

раючись на отриманні результати, можна рекомендувати застосування апробованої нами програми фізичної реабілітації у комплексному лікуванні вегето-судинної дистонії для досягнення компенсації та довготривалої ремісії.

#### Література

1. Аббакумов С.А. Нейроциркуляторная дистония / Аббакумов С.А. // Врач. – М, 1997. – №2. – С. 6-8.
2. Маколкин В.И. Нейроциркуляторная дистония в молодом возрасте / В.И. Маколкин // Врач. – М., 1999. № 9. – С. 14-15.
3. Сивякова О.Н., Конюк Е.Ф. Диагностика и лечение нейро-циркуляторной дистонии / О.Н. Сивякова, Е.Ф. Конюк //Российский кардиологический журнал. – 2006. – №1. – С.44-47.

### **ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ У СЕРЕДОВИЩІ ДИТЯЧИХ ЮНАЦЬКИХ КЛУБІВ**

*Беляєва Н.В., Кісуріна А.Г.*

*Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г. Короленка*

Становлення і розбудова України як суверенної держави визначає нові орієнтири в галузі освіти, що зумовлює модернізацію педагогічного процесу в загальноосвітніх навчальних закладах різного типу, викликає потребу розвитку інноваційної діяльності вчителів, спрямовуючи їх увагу на виконання соціального замовлення – виховання здорової, гармонійно розвиненої особистості учня. У Національній доктрині розвитку освіти зазначено, що освіта повинна бути зорієнтована на «виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності» [2, с. 5]. Отже, ефективне впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі, зокрема і в позашкільній освіті дитячих юнацьких клубів за інтересами, можливе завдяки оптимізації навчально-виховних можливостей у цьому напрямку та впровадженню методів і форм організації сприятливого життєвого середовища.

У наукових напрацюваннях, що стали класикою педагогічної думки (В. Бехтерева, Я. Коменського, А. Макаренка, Г. Песталоцці, М. Пирогова, Ж.-Ж. Руссо, Г. Сковороди, В. Сухомлинського, К. Ушинського, Р. Штайнера), та у сучасних дослідженнях (Г. Балла, І. Беха, Є. Вайнера, Т. Волченської, Г. Зайцева, О. Зазимко, Е. Казіна, Н. Кичук, О. Іонової, О. Савченко, Г. Серикова, С. Серикова, Т. Савустьяненко) науковці наголошують на тому, що тільки поклавши в основу освітнього процесу гуманістичні засади, можна побудувати здоров'язбережувальний освітній простір.

Екстраполюючи думки авторів Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні на середовище позашкільної освіти, виокремлюють такі валеологічні принципи: науковість і доступність змісту валеологічної освіти; системність у розгляді проблем здоров'я; гуманізація – сприйняття людини в гармонійному поєднанні з довкіллям та спрямування на усвідомлення вагомості людиноцентристського принципу; інтегративність – охоплення здоров'язбережувальною діяльністю всіх підструктур позашкільного навчального закладу [1, с. 8-9].

Визначені принципи вказують на пріоритет здоров'я людини в освітній галузі. Вони зорієнтовані на формування валеологічного світогляду, ціннісного ставлення до здоров'я як однієї з головних умов самореалізації особистості внаслідок розкриття її творчого й фізичного потенціалу.

Робота педагога-організатора позашкільного освітнього закладу зорієнтована та активну діяльність учнів, розкриття та розвиток їх потенційних особистісних можливостей. Найкраще поєднання коли дитина граючись навчається. Для цього створюється сприятлива, здоров'язбережувальна атмосфера, цікава та пізнавальна програма для гармонійного розвитку особистості. У діяльності ДЮК «Фантазія» Полтавського міського центру дитячо-юнацьких клубів провідним критерієм успішності визначено здоров'язбережувальний освітній простір. Здоров'язбережувальні освітні технології реалізуються як в організації рухливих ігрових форм взаємодії з дітьми, так і в роботі різноманітних гуртків: арт-студії «Листочок», гуртка оригаммі-квілінгу, гуртка «Срібна голка», шахової секції імені О. Бідного.

Таким чином, у своїй практичній діяльності педагог-організатор ДЮК «Фантазія» реалізовує, перш за все, завдання з розвитку в учнів активної мотивації дбайливого ставлення до власного здоров'я, удосконалення фізичного, соціального, психічного й духовного його складників; виховання в учнів потреби у здоров'ї, яке є важливою життєвою цінністю, свідомого прагнення до здорового способу життя.

#### Література

1. Концепція неперервної валеологічної освіти в Україні // Шкільний курс «Валеологія»: [зб. матеріалів]. – К. : Освіта, 1994. – 94 с.
2. Національна доктрина розвитку освіти / Затверджено Указом Президента України від 17.04.2002 № 347/2002 // Освіта України. – 23 квітня 2002 р. – № 33. – С. 4-6.

### **ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РЯДА АНТРОПОМЕТРИЧЕСКИХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И МЕНСТРУАЛЬНОГО ЦИКЛА У СТУДЕНТОК СПЕЦИАЛЬНОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ГРУППЫ С ВЫСОКИМ И НИЗКИМ ЗНАЧЕНИЕМ ИНДЕКСА МАССЫ ТЕЛА**

*Бугаевский К.А., Бугаевская Н.А.  
Запорожский государственный медицинский университет*

**Постановка проблемы.** Уровень соматического и репродуктивного здоровья женского населения многих стран остаётся крайне низким и не стабильным. В особенности эти тенденции выражены у современной молодёжи, в том числе и у девушек студенток, как юношеского, так и первого зрелого возраста [1,6]. В этой связи особое значение имеет комплексное исследование здоровья студенток, так как это особая социальная группа с повышенным риском функциональных нарушений организма [1,6]. Поэтому физическое развитие является одной из основных характеристик становления репродуктивной системы девушки. Его важным оценочным показателем является масса тела, которая косвенно характеризует количество жировой ткани в организме [7]. Этот показатель является также одним из главных физиологических факторов, определяющим характер становления овариально-менструальной функции и фертильности в целом [4,5,7].