



” Кубатко А. Критерії, показники та рівні сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. *Освіта. Інноватика. Практика*, 2022. Том 10, № 2. С. 21-29. DOI: 10.31110/2616-650X-vol10i2-003

Kubatko A. Kryterii, pokaznyky ta rivni sformovanosti kultury zdorovia maibutnix fakhivtsiv ekonomichnykh spetsialnostei [Criteria, indicators, and levels of formation of health culture future specialists in economic specialties]. *Osvita. Innovatyka. Praktyka – Education. Innovation. Practice*, 2022. Vol. 10, № 2. S. 21-29. DOI: 10.31110/2616-650X-vol10i2-003

УДК 378:63-057.875]:[613:005.336.2]:796.011.1

DOI: 10.31110/2616-650X-vol10i2-003

Аліна КУБАТКО

Національний університет «Запорізька політехніка», Запоріжжя, Україна

<https://orcid.org/0000-0001-8542-8804>

a.kubatko@ukr.net

КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ ТА РІВНІ СФОРМОВАНOSTІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Анотація. Стаття розкриває один із аспектів проблеми формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки – діагностичний апарат для виявлення рівнів сформованості такої культури. Схарактеризовано категорію «культура здоров'я майбутніх фахівців». Обґрунтовано, що провідна роль у формуванні культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей належить прикладній фізичній підготовці. Описано діагностичний апарат з критеріями (аксіологічний, гносеологічно-діяльнісний, поведінковий) і показниками (мотивація здорового способу життя; обізнаність у сфері культури здоров'я; уміння оцінити стан здоров'я; фізкультурно-оздоровчі вміння; емоційно-вольова регуляція; прагнення до саморозвитку), за якими схарактеризовано рівні (пасивний, елементарний, базовий, високий) сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. Розроблені. За результатами проведеного дослідження сформульовано рекомендації для успішного формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей, які базуються на попередженні професійних захворювань. Перспективними напрямками подальших досліджень вважаємо: розвиток культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей в умовах магістратури; формування культури здоров'я фахівців інших спеціальностей на засадах прагматичного підходу; педагогічні умови розвитку культури здоров'я в умовах неформальної освіти.

Ключові слова: культура здоров'я; критерії сформованості культури здоров'я; показники сформованості культури здоров'я; рівні сформованості культури здоров'я; майбутні фахівці економічних спеціальностей; прикладна фізична підготовка; професійна підготовка.

Alina KUBATKO

Zaporizhzhia Polytechnic National University, Zaporizhzhia, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0001-8542-8804>

a.kubatko@ukr.net

CRITERIA, INDICATORS, AND LEVELS OF FORMATION OF HEALTH CULTURE FUTURE SPECIALISTS IN ECONOMIC SPECIALTIES

Abstract. The article reveals one of the aspects of the problem of forming a health culture of future specialists in economic specialties in the process of applied physical training - a diagnostic device for identifying the levels of the formation of such a culture. The category "health culture of future specialists" is characterized. It is substantiated that the leading role in the formation of the health culture of future specialists in economic specialties belongs to applied physical training. The diagnostic apparatus is described with criteria (axiological, epistemological-functional, behavioral) and indicators (motivation for a healthy lifestyle; awareness in the field of health culture; the ability to assess the state of health; physical culture and health skills; emotional and volitional regulation; the desire for self-development), according to which the levels (passive, elementary, basic, high) of the formation of the health culture of future specialists in economic specialties are characterized. Based on the results of the research, recommendations were formulated for the successful formation of the health culture of future specialists in economic specialties, which are based on the prevention of occupational diseases. We consider the following promising areas of further research: the development of the health culture of specialists in economic specialties in the conditions of a master's degree; the formation of the health culture of specialists of other specialties based on the pragmatological approach; pedagogical conditions for the development of health culture in the conditions of non-formal education.

Keywords: health culture; criteria of health culture formation; indicators of health culture formation; levels of health culture formation; future specialists of economic specialties; applied physical training; professional training.

Постановка проблеми. Для успішної підготовки фахівців економічних спеціальностей: затребуваними стають навички роботи з інформаційними системами, базами даних та уміння опрацювати інформацію, здійснювати її критичний аналіз, моделювати процеси, прогнозувати наслідки, проводити математичні розрахунки тощо. Згадані дії потребують тривалого перебування за монітором комп'ютера, максимальної концентрації, частого нервово-емоційного напруження через стресові ситуації, що негативно позначається на здоров'ї фахівців економічних спеціальностей. Ураховуючи те, що успішність у роботі, професійне довголіття, якість виконуваної роботи напряму залежать від стану здоров'я фахівця, проблема сформованості культури здоров'я набуває професійно

орієнтованого ракурсу. А тому у формуванні культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей провідна роль має надаватися закладам вищої освіти.

Актуальність теми дослідження. На модернізації професійної підготовки майбутніх фахівців, у т.ч. майбутніх фахівців економічних спеціальностей на засадах інноваційного розвитку зацентровано увагу в Законах України «Про освіту» (2017 р.), «Про вищу освіту» (2014 р.). Актуальність проблеми формування культури здоров'я окреслена в законодавчо-нормативних документах, про що свідчать: Закон України «Про охорону здоров'я» (1993 р.), Концепція «Здоров'я 2020: український вимір» (2011 р.), Цільова соціальна комплексна програма розвитку фізичної культури і здоров'я (2016 р.), листи Міністерства освіти і науки України «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах» (2015 р.), Постанова Верховної Ради України «Про забезпечення сталого розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні в умовах децентралізації влади» (2016 р.) та інші державні програми і документи.

На науковому рівні означена проблема знайшла відображення в роботах, у яких [1-12; 16-17; 19-23; 25-26; 28-35]:

– обґрунтовано важливість здоров'язбереження (Ю. Бойчук, Л. Сущенко та ін.), удосконалення навчальних планів професійної підготовки фахівців з метою формування знань про здоров'я та умінь його зберігати й відновлювати (Д. Бермудес, М. Носко, В. Приходько, А. Чепелюк та ін.);

– висвітлено різні аспекти формування здорового способу життя студентів (Н. Башавець, В. Бондаренко, Д. Воронін, Г. Куртова та ін.), здоров'язбережувальної компетентності фахівців (А. Сущенко, С. Харченко та ін.);

– визначено теоретичні основи підготовки майбутніх економістів (О. Набока, Л. Нічуговська та ін.), проблеми наступності вищої економічної освіти (М. Левочко, О. Шпак та ін.), шляхи удосконалення системи економічної освіти (Л. Нічуговська, В. Стрельников та ін.), практичні аспекти фахової підготовки економістів (В. Зінченко, О. Кареліна, Т. Красікова, Л. Лебедик, Т. Поясок та ін.).

Водночас аналіз освітніх програм та змісту прикладної фізичної підготовки засвідчив поряд з обов'язковістю курсів фізичної культури, доступністю секційних занять різними видами спорту відсутність системного формування у майбутніх фахівців економічних спеціальностей культури здоров'я як сукупності знань про його складові, способи й методи збереження, уміння його зміцнювати й відновлювати. Також відсутнім виявився діагностичний апарат щодо виявлення рівнів сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки, а саме критерії, показники і рівні сформованості такої культури.

У енциклопедичних виданнях критерій трактується як ознака, на основі якої робиться оцінка, визначення чи класифікація; мірило для оцінки предмета чи явища [15, с. 149]; підстава для оцінювання або класифікації чогось [27, с. 211]. У педагогіці під критеріями розуміють «...сукупність ознак, на основі яких складається оцінка умов, процесу і результату навчальної діяльності, що відповідають навчальним цілям» [13, с. 234].

Основними вимогами до критеріїв є такі: об'єктивність, що дозволяє оцінювати досліджувану ознаку однозначно; адекватність, або валідність, тобто критерій повинен оцінювати саме те, що хоче оцінити дослідник; нейтральність відносно досліджуваних явищ; системність, тобто сукупність критеріїв повинна досить повно охоплювати всі суттєві характеристики досліджуваного явища, процесу [27, с. 142-143].

Певний рівень розвитку досліджуваного об'єкта за виділеними критеріями характеризують показники. На думку В. Тернопільської і О. Дерев'янка, показник – це кількісні або якісні характеристики сформованості якості, властивості, ознаки об'єкта, що вивчається, міра сформованості того чи іншого критерію [14, с. 265].

Зазначене обумовило напрям дослідження, **мета** якого – визначити діагностичний апарат для виявлення рівнів сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки.

Для вирішення поставлених завдань використано такі **методи дослідження**:

– *теоретичні*: аналіз, систематизація та узагальнення психолого-педагогічної, методичної, спеціальної літератури з проблем професійної підготовки майбутніх фахівців економічних спеціальностей, упровадженнь здоров'язбережувальних технологій в освітній процес, законодавчих та нормативних документів з питань вищої освіти з метою визначення нормативної бази дослідження, визначення стану розробленості проблеми та низки суперечностей; зіставлення та узагальнення вітчизняного й закордонного досвіду формування культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей; термінологічний аналіз для визначення ключових понять дослідження; структурно-логічний аналіз для визначення структури поняття «культура здоров'я», діагностичного апарату дослідження, характеристики рівнів сформованості культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей.

Виклад основного матеріалу. Культура здоров'я майбутніх фахівців є складовою професійної культури, а тому є особистісним утворенням, що характеризується низкою чинників: кругозір, вміння

і здібності, діапазон інтересів (рівень духовних ідеалів), світогляд, норми і методи діяльності. За результатами узагальнення наукових розвідок культуру здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей визначаємо як цілісне соціально значуще утворення особистості, яке характеризується єдністю пріоритету цінностей здоров'я людини, знаннями про методи його збереження і зміцнення, уміннями й навичками для успішної професійної самореалізації та виражається у здатності майбутніх фахівців економічних спеціальностей ефективно адаптуватися до умов праці і протистояти негативним впливам на власне здоров'я та здоров'я свого оточення [19].

Компонентами культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей є: *світоглядний* (охоплює соціальну складову здоров'я особистості, цінності фахівця, його мотиви й потреби у здоровому способі життя), *когнітивно-праксеологічний* (охоплює знання про фізичну, психічну та соціальну складові здоров'я особистості, про культуру здоров'я, уміння її розвивати, знання про методи відновлення й укріплення здоров'я та вміння їх використовувати у професійній діяльності), *особистісний* (характеризується здатністю фахівця протистояти негативним впливам умов праці на власне здоров'я та здоров'я свого оточення, уміннями саморозвиватися й удосконалюватися фізично).

Формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей – це цілеспрямований процес впливу на мотиви й цінності особистості з метою засвоєння майбутніми фахівцями знань про здоров'я (фізичне, психічне, соціальне), набуття вмінь оздоровчих дій та самоконтролю й самооцінки їх виконання, а також навичок психофізичної саморегуляції під час професійної діяльності [21].

Під час визначення критеріїв ми враховували, що культура здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей є інтегрованою характеристикою якостей фахівця, структурними компонентами якої є світоглядний, когнітивно-праксеологічний та особистісний. Відповідно до цих компонентів ми виділили такі критерії сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей: аксіологічний, гносеологічно-діяльнісний та поведінковий. За їх допомогою можна оцінити ступінь сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей і визначити ефективність процесу прикладної фізичної підготовки.

Для кожного критерію культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей ми визначили показники, що характеризують його сформованість.

Аксіологічний критерій характеризує світоглядний компонент культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. Його показником є сформованість у студентів *мотивації до здорового способу життя*.

Під час оцінювання сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей до стійкої мотивації відносили усвідомлене ставлення до оволодіння нею, професіоналізм у практичній здоров'язбережувальній діяльності, творчий підхід до вирішення проблем здоров'я [18, с. 102]. Серед здоров'язбережувальних цінностей Н. Добротіна виділяє самодостатні та інструментальні цінності. Самодостатні цінності знаходять своє вираження в меті здоров'язбережувальної діяльності, що пов'язана з розвитком особистості в процесі самооздоровлення, розвитку здоров'язбережувальної свідомості. Інструментальні цінності передбачають оволодіння теорією (нормами, принципами) і технологією (способами, прийомами) здоров'язбережувальної діяльності, що складають основу професійної підготовки. Цінності здоров'язбережувальної діяльності забезпечують суспільну значущість та престиж здоров'язбережувальної діяльності, зацікавленість нею, визнання та підтримку її колективом, можливість здійснювати збереження здоров'я, створювати здоров'язбережувальне освітнє середовище у ЗВО, можливість самоствердження та професійного зростання.

Позитивна мотивація до здорового способу життя є важливим показником сформованості культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей [24, с. 5]. До мотивів здорового способу життя можна віднести такі:

- соціальні мотиви (стосуються охорони здоров'я суспільства в цілому);
- здоров'язбережувальні мотиви (стосуються безпосередньо здоров'язбережувальної діяльності, наприклад, розуміння студентом змісту здоров'язбережувальної діяльності, здатність самостійно формулювати і розв'язувати проблеми здоров'я);
- мотиви особистісного розвитку (володіння собою, можливість реалізувати свій творчий потенціал під час здоров'язбережувальної діяльності).

Гносеологічно-діяльнісний критерій характеризує когнітивно-праксеологічний компонент культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. Показниками цього критерію є:

- *обізнаність у сфері культури здоров'я;*
- *уміння оцінки стану здоров'я;*
- *фізкультурно-оздоровчі вміння.*

Обсяг і повнота знань про здоров'я та способи його збереження, здатність використовувати знання, уміння і навички, набуті у період навчання для збереження здоров'я під час професійної діяльності і в повсякденному житті є важливою передумовою формування культури здоров'я фахівців

економічних спеціальностей, оскільки вони є основою для формування умінь і навичок збереження здоров'я, моральних переконань, естетичних поглядів і здоров'язбережувального світогляду. Знання та правильно обраний процес їх засвоєння є передумовою розумового розвитку фахівця економічних спеціальностей. Будучи складовою частиною здоров'язбережувального світогляду людини, знання визначають її ставлення до дійсності, моральні погляди, переконання, вольові риси і є однією із умов розвитку здібностей та інтересів [12]. Гносеологічно-діяльнісний критерій також відображає систему здоров'язбережувальних умінь, які є результатом якісного розвитку здоров'язбережувальних знань, інтересів, переконань і мотивів. Уміння – це система практичних і розумових дій, необхідних для зіставлення здоров'язбережувальної інформації з діями та використання здоров'язбережувальних знань.

Поведінковий критерій характеризує особистісний компонент культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. Показниками цього критерію є:

- *емоційно-вольова регуляція;*
- *прагнення до саморозвитку.*

Індивідуально-психологічні та духовні якості важливі для майбутнього фахівця економічних спеціальностей, зокрема, такі: відповідальність, емоційно-вольова стійкість, вимогливість, дисциплінованість, висока працездатність, високий рівень адаптаційних можливостей організму. Ці якості особистості дозволяють ефективно здійснювати саморозвиток й самоудосконалення майбутнього фахівця економічних спеціальностей, сприяють творчому підходу до здоров'язбережувальної діяльності та досягненню її максимальної ефективності й результативності.

Узагальнено виділені критерії та показники культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у табл. 1.

Таблиця 1.

Критерії та показники культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей

Компоненти культури здоров'я	Критерії	Показники
Світоглядний (цінності, мотиви, потреби ЗСЖ)	Аксіологічний	Мотивація ЗСЖ
Когнітивно-праксеологічний (знання про культуру здоров'я, уміння та навички підвищувати її рівень)	Гносеологічно-діяльнісний	Обізнаність у сфері КЗ
		Уміння оцінки стану здоров'я
		Фізкультурно-оздоровчі вміння
Особистісний (позитивні емоції, позитивне ставлення до оточуючих, здатності до саморозвитку, самовдосконалення)	Поведінковий	Емоційно-вольова регуляція
		Прагнення до саморозвитку

Ступінь розвитку показника характеризує рівень. У наукових дослідженнях приділяється значна увага проблемі вивчення рівнів, за якими можна визначити сформованість знань, умінь, компетентностей тощо [5; 13; 19]. Узагальнюючи різні підходи до визначення рівнів сформованості результатів навчання, ми виокремили чотири рівні сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей: пасивний, елементарний, базовий, високий.

Пасивний рівень сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей характеризується несформованим ціннісним ставленням до свого здоров'я та здоров'я інших людей; відсутністю стійкої мотивації до оволодіння культурою здоров'я, засвоєння норм і правил збереження здоров'я; обмеженим запасом знань про здоров'я та способи його збереження, відсутністю їх творчого переосмислення та невмінням перенести у практичну площину, несформованістю знань про методи пізнання та способи діяльності, відтворенням тільки готових знань; несформованістю умінь і навичок збереження здоров'я, пасивністю при використанні здоров'язбережувальних знань, здатністю діяти лише за інструкцією. Мотиви вивчення основ здорового способу життя полягають у тому, щоб отримати оцінку на занятті, а потім – на іспиті. Інтерес до основ здорового способу життя у таких студентів нестійкий. Вони не усвідомлюють значення основ здорового способу життя для професійної діяльності й складно піддаються на переконання з боку інших осіб. Обсяг відповідних знань у цілому явно недостатній, щоб розбиратися в певних відносинах, знання часто є поверхневими, вибірковими, майже несистематизованими. Характерним є фрагментарність засвоєння понять, ігнорування окремих із них. Мають лише початкові навички виконання професійних завдань, при складанні фізичних нормативів зазнають труднощів. Такі студенти визначаються відсутністю прагнення до оволодіння новими способами діяльності, переважанням почуттів невпевненості, байдужості і сумніву; несформованістю індивідуально-психологічних та духовних якостей, важливих для майбутнього фахівця економічних спеціальностей, неусвідомленням їх значення під час професійної діяльності; нездатністю до самоосвіти і самовдосконалення; нерозвиненістю рефлексивного мислення, нездатністю до самоконтролю та неадекватною самооцінкою своєї діяльності.

Елементарний рівень сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних

спеціальностей характеризують прийняття цінностей здоров'язбереження лише в окремих ситуаціях; ситуативний інтерес до культури здоров'я та ситуативна мотивація до оволодіння нею; сформованість знань про здоров'я та способи його збереження, здатність їх використовувати. Студенти, що мають цей рівень вважають, що вивчати основи здорового способу життя їм необхідно для загального розвитку, а не підготовки до професійної діяльності. Такі студенти мають різносторонній, але різко окреслений, вибірковий інтерес до основ здорового способу життя. У цілому вони усвідомлюють цінність і значення знань про здоров'я. Відповідні погляди й переконання у них вельми стійкі, такі студенти реагують лише на дуже сильний негативний вплив. Характерним є обсяг знань про здоровий спосіб життя, що відповідає кваліфікаційним вимогам до випускника ЗВО. Знання у таких студентів є вельми глибокими, систематизованими в межах освітньої програми. Студенти мають достатній рівень засвоєння понять і категорій, не розуміють лише окремі з них. Знання основ здорового способу життя достатні, проте у деяких випадках ціннісно неусвідомлені. Можуть виконати професійне завдання, здати фізичні нормативи. Простежується наявність використання знань про здоров'я, загальні закономірності впливу фізичних навантажень на окремі органи й організм у цілому, окремих методик визначення рівня здоров'я та оцінки фізичного розвитку виявляється епізодично; невпевненість у виборі оздоровчих методик при визначенні рівня здоров'я та оцінки фізичного розвитку в типових ситуаціях; достатній рівень розвитку фізичних якостей; готовність до роботи в типових ситуаціях; відсутність прагнення до оволодіння новими способами оздоровчої діяльності; здоров'язбережувальна діяльність не визначається сенсом способу життя. Студенти, що характеризуються цим рівнем культури здоров'я, мають уміння і навички збереження здоров'я, які виявляються в типових ситуаціях, виконання поставлених завдань переважно за інструкцією чи алгоритмом; адекватне орієнтування в ситуаціях, пов'язаних із збереженням здоров'я, відсутність прагнення до оволодіння новими способами та прийомами діяльності, дефіцит оригінальних рішень; слабо сформовані усвідомлення значущості особистісних якостей під час професійної діяльності.

Для базового рівня сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей характерним є усвідомлення важливості збереження здоров'я, ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей; стійкий інтерес та мотивація до формування культури здоров'я й подальшого її удосконалення; сформованість системи знань про здоров'я та способи його збереження, міцність і повнота знань, впевненість в їх істинності, ефективне використання знань; ґрунтовне володіння уміннями і навичками збереження здоров'я під час професійної діяльності і в повсякденному житті, здатність застосовувати відомі способи діяльності у нових умовах.

Базовий рівень характеризується сформованістю позитивного ставлення й інтересу до здоров'я, стійкими мотивами до здоров'язбереження та формування культури здоров'я; розумінням цінності здоров'я та рухової активності в підвищенні його рівня; сформованість системи знань про здоров'я та способи його збереження; усвідомлене застосування методик визначення рівня здоров'я та оцінки фізичного розвитку; загальні закономірності впливу фізичних навантажень на окремі органи й організм у цілому; систематичний пошук й аналіз різних програм фізичного вдосконалення, здорового харчування; свідоме самостійне застосування методик оцінки рівня соматичного здоров'я, функціонального стану та самоконтролю під час занять фізичними вправами та в професійній діяльності; готовністю до роботи в нетипових професійних ситуаціях; високим рівнем фізичної підготовленості та прагненням до самовдосконалення; контролю рівня фізичного здоров'я та результатів фізичної підготовленості; володіння та застосування навичок збереження й зміцнення здоров'я та здоров'язберігаючих інноваційних технологій. Таких студентів відрізняє здатність до аналізу та узагальнення досвіду збереження здоров'я, прагнення до оволодіння новими способами й прийомами діяльності, перевага завданням творчого характеру; сформованість таких особистісних якостей, як відповідальність, працездатність, вимогливість, дисциплінованість, усвідомлення їх значення під час професійної діяльності; здатність до самоосвіти та постійне прагнення до самовдосконалення.

Окремо нами виділено також *високий рівень* сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей. Студенти, які мають цей рівень, займають певним видом спорту, відвідують спортивні секції, гуртки, тренажерні зали, часто мають звання кандидата в майстри спорту або навіть майстра спорту.

Для високого рівня сформованості культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей характерним є вивчення майбутніми фахівцями економічних спеціальностей основ здорового способу життя з огляду на важливість усебічного розвитку своєї особистості, підвищення загальної й фізичної культури. Такі студенти виявляють різносторонній інтерес до основ культури здоров'я, глибоко розуміють й усвідомлюють роль і місце основ здорового способу життя для соціальної системи суспільства. Мають стійкі погляди за будь-яких обставин. Мають значний обсяг валеологічних, психологічних, фізіологічних знань, що далеко виходять за межі навчальної програми, їх знання щодо різних наукових галузей є глибокими, ґрунтовними й систематизованими. Таких студентів характеризує глибокий і всебічний ступінь освоєння понять і категорій. Знання основ здорового

способу життя у них ціннісно усвідомлені. На основі здобутих знань такі студенти можуть швидко й ефективно вирішити проблемні ситуації. Вчасно, самостійно і якісно здатні виконувати професійні завдання, відмінно виконують фізичні нормативи.

Діагностичний апарат для визначення рівнів сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки враховує складові культури здоров'я (світоглядний, когнітивно-праксеологічний, особистісний) і містить критерії (аксіологічний, пізнавально-діяльнісний, поведінковий), показники й рівні сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей (рис.1)

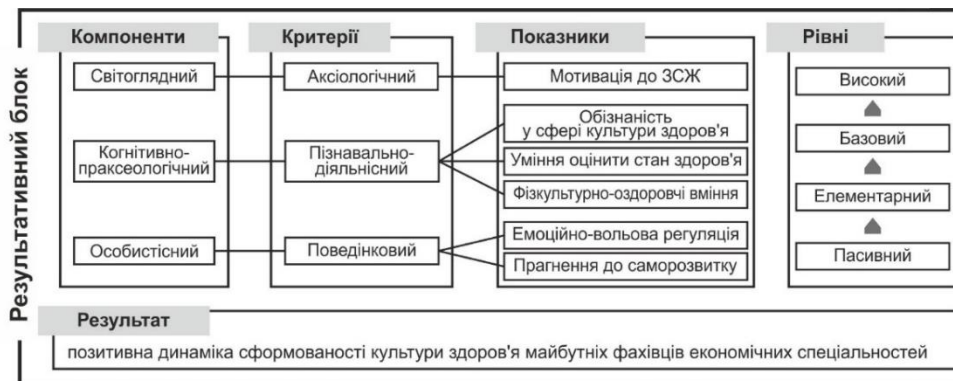


Рис. 1. Діагностичний апарат для визначення рівнів сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки

Висновки. Отже, розроблені критерії (аксіологічний, гносеологічно-діяльнісний, поведінковий) та відповідні їм показники (мотивація ЗСЖ; обізнаність у сфері КЗ, уміння оцінки стану здоров'я, фізкультурно-оздоровчі вміння; емоційно-вольова регуляція, прагнення до саморозвитку), за якими схарактеризовано чотири рівні (пасивний, елементарний, базовий, високий) сформованості культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей.

За результатами проведеного дослідження сформульовано рекомендації для успішного формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей, які базуються на попередженні професійних захворювань, зокрема:

- для зняття стресу, зниження наслідків гіподинамії та перенапруження слід розвивати навички концентрації і стійкості уваги, стресостійкості та витримки, здорового й активного відпочинку через оздоровчий туризм і рекреацію, волонтерську діяльність, розвиток ціннісних орієнтацій на здоров'язбережувальну діяльність;

- для профілактики втоми зорових аналізаторів, зняття статичного напруження в опорно-руховому апараті і м'язах шийного відділу хребта, що ведуть до втоми і зниження працездатності у другій половині робочого дня, слід розвивати функції зорового аналізатора, навички розслаблення, статичної витривалості тулуба, сили плечового поясу через використання комплексу прикладних вправ оздоровчого (аеробіка, легка атлетика, гімнастика, спортивні ігри, особливо плавання, бадмінтон, настільний теніс, сквош тощо) та відновлювального (оптимізація стану м'язів ока: верхнього і нижнього прямого, нижнього і верхнього косого, середнього і бокового прямого м'язів) спрямування;

- для профілактики втомлюваності і зниження працездатності, розумової і нервової втоми слід формувати навички оптимізації психофізіологічного стану та гармонізації морально-вольових якостей через використання методів психічного захисту та релаксації.

Перспективними напрямками подальших досліджень вважаємо: розвиток культури здоров'я фахівців економічних спеціальностей в умовах магістратури; формування культури здоров'я фахівців інших спеціальностей на засадах прaxeологічного підходу; педагогічні умови розвитку культури здоров'я в умовах неформальної освіти.

Список використаних джерел

1. Currie C. et al. Social determinants of health and well-being among young people. *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, (Health Policy for Children and Adolescents, 2012. № 6. P. 228–251.
2. Williams J. Regional cultures and health outcomes: Implications for performance measurement, public health and policy. *The Social Science Journal*, 2013. Vol. 50(4). P. 461–470. doi :10.1016/j.soscij.2013.09.007.
3. Ажиппо О. Ю. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах (теоретичний і методичний аспекти). Харків : Цифрова друкарня № 1, 2012. 423 с.
4. Аксьонова О. П., Бабко Т. М. Особливості розвитку здоров'яформувальної та здоров'язбережувальної учнівської компетентності в умовах освітнього простору школи сприяння здоров'ю. *Личність в єдином*

- образовательном пространстве : сб. науч. ст. I Междунар. образовательного форума (г. Запорожье, 5–7 мая 2010 г.) / под науч. ред. проф. К. Л. Крутого. Запорожье : ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. С. 155–158.
5. Андрищенко Т. К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. Соціальна педагогіка*. 2012. № 7. С. 123–127.
 6. Базильчук В. Б. *Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу* : автореф. дис. ... : спец. 24.00.02. Львів, 2004. 22 с.
 7. Башавець Н.А. *Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів*: дис. ... доктора пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Одеса: Південноукр. нац. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського, 2012. 555 с.
 8. Биковська Л. Б., Бабінець О. О. Фізична культура – засіб формування мотивацій до підвищення рівня здоров'я та відмови від шкідливих звичок. *Проблеми освіти: наук.-метод. зб. Ін-т інновац. технологій і змісту освіти*. К., 2006. Вип. 49. С. 182–187.
 9. Бойко Ю. С. *Формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів*: дис. канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Бойко Ю. С. Умань, 2015. 268 с.
 10. Бойчук Ю. Д. *Сучасні підходи до розуміння сутності здоров'я людини та суміжних з ним понять. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження* : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.
 11. Гетман В. О., Новицький Ю. В., Питомець О. П. *Методологічні та організаційні засади оздоровлення людини* : навч. посібник. Київ : Основа, 2009. 200 с.
 12. *Глобальные рекомендации по физической активности для здоровья*. Geneva : World Health Organization, 2010. URL : http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789244599976_rus.pdf.
 13. Гончаренко С. *Український педагогічний словник*. К.: Либідь, 1997. 374 с.
 14. Дерев'яно О.В. Здоров'язбережувальні освітні технології як умова формування здоров'я учнів. *Педагогіка здоров'я*: зб. наук. пр. VII Всеукр. наук. практ. конф.: [в 2 т.] / ред. колегія: С. М. Шкарлет [та ін.]. Чернігів, 2017. Т. 1. 595 с.
 15. *Енциклопедія освіти*; гол. ред. В.Г.Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. 1036 с.
 16. Жабокрицька О. В., Язловецький В. С. *Нетрадиційні методи й системи оздоровлення* : навчальний посіб. Кіровоград : РВЦ КДПУ ім. В. Винниченка, 2001. 187 с.
 17. Завидівська Н. Н. *Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю* : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / НПУ імені М. П. Драгоманова. Київ, 2002. 230 с.
 18. Кочерга Є. В. Дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя у вітчизняній педагогічній науці. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : «Валеологія : сучасність і майбутнє»*, 2016. Випуск 20. С. 101-104.
 19. Кубатко А.І. Впровадження моделі формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки: результати педагогічного експерименту. *Фізико-математична освіта*, 2019. Випуск 1(23). Частина 2. С. 126-132.
 20. Кубатко А.І. Методологічні основи формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки. *Фізико-математична освіта*, 2018. Випуск 1(15), Частина 3. С. 11-16.
 21. Кубатко А.І. Модель формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки. *Фізико-математична освіта*, 2019. Випуск 4(22). Частина 2. С. 89-94.
 22. Курило І. Соціально-демографічні особливості самооцінки стану здоров'я населенням України. *Демографічні дослідження* : зб. наук. праць НАН України, Ін-т економіки / відп. ред. В. Стешенко. Київ, 2003. Вип. 25. С. 44–55.
 23. Куртова Г., Гришко Ю. Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання студентів під час навчання у вищому технічному навчальному закладі. *Освіта. Інноватика. Практика*, 2017. № 2. С. 38-42.
 24. Ландо О. А. *Управління формуванням здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів початкової школи у педагогічних коледжах* : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.06. Київ, 2015. 20 с.
 25. Леонов О. З. Основні компоненти позанавчальної фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*, 2009. Випуск 13. Т. 2. С. 523-531.
 26. Набока О. Г. *Професійно-орієнтовані технології навчання у фаховій підготовці майбутніх економістів: теорія і методика застосування* : монографія. Слов'янськ : Підприємство Маторін Б. І., 2012. 303 с
 27. *Новий тлумачний словник української мови (у 3-х томах)*. Том 1, А–К / уклад. : В. В. Яременко, О. М. Сліпушко. Київ : Вид-во «АКОНІТ», 2006. 926 с.
 28. Оргеєва С. В., Хачатрян В. В., Лозенко Н. М. Відповідальність за власне здоров'я як домінуючий аспект здоров'язбереження студентів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія: зб. наук.пр.*, 2017. Вип. 1(10). С. 102–107.
 29. Павлов Ю. О. Формування у майбутніх фахівців компетенцій здоров'язбереження. *Гуманітар. вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький держ. пед. ун. ім.Григорія Сковороди»*. Переяслав-Хмельницький, 2013. Вип. 28. Т.2. С. 456–462.
 30. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості. *Магістр медсестринства: український науково-практичний журнал*. Житомир: Житомирський інститут медсестринства, 2013. № 1. С. 10–17.
 31. Рибалко П. Ф., Гвоздецька С. В., Прокопова Л. І. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016. № 3 (57). С. 340-347.

32. Соколенко О. І. *Формування ціннісного ставлення студентів вищих педагогічних навчальних закладів до свого здоров'я* : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Луганськ, 2008. 20 с.
33. Стасенко В. Г. *Здоров'язбережувальні технології*. Київ : Шкільний світ, 2013. 120 с.
34. Сущенко А. В. Перспективи спортивно-фізкультурної підготовки як інструмента самоосвіти фахівців гіподинамічних професій. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*, 2016. Вип. 51. С. 281-286
35. Шукатка О. В. Компоненти та рівні здоров'язбережувальної компетентності майбутніх економістів в контексті моделі її формування на засадах аксіології. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка*, 2012. № 4. С. 25–32.

References

1. Currie S. et al. Social determinants of health and well-being among young people. *Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen : WHO Regional Office for Europe, (Health Policy for Children and Adolescents, 2012. № 6. R. 228–251.
2. Williams J. Regional cultures and health outcomes: Implications for performance measurement, public health and policy. *The Social Science Journal*, 2013. Vol. 50(4). R. 461–470. doi :10.1016/j.sossj.2013.09.007.
3. Azhyppo O. Yu. *Підготовка майбутніх учнів фізичної культури до професійної діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах (теоретичні і методичні аспекти)*. Kharkiv : Tsyfrova drukarnia № 1, 2012. 423 s.
4. Aksonova O. P., Babko T. M. Особливості розвитку здоров'я формування та здоров'язбережувальної універсальної компетентності в умовах освітнього простору школи сприяння здоров'ю. *Личність в єдиному освітньому просторі* : сб. науч. ст. I Mezhdunar. obrazovatel'nogo foruma (h. Zaporozhe, 5–7 maia 2010 h.) / pod nauch. red. prof. K. L. Krutoho. Zaporozhe : OOO «LYPS» LTD, 2010. S. 155–158.
5. Andriushchenko T. K. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. Соціальна педагогіка*. 2012. № 7. С. 123–127.
6. Bazylchuk V. B. *Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу* : автореф. дис. ... : спets. 24.00.02. Lviv, 2004. 22 s.
7. Bashavets N.A. *Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вишчих економічних навчальних закладів* : дис. ... доктора пед. наук: спets. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти». Odesa: Pivdenoukr. nats. ped. un-t im. K.D. Ushynskoho, 2012. 555 s.
8. Bykovska L. B., Babinets O. O. Фізична культура – засіб формування мотивації до підвищення рівня здоров'я та відмови від шкідливих звичок. *Проблеми освіти: наук.-метод. зб. Ін-т інноват. технологій і змісту освіти*. К., 2006. Вип. 49. С. 182–187.
9. Boiko Yu. S. *Формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів вишчих навчальних закладів* : дис. канд. пед. наук: спets. 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Boiko Yu. S. Uman, 2015. 268 s.
10. Boichuk Yu. D. *Сучасні підходи до розуміння сутності здоров'я людини та суміжних з ним понять. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження* : колективна монографія / за заг. ред. проф. Yu. D. Boichuka. Kharkiv: Vyd. Rozhko S.H., 2017. 488 s.
11. Hetman V. O., Novytskyi Yu. V., Pytomets O. P. *Методологічні та організаційні засади оздоровлення людини* : навч. посібник. Kyiv : Osнова, 2009. 200 s.
12. *Hlobalnye rekomendatsyy po fizycheskoi aktivnosti dlia zdorovia*. Geneva : World Health Organization, 2010. URL : http://whqlibdos.who.int/publications/2010/9789244599976_rus.pdf.
13. Honcharenko S. *Український педагогічний словник*. К.: Lybid, 1997. 374 s.
14. Derevianko O.V. Здоров'язбережувальні освітні технології як умова формування здоров'я учнів. *Педагогіка здоров'я* : зб. наук. пр. VII Vseukr. nauk. prakt. konf.: [v 2 t.] / red. kolehiia: S. M. Shkarlet [ta in.]. Chernihiv, 2017. T. 1. 595 s.
15. *Entsyklopediia osvity*; hol. red. V.H.Kremen. Kyiv: Yurinkom Inter, 2008. 1036 s.
16. Zhabokrytska O. V., Yazlovetskyi V. S. *Нетрадиційні методи у системі оздоровлення* : навчальні посіб. Kirovohrad : RVTs KDPU im. V. Vynnychenka, 2001. 187 s.
17. Zavydivska N. N. *Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вишчих навчальних закладів економічного профілю* : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / NPU імені М. П. Драгоманова. Kyiv, 2002. 230 s.
18. Kocherha Ye. V. Дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя у вчителів педагогічних навчальних закладів. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : «Валеологія : suchasnist i maibutnie»*, 2016. Випуск 20. С. 101-104.
19. Kubatko A.I. Впровадження моделі формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки: результати педагогічного експерименту. *Фізико-математична освіта*, 2019. Випуск 1(23). Частина 2. С. 126-132.
20. Kubatko A.I. Методологічні основи формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки. *Фізико-математична освіта*, 2018. Випуск 1(15), Частина 3. С. 11-16.
21. Kubatko A.I. Метод формування культури здоров'я майбутніх фахівців економічних спеціальностей у процесі прикладної фізичної підготовки. *Фізико-математична освіта*, 2019. Випуск 4(22). Частина 2. С. 89-94.
22. Kurylo I. Соціально-демографічні особливості самоощущення стану здоров'я населення України. *Демографічні дослідження* : зб. наук. пр. NAN України, Ін-т економіки / відп. ред. V. Steshenko. Kyiv, 2003. Вип. 25. С. 44–55.
23. Kurtova H., Hryshko Yu. Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання студентів під час навчання у вищому технічному навчальному закладі. *Освіта. Інновації. Практика*, 2017. № 2. С. 38-42.

24. Lando O. A. *Upravlinnia formuvanniam zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti maibutnikh uchyteliv pochatkovoї shkoly u pedahohichnykh koledzhakh* : avtoref. dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.06. Kyiv, 2015. 20 s.
25. Leonov O. Z. Osnovni komponenty pozanavchalnoi fizkulturno-ozdorovchoi roboty zi studentamy. *Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi*, 2009. Vypusk 13. T. 2. S. 523-531.
26. Naboka O. H. *Profesiino-oriientovani tekhnolohii navchannia u fakhovii pidhotovtsi maibutnikh ekonomistiv: teoriia i metodyka zastosuvannia* : monohrafiia. Sloviansk : Pidprijemets Matorin B. I., 2012. 303 s
27. *Novyi tlumachnyi slovnyk ukrainskoi movy* (u 3-kh tomakh). Tom 1, A-K / uklad. : V. V. Yaremenko, O. M. Slipushko. Kyiv : Vyd-vo «AKONIT», 2006. 926 s.
28. Orhieieva S. V., Khachatrian V. V., Lozenko N. M. Vidpovidalnist za vlasne zdorovia yak dominantnyi aspekt zdoroviazberezhennia studentiv. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Serii: Pedahohika. Psykholohiia*: zb.nauk.pr, 2017. Vyp. 1(10). S. 102–107.
29. Pavlov Yu. O. Formuvannia u maibutnikh fakhivtsiv kompetentsii zdoroviazberezhennia. *Humanitar. Visnyk DVNZ «Pereiaslav- Khmelnytskyi derzh. ped. un. im.Hryhoriia Skovorody»*. Pereiaslav-Khmelnytskyi, 2013. Vyp. 28. T.2. S. 456–462.
30. Polishchuk N. M. Zdoroviazberihaiucha kompetentnist osobystosti. *Mahistr medsestrynstva: ukrainskyi naukovopraktychnyi zhurnal*. Zhytomyr: Zhytomyrskyi instytut medsestrynstva, 2013. № 1. S. 10–17.
31. Rybalko P. F., Hvozdet'ska S. V., Prokopova L. I. Suchasni pidkhody do orhanizatsii fizkulturno-ozdorovchoi roboty v zakladakh osvity. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii*. Sumy : SumDPU im. A. S. Makarenka, 2016. № 3 (57). S. 340-347.
32. Sokolenko O. I. *Formuvannia tsinnisnogo stavlennia studentiv vyshchykh pedahohichnykh navchalnykh zakladiv do svoho zdorovia* : avtoref. dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. Luhansk, 2008. 20 s.
33. Stasenko V. H. *Zdoroviazberezhualni tekhnolohii*. Kyiv : Shkilnyi svit, 2013. 120 s.
34. Sushchenko A. V. Perspektyvy sportyvno-fizkulturnoi pidhotovky yak instrumenta samoosvity fakhivtsiv hipodynamichnykh profesii. *Pedahohika formuvannia tvorchoi osobystosti u vyshchii i zahalnoosvitnii shkolakh*, 2016. Vyp. 51. S. 281-286
35. Shukatka O. V. Komponenty ta rivni zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti maibutnikh ekonomistiv v konteksti modeli yii formuvannia na zasadakh aksiolohii. *Naukovi zapysky Ternopil'skoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Hnatiuka. Serii: Pedahohika*, 2012. № 4. S. 25–32.