

УДК 796.012.6:378+613/.614-057.87

Грибан Григорій

ORCID 0000-0002-9049-1485
Researcher ID AAR-4451-2020
Scopus-Author ID 57200184289

*Доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення,
Житомирський державний університет імені Івана Франка
(Житомир, Україна) E-mail: gribang@ukr.net*

СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Стаття присвячена проблематиці здоров'я здобувачів закладів вищої освіти. Акцентовується увага на тому, що виявлено стійке погіршення стану здоров'я здобувачів закладів вищої освіти, пов'язане із низьким рівнем фізичної підготовленості, гіподинамією та великою кількістю захворювань органів дихання, травлення, ока, серцево-судинної, нервової та ендокринної систем і різними вадами опорно-рухового апарату тощо. Проаналізовано підходи до розуміння поняття «здоров'я». Запропоновано різні визначення поняття «здоров'я», показники та основні ознаки здоров'я. На основі узагальнення та систематизації літературних джерел виокремлено велику кількість визначень стану здоров'я, що вказує на багатобічне і різне його трактування, яке потребує певної визначеності.

Мета роботи – проаналізувати наукові підходи до визначення поняття «здоров'я» та визначити його стан у здобувачів закладів вищої освіти на сучасному етапі.

Методологія. *Методологія наукових досліджень стану здоров'я здобувачів здійснювалася на основі таких структурних компонентів: філософський, загальнонауковий, конкретно-науковий і технологічний. У дослідженні було використано такі загальнонаукові методи як аналіз літературних джерел, спостереження, бесіда, анкетування, методи математичної статистики; систематизація наукових знань з проблематики збереження здоров'я здобувачів закладів вищої освіти. Дослідження проведені в Житомирському Державному університеті імені Івана Франка в 2022–2023 рр., в якому взяло участь 266 здобувачів другого курсу (82 чол., 184 жін.) різних факультетів.*

Наукова новизна. *Встановлено загальну тенденцію до зниження рівня здоров'я у здобувачів закладів вищої освіти. Особливо турбує погіршення здоров'я здобувачів чоловічої статі – в групі «поганий» і «дуже поганий» стан, відповідно на 14,0 та 3,7 %.*

Висновки. *Критичне осмислення великої кількості визначень стану здоров'я свідчить про те, що це поняття багатобічне і має різні трактування, які потребують конкретизації і певної визначеності. Встановлено, що 41,5 % здобувачів – чоловіків та 34,2 % жінок не знають причини своєї хвороби та профілактичні заходи і обмеження, не володіють засобами її профілактики. Здобувачі добре розуміють цінність власного здоров'я, але не піклуються про нього, лінять займатися фізичними вправами, під час хвороби покладаються на медикаменти або лікаря.*

Ключові слова: *здоров'я, здобувачі, чинники здоров'я, стан здоров'я, фізичні вправи, заклад вищої освіти.*

Постановка проблеми. *Наразі в Україні відбувається стійке погіршення стану здоров'я здобувачів закладів вищої освіти, пов'язане із низьким рівнем фізичної підготовленості, гіподинамією та великою кількістю захворювань органів дихання, травлення, ока, серцево-судинної, нервової та ендокринної систем і різними вадами опорно-рухового апарату, інфекційними та паразитарними захворюваннями тощо. В останні роки на стан здоров'я здобувачів негативно вплинула пандемія Covid-19 та воєнний стан, викликаний агресією РФ. Тривала пандемія та повітряні тривоги змусили заклади вищої освіти проводити заняття в дистанційному режимі. Введення режиму самоізоляції обмежило рухову активність здобувачів, перестали працювати спортивні майданчики і зали, а це спонукало здобувачів до виконання вправ за місцем проживання, що зумовило розвиток гіпокінезії. Гіпокінезія – це один із чинників розвитку різних захворювань, зниження розумової і фізичної працездатності людини. Тому актуальність дослідження спрямована на формування у здобувачів мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, створення особистісно орієнтованої програми фізичного вдосконалення і профілактики захворювань засобами фізичних вправ в умовах сьогодення.*

Аналіз основних досліджень і публікацій. Поняття «здоров'я» населення характеризується комплексом показників: демографічних (народжуваність, смертність, середня тривалість життя), фізичного розвитку (морфофункціональний та біологічний розвиток, гармонійність), захворюваності (загальна, інфекційна), інвалідності (первинна, загальна), якості донозологічних станів (імунітет, активність ферментів) [5]. Е. Булич, І. Муравов розглядають здоров'я як динамічний стан найбільшого фізичного та психоемоційного благополуччя, в основі якого лежить гармонійне співвідношення взаємопов'язаних функцій і структур, що забезпечуються високим енергетичним рівнем організму за найменшу ціну його адаптації до умов життєдіяльності [9].

В.О. Кукса до головних показників здоров'я відносить: рівень імунного захисту і стійкості, рівень і гармонійність фізичного розвитку, функціональний стан організму та його резервні можливості, нормальність статевого розвитку і сексуальної поведінки, наявність дефектів розвитку захворювання, рівень морально-вольових і ціннісно-мотиваційних установок [3, 485].

Л.Г. Терлецька серед основних ознак здоров'я виділяє: структурну та функціональну цілість систем і органів людини, пристосованість людини до фізичного й суспільного середовища, збереження звичайного самопочуття [6]. О.Є. Антонова та Н.М. Поліщук вказують на те, що поняття «здоров'я» повинно містити не лише моментальний стан організму, але і його потенційні можливості, резерв яких визначає напрям зміни стану здоров'я [1].

З усього масиву визначень поняття «здоров'я» С. Цимбалюк виокремив три підходи до розкриття його сутності, а саме: 1) вузькоспрямований, що вирізняється прагненням обмежити сферу застосування терміна «здоров'я» виключно сферою фізичного розвитку та функціонального стану організму. До цього підходу віднесено визначення окремих видів здоров'я (психічне, соціальне, духовне). При цьому існує невизначеність щодо достатнього рівня функціональних можливостей організму; 2) акцент спрямований на фізичне здоров'я, відсутність хвороб, досконалість саморегуляції організму, гармонію фізіологічних процесів, здатність адаптуватися до мінливих негативних чинників середовища. Також існує невизначеність щодо функціональних можливостей організму; 3) пріоритетом цього напрямку є формування здоров'я як цілі досягнення відповідного його рівня (самореалізація особистості, виконання соціальних і біологічних функцій, виконання суспільно корисної праці), тобто задоволення потреб вищого рівня (самореалізації людини) та суспільного прогресу [8, 90–91].

О.А. Федько на основі аналізу різних джерел виділив найбільш типові елементи визначення здоров'я: 1. Нормальна функція організму на всіх рівнях його організації (органів, гістологічних, клітинних і генетичних структур, нормальний перебіг фізіологічних і біохімічних процесів, що сприяють індивідуальному виживанню й відтворенню). 2. Динамічна рівновага організму та його функцій з навколишнім середовищем. 3. Здатність до повноцінного виконання основних соціальних функцій, участь у соціальній діяльності та суспільно корисній праці. 4. Здатність організму пристосовуватися до постійно змінюваних умов у навколишньому середовищі, здатність підтримувати сталість внутрішнього середовища організму, забезпечуючи нормальну та різнобічну життєдіяльність і збереження живого початку в організмі. 5. Відсутність хвороби, хворобливих станів, хворобливих змін. 6. Повне фізичне, духовне, розумове і соціальне благополуччя [7].

Е.Г. Булич, І.В. Муравов [9] вказують, що існує понад 300 дефініцій здоров'я, О.А. Федько [7] констатує, що поняття «здоров'я» неможливо сформулювати однозначно, так як його налічується понад 400 визначень. Критичне осмислення великої кількості визначень стану здоров'я свідчить про те, що це поняття багатобічне і має різні трактування, які потребують конкретизації і певної визначеності. Тому можна погодитися з Статутом ВООЗ, де говориться: «Здоров'я – це стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів». 14 листопада 1997 року ВООЗ приймає нове рішення щодо правки до поняття «здоров'я», що «здоров'я – це динамічний стан», а решту змісту залишає без змін.

Мета статті – проаналізувати наукові підходи до визначення поняття «здоров'я» та визначити його стан у здобувачів закладів вищої освіти на сучасному етапі.

Методологія і методи дослідження. Методологія наукових досліджень стану здоров'я здобувачів здійснювалася на основі таких структурних компонентів: філософський, загальнонауковий, конкретно-науковий і технологічний. У дослідженні було використано такі загальнонаукові методи як аналіз літературних джерел, спостереження, бесіда, анкетування, методи математичної статистики; систематизація наукових знань з проблематики збереження здоров'я здобувачів закладів вищої освіти. Дослідження проведені в Житомирському державному університеті імені Івана Франка в 2022–2023 рр., в якому взяло участь 266 здобувачів другого курсу (82 чол., 184 жін.) різних факультетів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Кризовий стан системи фізичного виховання у закладах вищої освіти, яка не відповідає державним і міжнародним вимогам щодо стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів; три роки пандемії Covid-19, яка призвела до самоізоляції і різкого зниження рухової активності; два роки воєнного стану, які ще більше поглибили кризу фізичного виховання і збільшили психоемоційний стрес серед молоді в Україні, породили нові виклики перед

закладами вищої освіти та українським суспільством. Наразі тенденція до погіршення самопочуття є прогресуючою, відбувається зниження інтересу та мотивації здобувачів до занять фізичними вправами та спортом. В той же час державна політика у галузі освіти спрямована на забезпечення здоров'я людини в усіх її складових: духовній, соціальній, психічній, фізичній. Пріоритетним завданням системи освіти є навчання людини відповідальному ставленню до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищих індивідуальних і суспільних цінностей. Це має здійснюватися через розвиток ефективної валеологічної освіти, повноцінного медичного обслуговування, оптимізацію режиму навчально-виховного процесу, створення екологічно сприятливого життєвого простору, залучення до фізичної культури і спорту всіх учасників навчально-виховного процесу [4, 10–11].

Завдання для викладачів поставлені, але їх вирішення відбувається в складних умовах воєнного стану, зниження соціально-економічних можливостей країни, зміни звичного способу життя здобувачів і викладачів, широкого використання онлайн навчання, відсутність розуміння до чого призведуть військові дії, погіршення здоров'я значно вплинуло на страх, тривожність та психічний стан здобувачів. Користуючись, розробленою нами методикою самооцінки здоров'я здобувачів [2, 356–358] за критеріями, які здобувачі оцінюють за спрощеною 5-бальною системою: 1) рівень фізичного розвитку, фізичної працездатності та фізичної підготовленості; 2) відсутність спадкових, хронічних та інших захворювань; 3) відсутність болей в голові, суглобах, спині, внутрішніх органах; 4) робота аналізаторів (слух, зір, координація тощо); 5) апетит, сон, настрій, самопочуття, задоволення від життя; 6) відсутність захворювань при обстеженні лікаря, при цьому нами отримані рівні здоров'я сучасних здобувачів та зроблений порівняльний аналіз їх з минулими роками (табл. 1).

Таблиця 1

Порівняльний аналіз самооцінки здоров'я здобувачів других курсів різних років навчання (п/%)

Стан здоров'я	Стать	Роки навчання		Різниця (%)
		2007–2009 (п = чол. – 106; жін. – 159)	2022–2023 (п = чол. – 82; жін. – 184)	
Ідеальний	чол.	10/9,4	2/2,4	–7,3
	жін.	5/3,1	6/3,3	+0,2
Добрий	чол.	71/67,0	27/32,9	–34,1
	жін.	82/51,6	81/44,0	–7,6
Задовільний	чол.	23/21,7	37/45,1	+23,4
	жін.	59/37,1	56/30,4	–6,7
Поганий	чол.	2/1,9	13/15,9	+14,0
	жін.	12/7,6	32/17,4	+9,8
Дуже поганий	чол.	–	3/3,7	+3,7
	жін.	1/0,6	9/4,9	+4,3

Самооцінка здобувачами стану власного здоров'я підтверджує загальну тенденцію до зниження рівня їх здоров'я під час навчання в закладах вищої освіти. Особливо турбує погіршення здоров'я здобувачів чоловічої статі – в групі «поганий» і «дуже поганий» стан, відповідно на 14,0 та 3,7 %. Такий стан спонукає викладачів до створення під час навчального процесу позитивного психологічного середовища з метою відволікання здобувачів від буденних стресових ситуацій, надання необхідної допомоги, формування цілей, ціннісних орієнтацій на майбутнє, залучення до здорового способу життя, визначення чинників, які позитивно впливають на стан їх здоров'я.

В той же час проведено опитування здобувачів, які відвідували заняття з фізичного виховання показало, що 41,5 % чоловіків та 34,2 % жінок не можуть чітко пояснити нозологію своєї хвороби, причини виникнення та профілактичні заходи і обмеження, не знають історію своєї хвороби і засоби її лікування. Подальші наші дослідження показали, що для профілактики і лікування захворювань та зміцнення здоров'я здобувачі застосовують такі заходи: сон, пасивний відпочинок, придбання ліків, активний відпочинок, звернення до сімейного лікаря, засоби народної медицини, підвищення рухової активності, лікувальна фізична культура та ін. (табл. 2). Досить прикро, що здобувачі найбільш важливі заходи відновлення та зміцнення здоров'я вважають не первинними, а саме: підвищення рухової активності, лікувальна фізична культура, зміна режиму навчання і життєдіяльності та харчування.

Від ціннісних орієнтацій здобувача залежить його мотивація, цілеспрямованість, життєва активність і позиція, бажання рухатися до оволодіння професійною майстерністю, професійними компетентностями, а, відповідно, і турбота про власне здоров'я та дотримання здорового способу життя. Серед основних чинників, які впливають на власне здоров'я, здобувачами відмічено: харчування – чоловіки 74,4 %, жінки – 61,4 %; відпочинок – 50,0 і 58,2 %, відповідно; рухова активність – 47,6 і 54,9 %; сон – 56,1 і 52,7 % та ін. (табл. 3).

Таблиця 2

**Використання здобувачами заходів для профілактики захворювань
та зміцнення здоров'я (n/%)**

Заходи	Чоловіки (n = 82)	Жінки (n = 184)
Сон	68/82,9	159/86,4
Пасивний відпочинок	43/52,4	104/56,5
Відвідування аптеки для придбання ліків	31/37,8	78/42,4
Активний відпочинок	30/36,6	56/30,4
Звернення до сімейного лікаря	18/22,0	53/28,8
Засоби народної медицини	21/25,6	51/27,7
Підвищення рухової активності	19/23,2	47/25,5
Заняття лікувальною фізичною культурою	16/19,5	38/20,7
Зміна режиму навчання і життєдіяльності	9/11,0	23/12,5
Внесення коректив до харчування	4/4,9	11/6,0

Таблиця 3

**Оцінка здобувачами найбільш важливих чинників позитивного впливу
на стан здоров'я (n/%)**

Чинники	Чоловіки (n = 82)	Жінки (n = 184)
Харчування	61/74,4	113/61,4
Відпочинок (активний, пасивний)	41/50,0	107/58,2
Рухова активність (фізична культура)	39/47,6	101/54,9
Сон	46/56,1	97/52,7
Сім'я, кохання	49/59,8	86/46,7
Профілактика захворювань	33/40,2	81/44,0
Навколишнє середовище	48/58,5	72/39,1

Серед засобів рухової активності, які використовують і бажають застосовувати їх під час навчальних та самостійних занять з фізичного виховання здобувачі надають перевагу: заняттям на тренажерах – чоловіки 28,1 %, жінки – 28,8 %; сучасним фітнес технологіям, відповідно – 22,0 і 22,3 %; спортивним та рухливим іграм – 19,5 і 21,2 %; настільному тенісу та бадмінтону – 11,0 і 18,5 %; оздоровчій фізичній культурі – 17,1 і 17,9 %; плаванню – 9,8 і 11,4 %; ходьбі – 8,5 і 9,8 % та іншим видам (табл. 4). Практичний досвід, спостереження і бесіди зі здобувачами під час навчальних занять з фізичного виховання показують, що сучасні здобувачі в більшості не проявляють активності та інтересу до занять з фізичного виховання, головним мотивом є дисциплінованість і відповідальність та отримання високої оцінки на заліку. Це свідчить про те, що сучасна система фізкультурно-оздоровчої освіти має шукати нові форми, засоби та методи активізації і заохочення здобувачів закладів вищої освіти до занять фізичними вправами та турботу про власне здоров'я.

Таблиця 4

**Засоби рухової активності здобувачів під час навчальних та самостійних занять
з фізичного виховання (n/%)**

Види фізичної активності	Чоловіки (n = 82)	Жінки (n = 184)
Заняття на тренажерах	23/28,1	53/28,8
Сучасні фітнес технології	18/22,0	41/22,3
Спортивні та рухливі ігри	16/19,5	39/21,2
Настільний теніс та бадмінтон	9/11,0	34/18,5
Оздоровча фізична культура	14/17,1	33/17,9
Плавання	8/9,8	21/11,4
Ходьба	7/8,5	18/9,8
Оздоровчий біг	4/4,9	12/6,5
Силові види спорту	15/28,3	9/4,9

У цілому можна відмітити, що надання широких свобод молоді недостатньо для розвитку фізичної культури, турботи про власне здоров'я і здоров'я близьких та оточуючих. Необхідна соціально орієнтована система наукових знань, які б сформулювали у здобувачів високі естетичні якості, знання щодо збереження здоров'я, позитивні потреби у здоровому способі життя та наявності засобів власного самовдосконалення і самовиховання.

Висновки. Узагальнюючи вищенаведені визначення поняття «здоров'я», можна констатувати, що це процес, який спрямовує здобувача на збереження і розвиток біологічних, фізіологічних і психологічних функцій, високої фізичної та розумової працездатності, здатності активно пристосовуватись до змін оточуючого середовища, соціальної активності впродовж життєдіяльності. Здоров'я здобувача це його соціальна і особистісна цінність, рівень його культури, здатність витримувати важкі фізичні та психічні навантаження, можливість адаптуватися до різних зовнішніх чинників. Здобувачі добре розуміють цінність власного здоров'я, але не піклуються про нього, ліняться займатися фізичними вправами, під час хвороби покладаються на медикаменти або лікаря. Тому першочерговим завданням кафедр фізичного виховання має бути формування інтересів, бажань та мотивів здобувачів до занять фізичними вправами. Необхідно виявити потреби, які можуть спонукати здобувачів до активної і свідомої фізкультурно-оздоровчої діяльності. Цілеспрямована, систематична і добре організована робота із залучення здобувачів до фізкультурно-оздоровчої діяльності може стати основою зміцнення їх здоров'я.

Перспективи подальших досліджень спрямовані на залучення здобувачів до здорового способу життя в умовах воєнного стану.

References

1. Антонова О.Є., Поліщук Н.М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття). Вища освіта у медсестринстві: проблеми і перспективи : зб. ст. Всеукр. наук.-практ. конф. (10–11 лист. 2011). Житомир : Полісся, 2011. С. 27–31.
Antonius O.E., Polishchuk N.M. Sanitatis conservativae peritia singulorum ut problematum scientificum (analysis conceptus). Altior educatio in enutriendis: quaestionibus et fortunis: coll. Artem. All-Ucraina scientia et usu conf. (Nov. 10-11, 2011). Zhytomyr: Polissya, 2011. P. 27–31.
2. Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. Житомир. Вид-во Рута. 2009. 593 с.
Hryban H.P. Actiones vivae et actio motoris studentium. Zhytomyr. Sententiae Ruth. 2009. 593 p.
3. Кукса В.О. До еволюції визначення поняття «здоров'я». *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами. Зб. наук. праць. № 1(3) 2004.* С. 481–487. <https://ap.uu.edu.ua/upload/publicationpdf/4e1d0bbf9d4abca8a8788d77cd7e113.pdf>
Kuksa V.O. Ad evolutionem definitionis notionis «salutis». *Problemata actualia de educatione et educatione hominum specialibus necessitatibus. Coll. de scientia opera N. 1(3) 2004.* P. 481–487.
4. Національна доктрина розвитку освіти, затверджена Указом Президента України від 17 квітня 2002 року N 347/2002. <https://zakon.rada.gov.ua>
Doctrina Nationalis Educationis Progressu approbata a Decreto Praesidis Ucrainae die 17 mensis Aprilis anno 2002 N 347/2002.
5. Соціальна медицина та організація охорони здоров'я. За ред. Ю.В. Вороненка. Тернопіль: Укрмедкнига. 2000. 677 с.
Medicinae socialis et sanitatis ordo. Sub editione Yu.V. Voronenko Ternopil: Ukrmedknyga. 2000. 677 p.
6. Терлецька Л.Г. Психічне здоров'я особистості. Технологія самоаналізу : монографія. К. Видавничо-поліграфічний центр «Київський університет». 2003. 150 с. <https://samorozvytok.info/content/lg-terlecka-psyhichne-zdorovya-osobystosti-tehnologiya-samoanalizu>
Terletska L.G. Sanitas mentis singularis. Self-analysis technologiae: monograph. K. Publishing and Printing Center «Kyiv University». 2003. 150 p.
7. Федько О.А. Багатоаспектність поняття здоров'я у сучасній науковій думці. *Державне управління: удосконалення та розвиток № 4, 2009* <http://www.dy.nayka.com.ua/?op=1&z=76>
Fedko O.A. Multifacetio notionis sanitatis in moderna cogitatione scientifica. *Publica administratio: emendatio et progressus N. 4, 2009.*
8. Цимбалюк С. Сучасні підходи до характеристики терміна «здоров'я». *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць Східноєвроп. нац. ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. № 4 (36), 2016. С. 88–94.*
Tymbalyuk S. Modernus accedit ad notationem vocabuli «salutis». *Physica educatio, ludus et cultura sanitatis in hodierna societate: coll. de scientia opera Europae orientalis. nationalis Universitas nomine Lesya Ukrainka. Luceoriensis: Europa orientalis. nationalis Universitas nomine Lesya Ukrainka. N. 4 (36), 2016. P. 88–94.*

9. Bulicz E., Murawow I. Zdrowie czlowtka e jego diagnostyka. Efekty zdrowotne aktywnosci ruchowej. Radom : Politechnika Radomska. 2003. 533 s.
 Bulicz E., Murawow I. Czlowtka veseliba e vna diagnostika. Kustibas aktywnosci atveselošanas efekti. Radom : politehniska Radomska Universitate. 2003. 533 s.

Grygoriy Griban

ORCID 0000-0002-9049-1485
 Researcher ID AAR-4451-2020
 Scopus-Author ID 57200184289

Doctor of Pedagogic Sciences, Professor,
 Professor of the Department of Physical Education and Sport Improvement,
 Zhytomyr Ivan Franko State University
 (Zhytomyr, Ukraine) E-mail: gribang@ukr.net

CURRENT HEALTH PROBLEMS OF STUDENTS OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

The article is devoted to the issue of health of students of higher education institutions. Attention is drawn to the fact that the persistent deterioration of the health status of students of higher education institutions associated with a low level of physical fitness, hypodynamia and a large number of diseases of the respiratory, digestive, eye, cardiovascular, nervous and endocrine systems and various defects of musculoskeletal system were revealed.

Approaches to understanding the concept of «health» are analyzed. Different definitions of the concept of «health», indicators and main signs of health are proposed. Based on the generalization and systematization of literary sources, a large number of definitions of the state of health have been identified which indicates its multifaceted and different interpretation, which requires certain definition.

The purpose of the work is to analyze scientific approaches to the definition of the concept of «health» and to determine its state among students of higher education institutions at the current stage.

Methodology. The methodology of scientific research on the state of health of students was carried out on the basis of the following structural components: philosophical, general scientific, specifically scientific and technological. The research used such general scientific methods as the analysis of literary sources, observation, conversation, questionnaires, methods of mathematical statistics; systematization of scientific knowledge on the issue of health preservation of students of higher education institutions. The research was conducted at Zhytomyr Ivan Franko State University in 2022–2023 in which 266 second-year students (82 men, 184 women) of various faculties took part.

Scientific novelty. A general tendency towards a decrease in the level of health among graduates of higher education institutions has been established. Of particular concern is the deterioration of the health of male students in the «poor» and «very poor» groups by 14.0 and 3.7%, respectively.

Conclusions. A critical analysis of a large number of definitions of the state of health shows that this concept is multifaceted and has different interpretations that require specification and certain definition. It was established that 41.5% of students – men and 34.2% of women – do not know the causes of their disease and preventive measures and restrictions, do not have means of its prevention. Students well understand the value of their own health, but do not take care of it, are too lazy to do physical exercises, rely on medicines or a doctor during illness.

Keywords: health, students, health factors, state of health, physical exercises, higher education institution.

Стаття надійшла до редакції 30.01.2024 р.

Рецензент – доктор педагогічних наук, професор **Багінська О.В.**