ВНЗ, на наш погляд, криються у застосуванні компетентнішого підходу та впровадженні у навчальний процес ВНЗ як загальноновизнаних, так і нових інструментів освіти заради здоров'я, які б формували у студентської молоді готовність самостійно вчитися та поглиблювати свої знання з основ здоров'язбереження. Саме це стане двигуном неперервної освіти та запорукою здорової нації.

ВИЗНАЧЕННЯ СУБСЕКТИВНИХ ПОКАЗНИКІВ СТАНУ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ЯК МОТИВАЦІЯ ДО ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ	
Сергєєва Т.П, Захлевська Т.В.....	393
ВИЯВЛЕННЯ СТУПЕНЯ РИЗИКУ СЕРЦЕВО-СУДИННИХ ЗАХВОРЮВАНЬ У СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ ДО ПРОВЕДЕННЯ МЕДОГЛЯДУ	
Халайджі С.В.....	395
ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У СТУДЕНТІВ	
Цапенко Л.М., Лаговська Н.Г.....	397
АДАПТИВНІ МОЖЛИВОСТІ СТУДЕНТІВ, ЩО ЗАЙМАЮТЬСЯ БОКСОМ	
Яготін Р.С.....	399

НТТБ ОНАХТ

Збірник тез доповідей 77 наукової конференції викладачів академії
18 – 21 квітня 2017 р.

Матеріали, занесені до збірника, друкуються за авторськими оригіналами.
За достовірність інформації відповідає автор публікації.

Рекомендовано до друку та розповсюдження в мережі Internet Вченою радою
Одеської національної академії харчових технологій,
протокол № 15 від 25.04.2017 р.

Під загальною редакцією Заслуженого діяча науки і техніки України,
Лауреата Державної премії України в галузі науки і техніки,
д-ра техн. наук, професора Б.В. Єгорова

Укладач Т.Л. Дьяченко

Редакційна колегія

Голова Єгоров Б.В., д.т.н., професор

Заступник голови Поварова Н.М., к.т.н., доцент

Члени колегії:

Бурдо О.Г., д.т.н., професор

Волков В.Е., д.т.н., професор

Гапонюк О.І., д.т.н., професор

Жигунов Д.О., д.т.н., доцент

Іоргачова К.Г., д.т.н., професор

Капрельянц Л.В., д.т.н., професор

Коваленко О.О., д.т.н., ст.н.с.

Косой Б.В., д.т.н., професор

Мардар М.Р., д.т.н., професор

Павлов О.І., д.е.н., професор

Станкевич Г.М., д.т.н., професор

Савенко І.І., д.е.н., професор

Ткаченко Н.А., д.т.н., професор

Ткаченко О.Б., д.т.н., професор

Хобін В.А., д.т.н., професор

Хмельнюк М.Г., д.т.н., професор

Черно Н.К., д.т.н., професор