

ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ СТУДЕНТІВ СПЕЦІАЛЬНОСТІ СПЕЦІАЛЬНА ОСВІТА ЛОГОПЕДІЯ

Головченко О.І.

Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка
Суми, Україна

Анотація. В результаті оцінки фізичної активності студентів-логопедів встановлено середній рівень з енерговитрат ($2346,029 \pm 56,04$ ккал/кг) та еквівалентну норму фізичного розвитку (86,36%)

Ключові слова: фізична активність, здоров'язберезувальна компетентність, здоров'я, здоровий спосіб життя, логопед.

Holovchenko O.I. ASSESSMENT OF PHYSICAL ACTIVITY OF SPEECH THERAPY STUDENTS

Summary. *The results of the assessment of the physical activity of future speech therapists indicate its average level with energy expenditure of 2346,029±56.04 kcal/kg and physical development equivalent to the norm of 86,36%.*

Key words: *physical activity, health care competence, health, healthy lifestyle, speech therapist.*

Вступ. Відповідно до проекту Професійного стандарту вчителя-логопеда закладу загальної середньої освіти обов'язковою професійною компетентністю є здоров'я-збережувальна компетентність, як здатність не тільки організувати безпечне освітнє середовище, а й зберігати особисте фізичне здоров'я під час професійної діяльності. Тому, професійна підготовка майбутнього вчителя-логопеда повинна передбачати формування такої компетентності для успішної професійної діяльності у майбутньому [1]. Враховуючи особливості способу життя молоді та необхідність підготувати фахівця зі сформованими професійними компетентностями, перед освітніми програмами закладів вищої освіти постає питання оптимізації підготовки з урахуванням індивідуальних особливостей фахівців, що і визначає актуальність проведеного дослідження.

Мета дослідження – оцінити рівень фізичної активності студентів спеціальності 016.01 Спеціальна освіта Логопедія.

Для досягнення поставленої мети проведено оцінку фізичної активності (ФА) відповідно керівництва CINDI щодо харчування [2]. Під час дослідження враховано рекомендації ВООЗ з оцінки енергетичної адекватності харчування щодо розрахунку енергетичних витрат та класифікації статусу харчування за індексом маси тіла (ІМТ) [3]. У якості опитувальника використано хмарне середовище Google.forms, яке включало поінформовану згоду респондента. Дослідження проведено в рамках вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

У дослідженні взяли участь 21 студентка спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія) 18-20 років протягом 2022 року Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка.

Отримані дані підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми «Statistica 8.0».

Результати дослідження. Фізична активність студентів спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія) характеризується середнім рівнем (59,05%), який передбачає наявність помірних регулярних навантажень від 30 до 60 хвилин

на день. Такий рівень передбачав енерговитрати у середньому – $2346,029 \pm 56,04$ ккал/кг.

У 36,36% випадків студенти мають низький рівень ФА з енерговитратами $2009,18 \pm 59,91$ ккал/кг, що передбачає малорухомих спосіб життя з фізичними навантаженнями менше ніж 30 хвилин. Студентів з високим рівнем ФА встановлено 4,55% з енерговитратами $2466,65$ ккал/кг, що відповідає інтенсивним регулярним навантаженням більше 60 хвилин на день.

Фізична активність та харчова поведінка студентів впливає на їх рівень фізичного розвитку. Індекс маси тіла допомагає встановити відповідність маси тіла до зросту людини. У студентів, майбутніх логопедів переважає нормальний еквівалент маси тіла до зросту і реєструється частка у 86,36%, що свідчить про відповідність фізичної активності до харчування. З дефіцитом маси тіла встановлено 13,64% студентів, що свідчить про недостатність харчування.

Висновки: Встановлені особливості фізичної активності та фізичного розвитку свідчать про необхідність вдосконалення програми формування здоров'язбережувальної компетентності у закладі вищої освіти під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» за напрямками: різноманіття форм фізичної активності, оптимізації режиму дня та ролі харчування у формуванні фізичного розвитку.

Результати проведеної оцінки фізичної активності майбутніх логопедів свідчать про середній її рівень з енерговитратами $2346,029 \pm 56,04$ ккал/кг та еквівалентний нормі фізичний розвиток у 86,36%.

Встановлено напрями оптимізації формування здоров'язбережувальної компетентності у закладі вищої освіти за допомогою навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

Список літератури:

1. Публічне обговорення громадського проєкту професійного стандарту на групу професій. URL: <https://nqa.gov.ua/news/publicne-gromadskogo-obgovorennja-projektu-profesijnogo-standartu-na-grupu-profesij/>
2. Латіна Г.О. Поведінкові фактори ризику хронічних неінфекційних захворювань у молоді. *Сучасні проблеми логопедії та реабілітації: матеріали VII Всеукр. заочної наук.-практ. конф.*, 15 лют. 2018 р. Суми: ФОП Цьома С.П., 2017 С. 146-148. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/4c0ca6c3-53a7-4c22-98ab-00b4d111b641/content>
3. Головченко О.І. Оптимізація самостійної роботи студентів під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання». *Наука і освіта*. 2016. № 8. С. 19-24. URL: <https://publons.com/wos-op/publon/65668724/>