

**Chapter 24. FORMATION AND PRESERVATION OF HEALTH – THE  
CROSS-CUTTING ISSUE OF THE COURSE «BASIS OF ECOLOGY»  
FOR STUDENTS OF HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS**

**G. USMANOVA,**

*Chernigiv National T. G. Shevchenko Pedagogical University,  
53, Hetman Polubotok Str.,  
Chernihiv, Ukraine, 14034,  
e-mail: [zygura.g@ukr.net](mailto:zygura.g@ukr.net)*

**Розділ 24. ФОРМУВАННЯ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я – НАСКРІЗНЕ  
ПИТАННЯ КУРСУ «ОСНОВИ ЕКОЛОГІЇ» ДЛЯ СТУДЕНТІВ  
ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

**Г. О. УСМАНОВА,**

*Чернігівський національний педагогічний університет  
імені Т. Г. Шевченка,  
бул. Гетьмана Полуботка, 53,  
м. Чернігів, Україна, 14034,  
e-mail: [zygura.g@ukr.net](mailto:zygura.g@ukr.net)*

**Abstract.** Usmanova G. Formation and preservation of health – the cross-cutting issue of the course «Basis of Ecology» for students of higher educational institutions.

*The article describes the content and structure of the course «Basis of Ecology» for students of higher educational institutions. The emphasis is on health preservation issues related to the interaction of man and the environment. Attention is drawn to the unsatisfactory state of health of the population of Ukraine, including children and youth; on prevalence the diseases of the respiratory organs, endocrine, bone-muscle and nervous systems, digestive organs, heart and eyes among children of school age. The analysis of theoretical and methodological achievements on health preservation issues, formation of a healthy way of life, health culture of children and youth, and practical suggestions on working with children at the lessons of biology, physics, chemistry of mathematics, geography and literature on the development of health-saving competence. It is shown that in the process of teaching the course «Basis of Ecology» for the students of Physical Education Faculty of Chernigiv National T. G. Shevchenko Pedagogical University it is possible to make formation and development of health-saving competence while studying any of the topics of the course: «Ecology of the organism», «Ecology of populations», «Ecology of biocenoses», «Ecology of ecosystems», «Ecology of the biosphere», «Anthropogenic pollution of the atmosphere», «Anthropogenic pollution of the hydrosphere», «Anthropogenic pollution of the lithosphere», «City ecosystems», «Sources of radiation pollution», «Environmental protection».*

**Keywords:** health, course «Basis of ecology», health saving, health-saving competence, students youth.

**Постановка проблеми.** Стратегія сталого розвитку «Україна-2020» передбачає реалізацію низки реформ і програм, кожна з яких певною мірою розв'язує проблеми формування, збереження і зміцнення здоров'я населення України. Зокрема, це: реформи системи охорони здоров'я і освіти; програми збереження навколишнього природного середовища, популяризації фізичної культури і спорту, здорового способу життя і довголіття, розвитку дітей та юнацтва, розвитку туризму [13].

Така увага до здоров'я населення України не є випадковістю. За останніми даними Міністерства охорони здоров'я України, стан здоров'я населення оцінюється як незадовільний, адже супроводжується високою смертністю, особливо серед людей працездатного віку та зменшенням середньої тривалості життя. Протягом останніх 22 років унаслідок стійкого природного зменшення спостерігається неухильне скорочення чисельності населення України. Загальний коефіцієнт смертності в Україні станом на 2015 р. залишається найвищим у Європі і постійно зростає. За показниками тривалості життя Україна відстає від більшості розвинутих країн на 10 – 15 років. Констатується низький рівень тривалості здорового життя та один з найвищих у Європейському регіоні природний спад населення (-4,3 на 1 000 населення у 2015 р.) [15]. Першочерговими причинами смертності є хвороби системи кровообігу, новоутворення, хвороби органів травлення і дихання [15].

Динаміка стану здоров'я дитячого населення України також викликає занепокоєння, адже, як вказує В. Карнацький, зараз кожна п'ята дитина народжується з відхиленнями у стані здоров'я, а у підростаючого покоління різко прогресують хронічні хвороби серця, хребта, очей, неврози, ожиріння тощо [6]. Також медики констатують погіршення здоров'я дітей за період навчання у школі. За даними МОЗ України, впродовж 2009 – 2013 років виявлено збільшення захворюваності дітей шкільного віку 7 – 14 років та дітей старше 14 років на 1,1 % та 8,4 %, відповідно; поширеність хворіб серед дітей цих вікових категорій збільшилась на 1,1 % і 10,2 %, відповідно. За даними 2013 року, найчастіше серед дітей усіх вікових категорій трапляються захворювання органів дихання; у дітей від 7 до 14 років більше реєструється хворіб ендокринної системи, кістково-м'язової системи, органів травлення, хворіб очей; у віковій категорії 15 – 17 років до зазначених хворіб приєднуються хвороби сечостатевої та нервової систем [5].

Від здоров'я дітей залежить здоров'я майбутніх поколінь і нації загалом. Питання, присвячені збереженню здоров'я людини, формуванню здорового способу життя, культури здоров'я дітей та молоді розглядає широке коло науковців, серед яких: М. Амосов, О. Балакірева, О. Бердник, Н. Бібік, А. Бойко, Т. Бойченко, О. Ващенко, М. Гриньова, О. Дубогай, Г. Жара, Г. Капранова, С. Кириленко, Н. Коваль, С. Максименко, Г. Нікіфорова, М. Носко, В. Оржеховська, Л. Сущенко, С. Страшко та ін.

І. Поташнюк та О. Кубович узагальнюють теоретико-методичні напрацювання провідних учених України щодо використання оздоровчого впливу засобів фізичної культури з метою формування і відновлення здоров'я дітей, молоді та дорослого населення [12]. Автори згадують дослідження Г. Апанасенка, М. Дутчака, О. Куца, Б. Мицкана, Р. Поташнюк, А. Цьося, Б. Шияна. Водночас з цією когортою учених сміливо можна згадати Г. Безверхню (2003), І. Гасюк (2003), Л. Демінську (2006), О. Школу (2015), О. Юнака (2015), У. Шевців (2009).

Про набуття знань з питань здоров'я і формування здорового способу життя дітьми у школах чи інших навчальних закладах під час навчально-виховного процесу наукових праць менше. На проблему збереження здоров'я, профілактику виникнення захворювань і розвиток мотивації до здорового способу життя на уроках фізичної культури звертають увагу М. Новіков (2010), Н. Нежкіна, М. Майорова, Ю. Чистякова, Н. Кисельова (2009), Є. Чернікова (2009).

Формування в учнів свідомого ставлення до свого здоров'я та оволодіння основами здорового способу життя є метою предмету «Основи здоров'я», який викладається у сучасних школах. Формуванням здорового способу життя на уроках з «Основ здоров'я» плідно займаються учителі шкіл [11]. Питання формування системи валеологічних знань учнів основної школи у процесі навчання основ здоров'я розглядають В. Горашук, С. Страшко (2006-2012), Ю. Бойчук (2017), О. Шевчук (2011). Запроваджують інтерактивні методи навчання в освітньо-оздоровчий процес курсу «Основи здоров'я» Л. Калинич (2016), С. Назаренко (2009) та ін.

Детально про ступінь реалізації функцій навчальними дисциплінами здоров'я-формуального спрямування в одній зі своїх робіт розповідає В. Шахненко [14]. Автором глибоко проаналізовані державні документи з питань освіти та навчальні програми здоров'яформувальних курсів і предметів, починаючи з 1986 р. до 2007 р., названо переваги та недоліки.

Трапляється багато робіт учителів про надання знань про здоров'я та здоровий спосіб життя на уроках біології (Л. Семешко, 2017; В. Кучма, 2015; Н. Шушкевич, 2013), фізики (О. Ліскович, 2011; В. Кононенко, 2011; Л. Чабаненко, 2007;), хімії (О. Шафір, 2013; М. Олександрова, 2006; Н. Денисова, 2009), географії (Н. Ємеліна, 2012), математики (В. Молчанов, Н. Пархоменко, О. Ганзіна, 2011) і, навіть, на уроках алгебри [1] та літератури [3].

О. Алферов (2012), О. Кофанова (2015), Т. Шаповалова [3], М. Носко, О. Данілов, В. Маслов [9] у своїх роботах висвітлюють питання розвитку здоров'язбережувальної компетентності й формування здорового способу життя школярів у позашкільному навчальному просторі та студентів у інших навчальних закладах.

Отже, проблема формування здоров'язбережувальної компетентності учнів, мотивації до здорового способу життя на уроках є досить обговорюваною у педагогічному колі фахівців. На нашу думку, питанням формування, збереження та зміцнення здоров'я має перейматися кожен педагогічний працівник – у дитячому навчальному закладі, загальноосвітній школі, ліцеї, гімназії, професійному навчальному закладі, вищому навчальному закладі тощо, незалежно від його спеціалізації; будь-який навчальний предмет може містити в собі інформацію про здоров'я.

Серед чинників, що впливають на здоров'я людини, ВООЗ наводить такі: умови та спосіб життя (ступінь впливу 52 – 53 %), спадковість (ступінь впливу 20 %), навколишнє середовище (ступінь впливу 20 %), медичне забезпечення (ступінь впливу 7 – 8 %). Тобто, на здоров'я людини найбільше впливає спосіб життя. А він значною мірою залежить від навколишнього середовища.

Ми цілком погоджуємося з В. Шахненком, який наголошує: «...вирішальним у підготовці дітей і підлітків до здоров'язбережувального життя є формування духовності, духовного здоров'я. Учні мають засвоїти таку істину: природа – колицка здоров'я, здоров'я природи – здоров'я людини; найголовніше для людини – це життя, найцінніше в житті – здоров'я, дев'ять десятих щастя людини складає її здоров'я (прислів'я), умовою здоров'я є ведення здорового способу життя» [14].

Дійсно, якщо буде здоровою природа, то за умови ведення здорового способу життя, буде здоровою і людина. Але внаслідок антропоцентричного екологічного мислення і поведінки людини навколишнє природне середовище є «хворим», про що свідчать істотний рівень забруднення атмосферного повітря та поверхневих вод, деградація і забруднення ґрунтів, забруднення середовища токсичними та радіоактивними речовинами, нагромадження сміття, зменшення рослинного й тваринного біорізноманіття тощо [16]. З метою недопущення руйнування систем життєзабезпечення людства і біосфери загалом, з середини ХХ століття виникає поняття екоцентричної свідомості, для якої характерні: орієнтування на екологічну доцільність, відсутність протиставлення людини і природи, сприйняття природних об'єктів як повноправних суб'єктів, партнерів у взаємодії з людиною [2]. Формування екоцентричної екологічної свідомості людини, а паралельно й екологічної культури, є ланкою навчально-виховного процесу, а саме – ланкою екологічної освіти й виховання. У концепції екологічної освіти України зазначено, що екологічне навчання і виховання здійснюється протягом усього життя людини – починаючись з народження, воно триває у дошкільному закладі, школі, вищому навчальному закладі і надалі триває у вигляді самоосвіти [7].

Ми вважаємо, доцільно здійснювати процес формування здоров'язбережувальної компетентності під час вивчення такої дисципліни, як «Основи екології». Ознайомлення

з екологією надає інформацію не лише про взаємовідносини живої і неживої природи, закони розвитку й функціонування біосфери як цілісної системи. Це наука про узгодження Стратегії Природи й Стратегії Людини, що має базуватися на ідеях самообмеження і самозбереження [10]. Тобто, викладаючи курс «Основи екології», ми додатково надаємо інформацію щодо мирного співіснування людини й природи з користю для обидвох, можливості уникнення створеного людиною негативного впливу навколишнього середовища на її здоров'я та поліпшення екологічної ситуації в майбутньому.

Курс «Основи екології», який викладається на факультеті фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка, є варіативною складовою навчального плану підготовки вчителів фізичної культури. Зважаючи на обмежену кількість годин цього курсу (24 аудиторні години), він містить традиційні розділи «Основи загальної екології» та «Антропогенна діяльність і довкілля. Охорона природного середовища». З метою професійної спрямованості нами додатково введені питання екології людини й екологічної освіти, виховання молодого покоління. Оскільки одне з основних завдань учителя фізичної культури – виховання фізично розвиненої і здорової особистості, у кожній темі курсу «Основи екології» ми висвітлюємо питання здоров'язбереження, які необхідні як для майбутньої професійної діяльності фахівців фізичної культури, так і для особистого життя кожного студента.

У розділі «Основи загальної екології» висвітлені теми: «Екологія організму», «Екологія популяцій», «Екологія біоценозів», «Екологія екосистем», «Екологія біосфери».

Розглядаючи тему «Екологія організму», обговорюємо питання адаптації до навколишнього середовища не лише організмів рослинного та тваринного світу, а й адаптацію організму людини до різних екологічних чинників та їх вплив на здоров'я. Обов'язково вивчаємо вплив на організм людини таких, абіотичних чинників, як метеорологічні: коливання температур, зміна вологості повітря, перепади атмосферного тиску та небезпечні метеорологічні явища, яких потрібно вміти уникати; геліофізичні – активність небесних світил Сонця і Місяця та магнітне поле Землі. Адже вони можуть неоднозначно впливати на тренувальний процес, тому необхідно знати про можливі корективи. Студенти факультету фізичного виховання мають підвищену рухову активність, тому звертаємо увагу на питання адаптації організму людини до рухової активності та гіпоксії. Цікавим є питання про біологічні ритми та їх регуляцію, про конституційну типологію людини. Ця інформація допомагає студентам коригувати тренувальний процес і краще розуміти особливості спортивного відбору. Адже правильно обрана спортивна спеціалізація з урахуванням особливостей конституції тіла сприяє уникненню психологічних травм у зв'язку зі спортивною невідповідністю і дає більше шансів на успіх у спортивній кар'єрі.

Не менш важливим для студентів факультету фізичного виховання є вивчення біотичних чинників та їхнього впливу на організм людини, адже більшість з них у майбутньому пов'язує свою долю з туристичною роботою. Туризм – це один із напрямів рекреації, збереження і поліпшення здоров'я, засіб продовження активного довголіття та спортивного удосконалення. Туристичний відпочинок сьогодні користується великою популярністю. Мотивом до туристичних подорожей передовсім є прагнення людини спілкуватися з природою, що має неабиякий лікувальний ефект: красиві ландшафти, чисте повітря, незабруднена вода у водоймах, різноманіття лісових насаджень – усе це приваблює туристів. Туризм сьогодні – це активний відпочинок, який базується на зв'язках «людина – природне середовище», а тому вкрай важливо бути обізнаним у питаннях взаємодії біологічних об'єктів та їхнього впливу на організм людини та здоров'я зокрема [17].

Отже, обов'язково вивчаємо вплив біотичних чинників на здоров'я людини. Звертаємо увагу на можливі негативні наслідки: збудників від інфекційних захворювань, від хвороботворних мікроорганізмів, тварин-переносників хворіб, паразитичних тварин і грибів, отруйних рослин, тварин і грибів. Нагадуємо студентам, як позитивно впливає на організм людини багатьох природних об'єктів і вчимо використовувати ці знання для поліпшення стану свого здоров'я. Зокрема, вказуємо на значущість деяких лікарських рослин, домашніх тварин, згадуємо про іпотерапію, дельфінотерапію, апітерапію, ароматерапію, про естетичне задоволення від звичайного споглядання об'єктів природи і природних ландшафтів, про те, що людина також є біотичним об'єктом і відносини людина-людина також мають велике значення для нашого здоров'я.

Вплив антропогенних факторів на організм людини ми охарактеризували у розділі «Антропогенна діяльність і довкілля. Охорона природного середовища».

У темі «Екологія популяцій» проаналізовано чинники, які регулюють чисельність популяцій. Щодо популяції людини, обговорюємо такі причини, які впливають на низьку народжуваність і високу смертність в Україні: спосіб життя (матеріальне становище, моральна налаштованість, нестача харчування, рівень житлового забезпечення, характер праці, проведення вільного часу, гігієна, фізична культура, режим дня тощо), спадковість, медичне забезпечення та природні небезпечні явища, які також негативно впливають на здоров'я: епідемії, землетруси, повені, зсуви ґрунту, снігові лавини, селеві потоки, пожежі.

Під час розгляду тем «Екологія біоценозів» та «Екологія екосистем» звертаємо увагу студентів на обов'язкові складові кожної екосистеми консументи та продуценти, які є основою харчування людини, про переваги в харчуванні натуральних продуктів. На прикладі звичайних трофічних ланцюгів і трофічних сіток показуємо взаємозв'язки і взаємозалежність між всіма живими організмами в природі і залежність здоров'я людини від стану екосистеми загалом.

Розглядаючи тему «Екологія біосфери», наголошуємо на тому, що завдяки людській діяльності, крім природного кругообігу речовин, існує вже і техногенний, з великою кількістю хімічних сполук, з негативними наслідками на здоров'я людини та стан всього живого.

Розділ «Антропогенна діяльність і довкілля. Охорона природного середовища» містить теми: «Антропогенне забруднення атмосфери», «Антропогенне забруднення гідросфери», «Антропогенне забруднення літосфери», «Міські екосистеми», «Джерела радіаційного забруднення», «Охорона природного середовища».

Вивчаючи тему «Антропогенне забруднення атмосфери», звертаємо увагу на шкідливість для організму людини деяких летких сполук – сірководню, хлору та фтору, підвищена концентрація яких у повітрі здатна призводити до захворювань дихальних шляхів. Обговорюємо проблеми озонових дір, адже останнім часом медики констатують збільшення кількостей випадків захворювань на рак шкіри. Згадуємо також про вплив оксидів неметалів, зокрема Нітрогену та Сульфору, які здатні викликати кислотні опади, а ті, своєю чергою, вимивати важкі метали з гірських порід і сприяти їх потраплянню до продуктів харчування, а потім до організму людини і мати при нагромадженні канцерогенний ефект.

Залучаємо студентів до обговорення негативного впливу на здоров'я людини вихлопних газів автомобілів та тютюнового диму, повідомляючи, що тютюновий дим містить канцерогенну речовину бенз(а)пірен, який, потрапляючи в організм, здатен вбудовуватись в ДНК, викликати її мутації і в такому видозміненому вигляді передаватися нащадкам. Актуальним є обговорення питання біологічного забруднення повітря хвороботворними мікроорганізмами й алергенами та шляхів його уникнення.

Вивчаючи тему «Антропогенне забруднення гідросфери», передовсім звертаємо увагу на проблеми питної води, а саме – її негативний вплив на організм людини через

забруднення нітратами. Адже відомо, що в результаті використання свого часу у сільському господарстві великої кількості мінеральних добрив і розташування колодязів на близькій відстані від сільськогосподарських будівель значна частина поверхневих вод України забруднені нітратами, наприклад, на 2012 рік забрудненість питної води шахтних колодязів Чернігівської обл. становила 50 % [15]. Це дуже небезпечно для здоров'я, адже високий вміст нітратів у питній воді призводить до гострого отруєння цими сполуками дітей раннього віку, до збільшення їхньої загальної захворюваності та має патологічний вплив на стан організму, зокрема, на стан шлунково-кишкового тракту [8].

Доводимо до відома про небезпеку використання для пиття чи приготування їжі гарячої води з кранів централізованого водопостачання через можливий вміст протикорозійних речовин. Додатково нагадуємо про можливе забруднення питної води мікроорганізмами та особливості очищення її в домашніх умовах та умовах туристичного походу. З особливою цікавістю студенти сприймають інформацію про очищення води шляхом заморожування або використанням різних лікарських рослин та про властивості мінеральних вод.

Ознайомлюємося із джерелами забруднення річок, обговорюємо небезпеку купання у невідомих водоймах, з огляду на можливий несприятливий мікробіологічний склад чи хімічне забруднення води. Адже потрапляння такої води в організм чи навіть на поверхню шкіри може мати небажані наслідки для здоров'я.

Розглядаючи тему «Антропогенне забруднення літосфери», вивчаємо питання безпеки біологічного забруднення ґрунту хвороботворними мікроорганізмами та паразитичними біологічними об'єктами, які зберігаються у ґрунті тривалий час. Обговорюємо хімічне забруднення ґрунту важкими металами та пестицидами, які потрапляють у ґрунт внаслідок діяльності різних підприємств та активного ведення сільського господарства. Така інформація є дуже важливою, адже і біологічні об'єкти, і хімічні речовини здатні потрапляти в організм при пораненнях чи з продуктами харчування, і при неналежній обробці призводять до різного роду захворювань. Звертаємо увагу також на особливості поводження з різними засобами захисту рослин, адже більшість з них є отрутою для людського організму і при роботі з ними потрібен відповідний захист.

Цікавою є тема «Міські екосистеми»: про питання впливу на організм людини засобів особистої гігієни та косметики, пральних і мийних засобів, лаків, фарб, будівельних матеріалів, речовин, які випаровуються з нових меблів і килимів, здатних викликати реакції алергічного прояву та серйозні хвороби. Активні дискусії виникають при обговоренні аналізі електромагнітних випромінювань різного роду побутової техніки, які є дуже шкідливими мікрохвильових печей, мобільних телефонів, холодильників, фенів, зарядних пристроїв, енергозберігуючих ламп тощо; проте, як запобігти цьому.

Ознайомимось з методами очищення повітря у побутових приміщеннях. Доведено, наскільки шкідливими є популярні зараз хімічні засоби ароматизації і натомість радимо використовувати природні рослинні аромати, які застосовуються в ароматерапії, при провітрюванні приміщень, при зволоженні повітря у помешканнях у зимовий час, можливості використання іонізаторів. Слід дотримуватися правил щодо користування кондиціонером. Адже такі способи очищення повітря можна використовувати не лише у побуті, а й під час навчально-тренувального процесу, в шкільних спортивних роздягальнях, спортивних залах, фітнес-центрах тощо. Позитивна роль відводиться кімнатним рослинам, які мають потужний потенціал при очищенні повітря у приміщеннях.

Як антропогенний чинник міських екосистем розглядається шум та його негативний вплив на здоров'я людини, зокрема на стан нервової системи. Ознайомимось з методами

захисту від шуму, серед яких найбільш дивною для студентів є шумозахисна властивість зелених насаджень.

Однією з проблем урбанізованого середовища є також побутове сміття. Нагромадження на полігонах та самозаймання, несанкціоноване викидання в лісосмуги забруднює атмосферне повітря, ґрунт і в результаті, – спричиняє шкоду здоров'ю.

Актуальною є проблема, якості харчування. Адже міське населення має обмежений доступ до натуральних продуктів. Новітні технології у харчовій промисловості, на жаль, завдають шкоди здоров'ю людини. Використання підсилювачів смаку, ароматизаторів, гормонів, антибіотиків та ін. речовин у продуктах харчування здатні тільки погіршувати його. Тому, розглядаючи це питання, ми налаштовуємо студентів на пошук і вживання якомога більшої кількості натуральних продуктів, орієнтуємо на споживання продуктів нетривалого терміну зберігання. Обов'язково нагадуємо про можливість забруднення овочів і фруктів нітратами, тому не радимо їх вживати в несезонний період та купувати в несанкціонованих місцях без документів про відповідну якість продукції.

Важливим для урбанізованої території є питання рекреаційних ресурсів. Адже, володіючи такою інформацією, студенти можуть використовувати місця рекреації не лише для відпочинку, а й для проведення спортивних та оздоровчих занять.

У зв'язку з тим, що людство не в змозі відмовитись від мирного атому (а в Україні працює чотири атомні електростанції!) обов'язково вивчаємо тему «Джерела радіаційного забруднення» і обговорюємо питання впливу іонізуючого випромінювання на біологічні об'єкти й алгоритм дії людини у разі такої небезпеки. Після аварії на ЧАЕС Чернігівська область має локальні забруднення ґрунтів на стронцій і цезій, тому застерігаємо студентів від споживання продуктів харчування з забруднених радіонуклідами територій.

Вивчаючи тему «Охорона природного середовища», намагаємося показати красу і велич природних територій нашої країни, наголошуємо, скільки користі приносить жива природа, на естетичному задоволенні від спілкування з природою і на її лікувальному ефекті.

#### **Висновки:**

1. У зв'язку зі зменшенням середньої тривалості життя та високою смертністю, стан здоров'я дорослого населення України оцінюється МОЗ як незадовільний.
2. Кожна п'ята дитина в Україні народжується з відхиленнями у стані здоров'я, а у підростаючого покоління переважають і прогресують захворювання органів дихання, травлення, серця, очей, хвороби ендокринної, кістково-м'язової та нервової систем.
3. Серед великої кількості теоретико-методичних напрацювань з питань збереження здоров'я, формування здорового способу життя, культури здоров'я дітей та молоді трапляються практичні напрацювання педагогів з питань розвитку здоров'язбережувальної компетентності.
4. Дисципліна «Основи екології» має потужний потенціал для формування і розвитку здоров'язбережувальної компетентності сучасної молоді. Розроблений нами зміст курсу «Основи екології» охоплює низку питань, які є професійно значущими для формування не тільки здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя, а й загальної еколого-валеологічної культури.
5. Вивчаючи «Основи екології», студенти факультету фізичного виховання отримують знання з питань формування і збереження здоров'я у випадках впливу на організм зовнішнього середовища і його абіотичних, біотичних і антропогенних чинників.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Васильєва Д. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на уроках алгебри і початків аналізу. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*; гол. ред. Носко М. О. Чернігів: ЧНПУ, 2015, вип. 130, с. 287 – 291 с.
2. Дерябо С. Д., Ясвин В. А. Экологическая педагогика и психология. Ростов н.Д: Издательство «Феникс», 1996, 480 с.
3. Дискурс здоров'я в освіті: філософія, педагогіка, антропологія, психологія: матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. з між нар. участю, присвяч. 120 річниці з дня народження Миколи Олександровича Берштейна (16 – 17 вересня 2016р.), в 3 т. М-во освіти і науки України, Нац. акад. пед. наук України, комунал. вищ. навч. закл. «Вінницька академія неперервної освіти», Міжнар. акад. екології і здоров'я, м. Вільнюс, Литва, Метропол. держ. пед. ун-т ім. Богдана Хмельницького; за заг. ред. М. Б. Євтуха та В. М. Федорця. Вінниця: ТОВ «Планер», 2016, т. 3, 190 с.
4. Доповідь про стан навколишнього природного середовища в Чернігівській області за 2012 рік. Черніг. облдержадмін. Департамент екології та природн. ресурсів; відп. за вип. С. В. Горонович, Чернігів, 286 с.
5. Дудіна О. О., Терещенко А. В. Ситуаційний аналіз стану здоров'я дитячого населення. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2014, 2(60), с. 49 – 57.
6. Карнацький В. М. Проблеми здоров'я та продовження тривалості життя населення України. *Укр. мед часопис*. 2008, 5(67), IX – X, с. 83 – 87.
7. Концепція екологічної освіти України Рішення Колегії Міністерства освіти і науки України № 13/6-19 від 20.12.2001.
8. Нітратне забруднення джерел питної води України: дослідження ВЕГО «МАМА-86» 2001 – 2008 рр. К., 2009, 15 с.
9. Носко М. О., Данілов О. О., Маслов В. М. Формування здорового способу життя у студентів вищої школи. Фізичне виховання і спорт у вищих навчальних закладах при організації кредитно-модульної технології. К., 2011, с. 175 – 195.
10. Основи екології. Білявський Г. О., Фурдуй Р. С., Костіков І. Ю. К.: Либідь, 2004, 408 с.
11. Погорелова Л. В. Особливості викладання основ здоров'я в умовах модернізації сучасної освіти. Миколаїв: ОІППО, 2016, 60 с.
12. Поташнюк І., Кубович О. Теоретико-методичні основи використання оздоровчого впливу засобів фізичної культури на формування й відновлення здоров'я людини. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк, 2011, 1(13), с. 47 – 51.
13. Стратегія сталого розвитку «Україна-2020», схвалена Указом Президента України від 12 січня 2015 року № 5/2015.
14. Шахненко В. І. Підготовка учнів до ведення здорового способу життя у змісті здоров'яформуючих курсів ЗНЗ незалежної України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: наукова монографія за редакцією проф. Єрмакова С. С. Харків, ХДАДМ (ХХПІ), 2008, № 1, с. 167 – 175.
15. Щорічна доповідь про стан здоров'я населення, санітарно-епідемічну ситуацію та результати діяльності системи охорони здоров'я України. 2015 рік. За ред. Шафранського В. В.; МОЗ України, ДУ «УІСД МОЗ України». Київ, 2016, 452 с.
16. Усманова Г. Екологічна освіта фахівців фізичного виховання. Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку.



Кіровоград: РВВ КДПУ імені Володимира Винниченка, 2010, частина 1, с. 150 – 155.

17. Усманова Г. Підготовка фахівців з туризму до здійснення зв'язків «людина – природне середовище». Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю. Львів: ЛДУФК, 2012, с. 346 – 350.

## REFERENCES

1. Vasylieva D. V. Formation of preserving competence of students at algebra lessons and the beginnings of analysis. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka*; hol. red. Nosko M. O. Chernihiv: ChNPU, 2015, iss. 130, pp. 287 – 291. (In Ukrainian).
2. Deryabo S. D., Yasvin V. A. Ecological pedagogy and psychology. Rostov-na-Donu: Izdatelstvo «Feniks», 1996, 480 p. (In Russian).
3. Health Discourse in Education: Philosophy, Education, Anthropology, Psychology: materialy Vseukr. nauk.-prakt. konf. z mizh nar. uchastiu, prysviach. 120 richnytsi z dnia narodzhennia Mykoly Oleksandrovycha Bershteina (16 – 17 veresnia 2016r.), v 3 t. / M-vo osvity i nauky Ukrainy, Nats. akad. ped. nauk Ukrainy, komunal. vyshch. navch. zakl. «Vinnytska akademiia neperervnoi osvity», Mizhnar. akad. ekolohii i zdorov'ia, m. Vilnius, Lytva, Metropol. derzh. ped. un-t im. Bohdana Khmelnytskoho; za zah. red. M. B. Yevtukha ta V. M. Fedortsia. Vinnytsia: TOV «Planer», 2016, vol. 3, 190 p. (In Ukrainian).
4. Report on the state of the environment in the Chernihiv region for 2012. Chernih. oblderzhadmin. Departament ekolohii ta pryrodn. resursiv; vidp. za vyp. S. V. Horonovych, Chernihi, 286 p. (In Ukrainian).
5. Dudina O. O., Tereshchenko A. V. Situational analysis of children's health status. *Visnyk sotsialnoi hihiieny ta orhanizatsii okhorony zdorov'ia Ukrainy*, 2014, 2(60), pp. 49 – 57. (In Ukrainian).
6. Karnatskyi V. M. Problems of health and prolongation of life expectancy of the population of Ukraine. *Ukr. med chasopys*. 2008, 5(67), IX/X, pp. 83 – 87. (In Ukrainian).
7. The Concept of Ecological Education of Ukraine Decision of the College of the Ministry of Education and Science of Ukraine no. 13 / 6 – 19 of 20.12.2001. (In Ukrainian).
8. Nitrate pollution of drinking water sources in Ukraine: MAMA-86 EIA study 2001 – 2008. Kyiv, 2009, 15 p. (In Ukrainian).
9. Nosko M. O., Danilov O. O., Maslov V. M. Formation of a healthy lifestyle among high school students. *Fizychnе vykhovannia i sport u vyshchych navchalnykh zakladakh pry orhanizatsii kredytno-modulnoi tekhnolohii*. Kyiv, 2011, pp. 175 – 195. (In Ukrainian).
10. Fundamentals of ecology. Biliavskyi H. O., Furdui R. S., Kostikov I. Iu. Kyiv: Lybid, 2004, 408 p. (In Ukrainian).
11. Pohorielova L. V. Features of teaching the basics of health in modernization of modern education. Mykolaiv: OIPPO, 2016, 60 p. (In Ukrainian).
12. Potashniuk I., Kubovych O. Theoretical and methodological foundations of the use of health-improving means of physical culture on the formation and restoration of human health. *Fizychnе vykhovannia, sport i kultura zdorov'ia u suchasnomu suspilstvi*: zb. nauk. Prats. M-vo osvity i nauky, molodi ta sportu Ukrainy, Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrainky. Lutsk, 2011, 1(13), pp. 47 – 51. (In Ukrainian).

13. Strategy of Sustainable Development «Ukraine-2020»: Approved by the Decree of the President of Ukraine dated January 12, 2015, no. 5/2015. (In Ukrainian).
14. Shakhnenko V. I. Preparation of students for a healthy lifestyle in the content of healthforming courses of the Health Care Center of independent Ukraine Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu: naukova monohrafiia za redaktsiieiu prof. Yermakova S. S. Kharkiv, KhDADM (KhKhPI), 2008, no. 1, pp. 167 – 175. (In Ukrainian).
15. Annual report on the state of health of the population, the sanitary-epidemiological situation and the results of the health care system of Ukraine. 2015. Za red. Shafranskoho V. V.; MOZ Ukrainy, DU «UISD MOZ Ukrainy». Kyiv, 2016, 452 p. (In Ukrainian).
16. Usmanova H. Ecological education of specialists of physical education. Valeolohichna osvita v navchalnykh zakladakh Ukrainy: stan, napriamky i perspektyvy rozvytku. Kirovohrad: RVV KDPU imeni Volodymyra Vynnychenka, 2010, part 1, pp. 150 – 155. (In Ukrainian).
17. Usmanova H. Training of tourism specialists to the implementation of «people – the natural environment». Problemy aktyvizatsii rekreatsiino-ozdorovchoi diialnosti naselennia: materialy VIII Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu. Lviv: LDUFK, 2012, pp. 346 – 350. (In Ukrainian).