

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені ІВАНА ФРАНКА**  
**НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені О.О. БОГОМОЛЬЦЯ**  
**ЖИТОМИРСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ІНСТИТУТ ЖИТОМИРСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**



**ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ  
ВСЕУКРАЇНСЬКОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ  
ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ І МОЛОДИХ УЧЕНИХ**



**«ЗДОРОВ'Я ОСОБИ ТА СУСПІЛЬСТВА:  
ПРОБЛЕМИ, ВИКЛИКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ»**

*08-09 квітня 2024 року*

Житомир - 2024

УДК 796.011.3:613.86

З-46

*Рекомендовано до друку вченою радою Житомирського державного університету  
імені Івана Франка (протокол №9 від 31 травня 2024 року)*

**Головний редактор:**

*Гарлінська Алла Миколаївна* – кандидат біологічних наук, доцент, завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін Житомирського державного університету імені Івана Франка.

**Редакційна колегія**

*Гордійчук Світлана Вікторівна* – доктор педагогічних наук, професор, в.о. ректора ЖМІ;  
*Парій Валентин Дмитрович* – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри менеджменту охорони здоров'я НМУ імені О.О. Богомольця;

*Гришук Сергій Миколайович* – кандидат медичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін Житомирського державного університету імені Івана Франка;

*Шевчук Дмитро Володимирович* – кандидат медичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін ЖДУ ім. І. Франка;

*Чайка Юлія Юріївна* – старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін ЖДУ ім. І. Франка.

**Рецензенти:**

*Киричук Іван* – кандидат медичних наук, в.о. директора ДУ «Житомирський обласний центр контролю та профілактики хвороб Міністерства охорони здоров'я України»;

*Заболотнов Віталій* – доктор медичних наук, професор завідувач кафедри «Сестринська справа» Житомирського медичного інституту Житомирської обласної ради;

*Богдан Олександр* – кандидат медичних наук, голова Житомирської обласної організації Товариства Червоного Хреста України, Заслужений лікар України.

**З-46**

**Здоров'я особи та суспільства: проблеми, виклики та перспективи:** зб. наук. пр. Всеукр. конф. здобувачів вищ. освіти і молодих вчен. 7 – 8 квіт. 2024 р. / гол. ред. А. М.Гарлінська. Житомир: Вид. центр ЖДУ ім. І. Франка, 2024. 78 с.

*Доробок колективу авторів робить вагомий внесок у вирішення актуальних теоретичних та прикладних питань сучасної науки. Подані до збірника наукові роботи базуються на аналізі широкого спектру наукової літератури та експериментальних даних. Збірник містить матеріали Всеукраїнської конференції здобувачів вищої освіти і молодих учених «Здоров'я особи та суспільства: проблеми, виклики та перспективи» (Житомир, 7-8 квітня 2024 року).*

Матеріали друкуються в авторській редакції. За достовірність фактів, власних імен та інших відомостей несуть відповідальність автори публікації.

Думка редакції може не збігатись з думкою авторів.

УДК 796.011.3:613.86

©Житомирський державний університет імені Івана Франка, 2024

## ЗМІСТ

|   |    |
|---|----|
| <b>Агарков І.С., Романюк Р.К. ІНТЕГРАЦІЯ УРОКІВ БІОЛОГІЇ ТА “ЗАХИСТУ УКРАЇНИ” ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТРЕНІНГІВ.</b>  | 5  |
| <b>Білокур А.В. ОРГАНІЗАЦІЯ ДОНОРСТВА КРОВІ В УКРАЇНІ: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ</b> .....  | 10 |
| <b>Бовкун С.В. ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ЗАХВОРЮВАНOSTІ НА ТУБЕРКУЛЬОЗ СЕРЕД ДИТЯЧОГО НАСЕЛЕННЯ ЖИТОМИРСЬКОЇ ОБЛАСТІ У 2007-2023 РОКАХ</b> .....   | 15 |
| <b>Буката А.О., Гришук С.М. ЗНАЧЕННЯ АНАЛІЗУ ТЕНДЕНЦІЙ ПОШИРЕННЯ ХРОНІЧНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ ДЛЯ ПЛАНУВАННЯ РЕСУРСІВ У СИСТЕМІ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ’Я</b> .....                                    | 19 |
| <b>Дерев’янку М.А. НАСКРІЗНЕ ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРИ ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ</b> .....  | 25 |
| <b>Калабін В.Г., Осипенко В.Є., Блажиєвський Г.В. ОПТИМІЗАЦІЯ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНИХ ДІЙ ДЗЮДОЇСТІВ НА ЕТАПІ ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ</b> .....  | 30 |
| <b>Ляшук Р.Л., Осипенко В.Є., Блажиєвський Г.В., УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОЦЕСУ ТЕХНІКО-ТАКТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ БОКСЕРІВ НА ЕТАПІ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ ПІДГОТОВКИ</b> .....                          | 36 |
| <b>Савельєва І.М., Гришук С.М. ОБІЗНАНІСТЬ НАСЕЛЕННЯ ВІННИЦЬКОГО РЕГІОНУ ЩОДО ЗНАЧЕННЯ ЯКОСТІ ВОДИ ДЛЯ ЗДОРОВ’Я ТА ПРОФІЛАКТИКИ НЕІНФЕКЦІЙНИХ ЗАХВОРЮВАНЬ</b> .....                         | 42 |
| <b>Сидорчук Ю.М., Осипенко В.Є., Блажиєвський Г.В. АНАЛІЗ СУЧАСНИХ ЗАСОБІВ ТА МЕТОДІВ, ЯКІ ВИКОРИСТОВУЮТЬСЯ ДЛЯ ВІДНОВЛЕННЯ СПОРТИВНОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СПОРТСМЕНІВ У ПАУЕРЛІФТИНГУ</b> ..... | 46 |
| <b>Сосновська А.С., Гирина А.А., Шевчук Д.В. МАСАЖ І ЗДОРОВ’Я ЛЮДИНИ</b> .  | 50 |

|   |           |
|---|-----------|
| <b>Тандикіна М.В., Д'яченко І.М. РОБОТА МЕДСЕСТРИ З ВТРАТОЮ І ГОРЕМ РОДИЧІВ ПАЛІАТИВНИХ ПАЦІЄНТІВ: СУЧАСНІ ТРАНСФОРМАЦІЇ.....</b>   | <b>53</b> |
| <b>Федоренко В.М., Гарлінська А.М., Шевчук Д.В., Солодовник О.В. СУЧАСНІ ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ЯК ОДИН ІЗ СПОСОБІВ ПОКРАЩЕННЯ ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.....</b> | <b>57</b> |
| <b>Чайка Ю.Ю., Шевчук Д.В., Аданік В.О., Солодовник О.В. ЗАСТОСУВАННЯ АНІМАЛОТЕРАПІЇ ЯК ПЕРСПЕКТИВНОГО НАПРЯМУ У РЕАБІЛІТАЦІЙНОМУ ПРОЦЕСІ.....</b>                                | <b>64</b> |
| <b>Шишлова А.А., Гирина А.А., Шевчук Д.В. ОСОБЛИВОСТІ ПЕРШОЇ ДОЛІКАРСЬКОЇ ДОПОМОГИ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ .....</b>  | <b>70</b> |
| <b>Юрковський Д.В., Грищук С.М. ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ СЕРЦЕВО-СУДИННОЇ СИСТЕМИ ДІТЕЙ 14-15 РОКІВ ДО ФІЗИЧНИХ НАВАНТАЖЕНЬ ПІД ЧАС СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ФУТБОЛУ .....</b>             | <b>74</b> |

# ІНТЕГРАЦІЯ УРОКІВ БІОЛОГІЇ ТА “ЗАХИСТУ УКРАЇНИ” ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТРЕНІНГІВ

*І.С. Азарков<sup>1</sup>, Р.К. Романюк<sup>2</sup>*

<sup>1, 2</sup>Житомирський державний університет імені Івана Франка, вулиця Велика Бердичівська, 40, Житомир, 10008, Україна

***Анотація.** Публікація присвячена опису здоров’язбережувальних та здоров’яформуючих технологій в закладах загальної середньої освіти з акцентом на тренінгову технологію навчання. Запропоновано тематику інтегрованих тренінгів при вивченні різних предметів базової і профільної школи.*

***Ключові слова:** здоров’язбереження, технології навчання, тренінг, «Захист України», біологія, домедична допомога.*

**Актуальність теми дослідження.** Реформування системи освіти є надзвичайно важливим процесом для покращення якості освіти та забезпечення здорового та гармонійного розвитку молодого покоління. Одним із ключових аспектів цього реформування є звернення уваги на фізичне здоров’я дітей та підлітків, а також на нормалізацію навчального навантаження.

Сучасна освіта характеризується широким використанням технологічних засобів та підходів. Це важливо для того, щоб відповідати вимогам сучасності та підготувати учнів до життя у цифровому світі. Використання сучасних технологій дозволяє зробити навчання цікавішим, інтерактивним та ефективним, а також забезпечує доступ до великої кількості ресурсів та інформації.

Пріоритетний підхід до супроводу та забезпечення процесу природного розвитку дитини є ключовим у новій концепції освіти. Важливо створити умови для всебічного розвитку особистості кожного учня, підтримувати їх фізичне, ментальне та емоційне здоров’я, розвивати творчі здібності та вміння самостійного мислення [4]. Здоров’язбережувальні та здоров’яформуючі технології – це

важливий аспект в сучасній освіті, який спрямований на підтримку здоров'я учнів та підвищення їхньої самореалізації. Ці технології розглядають усі аспекти виховання та навчання, що впливають на здоров'я учнів, допомагають розвивати навички здорового способу життя та проводити систематичний моніторинг показників їхнього здоров'я та розвитку.

Оцінка стану здоров'я учнів та планування відповідних заходів на основі цієї оцінки дозволяє забезпечити оптимальні умови для успішності навчальної діяльності та розвитку особистості. Психолого-педагогічні заходи можуть включати в себе спрямовану роботу з психологічною підтримкою учнів, корекційні програми для покращення психофізичного стану, а також реабілітаційні заходи у випадку виникнення проблем зі здоров'ям.

**Аналіз останніх досліджень.** Поняття "здоров'язбереження" розглядається в педагогічній науці як важливий аспект стану здоров'я вихованців та учнів і набуло наукової уваги вже з 90-х років ХХ століття. Це поняття передбачає комплекс педагогічних підходів та стратегій, спрямованих на забезпечення та збереження здоров'я учнів через організацію навчально-виховного процесу.

Принципи здоров'язбереження, допомагають створити сприятливі умови для зміцнення та підтримання фізичного та психічного здоров'я учнів. Це важливо як для їхньої особистісної самореалізації, так і для успішності їхньої навчальної діяльності. Дотримання валеологічних принципів навчання та виховання сприяє формуванню здорового способу життя, профілактиці захворювань та підвищенню рівня фізичних та психічних можливостей учнів. Безпосередньо терміном «здоров'язбереження» оперують М. Безруких, С. Гримблат, Г. Жара, В. Зайцев, С. Крамський, М. Колеснікова, Н. Поліщук та ін., праці яких дають можливість отримати комплексний погляд на культуру здоров'язбереження та її роль у сучасному суспільстві [1, 3-5].

**Мета та методи дослідження.** Метою дослідження є аналіз здоров'язбережувальних технологій навчання та можливостей проведення

навчальних тренінгів під час вивчення різних предметів в базовій та старшій профільній школі.

**Результати дослідження.** При виборі здоров'язбережувальних технологій в навчальному закладі важливо враховувати всі аспекти, що впливають на здоров'я учнів та педагогів. Це допоможе розробити і впровадити ефективну та комплексну програму здоров'язбереження, яка буде сприяти загальному покращенню стану здоров'я учасників навчального процесу. Такий підхід дозволить забезпечити максимальний позитивний вплив на здоров'я учнів та зберегти його на довготривалій період. Здоров'язбереження в школі є складним процесом, який потребує уважного врахування різноманітних факторів. Ось декілька ключових пунктів, які варто взяти до уваги: матеріально-технічні умови (наявність необхідного обладнання, приміщень для фізичних занять, медичної та санітарно-гігієнічної бази; стан здоров'я дітей та педагогів (розуміння індексу здоров'я, рівня захворюваності та фізичної та психічної готовності учасників навчального процесу); рівень професійної компетентності педагогів (педагоги повинні бути свідомі та компетентні у сфері здоров'язбереження, щоб ефективно впроваджувати програми здорового способу життя для учнів); співпраця з батьками (активна участь батьків у формуванні здоров'язбережувальної поведінки учнів є важливою складовою успішної програми здоров'язбереження в навчальному закладі).

Врахування цих аспектів допоможе створити комплексну та ефективну систему здоров'язбереження в навчальному закладі, сприяючи покращенню загального стану здоров'я учасників навчального процесу [4].

Формування і розвиток здоров'язбережувальних компетентностей учнів відбувається, передусім, на уроках таких предметів як: «Фізична культура», «Здоров'я, безпека, добробут», «Біологія», «Біологія та екологія», «Основи здоров'я», «Захист України» (до 2020 року – «Захист Вітчизни»). Останній суттєво відрізняється від інших. Він займає важливе місце у формуванні національно свідомої, патріотичної учнівської молоді, громадян власної держави. Слід додати,

що головною метою предмета «Захист України» на сучасному етапі є формування у старшокласників готовності до захисту Вітчизни; вироблення навичок поведінки в умовах надзвичайних ситуацій; формування, оборонної свідомості, мотивації до здобуття компетенцій у сфері особистої безпеки людини, цивільного захисту населення в надзвичайних ситуаціях; збереження здоров'я тощо [2]. Слід додати, що «Захист України» – інтегрований предмет, присвячений питанням валеології, безпеки життєдіяльності, цивільному захисту, військовій (тактичній, вогневій, домедичній) підготовці. Юнаки і дівчата переважно навчаються за різними навчальними планами, з акцентом у дівчат на основах медичних знань і домедичній допомозі, у т. ч. в бойових умовах. Навчальна програма із побудована за концентричним принципом, тобто, кожна тема вивчається кілька разів і щоразу ґрунтовніше. Концентричний принцип дозволяє реалізувати під час уроків тренінгову технологію навчання.

Тренінг розглядають як активну організаційну форму навчально-виховної роботи, інтерактивну технологію навчання, яка спирається на життєвий і навчальний досвід і знання учасників, активні практичні педагогічні і психологічні методи. Саме тренінгова технологія навчання є ключовою для формування компетенцій збереження здоров'я учасників освітнього процесу [3]. Досвід і знання про поняття здоров'я учні ЗЗСО отримують під час вивчення предметів «Здоров'я, безпека, добробут» або «Основи здоров'я», «Біологія». В старшій школі доцільною і коректною є інтеграція предмету «Біологія та екологія» (тема «Біологічні основи здорового способу життя») та «Захист України» (розділ «Домедична допомога»). Зокрема, орієнтовні теми для інтегрованих уроків-тренінгів (рекомендована тривалість 2-3 уроки, 90-120 хв): «Домедична допомога у надзвичайних ситуаціях: переломи, вивихи. Прийоми і способи іммобілізації», «Перша домедична допомога при ранах і кровотечах». Під час тренінгів активізують в учнів біологічні знання про будову опорно-рухової та/або кровоносної системи людини; про травми та їх причини і, найголовніше,



відпрацьовують практичні навички надання першої домедичної допомоги. Важливо для успішного тренінгу мати достатньо роздаткового матеріалу (шини, бинти, пов'язки, турнікети, джгути тощо), а також використовувати інтерактивні методи навчання, роботу в групах, аналіз конкретних життєвих ситуацій з описом стану постраждалого, відпрацювання практичних прийомів надання домедичної допомоги один на одному та/або учбовому манекені.

**Висновки.** Тренінгова технологія навчання дозволяє досягти практичних результатів, сформувати комунікативні навички, уміння працювати в команді та є ефективною при формуванні навичок здоров'язбереження у здобувачів освіти.

### **Список використаних джерел та літератури**

1. Жара Г. І. Змістове та технологічне забезпечення процесу підготовки студентів до формування в учнів валеологічних понять на засадах міжпредметних зв'язків. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Випуск 64. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : Збірник. Чернігів : ЧДПУ, 2009. № 64. С. 187–191.
2. Навчальна програма «Захист України. Рівень стандарту» для 10 - 11 класів закладів загальної середньої освіти. Рекомендовано Міністерством освіти і науки України (Наказ Міністерства освіти і науки України від 13.09.2023 № 1121-23).
3. Мельниченко Р. К., Поліщук Н. М. Тренінг як форма інтерактивної педагогічної технології та його роль у підготовці вчителя біології та основ здоров'я. *Проблеми освіти: збірник наукових праць*. К., 2019. Вип. 92. С. 63 – 67
4. Савченко О. Я. Цілі й цінності реформування сучасної школи. *Шлях освіти*. 1996. № 1. С. 20 – 23.
5. Черниш О. М. Романюк Р. К.. Інноваційні здоров'язберігаючі технології при вивченні біології у школі. *Інноваційні здоров'язберігаючі технології у закладах освіти* : зб. наук.-метод. пр. Житомир. ПП «Рута», 2020. С. 102 – 105.