

**Міністерство освіти і науки України
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди**

ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

**Колективна монографія
за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука**

GENERAL THEORY OF HEALTH AND HEALTHCARE

**A collective monograph
according to the general editing by prof. Yu. D. Boychuk**

Харків – 2017

УДК 613+37.011.33:613

ББК 51.1(4УКР)+74.580.053.34+74.200.533.4

З-14

Затверджено до друку Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, протокол № 6 від 29 серпня 2017 р.

Рецензенти:

Гольцев А. М. – директор Інституту проблем кріобіології та кріомедицини НАН України, доктор медичних наук, професор, академік НАН України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки;

Гончаренко М. С. – завідувач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, доктор біологічних наук, професор, голова Всеукраїнської громадської організації «Українська асоціація валеологів»;

Лук'янова Л. Б. – директор Інституту педагогічної освіти та освіти дорослих НАПН України, доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України

З-14 **Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження** : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. – Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. – 488 с.

ISBN 978-966-97499-4-9

У монографії розглянуто медико-біологічні механізми здоров'я, етико-правові та психолого-педагогічні засади практичного здоров'язбереження.

Висвітлено теоретико-методологічні основи педагогіки здоров'я; сучасні підходи до створення здоров'язберезувального освітнього середовища; роль фізичного виховання у збереженні здоров'я; профілактика шкідливих звичок та соціально-небезпечних захворювань; здоров'язберезувальні освітні технології.

Монографія розрахована на викладачів вищих навчальних закладів, студентів, аспірантів, учителів шкіл різного типу та широкого кола науковців, які цікавляться сучасними питаннями здоров'язбереження.

General theory of health and healthcare : a collective monograph / according to the general editing by prof. Yu. D. Boychuk. – Kharkiv: Publisher Rozhko S.G., 2017. – 488 p.

The monograph examines the medical-biological mechanisms of health, ethical and psychological and pedagogical principles of practical health preservation.

The theoretical and methodological foundations of pedagogy of health; modern approaches to the establishment of a healthy preserving educational environment; the role of physical education in health preserving; prevention of harmful habits and socially dangerous diseases; health-saving educational technologies are highlighted.

The monograph is intended for teachers of higher educational establishments, students, graduate students, teachers of schools of different types and a wide range of scientists who are interested in modern issues of healthcare.

ISBN 978-966-97499-4-9

© ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2017

© Автори статей, 2017

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ МОНОГРАФІЇ

Авдєєнко Ірина Миколаївна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри англійської мови Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна

Алфімова Людмила Дмитрівна – кандидат хімічних наук, доцент, завідувач кафедри фундаментальних дисциплін Національної академії Національної гвардії України, м. Харків

Бельорін–Еррера Олександра Михайлівна – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, *bellher@ukr.net*

Беляєв Ігор Сергійович – студент Української медичної стоматологічної академії, м. Полтава

Беляєва Олена Миколаївна – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри іноземних мов з латинською мовою та медичною термінологією Української медичної стоматологічної академії, м. Полтава, *e_lena69@rambler.ru*

Бігуняк Катерина Олегівна – студентка 4 курсу медичного факультету ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України», *bigunyak_kaol@tdmu.edu.ua*

Бігуняк Тетяна Володимирівна – кандидат медичних наук, доцент кафедри медичної біології ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І. Я. Горбачевського МОЗ України», *bihunyak@tdmu.edu.ua*

Благий Ольга Сергіївна – асистент кафедри харчових та хімічних технологій Української інженерно-педагогічної академії, *olga.blahyi@gmail.com*

Бобак Ярослав Петрович – кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник відділу сигнальних механізмів клітини Інститут біології клітини НАН України, *bobakyaroslav@gmail.com*

Бойчук Юрій Дмитрович – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри здоров'я людини і корекційної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *arion1@meta.ua*, *yurij.boychuk@gmail.com*

Борщик Лариса Миколаївна – директор Харківської ЗОШ № 164, *har_sc164@ukr.net*

Бугаєвський Костянтин Анатолійович – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фізичної реабілітації та здоров'я Класичного приватного університету, м. Запоріжжя, *apostol_luka@ukr.net*

Бурсова Світлана Сергіївна – старший викладач кафедри дошкільної освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, *svetlanabursova83@gmail.com*

Буц Марина Анатоліївна – викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *valeologiya406@ukr.net*

Вакуленко Олена Василівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри соціальної педагогіки Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, м. Київ, *olvak2007@ukr.net*

Варивода Катерина Сергіївна – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *varyvoda.katarina@gmail.com*

Ващенко Олена Миколаївна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри початкової освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, *o.vashchenko@kubg.edu.ua*

Войтко Валентина Володимирівна – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри корекційної педагогіки і психології Кіровоградського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського, *oyo_1956@ukr.net*

Волик Галина Павлівна – вчитель біології; вчитель хімії та основ здоров'я Київського обласного ліцею-інтернату фізичної культури та спорту, *him.kolifks@ukr.net*

Гмиря Ганна Володимирівна – директор експериментального навчального закладу СЗШ № 201 м. Києва, *gannagm201@gmail.com*

Гнізділова Олена Анатоліївна – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри дошкільної освіти Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, *gnizdilovae@gmail.com*

Годорозя Михайло Дмитрович – доктор медичних наук, доцент кафедри кінетотерапії Державного університету фізичної культури і спорту, м. Кишинів, Республіка Молдова, *vallarann@mail.ru*

Годун Наталія Іванівна – кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *valeologiya406@ukr.net*

Голованова Ірина Анатоліївна – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри соціальної медицини, організації та економіки охорони здоров'я з біостатистикою ВДНЗ України «Українська медична стоматологічна академія», Полтава

Гончаренко Марія Степанівна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, *valeolog@karazin.ua*

Горденко Світлана Іванівна – кандидат історичних наук, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *svetagordenko@ukr.net*

Горобей Микола Петрович – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фізичної реабілітації Чернігівського національного технологічного університету, *gorobey.niko@gmail.com*

Гриньова Марина Вікторівна – доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, декан природничого факультету Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка, *grinovamv@gmail.com*

Гриценко Олена Аврамівна – доктор економічних наук, професор, професор кафедри економічної теорії Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого (м. Харків), *grytsenkohelena@gmail.com*

Даниленко Є.В. – методист Київського територіального відділення Малої академії наук України, *anna.megalin@yandex.ua*

Дронська Христина Андріївна – аспірант кафедри генетики та біотехнології Львівського національного університету імені Івана Франка, *kristinadronska@gmail.com*

Духовний Лев Фішелевич – кандидат педагогічних наук, учитель фізичної культури, науковий керівник експериментального навчального закладу – СЗШ № 201 м. Києва, *xpera@rambler.ru*

Єфіменко Наталія Валентинівна – кандидат біологічних наук, доцент кафедри біохімії Львівського національного університету імені Івана Франка, *nataliya.yefimenko.lnu@gmail.com*

Жа́ра Ганна Іванівна – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, докторант Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка, *zhannafarm@gmail.com*

Жамардїй Валерій Олександрович – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри фізичного виховання та здоров'я, фізичної реабілітації, спортивної медицини ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава, *Shamardi@ukr.net*

Завалишка Ауріка Анатоліївна – доктор педагогічних наук, доцент кафедри кінетотерапії Державного університету фізичної культури і спорту, м. Кишинів, Республіка Молдова, *azavalisca71@gmail.com*

Зуб Олена Вадимівна – кандидат с.-г. наук, доцент кафедри фундаментальних дисциплін Національної академії Національної гвардії України, м. Харків, *lenazubka@ukr.net*

Іванова Тетяна Сергіївна – провідний інженер лабораторії біотехнології біопалив та інновацій в зеленій енергетиці Інституту харчової біотехнології та геноміки Національної академії наук України, *ivanova_tatiana_wat2@bigmir.net*

Івахненко Олена Леонідівна – кандидат фармацевтичних наук, асистент кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Іващук Лариса Юріївна – кандидат медичних наук, доцент ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І.Я. Горбачевського МОЗ України», *ivashchuk_lu@tdmu.edu.ua*

Ісакова Олена Іванівна – кандидат філософських наук, доцент, доцент кафедри суспільно-гуманітарних наук Таврійського державного агротехнологічного університету, *0969300659@ukr.net*

Іфтода Оксана Миколаївна – асистент кафедри гігієни та екології ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці

Іщенко Алла Анатоліївна – асистент кафедри біоорганічної та біологічної хімії Національний медичний університет імені О. О. Богомольця, м. Київ, *ischenko.a@i.ua*

Казакова Світлана Михайлівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри фізичної реабілітації Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна», *fizreab_znu@rambler.ru*

Калюжная Ольга Сергіївна – кандидат фармацевтичних наук, доцент, доцент кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Камінська Тетяна Михайлівна – доктор економічних наук, професор, професор кафедри економічної теорії Національного юридичного університету імені Ярослава Мудрого, м. Харків, *kamtm@ukr.net*

Кишкан Інна Григорівна – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри фармакології ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці, *innakichkan@ukr.net*

Кіт Любов Ярославівна – кандидат біологічних наук, асистент кафедри безпеки життєдіяльності Львівського національного університету імені Івана Франка, *kit.lyuba.lviv@gmail.com*

Климишин Наталія Ігорівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри біохімії Львівського національного університету імені Івана Франка, *klymyshynnataliya@gmail.com*

Ковальчук Галина Ярославівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри анатомії, фізіології та валеології Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, *galynakovalchuk5@gmail.com*

Козубенко Юрій Леонідович – кандидат історичних наук, викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *nibbbiru@gmail.com*

Кононенко Алевтина Геннадіївна – кандидат фармацевтичних наук, доцент, доцент кафедри фізіології та анатомії людини Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *alevtina19820103@gmail.com*

Корженко Ірина Олександрівна – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, *i.korgenko@karazin.ua*

Корман Маріанна Вікторівна – аспірантка, старший викладач кафедри кінетотерапії Державного університету фізичної культури і спорту, м. Кишинів, Республіка Молдова, *kineto7@mail.ru*

Костіна Валентина Вікторівна – кандидат педагогічних наук, доцент, докторант кафедри початкової, дошкільної та професійної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *Vkostina2014@gmail.com*

Коцур Надія Іванівна – доктор історичних наук, професор, завідувач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *n.kozur@ukr.net*

Кравченко Інна Павлівна – магістр з фізичної реабілітації ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

Крайнова Тетяна Іванівна – голова Громадської організації «Міждисциплінарний інститут розвитку», керівник секції науково-

терапевтичних досліджень Громадської організації «Українська спілка психотерапевтів», *organizationmirkharkov@gmail.com*

Кушнір Оксана Василівна – кандидат медичних наук, старший викладач кафедри гігієни та екології ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці, *oksankakushnir@ukr.net*

Лазарєва Тетяна Анатоліївна – доктор педагогічних наук, доцент, професор кафедри харчових та хімічних технологій Української інженерно-педагогічної академії

Лебедєва Вікторія Вікторівна – кандидат медичних наук, асистент кафедри сімейної медицини Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, *orisja@i.ua*

Люта Мар'яна Ярославівна – кандидат біологічних наук, молодший науковий співробітник Львівського національного університету імені Івана Франка, *lyutam@gmail.com*

Ляхова Наталія Олександрівна – викладач кафедри соціальної медицини, організації та економіки охорони здоров'я з біостатистикою ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава, *NataNew2017@ukr.net*

М'ясоєдов Валерій Васильович – доктор медичних наук, професор, проректор з наукової роботи Харківського національного медичного університету, *prorector_nr@kntmu.kharkov.ua*

Малоштан Людмила Миколаївна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри фізіології та анатомії людини Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *physio@nuph.edu.ua*

Матійців Наталія Петрівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри генетики та біотехнології Львівського національного університету імені Івана Франка, *matiytsiv@yahoo.com*

Мегалінська Ганна Петрівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя і здоров'я людини в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова, *anna.megalin@ukr.net*

Мединський Сергій Володимирович – доктор педагогічних наук, доцент, доцент Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, *sermedyn@ukr.net*

Мелега Ксенія Петрівна – кандидат медичних наук, доцент, завідувач кафедри основ здоров'я Ужгородського національного університету, *xenia.melega@uzhnu.edu.ua*

Мельник Оксана Андріївна – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, доцент Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ, *melnyk-phd@yandex.com*

Мешко Галина Михайлівна – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки та менеджменту освіти Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка, *meshko_o@ukr.net*

Миздренко Оксана Миколаївна – кандидат історичних наук, старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав-

Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *valeologiya406@ukr.net*

Мірошниченко Ольга Миколаївна – вчитель ЗОШ № 110 м. Харкова, *hajar-kerim@meta.ua*

Міхесенко Олександр Іванович – доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри здоров'я людини та фізичної реабілітації Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка, *omikheenko@yandex.ua*

Могильний Федір Віталійович – кандидат педагогічних наук, доцент Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка, *hto7hto@gmail.com*

Молчко Оріся Юріївна – кандидат медичних наук, асистент кафедри сімейної медицини Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, *orisja@i.ua*

Москаленко Володимир Валентинович – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент інформаційних технологій Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *tatyana.oleinik@hnpu.edu.ua*

Наливайко Наталія Володимирівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри безпеки життєдіяльності Львівського національного університету імені Івана Франка, *natalianalyvayko@ukr.net*

Науменко Наталія Вікторівна – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри педагогіки та психології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *naumenkonv.77@gmail.com*

Олійник Тетяна Олексіївна – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри інформаційних технологій Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *tatyana.oleinik@hnpu.edu.ua*

Павленко Ольга Василівна – соціальний педагог Харківської ЗОШ № 164, *har_sc164@ukr.net*

Пастухова Наталія Леонідівна – кандидат біологічних наук, доцент, старший науковий співробітник відділу геноміки та молекулярної біотехнології ДУ «Інститут харчової біотехнології та геноміки НАН України», м. Київ, *nataliia.pastukhova@gmail.com*

Пашинський Павло Петрович – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри здоров'я людини і корекційної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *ppp444@inbox.ru*

Петрюк Сергій Євгенович – кандидат медичних наук, старший викладач кафедри безпеки життєдіяльності, фізичного виховання та здоров'я людини Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка, *petrukserg@gmail.com*

Погорлецькі Алла Ніфантіївна – доктор біологічних наук, доцент кафедри кінетотерапії Державного університету фізичної культури і спорту, м. Кишинів, Республіка Молдова,

Пріма Раїса Миколаївна – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри педагогіки Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, *primar@ukr.net*

Прокопенко Андрій Іванович – доктор педагогічних наук, професор, директор Інституту інформатизації освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, *tatyana.oleinik@hnpri.edu.ua*

Пюрко Владислав Євгенович – студент 3 курсу Мелітопольського інституту екології та соціальних технологій Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна», *fizreab_znu@rambler.ru*

Романенко Катерина Анатоліївна – викладач кафедри початкової освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, *l.romanenko@kubg.edu.ua*

Романенко Людмила Віталіївна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри початкової освіти Київського університету імені Бориса Грінченка, *l.romanenko@kubg.edu.ua*

Сабадашка Марія Володимирівна – кандидат біологічних наук, доцент кафедри біохімії Львівського національного університету імені Івана Франка, *m.sabadashka@meta.ua*

Савіна Ольга Геннадіївна – практичний психолог Харківської ЗОШ № 164, *har_sc164@ukr.net*

Савіцькі Світлана Костянтинівна – аспірантка, викладач кафедри кінетотерапії Державного університету фізичної культури і спорту, м. Кишинів, Республіка Молдова, *svetasav@yahoo.com*

Садовниченко Юрій Олександрович – старший викладач кафедри медичної біології Харківського національного медичного університету, *sadovnychenko@gmail.com*

Сайнчук Микола Миколайович – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, старший викладач кафедри теорії і методики фізичного виховання Національного університету фізичного виховання і спорту України, м. Київ, *mmsainchuk@i.ua*

Сибірна Наталія Олександрівна – доктор біологічних наук, професор, завідувач кафедри біохімії Львівського національного університету імені Івана Франка, *sybirna_natalia@yahoo.com*

Сидорчук Лариса Петрівна – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри сімейної медицини ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці

Сінельнікова Наталія Олегівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри початкової освіти Педагогічного інституту Київського університету імені Бориса Грінченка, *n.sinelnikova@kubg.edu.ua*

Скоропадська Світлана Олексіївна – вчитель біології; вчитель хімії та основ здоров'я Київського обласного ліцею-інтернату фізичної культури та спорту, *him.kolifks@ukr.net*

Соколенко Вадим Леонідович – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри біології та біохімії Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, *sokolenko@ukr.net*

Соколенко Світлана Вікторівна – кандидат біологічних наук, доцент кафедри біології та біохімії Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, *sokolenko@ukr.net*

Соловійова Аліна Володимирівна – аспірант кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Солошенко Ельвіра Миколаївна – доктор медичних наук, професор, завідувач лабораторії алергології ДУ «Інститут дерматології і венерології НАМН України», *elvirasolo@ukr.net*

Стасик Олег Володимирович – кандидат біологічних наук, старший науковий співробітник відділу сигнальних механізмів клітини Інститут біології клітини НАН України, *stasyk@cellbiol.lviv.ua*

Стасик Олена Георгіївна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри біохімії Львівського національного університету імені Івана Франка, *olenastasyk@gmail.com*

Страшко Станіслав Васильович – кандидат біологічних наук, професор, завідувач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя і здоров'я людини в Національному педагогічному університеті імені М. П. Драгоманова

Стрельников Леонід Семенович – доктор фармацевтичних наук, професор, завідувач кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Стрілець Оксана Петрівна – доктор фармацевтичних наук, професор, професор кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Сухих Аліса Сергіївна – здобувач відділу хмаро орієнтованих систем інформатизації освіти Інституту інформаційних технологій і засобів навчання Національної академії педагогічних наук України, *alisam@ukr.net*

Таймасов Юрій Сафірович – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри піротехнічної та спеціальної підготовки Національного університету цивільного захисту України (м. Харків), *yura.taymasov.1984@gmail.com*

Терешкевич Галина Тарасівна (с. Діогена) – кандидат наук з державного управління, доцент, доцент кафедри філософії та економіки Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького, *bioethics.ua@gmail.com*

Терів Петро Степанович – аспірант кафедри анестезіології з інтенсивною терапією ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

Титаренко Лілія Володимирівна – заступник директора Харківської ЗОШ № 164, *har_sc164@ukr.net*

Товкун Лідія Павлівна – кандидат історичних наук, доцент, доцент кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *tovkynlidiya@ukr.net*

Турчинов Артем Васильович – кандидат педагогічних наук, викладач кафедри фізичної підготовки та спорту Національної академії Національної гвардії України, м. Харків, *artem_bizzz@ukr.net*

Фаласеніді Тереза Миколаївна – кандидат педагогічних наук, асистент Національного університету «Львівська політехніка»; завідувач відділення соціальної реабілітації (абілітації) Львівського міського центру реабілітації «Джерело», *terif9950@gmail.com*

Федонюк Лариса Ярославівна – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри медичної біології ДВНЗ «Тернопільський державний медичний університет імені І.Я. Горбачевського МОЗ України», *fedonyuklj@tdmu.edu.ua*

Фундюр Наталія Миколаївна – кандидат медичних наук, доцент, доцент кафедри гігієни та екології ВДНЗ «Буковинський державний медичний університет», м. Чернівці

Харченко Наталія Анатоліївна – викладач кафедри медико-біологічних дисциплін і валеології Переяслав–Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, *valeologiya406@ukr.net*

Холод Дмитро Анатолійович – аспірант кафедри анестезіології з інтенсивною терапією ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава

Христова Тетяна Євгенівна – доктор біологічних наук, професор, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання та спортивних дисциплін Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького, *fizreab_znu@rambler.ru*

Циплюк Аліна Миколаївна – викладач дошкільної педагогіки та окремих методик Луцького педагогічного коледжу, *88alina@ukr.net*

Шаповалова Ольга Вікторівна – кандидат біологічних наук, доцент, доцент кафедри біотехнології Національного фармацевтичного університету, м. Харків, *biotech@nuph.edu.ua*

Шийка Юлія Іванівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри прикладної лінгвістики Національного університету «Львівська політехніка»

Шкурупій Дмитро Анатолійович – доктор медичних наук, доцент, доцент кафедри анестезіології з інтенсивною терапією ВДНЗ «Українська медична стоматологічна академія», м. Полтава, *d.a.shkurupiy@gmail.com*

Шмиголь Ірина Василівна – кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри біології та біохімії Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького, *irina-shm@ukr.net*

Яковенко Микола Якович – кандидат біологічних наук, доцент кафедри безпеки життєдіяльності Бережанського агротехнічного інституту, *t_bihunyak@yahoo.com*

Яковлєв Віталій Григорович – викладач кафедри фундаментальних дисциплін Національної академії Національної гвардії України, м. Харків, *yakov355@ukr.net*

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І. СУЧАСНІ УЯВЛЕННЯ ПРО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

| | |
|---|----|
| Сучасні підходи до розуміння сутності здоров'я людини та суміжних з ним понять (Бойчук Ю. Д.) | 5 |
| Духовне здоров'я: науковий аналіз поняття (Бойчук Ю. Д., Науменко Н. В.) | 16 |
| Структура індивідуального здоров'я людини з позицій причинно-системного підходу (Жара Г. І.) | 26 |
| Сучасні концептуальні чинники інтегральної характеристики здоров'я особистості і суспільства (Іващук Л. Ю.) | 33 |
| Аксіологія здоров'я молоді у сучасній філософській антропології (Ісакова О. І.) | 40 |
| Соціально-економічна роль здоров'я у людському розвитку (Камінська Т. М.) | 46 |
| Здоров'я людини як об'єкт правового регулювання (Грищенко О. А.) | 53 |

РОЗДІЛ ІІ. СТАН ЗДОРОВ'Я НАСЕЛЕННЯ УКРАЇНИ ТА ФАКТОРИ, ЩО ЙОГО ВИЗНАЧАЮТЬ

| | |
|--|-----|
| Основні чинники негативного та позитивного впливу на здоров'я (Борщук Л. М., Титаренко Л. В., Савіна О. Г., Павленко О. В.) | 60 |
| Антропогенні фактори навколишнього середовища і здоров'я людини (Зуб О. В.) | 66 |
| Генетично-детерміновані та соціально-екологічні фактори, що визначають стан здоров'я студентської молоді України (Соколенко В. Л., Соколенко С. В., Шмиголь І. В.) | 71 |
| Вплив способу життя, екологічних та генетичних факторів на якість і тривалість життя людини (Федонюк Л. Я., Бігуняк Т. В., Яковенко М. Я., Бігуняк К. О.) | 77 |
| Пасивне куріння: від індивідуального до соціального ризику (Кіт Л. Я., Наливайко Н. В.) | 83 |
| Стоматологічне здоров'я населення та методи його збереження (Голованова І. А., Ляхова Н. О., Шарбенко Т. В.) | 90 |
| Ризики для здоров'я сучасного школяра: порушення харчування (Годун Н. І., Миздренко О. М., Буц М. А., Харченко Н. А.) | 96 |
| Вплив батьків на формування соціального здоров'я молодшого школяра (Сінельнікова Н. О.) | 102 |
| Стан здоров'я студентів вищих навчальних закладів та шляхи його поліпшення (Христова Т. Є., Пюрко В. Є., Казакова С. М.) | 108 |
| Рациональне харчування як важливий чинник здоров'я студентів (Ковальчук Г. Я., Лупак О. М.) | 114 |
| Вплив прослуховування музики в навушниках на слух людини (Малоштан Л. М., Кононенко А. Г.) | 120 |
| Чинники професійного здоров'я вчителя (Мешко Г. М.) | 126 |

РОЗДІЛ ІІІ. МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ ЗДОРОВ'Я ТА ЙОГО ПОРУШЕНЬ

| | |
|--|-----|
| Гомеостаз і адаптація як критерії стану здоров'я людини (Солошенко Е. М., Бойчук Ю. Д.) | 133 |
| НО-залежна регуляція морфофункціонального стану еритроцитів та дихальної функції крові за умов алкогольної інтоксикації (Єфіменко Н. В., Дудок К. П., Сибірня Н. О.) | 147 |
| Дефіцит цинку: акцент на питаннях інтенсивної терапії гострої церебральної недостатності (Терів П. С., Шкуруній Д. А.) | 153 |

| | |
|---|-----|
| Молекулярні механізми взаємодії NO та гемоглобіну за умов цукрового діабету і перспективи використання інгібіторів NO-синтази у профілактиці та лікуванні цього захворювання (<i>Люта М. Я., Сибірна Н. О.</i>) | 158 |
| Нітровані білки - маркерні молекули за радіаційного ураження та у процесі контролю корекції радіоіндукованих порушень природними фенольними сполуками з виноградного вина (<i>Сабадашук М. В., Сибірна Н. О.</i>) | 164 |
| Передумови і механізми формування синдрому гастроінтестинальної недостатності у новонароджених, які потребують інтенсивної терапії (<i>Холод Д. А., Шкуруній Д. А.</i>) | 171 |
| Шляхи деградації аномальних форм альфа-синуклеїну та їх роль у патогенезі хвороби Паркінсона (<i>Стасик О. Г., Матійців Н. П., Дронська Х. А., Климшин Н. І., Бобак Я. П., Стасик О. В.</i>) | 177 |
| Функціональні продукти харчування як перспективні лікувально-профілактичні та дієтичні засоби (<i>Калюжная О. С., Соловійова А. В., Стрілець О. П., Івахненко О. Л., Шаповалова О. В., Стрельников Л. С.</i>) | 185 |
| Епідеміологічна оцінка ризику дисбіотичних порушень у хворих на артеріальну гіпертензію та оптимізація їх аліментарної профілактики (<i>Кушнір О. В., Сидорчук Л. П., Іфтода О. М., Фундюр Н. М.</i>) | 194 |
| Вплив тютюнопаління та алкоголю на антибактеріальну активність слини людини (<i>Мегалінська Г. П., Страшко С. В., Іванова Т. С., Даниленко Є. В.</i>) | 201 |

РОЗДІЛ IV. СУЧАСНІ ШЛЯХИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

| | |
|---|-----|
| Шляхи перетворення науково-освітньої системи сучасного суспільства в процесі гармонізації відносин у системі «Людина-Природа» (<i>Гончаренко М. С.</i>) | 208 |
| Здоров'язбереження як об'єкт наукового пізнання (<i>Таймасов Ю. С., Турчинов А. С., Пашинський П. П.</i>) | 220 |
| Біоетичні та медико-соціальні аспекти збереження здоров'я людини (<i>Кишкан І. Г.</i>) | 232 |
| Особиста відповідальність за стан свого здоров'я як стратегічний принцип оздоровчої практики (<i>Міхеєнко О. І.</i>) | 238 |
| Концепція здоров'яорієнтованого світогляду (<i>Бельорін-Еррера О. М., Корженко І. О.</i>) | 244 |
| Складники технології здоров'язбереження в межах держави (<i>Мединський С. В.</i>) | 250 |
| Наукові засади профілактики найпоширеніших неінфекційних захворювань сучасності (<i>Мелега К. П.</i>) | 256 |
| Кардіореабілітація – виклик часу (<i>Молчко О. Ю.</i>) | 263 |
| Фундаментальне значення українських народних традицій у здоров'язбереженні сучасної людини (<i>Мірошниченко О. М.</i>) | 270 |
| Культура здоров'я як складова загальнолюдської культури (<i>Фаласеніді Т. М., Шийка Ю. І.</i>) | 277 |
| Плекання цінності культури здоров'я, здорового способу життя, здоров'язбереження: досвід, шляхи, етапи (<i>Пріма Р. М., Циплюк А. М.</i>) | 282 |
| Культура здоров'я студентів та середовищний підхід до її розвитку в умовах вищого навчального закладу (<i>Авдєєнко І. М.</i>) | 289 |
| Філософська рефлексія здорового способу життя як необхідність цивілізованої людини (<i>Сайнчук М. М.</i>) | 294 |
| Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя (<i>Вакуленко О. В.</i>) | 301 |

| | |
|---|-----|
| З історії формування здорового способу життя та боротьби зі шкідливими звичками (лінгвістичний, історичний і медико-соціальний аспекти) (<i>Беляєва О. М., Беляєв І. С.</i>) | 309 |
| Модель формування здорового способу життя (<i>Могильний Ф. В.</i>) | 320 |
| Здоровий спосіб життя: роль технологій збереження здоров'я (<i>Петрюк С. Є</i>) | 326 |
| Інформаційна безпека та культура як чинник збереження психічного здоров'я студентської молоді (<i>Варивода К. С., Горденко С. І., Козубенко Ю. Л.</i>) | 333 |
| Компетентність з хімічної безпеки як складова збереження здоров'я людини (<i>Иценко А. А.</i>) | 339 |
| Раціональне харчування як складова культури здоров'я (<i>Горобей М. П.</i>) | 346 |
| Здоровий спосіб життя — життя без алкоголю (<i>Терешкевич Г. Т. – с. Діогена</i>) | 353 |
| Використання здоров'язбережувальних технологій у період адаптації дітей до дошкільного навчального закладу (<i>Гнізділова О. А., Бурсова С. С.</i>) | 361 |
| Методичні особливості організації сучасного здоров'язбережувального уроку в початковій школі (<i>Ващенко О. М.</i>) | 367 |
| Технологічні особливості процесу формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів початкової школи (<i>Романенко Л. В., Романенко К. А.</i>) | 373 |
| Проблема здоров'язбережувального використання програмно-апаратних засобів в умовах основної школи (<i>Сухих А. С.</i>) | 379 |
| Здоров'язбережувальні навчальні заняття з фізичного виховання в загальноосвітніх школах (<i>Духовний Л. Ф., Гмиря Г. В.</i>) | 388 |
| Кінетопрофілактика порушень постави і надлишкової маси в дитячому віці як запорука здоров'я (<i>Погорлецькі А. Н., Годорозя М. Д., Завалишка А. А., Корман М. В., Савіцькі С. К.</i>) | 394 |
| Виховання дітей з нейротичними ускладненнями (<i>Войтко В. В.</i>) | 402 |
| Методологічні основи еколого-валеологічної культури та проблеми збереження здоров'я в умовах закладу спортивного профілю (<i>Волик Г. П., Скоропадська С. О.</i>) | 409 |
| Сексуальна поведінка та контрацептивний вибір студенток – запорука збереження їхнього репродуктивного здоров'я (<i>Бугаєвський К. А.</i>) | 414 |
| Використання засобів фітнесу в рекреаційно-оздоровчих заняттях студенток вищих навчальних закладів (<i>Жамардій В. О. Кравченко І. П.</i>) | 421 |
| Синергізм здоров'язбережувальних та педагогічних технологій у Харківському національному медичному університеті (<i>Пастухова Н.Л., Садовниченко Ю.О., М'ясоєдов В.В.</i>) | 427 |
| Про необхідність предметної спеціалізації «Здоров'я людини» для підготовки майбутнього вчителя (<i>Гриньова М. В.</i>) | 434 |
| Підготовка майбутніх соціальних педагогів та соціальних працівників до формування здорового способу життя учнів (<i>Костіна В. В.</i>) | 439 |
| Формування здоров'язбережувальної компетентності в майбутніх педагогів у процесі професійної підготовки (<i>Коцур Н. І., Товкун Л. П.</i>) | 446 |
| Формування цифрової грамотності майбутніх педагогів в умовах інклюзивної освіти (<i>Прокопенко А. І., Олійник Т. О., Москаленко В. В., Лебедева В. В.</i>) | 453 |
| Психологічні особливості ефективної діяльності майбутніх фахівців з фізичної культури (<i>Мельник О. А.</i>) | 460 |
| Цілі та зміст формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх інженерів-технологів харчової галузі (<i>Лазарева Т. А., Благий О. С.</i>) | 465 |

CONTENT

CHAPTER I. CONTEMPORARY NOTIONS ABOUT HUMAN HEALTH

| | |
|--|----|
| Modern approaches to understanding human health (<i>Boychuk Yu.D.</i>) | 5 |
| Spiritual health: scientific analysis of the concept (<i>Boychuk Yu.D., Naumenko N.V.</i>) | 16 |
| The structure of individual health of human from positions of the cause-systemic approach (<i>Zhara H.I.</i>) | 26 |
| Modern conceptual factors of integrated health characteristics of personality and society (<i>Ivashchuk L.Yu.</i>) | 33 |
| Axiology health of young people in modern philosophical anthropology (<i>Isakova O.I.</i>) | 40 |
| Social and economic role of health in human development (<i>Kaminska T.M.</i>) | 46 |
| Human health as an object of legal regulation (<i>Grytsenko O.A.</i>) | 53 |

CHAPTER II. THE STATE OF HEALTH OF UKRAINIAN POPULATION AND THE FACTORS THAT DETERMINE IT

| | |
|--|-----|
| The basic factors of negative and positive influence on health (<i>Borshchyk L.M., Tytarenko L.V., Savina O.G., Pavlenko O.V.</i>) | 60 |
| Anthropogenic factors of the environment and human health (<i>Zub O.V.</i>) | 66 |
| Genetically deterministic and socioecological factors defining general health of students in Ukraine (<i>Sokolenko V.L., Sokolenko S.V., Shmygol I.V.</i>) | 71 |
| Influence of lifestyle, ecological and genetic factors on quality and lifetime of human life (<i>Fedonyuk L.Ya., Bihunyak T.V., Yakovenko M.Ya. Bihunyak K.O.</i>) | 77 |
| Passive smoking: from the individual to social risk (<i>Kit L.Ya., Nalyvayko N.V.</i>) | 83 |
| Dental health of the population and methods his maintenance (<i>Golovanova I.A., Lyahova N.O., Sharbenko T.V.</i>) | 90 |
| Risks to the Health of the Modern Schoolchild: Eating Disorders (<i>Godun N.I., Myzdrenko O.M., Buts M.A., Kharchenko N.A.</i>) | 96 |
| Influence of parents on the formation of social health junior schoolboy (<i>Sinelnikova N.O.</i>) | 102 |
| The health status of students of higher educational institutions and ways of its improvement (<i>Khrystova T., Pyrko V., Kazakova S.</i>) | 108 |
| Sound nutrition as a significant factor of student's health (<i>Kovalchuk H.Ya., Lupak O.M.</i>) | 114 |
| Influence of listening to music in headphones on human hearing (<i>Maloshtan L.N., Kononenko A.G.</i>) | 120 |
| Dental health of the population and methods his maintenance factors of professionals health of teacher (<i>Meshko H.M.</i>) | 126 |

CHAPTER III. MEDICO-BIOLOGICAL MECHANISMS OF HEALTH AND ITS VIOLATIONS

| | |
|--|-----|
| Homeostasis and adaptation as criteria of a state of a person's health (<i>Soloshenko Ye.M., Boychuk Yu. D.</i>) | 133 |
| NO-dependent regulation of erythrocytes morpho-functional state and respiratory function of blood under alcohol intoxication (<i>Yefimenko N.V., Dudok K.P., Sybirna N.O.</i>) | 147 |
| Zinc deficit: focus on issues of intensive care of acute brain damage (<i>Teriv P.S., Shkurupii D.A.</i>) | 153 |

| | |
|--|-----|
| Molecular mechanisms of NO and hemoglobin interaction under diabetes mellitus and prospects of NO-synthase inhibitors using in the prevention and treatment of this disease (<i>Liuta M.Ya., Sybirna N.O.</i>) | 158 |
| Nitrated proteins are a molecular markers of radiation damages and under correction of radiation-induced changes by wine phenolic compounds (<i>Sabadashka M.V., Sybirna N.O.</i>) | 164 |
| Precondition and mechanisms of formation of the gastrointestinal failure syndrome in newborns which need intensive care (<i>Kholod D.A., Shkurupii D.A.</i>) | 171 |
| Pathways of abnormal alpha-synuclein degradation and their role in the pathogenesis of Parkinson's disease (<i>Stasyk O.G., Matiytsiv N.P., Dronska Kh.A., Klymyshyn N.I., Bobak Ya.P., Stasyk O.V.</i>) | 177 |
| Functional foodstuffs as perspective medical and preventive and dietary facilities (<i>Kalyuzhnaya O.S., Solovyova A.V., Strillets O.P., Ivahnenko O.L., Shapovalova O.V., Strelnikov L.S.</i>) | 185 |
| Epidemiological evaluation of the risk of disbiotic disorders in patients with arterial hypertension and ways of optimizing of their alimentary prophylaxis (<i>Kushnir O.V., Sydorchuk L.P., Iftoda O.M.</i>) | 194 |
| The Influence of Smoking and Drinking on the Antimicrobial Activity of Human Saliva (<i>Megalinska G.P., Strashko S.V., Ivanova T.S., Danylenko Je.V.</i>) | 201 |

CHAPTER IV. MODERN WAYS OF HEALTHCARE

| | |
|--|-----|
| Ways of transformation the scientific and educational system of modern society in the process of harmonization the relations in the system «Person-Nature» (<i>Goncharenko M.S.</i>) | 208 |
| Health preservation as an object of scientific knowledge (<i>Taimasov Yu.S., Turchinov A.V., Pashinsky P.P.</i>) | 220 |
| Bioethical and medico-social aspects of saving human health (<i>Kishkan I.G.</i>) | 232 |
| Personal responsibility for own health as a strategic principle of health practice (<i>Miheenko O.I.</i>) | 238 |
| Health-oriented worldview concept (<i>Bellorin-Herrera O .M, Korzhenko I.O.</i>) | 244 |
| Healthcare technology components within the state (<i>Medynskyi S.V.</i>) | 250 |
| The scientific backgrounds of prevention of the most widespread non-infectious diseases of the present time (<i>Meleha K.P.</i>) | 256 |
| Cardiac rehabilitation is a challenge of time (<i>Molchko O.Y.</i>) | 263 |
| It is fundamental value of the Ukrainian folk traditions in a health-saving of the modern person (<i>Miroshnichenko O.M.</i>) | 270 |
| Health culture as a component of universal culture (<i>Falasenid T.M., Shyjka J.I.</i>) | 277 |
| Upbringing the value of culture of health, healthy life style, health preserving: experience, ways, stages (<i>Prima R.M., Tsypliuk A.M.</i>) | 282 |
| Students' health culture and environmental approach to its development under the conditions of a higher educational establishment (<i>Avdieienko I.M.</i>) | 289 |
| Philosophical reflection of a healthy lifestyle as necessary of civilized human (<i>Sainchuk M.M.</i>) | 294 |
| Theoretical-methodological basics of healthy lifestyle formation (<i>Vakylenko O.V.</i>) | 301 |
| From the history of forming a healthy lifestyle and bad habits control (<i>Bieliaieva O.M., Bieliaiev I.S.</i>) | 309 |
| A model of formation of a healthy lifestyle (<i>Mohylnyi F.V.</i>) | 320 |
| Healthy lifestyle: the role of health saving technologies (<i>Petryuk S.E.</i>) | 326 |

| | |
|---|-----|
| Information security and culture as a factors mental health preservation for youth students (<i>Varyvoda K.S., Hordenko S.I., Kozubenko Y.L.</i>) | 333 |
| The competence of the chemical safety as a component of the people's health (<i>Ishchenko A.A.</i>) | 339 |
| Rational nutrition as a component of a culture of health (<i>Gorobey M.P.</i>) | 346 |
| A healthy lifestyle is life without alcohol (<i>Tereshkevych H.T.</i>) | 353 |
| The usage of health safety technologies of the children during in conditions of their adaptation for pre-school establishments (<i>Hnizdilova O.A., Bursova S.S.</i>) | 361 |
| The Methodical Features of Modern Health-Saving Lesson's Organization in Elementary School (<i>Vashchenko O.M.</i>) | 367 |
| Technological features of forming of value attitude to health in pupils of primary school (<i>Romanenko L.V., Romanenko K.A.</i>) | 373 |
| The problem of health-saving usage of ICT in secondary school (<i>Suhih A.S.</i>) | 379 |
| Healthcare-saving training sessions on physical education in secondary schools (<i>Duhovniy L.F., Hmyrya H.V.</i>) | 388 |
| Kinetoprohylaxisof posture disorders and obesity in childhood as the guarantee of health (<i>Pogorletchi A.N., Godorozea M.D., Zavalisca A.A., Corman M.V., Savitchi S.K.</i>) | 394 |
| Neyrotizm as the complicated work ofnervous system (<i>Voytko V.V.</i>) | 402 |
| Methodological foundations of ecology-valeological culture and problems of health care in the conditions of a sports institution (<i>Volyk G.P., Skoropadskaya S.O.</i>) | 409 |
| Sexual behavior and contraceptive choice female students – the key to maintaining their reproductive health (<i>Bugaevskiy K.A.</i>) | 414 |
| Application of fitness equipment in recreation and health classes of students of higher educational institutions (<i>Zhamardiy V.O., Kravchenko I.P.</i>) | 421 |
| Synergy of health saving and taching techniques in Kharkiv national medical university (<i>Pastukhova N.L., Sadovnychenko Yu.O., Myasoyedov V.V.</i>) | 427 |
| On the necessity of the subject specialization «Human health» for the training of the future teacher (<i>Grinyova M.V.</i>) | 434 |
| Preparation of future social pedagogues and social workers to forming a healthy lifestyle of pupils (<i>Kostina V.V.</i>) | 439 |
| Formation of health saving competence in the future teachers in process of professional preparation (<i>Kotsur N.I., Tovkun L.P.</i>) | 446 |
| Formation digital literacy of future teachers in inclusive education environment (<i>Prokopenko A.I., Oliynyk T.O., Moskalenko V.V., Lebedeva V.V.</i>) | 453 |
| Psychological features of the effective activity of future specialists in physical education (<i>Melnik O.A.</i>) | 460 |
| The objectives and content of the formation of health-competence of future engineers-technologists of food industry (<i>Lazarieva T.A., Blahyi O.S.</i>) | 465 |

Наукове видання

ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ЗДОРОВ'Я І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

Колективна монографія
за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука

Підписано до друку 18.10.2017. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Times ET. Друк ризографічний.
Умов. друк. арк. 12,3. Наклад 350 прим. Замов. № 1018/10-17. Ціна договірна.

Видавець: Рожко Сергій Григорович
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру видавців,
виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції ДК № 4924 від 24.06.2015 р.
Адреса для листування: а/с 11437, м. Харків, 61171

Надруковано з готових оригінал-макетів у друкарні ФОП Петров В. В.
Єдиний державний реєстр юридичних осіб та фізичних осіб-підприємців.
Запис № 2400000000106167 від 08.01.2009 р.
61144, м. Харків, вул. Гв.Широнінців, 79в, к. 137, тел. (057) 778-60-34.
e-mail:bookfabrik@mail.ua

2. Гаубер-Швенк Г., Швенк М. Харчування: dtv-Атлас. К.: Знання-Прес, 2004. - 183 с.
3. Довідник дитячого ендокринолога. – К., 2008. – 105 с.
4. Зубар Н.М. Основи фізіології та гігієни харчування: підручн. — К.: Центр учбової літератури, 2010. - 336 с.
5. Міхесенко О.І. Культура харчування як складова культури здоров'я людини (валеологічний аспект) // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. – № 3. – С. 116-121.
6. Оздоровче харчування / Лиходід В.С., Владімірова О.В., Дорошенко В.В. - Запоріжжя, 2006. - 273 с.
7. Определение цитрат - ионов в сладких безалкогольных напитках по молекулярной люминесценции рутина в комплексе с иттрием (III) / С.В. Бельтюкова та ін. // Харчова наука і технологія. – 2016. – Вип. 10. – № 2. – С.14-18.
8. Пити чи не пити кока-колу? // Правильне харчування [сайт]. 2016. URL: [http](http://)
9. Типовые патологические процессы. Патофизиология обмена веществ: учебн. пособ. для студ. высших учебных медицинских заведений. – Самара, 2008. – 100 с.
10. Траверсе Г.М. та ін. Дитяча нутріціологія: навч. посіб. – Полтава, 2009. – 175 с.

ВПЛИВ БАТЬКІВ НА ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

(Сінельнікова Н.О.)

Сучасна система освіти в Україні зазнає значних змін у зв'язку з прогресивними перетвореннями в країні. Характерною її особливістю є гуманізм і демократизм, спрямовані на формування національної самосвідомості її громадян. Країна поступово відходить від тоталітарної уніфікації і стандартизації педагогічного процесу. По-новому відбувається переосмислення цінностей, пошук нового в теорії та практиці навчання та виховання.

Кардинальні зміни відбуваються в усіх сферах суспільного життя, у свідомості як суспільства в цілому, так і кожного громадянина зокрема. Сім'я покликана вже з ранніх років готувати дитину до дорослого життя, практичної діяльності, допомагати засвоїти позитивний досвід старших поколінь, набути власний стиль поведінки й діяльності.

У цей період саме від батьків залежить успішність соціальної адаптації дитини, зокрема від того, які приклади соціальної комунікації із зовнішнім світом вони продемонструють їй.

Усе, що відбувається в соціумі, безпосередньо і постійно впливає на психічний, фізичний та духовний стан дитини. Щоденно і повсякчасно виявляється взаємодія між мінливим соціумом та особистістю, яка так само впливає і формує його. Їх безпосередня взаємодія реалізується з самого малечку, коли дитина реагує на погляди, міміку, жести, мову рідних і близьких. Поступово коло її соціальних зв'язків розширюється і виникають проблеми адаптаційного характеру. Оточення дитини значно збільшується тоді, коли вона йде до школи. Будучи «першачком», вона усвідомлює, що має враховувати думки інших людей, прислухатися до них, учитися спілкуватися з однолітками, вчителями так, щоб взаємини були дружніми і сприяли

хорошому настрою. Оскільки батьки для учнів залишаються авторитетними дорослими, то саме вони мають допомагати дітям учитися комунікувати у суспільстві.

Нерідко трапляється так, що самі батьки стають причиною дезадаптації дітей у соціумі, породжують комплекси, спричиняють психічні порушення, які заважають дитині самореалізуватися. У зв'язку з цим виникає нагальна потреба у формуванні соціального здоров'я молодшого школяра, що є вкрай важливою та актуальною проблемою, яка потребує поглибленого вивчення.

Враховуючи актуальність проблеми соціального здоров'я, у Державній національній програмі «Освіта (Україна XXI)» [12], Національній доктрині розвитку освіти у XXI столітті [14], Концепції Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» [9], Законі України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» [4] зазначено, що найважливішим стратегічним завданням є всебічний розвиток людини (зокрема, й дитини), становлення її духовного, психічного, соціального та фізичного здоров'я, формування у дітей відповідального ставлення до нього як найвищої особистісної та суспільної цінності. Це завдання знайшло відображення і в Конституції України [8], Законах України «Про освіту» [6], «Про дошкільну освіту» [5]. Отож, перед педагогічним товариством поставлена стратегічна мета – пошук шляхів удосконалення процесу збереження, зміцнення та формування здоров'я юного покоління в цілому і кожної особистості зокрема.

Проблему соціального здоров'я молодшого школяра вивчали як вітчизняні, так і зарубіжні науковці. І. Коцан, Г. Ложкін, М. Мушкевич досліджували психологічні основи здоров'я особистості, акцентували увагу на принципах та фактах поліпшення психічного здоров'я людини, способах психологічного захисту, діагностичних методиках, які дозволяють визначити стан здоров'я особистості, тощо.

Науковці визначають соціальне здоров'я як «інтегративний показник об'єктивних і суб'єктивних соціальних характеристик особистості, що детермінується соціально-рольовими й аксіологічними характеристиками індивіда та водночас особливостями впливу найближчого оточення й суспільства, характером і рівнем розвитку, що притаманне основним сферам суспільного життя в певному середовищі – економічному, політичному, соціальному, духовному» [10, с. 162].

Під соціальним здоров'ям також розуміють міру соціальної активності, діяльності, ставлення індивіда до світу [11, с. 33]. У цьому контексті важливим є усвідомлення себе як особистості з урахуванням статі і взаємодії у сучасному світі. Така взаємодія відбувається з усвідомлення важливості культури спілкування в сім'ї, з товаришами, однокласниками, вчителями, дорослими, які з'являються у житті дитини [11, с. 34].

Учені В. Канеп, Б. Ольшанський і Г. Цареградцев розкрили значимість здоров'я у суспільному масштабі, зазначивши, що соціальне здоров'я не лише допомагає людині реалізувати себе, але й є значущим індикатором благополуччя народу в цілому [11, с. 33].

Важко не погодитися з думкою науковців, оскільки від економічної стабільності, демографічного та санітарно-гігієнічного становища і політики держави залежить добробут її народу. Високий рівень психологічного, соціального та духовного здоров'я продукує й фізичне. Соціальне здоров'я безпосередньо впливає на якість та ефективність трудових ресурсів, у чому відображається взаємозалежність держави та особистості.

Зарубіжні науковці Ф. Гутцвіллер і О. Жанрі зосереджують увагу на тісному взаємозв'язку індивідуального та соціального здоров'я, наголошуючи, що соціальне здоров'я має сприяти збереженню здоров'я людини. Їх дослідження присвячені профілактичним та пропедевтичним завданням соціального здоров'я.

Г. Ложкін, О. Носкова, І. Толкунова прослідковують варіативність розгляду поняття «соціальне здоров'я», що передбачає [13, с. 187]: соціальну значимість тих чи інших захворювань у міру їх поширеності; економічні втрати, що ними викликаються (тобто загрози для існування популяції чи страху перед такою загрозою); вплив суспільного ладу на причини виникнення хвороб, характер їх протікання та вихід (тобто можливості виліковування або смерті); оцінку біологічного стану певної частини чи всієї людської популяції на основі інтегрованих (агрегованих) статистичних показників, які становлять так звану соціальну статистику.

До характеристик соціального здоров'я особистості вони віднесли: адекватне сприйняття соціальної дійсності; інтерес до навколишнього світу; адаптація (рівновага) у фізичному й суспільному середовищі; спрямованість на суспільно корисну справу; культура споживання, альтруїзм, емпатія, відповідальність перед іншими, безкорисливість, демократизм у поведженні [13, с. 189].

Відповідно до поглядів науковців, для підтримки соціального здоров'я важливо враховувати соціальний досвід особистості, самоусвідомлення її в суспільстві, уміння співчувати переживанню інших людей, спричиненому власною поведінкою, готовність до відповідальності за свої вчинки та здатність до комунікації в соціумі. Зазначені особливості є показниками соціального здоров'я людини.

До показників соціального неблагополуччя належать [10, с. 165]: неадекватне сприйняття (відображення) навколишнього світу; дезадаптивна поведінка; конфліктність, ворожість; егоцентризм (що виливається в жорстокість і безсердечність); прагнення до керівництва (як самоціль) тощо. Ці показники тісно пов'язані з економічним станом у суспільстві. Тому можемо говорити про значний вплив держави на регулювання соціального здоров'я особистості. Коли людина буде почуватися соціально захищеною, перебувати в стані спокою, бачити перспективи свого розвитку, то й соціальне здоров'я буде на високому рівні.

У цьому контексті важливим є дослідження особливостей процесів, які забезпечують інтеграцію дитини в суспільство. Засадничими є твердження чеського психолога Й. Лангмейера, який до таких процесів відносить [2, с. 22.]: 1) розвиток соціальної реактивності – формування диференційованого

емоційного ставлення до людей; 2) розвиток соціального контролю – пристосування поведінки індивіда до норм суспільства; 3) засвоєння соціальних ролей – очікувана поведінка відповідно до віку та статі дитини. Науковець акцентує увагу на емоційних, етико-моральних та індивідуально-вікових особливостях дитини, що безпосередньо відображаються на її реалізації в соціумі.

На необхідності забезпечення всебічного розвитку дитини наголошують науковці Е. Вайнер, В. Войтенко, Ю. Лісичин, Г. Нікіфоров, В. Петленко, які розглядають здоров'я як інтегровану якість повноцінного гармонійного людського буття в усіх його вимірах та аспектах.

Учені В. Котирло, С. Кулачківська, С. Ладивір, Л. Мельник, З. Плохій вивчають сприятливі умови для цілісного розвитку дитини як особистості та формування її соціального здоров'я [11, с. 167].

Серед таких умов особливе місце займає психологічний клімат у сім'ї, рівень педагогічної культури батьків. Оскільки первинним соціумом для дитини є сім'я, то саме в ній і формується соціальне здоров'я. Таке твердження підкріплюється поглядами російських науковців: О. Ковшовою, І. Пахомовою, Д. Печкуровим, Г. Порецьковою [7, с. 435–437], які провели дослідження щодо впливу типу сімейного виховання на шкільну адаптацію молодшого школяра для виявлення факторів, що впливають на соціально-психологічну адаптацію та оздоровлення молодших школярів.

Результати проведеного дослідження свідчать про те, що на початковому етапі навчання діти можуть відчувати труднощі в адаптації, спричинені сімейними обставинами. Серед них основними є: завантаженість батьків на роботі, низький рівень матеріального забезпечення, умови проживання, взаємини в сім'ї.

Ці дослідження також доводять, що стиль сімейного виховання, характер дитини, рівень педагогічної культури батьків (медико-біологічних та здоров'язбережувальних знань) безпосередньо впливають на перебіг адаптаційного періоду навчання молодших школярів та їх подальшу соціалізацію. З огляду на це, дослідження підтверджує важливість активної роботи вчителя з батьками, спрямоване на підвищення їх педагогічної культури.

Серед несприятливих факторів соціально психологічного ризику зриву шкільної адаптації зазначені науковці виокремлюють: 1) функціональні та органічні порушення стану здоров'я; 2) розвиток психосоматичних скарг (головні, абдомінальні болі, болі в ногах, в ділянці серця), що знижують якість життя і навчання; 3) неблагополучну соціальну ситуацію розвитку дітей молодшого шкільного віку – негармонійний стиль сімейного виховання, що змінює емоційний і психічний стан дитини [7, с. 437]. Зазначене дослідження та його результати демонструють, наскільки тісно взаємопов'язане психічне, фізичне та соціальне здоров'я.

Відповідно до поглядів науковця Т. Бонкало [1, с. 97], сучасній школі необхідний новий методологічний підхід до організації комплексної системи діяльності соціально-психологічної служби сім'ї для надання своєчасної

допомоги родині кожного учня, виявлення факторів ризику щодо розвитку психосоматичних захворювань, корекції дисфункційних відносин у родині.

Сучасні науковці одностайні в думці, що основою соціального здоров'я суспільства є насамперед здорова родина. Такою вона стає тоді, коли реалізуються всі функції сім'ї, до яких належать: репродуктивна – відтворення свого роду, підтримка та збереження репродуктивного здоров'я; виховна – забезпечення спадковості у розвитку культури, участь у збереженні й передачі молодому поколінню духовних цінностей і трудових навичок, надання навичок первинної соціалізації дитини, формування поглядів, моральних установок, цінностей; економічна, матеріально-виробнича, господарсько-побутова функції – накопичення матеріальних благ і їх передача наступним поколінням; рекреативна (відновлююча) – надання навичок проведення спільного дозвілля з метою відпочинку та релаксації; емоційної стабілізації і психологічної терапії – отримання психологічного захисту, емоційної підтримки в сім'ї, задоволення потреби в особистому щасті, любові; комунікативна – задоволення потреб людини в спілкуванні на основі взаєморозуміння і взаємної підтримки; регулятивна функція – здійснення моральної регламентації поведінки членів сім'ї в спілкуванні один з одним та людьми, що їх оточують.

Зазначені функції є загальносоціальними у тому розумінні, що дають можливість реалізуватися особистості не лише в родині, а й у соціумі [11, с. 268]. Вони розкривають вагоме значення сім'ї як первинного осередку, що забезпечує соціалізацію дитини, її самореалізацію, захищає та вчить долати проблеми, що можуть виникати під час взаємодії з соціумом.

Формування соціального здоров'я дитини – це важливий момент у житті кожної людини і суспільства. Власне тому формування у дитини готовності бути здоровою належить до її пріоритетних напрямів.

До складових такої готовності науковці В. Бузунова і В. Петленко зараховують: потребу (хочу) бути здоровим; здатність (можу) будувати свої відносини із самим собою та навколишнім світом; рішучість (буду) жити за природовідповідними законами.

Реалізація зазначених складових [15, с. 302] дозволяє сформувати у дитини ціннісне ставлення до себе, свого образу «Я», одним із компонентів якого є «Я – здоровий».

В основі соціального здоров'я дітей є нестресовий стиль життя. До домінантних показників соціального здоров'я належать: достатнє й зрівноважене спілкування з однолітками та молодшими дітьми, з іншими людьми, старшими за віком і з різним соціальним статусом; швидка адаптація до фізичного й суспільного середовища; спрямованість на суспільно корисну справу, культура користування матеріальними благами.

На формування соціального здоров'я впливають такі зовнішні чинники, як: готовність батьків передати здоров'я своїй дитині у внутрішньоутробний період її розвитку, а потім формувати здоров'я малюка після народження; соціально-економічні, соціально-педагогічні, психологічні та побутові умови у суспільстві, сім'ї, в навчальному закладі, де перебуває дитина; екологічне

середовище; здоров'язбережувальний простір, в якому зрівноважуються вроджені адаптивні здатності дитини та змінне середовище; рівень компетенції дорослих щодо формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я дітей [3, с. 28].

До внутрішніх чинників належить розуміння того, що являє собою здоров'я і здоровий спосіб життя.

Таким чином, серед головних завдань, які постають сьогодні перед учителями та батьками, виокремлюється виховання в дитини відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я людей, що її оточують, як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Реалізація цього завдання здійснюється за рахунок валеологічного виховання в навчальних закладах, створення екологічно спрямованого життєвого простору, оптимізації режиму освітнього процесу, впливу на свідомість дитини під час навчання, інтеграції змісту навчальних дисциплін, формування вмінь приймати оздоровчі рішення, надаючи кожній дитині психологічну підтримку, просвітницько-виховної роботи, формування навичок здорового способу життя з орієнтацією на власний приклад тощо.

Список використаних джерел

1. Бонкало Т. И. Комплексная социально-психологическая помощь семье в рамках психологической службы образования // Изв. Самарского научн. центра РАН. – 2010. – Т. 12. – № 3. – С. 95–100.
2. Брызгунов И. П., Касатикова Е. И. Непоседливый ребенок, или Все о гиперактивных детях. – М.: Психотерапия, 2008. – 208 с.
3. Витоки здоров'я дитини: темат. зб. пр. / уряд. А. А. Волосюк; за заг. ред. Л. А. Шишолік. – Рівне: РОІППО, 2014. – 91 с.
4. Закон України «Основи законодавства України про охорону здоров'я» [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2801-12>.
5. Закон України «Про дошкільну освіту» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2628-14>.
6. Закон України «Про освіту» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1060-12>.
7. Ковшова О.С. и др. Роль семьи в сохранении здоровья и социально-психологической адаптации младших школьников // Изв. Самарского научн. центра РАН. – 2010. – Т. 12. – № 5 (2). – С. 435–437.
8. Конституція України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/254к/96-вр>.
9. Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.moz.gov.ua/ua/portal/Pro_20110706_1.html.
10. Коцан І. Я. та ін. Психологія здоров'я людини.– Луцьк: РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2011. – 430 с.
11. Маруненко І. М., Тимчик О. В. Медико-соціальні основи здоров'я: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. – К.: Київськ. ун-т ім. Бориса Грінченка, 2016. – 331 с.
12. Постанова від 3 листопада 1993 р. № 896 «Про Державну національну програму «Освіта» («Україна ХХІ століття»)» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/896-93-п>.
13. Психология здоровья человека / Г. В. Ложкин, О. В. Носкова, И. В. Толкунова; под ред. В. И. Носкова.– Севастополь: Вебер, 2003. – 257 с.
14. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку освіти» [Електронний

ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>.

15. Черевещенко Т. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх вихователів // Sustainable development – scientific debut 2013. – Warszawa : Wyższa Szkoła Menedżerska w Warszawie im. prof. Leszka J. Krzyżanowskiego, 2014. – С. 299–309.

СТАН ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ТА ШЛЯХИ ЙОГО ПОЛІПШЕННЯ

(Христова Т.Є., Пюрко В.Є., Казакова С.М.)

Різні аспекти здоров'я молодого покоління є однією з глобальних проблем сучасності. Вона виникає разом з людиною і видозмінюється відповідно до руху людської культури. Здоров'я - це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не просто відсутність хвороб і фізичних вад. Таке визначення міститься в преамбулі уставу Всесвітньої організації охорони здоров'я. Одним з найважливіших показників стану здоров'я є рівень функціонального розвитку адаптивних систем організму людини [3, с. 16]. Здоров'я є процесом збереження та розвитку фізіологічних, біологічних і психічних функцій, оптимальної трудової та соціальної діяльності за максимальної тривалості активного творчого життя [5, с. 12; 16, с. 21].

Максимальний рівень здоров'я людини – це мета, досягнення якої повинна забезпечити кожному члену суспільства сучасна держава. Однак не секрет, що існуюча система охорони здоров'я, медицина зосереджені в основному на розробці новітніх технологій лікування [12, с. 17]. Але хворих не стає менше, а навпаки, в світі розповсюджується епідемія хронічних неінфекційних захворювань серед населення самого активного віку. Ці захворювання є основною причиною смерті. Така ситуація спостерігається й в Україні, вона складає загрозу національній безпеці держави [1, с. 13]. Саме медико-соціальний статус студентської молоді в майбутньому визначить якість трудового, економічного, репродуктивного та оборонного потенціалу нашої країни.

Здоров'я молоді України характеризується високим рівнем захворюваності, інвалідності та смертності. Сучасні дослідники [10, с. 2386; 11, с. 54] відзначають, що навчальні навантаження збільшилися, наявні форми фізичного виховання не застосовуються або в даний час використовуються не ефективно, спостерігається повсюдне згортання профілактичного напрямку через відсутність фінансування.

Різні аспекти здоров'я студентів навчальних закладів були і залишаються предметом пильної уваги дослідників [2, с. 7]. Але на сьогоднішній день дуже мало порівняльних та узагальнюючих робіт про стан здоров'я та здоров'язбережувальну поведінку студентів різних країн. Дослідження стану здоров'я студентів північно-західного Приазов'я практично не проводилися.

Дані положення обумовлюють актуальність теми дослідження, яка пов'язана з необхідністю вирішення проблеми з оздоровлення молоді України, яка має важливе теоретичне і практичне значення.