

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Полтавський державний медичний університет
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка
Херсонський державний університет
ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка»
Akaki Tsereteli State University (Georgia)
Lithuanian University of Health Sciences, Kaunas, (Lithuania)
Vilnius University (Lithuania)



ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ:
РЕАЛІЇ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

**Збірник наукових матеріалів X Всеукраїнської науково-практичної
конференції з міжнародною участю**

20 листопада 2024 року

Полтава

2024

процесу з його навчально-методичним забезпечення на формування здоров'язбережувальної та здоров'язрозвивальної компетентностей у студентів, наявність матеріально-технічної бази, що забезпечує формування, збереження та зміцнення здоров'я студентів, використання сучасних здоров'язбережувальних технологій у освітньому процесі вищого закладу освіти, проведення постійного моніторингу впливу здоров'язбережувального освітнього середовища на стан здоров'я студентів.

Література

1. Гулько Т.Ю., Косяк О.В. Професіоналізація майбутніх фахівців з фізичної культури та спорту на засадах синергетичного підходу. *Вісник науки та освіти*. 2023. № 11(17). С. 651-662.

2. Гулько Т.Ю. Формування здатності застосовувати сучасні здоров'язбережувальні технології у сфері фізичної культури та спорту у здобувачів вищої освіти. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*: науково-практичний журнал Університету Григорія Сковороди в Переяславі. Переяслав (Київська обл.), 2023. № 2/2023, С. 96-101.

3. Плачинда Т. С., Рибалко Л. М., & Гулько Т. Ю. Дотримання здорового способу життя майбутніми фахівцями фізичної культури та спорту як необхідна умова якості життя. *Педагогічний альманах*, 2024. № 55. С. 10-16.

4. Рибалко Л.М. Здоров'язбереження як педагогічна та соціальна проблема. *Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія*; [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль: PRINMAX, 2019. С. 4-32.

5. Рибалко Л.М. Фізкультурно-оздоровча модель здоров'язбережувальних технологій у закладах загальної середньої освіти. *Спортивна наука та здоров'я людини*: Наукове електронне періодичне видання. К., 2021. № 1(5). С. 84-103.

Давиденко С.В., к.мед.н., доцент
*Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

МЕНТАЛЬНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

Ментальне здоров'я — це стан благополуччя, при якому людина здатна реалізовувати свій потенціал, справлятися зі стресом, робити свій внесок у життя спільноти. Ментальне здоров'я охоплює емоційні, психологічні та соціальні аспекти нашого життя, які впливають на спосіб мислення, почуття і дії. Ментальне здоров'я є важливою частиною загального здоров'я суспільства. Належний рівень ментального здоров'я позитивно впливає на економічний

розвиток, продуктивність і рівень задоволення життям у суспільстві. Дослідження показують, що інвестиції в підтримку ментального здоров'я, як психотерапія, фізична активність і профілактика стресу, мають високу рентабельність, знижуючи витрати на лікування і підвищуючи продуктивність праці [1].

Відповідно до теорії когнітивного розвитку Жана Піаже, підлітки і молоді дорослі віком 17-20 років перебувають у фазі формальних операцій, коли у них формується здатність до абстрактного мислення і логічного міркування (Piaget, 1972). Важливим аспектом когнітивного розвитку студентів є здатність до критичного мислення, яка полягає у вмінні оцінювати та аналізувати інформацію, розглядати альтернативні точки зору і формувати аргументовані судження. За визначенням Р. Енніса (Ennis, 1985), критичне мислення — це «розумний рефлексивний процес, спрямований на прийняття рішень щодо того, у що вірити і що робити». Енніс підкреслює, що критичне мислення вимагає уважного аналізу аргументів та інформації, а також розвитку навичок оцінки їхньої достовірності. Згідно з визначенням Д. Халперн (Halpern, 1998), критичне мислення — це «використання когнітивних навичок або стратегій, що підвищують ймовірність бажаного результату». Халперн розглядає критичне мислення як спосіб мислення, що сприяє об'єктивній оцінці інформації, незалежній від суб'єктивних переконань. Згідно з дослідженнями, навчальні курси, які включають активні методи викладання (дискусії, дебати, аналіз кейсів), сприяють розвитку критичного мислення у студентів (Paul & Elder, 2006). В освітньому процесі критичне мислення розвивається через постійне залучення учнів до аналізу проблем і обговорення різних точок зору.

Сучасні умови освіти пов'язані із невизначеністю майбутнього, обмеженням та модифікацією комунікаційних соціальних стандартів, що негативно відображається на мотивації здобувачів вищої освіти. Мій досвід 2-х місяців аудиторних занять у 2024 році свідчить про формалізацію знань студентів, що, можливо, залежить від особливостей дистанційного навчання та контролю навчання, зокрема тестування. У переважній більшості студентів навички критичного мислення компенсуюються зосередженням на розвитку емоційного інтелекту, який відмежовується від критичного мислення [5]. Критичне мислення є необхідною складовою ментального здоров'я. Отже, мотивуючий вплив на розвиток критичного мислення у студентів для їх ментального здоров'я є необхідним. Особливості такого впливу потребують, вважаю, подальшої розробки.

Література

1. World Health Organization. (2004). *Promoting Mental Health: Concepts, Emerging Evidence, Practice*.
2. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42940/9241591595.pdf>
3. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.).

4. [https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20\(%20PDFDrive.com%20\).pdf](https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/657/1/Diagnostic%20and%20statistical%20manual%20of%20mental%20disorders%20_%20DSM-5%20(%20PDFDrive.com%20).pdf)
5. National Institute of Mental Health. (2017). *Depression Basics*.
6. <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression>
7. World Health Organization. (2016). *Investing in Mental Health*. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/87232/9789241564618_eng.pdf
8. <https://ir.kneu.edu.ua/bitstreams/6af7b077-d6f7-44e0b8a4ed12a3f1f6ca/download>

Данюк К.О., студентка
спеціальності «Терапія, реабілітація»
Мизгіна Т.І., к.мед.н., доцент
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В ПАЦІЄНТІВ З ІНФАРКТОМ МІОКАРДУ У ПРОФІЛАКТИЦІ ПОВТОРНОГО ІНФАРКТУ ТА СМЕРТНОСТІ

Захворювання серцево-судинної системи, включаючи інфаркт міокарду (ІМ), залишаються однією з основних причин смертності. Ризик смерті щонайменш на 30% вищий, ніж в загальній популяції, як через 1-3, так і через 3-5 років після перенесеного інфаркту [1]. Пацієнти, що перенесли гостру фазу ІМ, мають більш високий ризик повторної серцевої події у порівнянні з іншою частиною населення. Разом з тим, у багатьох дослідженнях визначено, що фізичні тренування є безпечними та корисними, особливо для покращення функціональних можливостей, якості життя і підвищення життєздатності пацієнтів [1, 2].

Метою нашої роботи було проведення аналізу даних сучасної наукової літератури, присвяченої оцінці ефективності фізичної реабілітації пацієнтів з інфарктом міокарду.

За даними метаналізу кардіореабілітація, що базується на фізичних вправах пов'язана із значним зниженням рівню серцевої смертності та повторного інфаркту міокарда та смертності від будь-яких інших причин. При цьому відзначено негативну кореляцію між смертністю та тривалістю участі у реабілітації. Також наявне описання 5 настанов китайського експериментального консенсусу щодо реабілітації і вторинної профілактики ішемічної хвороби серця, які складаються з медикаментозного лікування, фізичних вправ, психологічного консультування, освіти та відмови від тютюнопаління. Автори доводять, що реабілітація за допомогою фізичних вправ має багато переваг, та впливає на зменшення судинного запалення, покращення функції ендотелію судин і збільшення колатерального коронарного кровотоку [3].