

УДК [378.4.016.02:54]:613

<https://doi.org/10.37827/ntsh.chem.2022.70.188>

Марія-Божена ТУНСЬКА¹, Зіновія ШПИРКА¹, Лариса КОВАЛЬЧУК²

ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ-МАГІСТРІВ ПІД ЧАС ВИВЧЕННЯ ХІМІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

¹Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Кирила і Мефодія, 6, 79005 Львів, Україна
e-mail: zinoviya.shpyrka@lnu.edu.ua

²Львівський національний університет імені Івана Франка,
вул. Туган-Барановського, 7, 79005 Львів, Україна
e-mail: larysa.kovalchuk@lnu.edu.ua

Розглянуто питання формування культури здоров'я студентів-магістрів хімічного факультету під час вивчення хімічних дисциплін. Окреслено основні причини дослідження формування культури здоров'я студентів як педагогічної проблеми. Проаналізовано теоретико-методологічні та методичні аспекти формування основ культури здоров'я студентів у закладах вищої освіти. Обґрунтовано критерії, основні принципи та умови формування основ культури здоров'я студентів, шляхи їх реалізації в освітньому процесі. Проведено анонімне анкетування серед магістрів хімічного факультету (39 осіб), проаналізовано й узагальнено його результати: 100 % респондентів розуміють важливість збереження власного здоров'я, 48,7 % – дотримуються правил раціонального харчування, 46,2 % – правильно організують навчання та відпочинок, 43,6 % – систематично займаються спортом і діють згідно з режимом дня. Водночас 20,5 % студентів не роблять нічого для збереження власного здоров'я.

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, хімічні дисципліни, студенти.

Вступ

Збереження фізичного та психічного здоров'я молодого покоління – одне з головних завдань суспільства і насамперед системи освіти. Освітня політика України спрямована на формування здоров'я молоді, здорового способу життя та культури здоров'я. Здоров'я потрібне людині для життя, для успішної само-реалізації в ньому. Закон України «Про вищу освіту» одним з основних завдань закладу вищої освіти визначає «формування особистості шляхом патріотичного, правового, екологічного виховання, утвердження в учасників освітнього процесу моральних цінностей, соціальної активності, громадянської позиції та відповідальності, здорового способу життя, вміння вільно мислити та самоорганізовуватися в сучасних умовах» (стаття 26) [1].

Формування особистості, компетентної в питаннях здоров'язбереження, розпочинається під час навчання у закладах середньої освіти і продовжується у закладах вищої освіти, де не лише формуються професійні вміння та навички, а й відбувається вплив на мотиваційну й поведінкову сфери особистості. Саме у цей період особливу увагу треба приділяти всебічному та гармонійному розвитку студентів, що сприятиме формуванню у них культури здоров'я. Проте останнім часом спостерігається погіршення стану здоров'я населення, а молоді зокрема. Негативні чинники, які впливають на здоров'я студентів в умовах сьогодення, – високе психічне навантаження в несприятливих соціально-економічних умовах (ситуація з COVID-19, війна з Росією). Відтак такий стан актуалізує потребу наукових розвідок, присвячених дослідженню проблеми формування культури здоров'я молоді.

Аналіз наукових досліджень і публікацій свідчить, що автори висвітлювали у своїх працях такі аспекти досліджуваної проблеми: питання формування культури здоров'я (І. Авдеєнко [2], Ю. Бойчук [3], Ю. Драгнєв [4], Л. Каліберда, С. Омельченко [5], Г. Кривошеєва [6], Л. Кудрик, Ю. Сурмяк [7], О. Кучерявий [8], Ю. Мельник [9]); використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі (Г. Мешко [10], Ю. Палійчук [11], Л. Сущенко [12]); питання здоров'я та здорового способу життя студентської молоді (Г. Апанасенко [13], Н. Завидівська [14], В. Кузьменко [15], І. Поташнюк [16], О. Яременко [17]); формування у студентів здорового способу життя (М. Бойко, І. Заплішний, Ф. Сипченко [18]); формування у студентів здорового способу життя засобами фізичної культури й спорту (В. Бабій [19]); удосконалення методів і форм проведення самостійних занять фізичними вправами (Т. Круцевич [20]); вплив фізичної активності на якість життя українських студентів (І. Павлова та ін. [21]), складові культури здоров'я (А. Масалімова та ін. [22]).

На підставі аналізу літературних джерел з зазначеної теми та проведеного нами наукового пошуку зауважимо, що проблема формування культури здоров'я студентської молоді досліджена недостатньо і потребує подальшого вивчення, систематизації та обґрунтування на рівні професійної підготовки студентів хімічних факультетів, для яких ця проблема особливо актуальна.

Мета нашого дослідження – з'ясувати теоретико-методологічні та методичні аспекти формування культури здоров'я студентів під час вивчення хімічних дисциплін, експериментально перевірити ефективність здоров'язбережувальних знань майбутніх фахівців-хіміків.

Теоретико-методологічний і методичний аспект дослідження

Формування дбайливого ставлення до власного здоров'я є визначальним чинником у досягненні професійного та життєвого успіху студентської молоді. Відомо, що загальна культура молодої людини, рівень її розвитку розкриваються в умінні вести здоровий спосіб життя й використовувати свій вільний час з користю [23; 24].

Аналіз наукової літератури за темою дослідження засвідчив, що процес формування культури здоров'я студентів можна вважати педагогічною проблемою. Ми поділяємо думку С. Баштан і Т. Шапкіної, які, опираючись на дослідження М. Коренева, наводять три основні причини такого підходу. Перша причина полягає в тому, що здоров'я залежить насамперед від способу життя людини, а спосіб життя формується у процесі життєдіяльності. Позитивно впливати на формування

способу життя можна завдяки педагогічному впливу на особистість. Друга причина – невиконання студентами необхідної щоденної потреби у руховій активності через надмірне завантаження навчальною роботою і нераціональне використання вільного часу. Третя причина полягає в тому, що університет впливає на якість життя випускників [25, с. 64].

З нашого погляду, для студентів хімічних факультетів, майбутня професійна діяльність яких пов'язана з різними екологічними та валеологічними проблемами, вагоме значення має викладання хімічних дисциплін з урахуванням важливих аспектів збереження й зміцнення здоров'я. Відтак, обґрунтовуючи концептуальні ідеї нашого дослідження, з'ясуємо сутнісні характеристики понять «здоров'я» і «культура здоров'я».

Л. Сущенко слушно зазначає, що загальноприйнятого трактування поняття «здоров'я» людини як цілісної системи на сучасному етапі не існує. Дискусія щодо визначення цього поняття триває досі. Робоча група ВООЗ у новій концепції запропонувала визначення, згідно з яким «*здоров'я* – це ступінь здатності індивіда чи групи, з одного боку, реалізувати свої прагнення і задовольнити потреби, а з другого, змінювати середовище чи кооперуватися з ним. Тому здоров'я розглядається як ресурс, а не мета життя» [12, с. 318]. Зауважимо, що у психолого-педагогічних дослідженнях теж простежуються різні підходи щодо його сутності. Зокрема, *здоров'я* визначають як:

- природний стан організму, що характеризується нормальним узгодженим перебігом всіх процесів і діяльністю всіх, які забезпечують йому необхідну активність у взаємодії з навколишнім середовищем (*психологічний підхід*) [26, с. 143];
- гармонійну взаємодію всіх органів і систем людини при її фізичній досконалості і нормальній психіці, що забезпечує можливість оптимального функціонування в різних сферах життя (*педагогічний підхід*) [10, с. 25]. У [27] ми зазначали, що у трактуванні сутності аналізованого феномена дотримуємося саме цього підходу.

Т. Фаласенді і Ю. Шийка до основних *критеріїв здоров'я* зачисляють *адекватність* (як здатність до ефективної відповіді на впливи середовища) та *адаптацію* (як властивість особистості, що полягає в здатності до ефективного існування і розвитку, що змінюється середовищем) [28, с. 277].

Ознайомлення з науковими працями засвідчує, що автори розглядають культуру здоров'я складовою загальнолюдської культури. Під *культурою здоров'я* розуміють:

- важливий складовий елемент загальної культури людини, що визначає формування, збереження та зміцнення її здоров'я; здоровий спосіб життя гуманістичної орієнтації, а не тільки суму знань, обсяг відповідних умінь і навичок [28, с. 278];
- невід'ємну складову загальної культури особистості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок з питань формування, відтворення, зміцнення здоров'я і характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я навколишніх [29, с. 406].

Культура здоров'я студента є багатограним поняттям. За визначенням Ю. Мельника і С. Свяченої, *культура здоров'я студента* – інтегроване особистісне утворення, сформоване на підставі знань і умінь, характеризується здоров'яформувальною поведінкою, що відповідає індивідуальним особливостям особистості

студента, виявляється в цілісності та гармонійному розвитку всіх складових індивідуального здоров'я (фізичного, психічного, соціального, духовного), основних сфер особистості (мотиваційної, когнітивної, афективної, ціннісної, поведінкової), прагненні студента до самопізнання, самовдосконалення [9, с. 131].

У дослідженні *культури здоров'я студента* розглядаємо як складову загальної та професійної культури, що охоплює ціннісне ставлення до здоров'я, знання власного організму, вміле й раціональне використання його можливостей, екологічну свідомість, демонструє готовність студента до здорового способу життя, прагнення до самопізнання, самозбереження, розвитку та самовдосконалення, успішної самореалізації в особистісному житті та професійній діяльності тощо.

Зауважимо, що у праці [27] ми акцентували увагу на формуванні культури здоров'я учнів. У продовження дослідження зазначимо, що *формування культури здоров'я студентів* ми розглядаємо як плекання у студентської молоді таких особистісних і професійних якостей, які сприяють збереженню й зміцненню здоров'я через осягнення стійких уявлень про здоров'я як найвищу цінність, посилюють мотивацію до ведення здорового способу життя, підвищують відповідальність за своє здоров'я та здоров'я навколишніх, спонукають до постійного зростання професійної компетентності шляхом оновлення здоров'язбережувальних знань.

Ю. Мельник і С. Свячена виокремлюють такі *принципи* формування культури здоров'я студентів у закладах вищої освіти: принцип взаємопроникнення та взаємозумовленості рівнів культури здоров'я; принцип взаємовпливу та взаємодії культури здоров'я викладачів і студентів; принцип спрямованості культури здоров'я на розвиток особистості; принцип впровадження навчальних дисциплін і спецкурсів про культуру, людину та її здоров'я; принцип відповідності навчального навантаження особистому стану здоров'я студента; принцип спрямованості соціального виховання на формування культури здоров'я студентів; принцип гармонії та цілісності фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я студента [9, с.131–133].

З нашого погляду, до зазначених принципів варто додати *загальнодидактичні принципи* (науковості, наочності, систематичності та послідовності навчання, індивідуального підходу до студентів, зв'язку навчання з життям, свідомості й активності). Беручи до уваги особливості формування культури здоров'я студентів хімічних факультетів, особливого значення надаємо *принципу реалізації міждисциплінарних зв'язків* у процесі вивчення хімічних дисциплін, спецкурсів і педагогічних дисциплін, врахування яких актуалізує здоров'язбережувальну проблематику не тільки у змістовому компоненті, а й процесуально-дієвому, емоційно-вольовому, мотиваційно-стимулювальному компонентах освітнього процесу у закладах вищої освіти. Вважаємо важливим врахування *принципу професійної спрямованості* шляхом вивчення здоров'язбережувальної інформації під час викладання нормативних і вибіркових дисциплін, проходження різних видів практики (педагогічної, виробничої тощо).

Серед основних *умов* формування культури здоров'я студентської молоді виділяють такі: соціальні; педагогічні; економічні; медичні; індивідуальні; екологічні [25, с. 67].

Важливим є визначення критеріїв оцінення рівнів сформованості культури здоров'я. С. Баштан і Т. Шапкіна виокремлюють такі *основні критерії* культури здоров'я студентів: соціальної відповідальності; медико-валеологічної грамотності;

фізичного здоров'я; психічного здоров'я; здорового способу життя; творчої активності [25, с. 65–66].

Процес формування культури здоров'я магістрів хімії є важливою сполучною ланкою між хімічними знаннями, вміннями та навичками, одержаними у процесі їхньої професійної підготовки під час вивчення хімічних дисциплін і компетенціями, якими вони повинні оволодіти після закінчення навчання, щоб бути поінформованими й обізнаними з питань збереження здоров'я. Саме тому ґрунтовні знання, отримані в університеті, допоможуть у формуванні компетентного фахівця, здатного застосовувати отримані знання й уміння у сфері збереження власного здоров'я та здоров'я рідних, формуванні особистісних позитивних ставлень до дотримання здорового способу життя, культури здоров'я.

Результати експериментального дослідження та їхнє обговорення

Організуючи експериментальне дослідження, враховували рекомендації щодо проведення констатувального педагогічного експерименту [30]. Щоб з'ясувати ефективність формування культури здоров'я студентів у процесі вивчення хімічних дисциплін, ми уклали анкету і провели анонімне анкетування студентів ОС «Магістр», першого та другого року денної форми здобуття освіти хімічного факультету Львівського національного університету імені Івана Франка з використанням Google Forms. В опитуванні взяли участь 39 магістрів хімічного факультету, з них 14 студентів другого (35,9 %) і 25 студентів першого року денної форми навчання (64,1 %).

Анкетування засвідчило, що 100 % респондентів розуміють важливість збереження власного здоров'я і пріоритет здоров'я ставлять на перше місце.

Під час проведення констатувального експерименту важливо було з'ясувати, з яких джерел студенти черпають інформацію, що сприяє формуванню їхньої культури здоров'я. Основну інформацію про здоровий спосіб життя 79,5 % студентів отримують з інтернету, під час вивчення хімічних дисциплін – 46,2 %, на заняттях з дисциплін «Охорона праці» та «Безпека життєдіяльності» – 30,8 %, під час спілкування з друзями – 30,8 % і від батьків – 28,2 %. Результати відповідей магістрів зображено на рис. 1.

На запитання «Чи дотримуєтесь ви здорового способу життя?» більшість студентів (84,6 %) зазначила, що дотримується здорового способу життя. Лише 10,3 % переконані, що можна прожити і без дотримання принципів здорового способу життя, а 5,1 % респондентів ця проблема взагалі не хвилює.

Під час анкетування ми з'ясували, що задля збереження власного здоров'я 48,7 % респондентів (від загальної кількості опитаних) дотримуються правил раціонального харчування, систематично займаються спортом, діють згідно з режимом дня – 43,6 %, правильно організують навчання та відпочинок – 46,2 %. Однак 20,5 % студентів не робить нічого, а це означає, що вони не дотримуються основних правил режиму життєдіяльності. Результати відповідей магістрів зображено на рис. 2.

Розумове напруження й активність студентів під час навчання супроводжуються підвищеними енерговитратами, які відновлюються завдяки достатньому за обсягом і збалансованого за якістю харчування. Відомо, що студенти дедалі частіше вживають малопоживні продукти та напої, що зазвичай містять хімічні добавки, трансжири тощо.



Рис. 1. Думка респондентів про джерела інформації з дотримання здорового способу життя.

Fig. 1. Respondents' opinion about sources of information on maintaining a healthy lifestyle.



Рис. 2. Думка магістрів про те, що вони роблять для збереження власного здоров'я.

Fig. 2. The opinion of master's degree students about what they do to maintain their own health.

Ми проаналізували, чи свідомі студенти-магістри хімічного факультету (порівняно з учнями школи [27]), що не завжди вони споживають корисну та здорову їжу, що за яскравою та привабливою етикеткою або упакуванням є товар, який не шкодить здоров'ю. Загальний рівень обізнаності магістрів щодо споживання корисної та здорової їжі зображено на рис. 3.

Як видно з рис. 3, 67 % магістрів першого року навчання вважають, що не завжди споживають корисну та здорову їжу, 44 % магістрів другого року навчання мають цю думку.

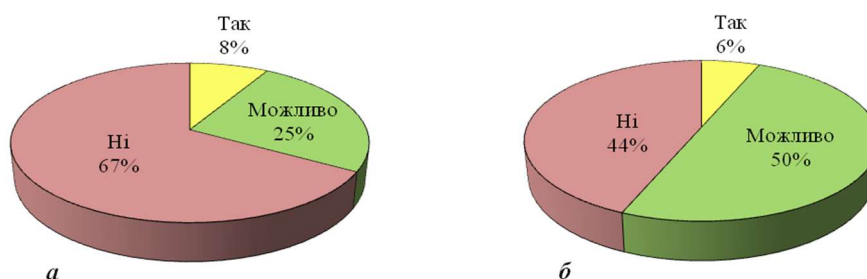


Рис. 3. Показники рівня обізнаності магістрів у споживанні корисної та здорової їжі:
 а) відповіді магістрів першого року денної форми здобуття освіти;
 б) відповіді магістрів другого року денної форми здобуття освіти.

Fig. 3. Indicators of the level of awareness of master's degree students in the consumption of healthy and wholesome food:
 a) responses of the first-year master's degree students of full-time education;
 b) responses of the second-year master's degree students of full-time education.

На запитання «*Чи можна за допомогою знань з хімії зменшити негативний вплив на організм людини шкідливих речовин та зміцнити здоров'я?*» 82,1 % студентів відповіли, що «так», а 17,9 % респондентам важко відповісти на це питання. Магістрам відомо, що хімічні речовини через їхнє неправильне використання негативно впливають на довкілля. Такої думки дотримуються 64,1 % респондентів, тоді як 28,2 % вважають, що ні.

Університет – це та ланка в освітньому середовищі, де можливий вплив виховного процесу на формування мотивації до ведення здорового способу життя. Нам цікава думка студентів, про те чи вдається викладачам факультету емоційно стимулювати та мотивувати студентів до роботи, реалізовувати потреби в позитивних емоціях на заняттях. Якщо порівнювати результати магістрів першого та другого років навчання, то результати суттєво не відрізняються. На жаль, 38 % магістрів першого та 53 % магістрів другого року навчання думають, що викладачам не завжди вдається стимулювати й мотивувати студентів до роботи, а також підтримувати позитивні емоції упродовж усього заняття. Зауважимо, що в умовах дистанційного навчання викладачам важче мотивувати студентів. Однак 35 % і 27 % магістрів першого і другого року денної форми навчання, відповідно, вважають, що викладачам все ж вдається мотивувати студентів та створювати на заняттях позитивні емоції. На рис. 4 зображено результати відповідей студентів.

Нас також зацікавила думка респондентів про те, чи мотивують викладачі хімічного факультету студентів до дотримання здорового способу життя. 46 % магістрів першого року денної форми і 27 % магістрів другого року денної форми здобуття освіти стверджують, що викладачам вдається мотивувати студентів до дотримання здорового способу життя. Однак є відсоток студентів (31 % та 60 % першого і другого року денної форми, відповідно), які вагаються з відповіддю (рис. 5).

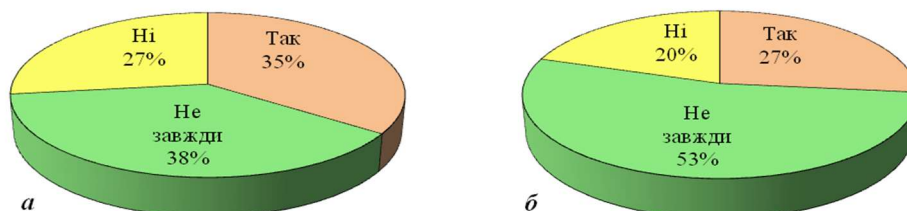


Рис. 4. Думка магістрів про те, чи вдається викладачам факультету емоційно стимулювати та мотивувати студентів до роботи, реалізувати потреби в позитивних емоціях:

- a)* відповіді магістрів першого року денної форми здобуття освіти;
- б)* відповіді магістрів другого року денної форми здобуття освіти.

Fig. 4. Opinion of master's degree students on whether faculty teachers can emotionally stimulate and motivate students to work, realize the need for positive emotions:

- a)* responses of the first-year master's degree students of full-time education;
- b)* responses of the second-year master's degree students of full-time education.

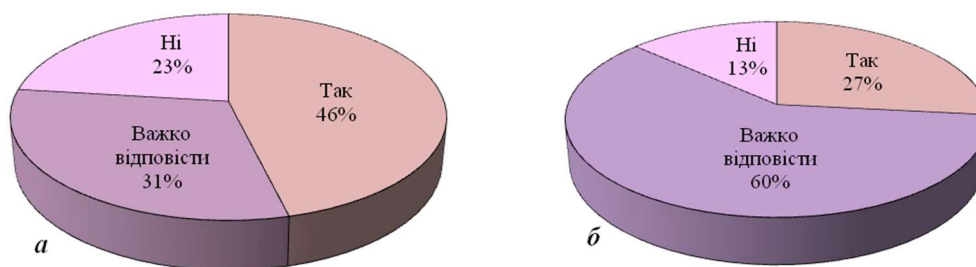


Рис. 5. Думка магістрів про те, чи вдається викладачам факультету мотивувати студентів до дотримання здорового способу життя:

- a)* відповіді магістрів першого року навчання;
- б)* відповіді магістрів другого року навчання.

Fig. 5. Opinion of master's degree students on whether faculty teachers manage to motivate students to follow a healthy lifestyle:

- a)* responses of the first-year master's degree students of full-time education;
- b)* responses of the second-year master's degree students of full-time education.

Одним з ефективних методів формування навичок культури здоров'я є само-спостереження. Ми запропонували магістрам оцінити їхній рівень сформованості культури здоров'я за роки навчання на хімічному факультеті. Самооцінення студентами рівня сформованості їхньої культури здоров'я засвідчило істотне зростання цього показника упродовж навчання на хімічному факультеті (рис. 6). Вияв достатнього і високого рівнів у студентів I і II–IV курсів, магістратури, відповідно, становив 48,7 %; 74,3 %; 82,1 %, а вияв середнього та низького рівнів, відповідно, – 51,3 %; 25,7 %; 17,9 %. Зазначимо, що з кожним роком навчання

студентів на хімічному факультеті рівень сформованості їхньої культури здоров'я стає вищим.

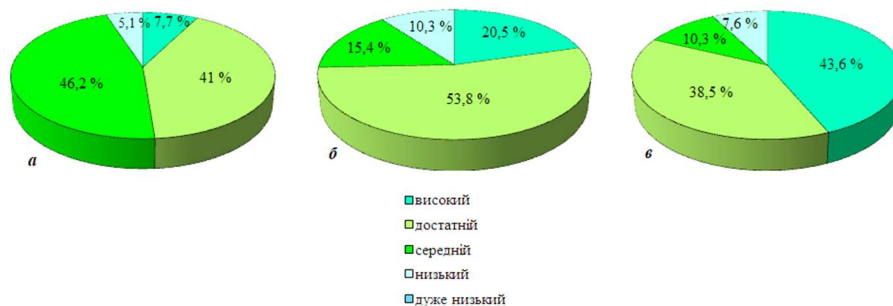


Рис. 6. Рівень сформованості культури здоров'я за даними самооцінювання магістрів: а) I курс; б) II-IV курс; в) магістратура.

Fig. 6. The level of formation of health culture according to the self-assessment of master's degree students: a) I course; b) II-IV course; c) master's degree.

Висновок

Збереження здоров'я студентської молоді не втрачає актуальності і має особливу значущість з огляду на те, що це потенціал країни (науковий, політичний, економічний, культурний, освітній тощо), зрештою її майбутнє. У дослідженні формування культури здоров'я розглядаємо як важливу педагогічну проблему наскрізної теоретичної і практичної підготовки студентів хімічного факультету, оскільки в процесі цілеспрямованого педагогічного впливу майбутні фахівці здобувають нові знання, набувають спеціальних умінь і навичок, опановують професійну компетентність, що є основою культури здоров'я. Проведений констатувальний педагогічний експеримент дав змогу визначити рівень сформованості культури здоров'я студентів-магістрів і засвідчив, що хімічні знання, здобуті ними під час вивчення хімічних дисциплін, сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності студентів і створюють підґрунтя реалістичного ставлення до свого здоров'я, дотримання правил раціонального харчування, режиму дня, правильної організації навчання й відпочинку, занять спортом. Цьому сприяє використання сучасних освітніх технологій під час вивчення хімічних дисциплін, що допомагає забезпечити комфортні умови кожному студенту та мінімізувати негативні чинники, які могли б завдати шкоди здоров'ю.

ЛІТЕРАТУРА

1. The law of Ukraine «On higher education» Voice of Ukraine. 2014. №148 (5898). on August, 6. (in Ukrainian). (<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>).
2. Avdyeyenko I.M. Development of the health culture of students in the educational environment of a higher educational establishment: author's ref. dis. ... Cand. ped. Science: 13.00.07; V.N. Karazin Kharkiv National University. Kharkiv, 2016. 20 p. (in Ukrainian).

3. *Boychuk Yu.D., Avdyeyenko I.M., Turchynov A.V.* Pedagogical conditions of the development of the health culture of students in the educational environment of a higher educational institution. *Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 2015. Vol. 9(53). P. 141–149. (in Ukrainian).
4. *Dragnev Yu.V.* Pedagogical conditions of forming the culture of students' health in the conditions of computerization of education. (in Ukrainian). (http://alma-mater.luguniv.edu.ua/magazines/elect_v/NN8/09dyvukn.pdf).
5. *Omelchenko S., Kaliberda L.* Health pedagogy: modern tendencies and prospects of development. *Native school*. 2012. Vol. 7. P. 25–28. (in Ukrainian).
6. *Krivosheeva G.L.* Formation of the health culture of University students: author's ref. dis. ... Cand. ped. Science: 13.00.04. Lugansk, 2001. 20 p. (in Ukrainian).
7. *Surmiak Yu.R., Kudryk L.G.* Psychological aspects of health culture forming of personality as a component of national safety. *Scientific announcer of the Lviv State University of Internal Affairs. Series Psychological*. 2012. Producing 2(1). P. 165–174. (in Ukrainian).
8. *Kucheriavyi O.H.* Health culture as an integral property of personality and a component part of the general culture. *Scientific Bulletin of the South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky*. 2011. Vol. 9–10. P. 121–126.
9. *Melnik Yu.B., Syvachena S.M.* Creating a culture of student's health in higher education. *Current issues of education and science*. 2015. P.130–134.
10. *Meshko G.M.* Preparation of the future teachers for maintenance and strengthening of professional health. Monograph / edited by V.P. Kravets. Ternopil: TNPU named after V. Hnatiuk, 2012. 468 p. (in Ukrainian).
11. *Palichuk Ju.I.* Pedagogical health saving technologies in the system of preparation of economic profile specialists: dis. ... Cand. ped. Sciences: 13.00.04; Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University. Ternopil, 2011. 216 p. (in Ukrainian).
12. *Encyclopaedia of Education. Acad. ped. Sciences; editor in chief V.H. Kremen.* Kyiv: Unikom Inter, 2008. P. 318. (in Ukrainian).
13. *Apanasenko G.L., Popova L.O.* Medical valeology (selected lectures). Kyiv: Zdorovya, 1998. 248 p. (in Ukrainian).
14. *Zavydivska N.N.* Forming of skills of a healthy way of life for the students of higher educational establishments: train manual. Lviv: LDUFK. 2009. 120 p. (in Ukrainian).
15. *Kuzmenko V.* Attitudes of students to the main components of a healthy lifestyle. *Current scientific research in the modern world*. Vol. 10(42). P. 104–107. (in Ukrainian).
16. *Potashnyuk I.V.* Professional valeological training of future biologists in higher educational institutions of III-IV levels of accreditation: dis. ... Cand. ped. Sciences: 13.00.04. Lutsk. 2000. 185 p. (in Ukrainian).
17. *Yaremenko O., Balakireva O., Vakulenko O. and others.* Forming a healthy way of life of young people: problems and prospects. Kyiv: UISD, 2000. 207 p. (in Ukrainian).
18. *Zaplishny I.I., Sipchenko F.S., Boyko M.P.* Forming of optimization ways of students' healthy way of life of physical education facilities. *Announcer ChDPU named after T.G. Shevchenko*. 2007. Vol. 44. Series: pedagogical sciences. P.180–183. (in Ukrainian).
19. *Babiy V.G.* Forming a healthy way of life of students of higher educational establishment of physical culture and sports. *Physical education, sport and culture of health in modern society*. 2014. Vol. 3. P. 47–50. (in Ukrainian). (http://nbuv.gov.ua/UJRN/Fvs_2014_3_12).
20. *Krutsevich T.Yu.* Theory and methodology of physical education. Kyiv: Olympic literature, 2012. Vol. 1. 392 Pp. (In Ukrainian).
21. *Pavlova I., Vynogradskyi B., Kurchaba T., Zikrach D.* Influence of leisure-time physical activity on quality of life of Ukrainian students. *Journal of Physical Education and Sport*. 2017. Vol. 17(3). P. 1037–1042. (<https://doi.org/10.7752/jpes.2017.03159>).

22. *Masalimova A.R., Luchinina A.O., Ulengov R.A.* Technological Education as a Means of Developing Students' Health Culture. *International Journal of Environmental Science Education*, 2016. Vol. 11(5). P. 623–632.
23. *Bakhtin M.M.* Humanism as a principle of education of modern youth. *Higher education of Ukraine*. 2007. Vol. 1. P. 117–120. (in Ukrainian).
24. *Piehotia O.M., Kiktenko A.Z., Liubarska O.M.* Educational technologies: educational and methodical manual. Kyiv: ASCUS. 2002. 255 p. (in Ukrainian).
25. *Bashtan S., Shapkina T.* The problem of foundation of culture of youth health in pedagogical theory. *Electronic scientific edition. Educational discourse*. 2019. Vol. 3–4 P. 62–71. (in Ukrainian). (<https://doi.org/10.28925/2312-5829.2019.3-4.6172>).
26. *Psychological encyclopedia / Compiled by O.M. Stepanov.* Kyiv: Akademydav, 2006. 424 p. (in Ukrainian).
27. *Shpyrka Z., Tunska M.-B., Kovalchuk L.* Formation of students' health culture in chemistry lessons as a research problem. *Proc. Shevchenko Sci. Soc. Chem. Sci.* 2021, LXVI., P. 142–153. (in Ukrainian). (<https://doi.org/10.37827/ntsh.chem.2021.66.142>).
28. *Falassenidi T.M., Shyjka J.I.* Health culture as a component of universal culture. *General theory of health and healthcare: a collective monograph / according to the general editing by prof. Yu.D. Boychuk.* Kharkiv: Publisher Rozhko SG, 2017. P. 277–282. (in Ukrainian).
29. *Orzhehovska V.* Scientific and methodical principles of forming a healthy way of life of young people. *The Third Ukrainian Pedagogical Congress: Collection of scientific works.* Lviv: Spolom, 2010. P. 402–408. (in Ukrainian).
30. *Kovalchuk L.* Design of scientific and pedagogical research: educ. manual. Lviv: Publisher LNU named after Ivan Franko, 2020. 520 p. (in Ukrainian).

SUMMARY

Marija-Bogena TUNSKA¹, Zinoviya SHPYRKA¹, Larysa KOVALCHUK²

FORMING A HEALTH CULTURE OF MASTER'S DEGREE STUDENTS WHILE STUDYING CHEMICAL DISCIPLINES

¹*Ivan Franko National University of Lviv,
Kyryla and Mefodia Str., 6, 79005 Lviv, Ukraine
e-mail: zinoviya.shpyrka@lnu.edu.ua*

²*Ivan Franko National University of Lviv,
Tugan-Baranovskogo Str., 7, 79005 Lviv, Ukraine
e-mail: larysa.kovalchuk@lnu.edu.ua*

The issue of forming the health culture of master's degree students of the Faculty of Chemistry during the study of chemical disciplines is considered. The main reasons for studying the formation of students' health culture as a pedagogical problem are outlined. Theoretical and methodological aspects of forming the foundations of students' health culture in higher education institutions are analyzed. Criteria, basic principles and conditions of formation of bases of culture of health of students, ways of their realization in educational process are proved. The study defines the culture of students' health as a component of general and professional culture, which includes values of health, knowledge of one's own body, skillful and rational use of its capabilities, environmental awareness, demonstrates student readiness for a healthy lifestyle, desire for self-knowledge, self-preservation, development and self-improvement, successful self-realization in personal life and professional activity, etc.

The formation of a culture of students' health as nurturing in student youth such personal and professional qualities that contribute to maintaining and strengthening health through the achievement of sustainable ideas about health as the highest value, increase motivation to lead a healthy lifestyle, increase responsibility for their health and the health of others, encourage the constant growth of professional competence by updating health-preserving knowledge. The results of experimental research are given. An anonymous survey was conducted

among master's degree students of the Faculty of Chemistry (39 people), its results were analyzed and summarized. The survey showed that 100 % of respondents understand the importance of maintaining their own health. In particular, 48.7 % of respondents follow the rules of nutrition, 46.2 % properly organize training and recreation, 43.6 % of students regularly play sports and follow a daily routine. At the same time, 20.5 % of students do nothing to maintain their health. Students' self-assessment of the level of formation of their health culture showed a significant increase in this indicator during studies at the Faculty of Chemistry (manifestation of sufficient and high levels in students of I and II–IV courses, master's degree was 48.7 %; 74.3 %; 82.1 %).

Keywords: health, health culture, chemical disciplines, students.

Стаття надійшла 21.06.2022.
Після доопрацювання 04.08.2022.
Прийнята до друку 30.09.2022.