

місцевих громад, державних та приватних закладів, студентську та шкільну молодь, їх навчання та керування виконанням поставлених задач досвідченими фахівцями, з обов'язковим висвітленням їх роботи та досягнень в засобах масової інформації місцевого та обласного рівнів. Це дозволить збільшити популярність природоохоронних об'єктів, залучити до вирішення питань охорони природи різні організації та установи, впровадити популяризацію екологічного мислення та свідомості в усі верстви населення.

Реактивна та особистісна тривожність у студентів та вплив фізичної активності на її прояви

Степан БУКСАР¹, Федір КУРТЯК¹, Марія КУРТЯК²

1- Ужгородський національний університет, біологічний факультет, Україна; e-mail: stepan.buksar@uzhnu.edu.ua; fedirkurtyak@gmail.com

2- Національний медичний університет імені О.О. Богомольця, Україна; e-mail: mkurtyak27@gmail.com

Цілісність психічного і фізичного у здоров'ї людини є тепер загально визнаною. Тому закономірний наш інтерес не лише до фізичного здоров'я студентів, але й до їх психічного стану, одним із аспектів якого є тривожність. Вона може бути як реактивною – ситуативною реакцією на обставини, так і особистісною – закріпленою рисою (за тестом Спілбергера: показники тривожності на даний момент (S-STAI) і "взагалі" (T-STAI) [5,6].

Для виявлення рівня тривожності у студентів застосовувався метод Спілбергера, який представляє собою дві анкети для індивідуального, чи групового тестування. Анкету заповнював особисто кожен учасник досліджень після відповідного інструктажу та у присутності спостерігача Анкета S-STAI (Форма №1) складається з 20 тверджень, які дозволяють визначити стан тривоги у обстежуваного на даний момент, анкета T-STAI (Форма №2) складається також з 20 тверджень, які дозволяють встановити рівень занепокоєння у даної особи узагалі. Анкета S-STAI виявляє: передчуття чогось недоброго, напруженість, нервозність, занепокоєння на момент обстеження, анкета T-STAI використовувалася для вивчення змін при постійних тривожних станах [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7].

Для здійснення повторних тестувань ми застосовували S-STAI анкету. Обидві анкети включають питання, які характеризують наявність тривожності (тривожність зі знаком «+») і відсутність тривожності (тривожність зі знаком «-»). Для тверджень тривожність «+», валідність кожної відповіді відповідає її порядковому номеру від 1 до 4 балів. Для тверджень тривожність – відповіді оцінюються від 4 до 1, тобто протилежно до їх номера, такими твердженнями були для S-STAI: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19, 20; для T-STAI: 21, 23, 26, 27, 30, 33, 34, 36, 39 [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7]. Також в процесі дослідження використовувалися методи спостереження та опитування.

З метою вивчення рівня тривожності нами було опитано по 10 студентів зі спеціальної медичної групи (далі - СМГ), основної групи (далі – ОГ) та групи спортивного вдосконалення (далі – ГСВ), з них – 15 дівчат і 15 юнаків (середній вік студентів становив $18,5 \pm 2,3$ років).

Серед студентів ОГ і ГСВ ознак відхилень у здоров'ї не спостерігалось, а у СМГ переважали хвороби серцево-судинної системи (9-45%), нирок (6-30%) та шлунково-кишкового тракту (5-25%). Заняття з фізичного виховання у ЗВО відвідували 29 осіб (95%), деякі (20%) ходили в турпоходи і займалися ранковою гімнастикою (20%); ще по 7% опитаних були у спортивних таборах чи відвідували спортивний гурток. Кількість курців у СМГ, ГСВ та ОГ була приблизно однаковою – відповідно 25%, 26% та 30%.

За результатами досліджень, загальний рівень ситуативної тривожності (Таблиця 1) за тестом Спілбергера S-STAI (стан тривоги у обстежуваного на даний момент) у студентів СМГ, ГСВ та ОГ на початку навчального року достовірно не відрізнявся і показники були в межах норми. У дівчат обох груп тривожність була дещо вищою, хоч і не достовірно, порівняно з юнаками. У кінці навчального року у групі студентів СМГ загальний рівень ситуаційної тривожності за тестом Спілбергера S-STAI достовірно зріс, у групах студентів ОГ та ГСВ – достовірно не змінився. Слід

також зауважити, що рівень тривожності в групі студентів СМГ у кінці навчального року достовірно збільшився у дівчат, у юнаків відмічене підвищення не було достовірним.

Таблиця 1

Рівень ситуативної тривожності за тестом Спілбергера S-STAI (в балах, $M \pm m$) у студентів СМГ, ГСВ та ОГ з фізичного виховання на початку та в кінці навчального року

Досліджувані групи	Тест Спілбергера (S-STAI)	
	Початок навчального року	Кінець навчального року
СМГ	31,1 \pm 2,4	35,0 \pm 1,2**
юнаки	30,1 \pm 2,3	33,2 \pm 2,0
дівчата	32,8 \pm 2,0	36,8 \pm 1,1**
ОГ	33,2 \pm 2,5	32,2 \pm 1,8
юнаки	31,4 \pm 3,0	31,2 \pm 2,6
дівчата	34,0 \pm 2,8	33,0 \pm 1,5*
ГСВ	33,2 \pm 2,5	32,2 \pm 1,8
юнаки	31,4 \pm 3,0	31,2 \pm 2,6
дівчата	34,0 \pm 2,8	33,0 \pm 1,5*

Примітка: * - $p < 0,05$ порівняно зі студентами СМГ; ** - $p < 0,05$ порівняно з показниками на початку навчального року.

Рівень особистісної тривожності (Таблиця 2) за тестом Спілбергера T-STAI у студентів СМГ, ГСВ та ОГ на початку навчального року також достовірно не відрізнявся і показники були в межах норми. Причому значення особистісної тривожності у дівчат і юнаків достовірно не відрізнялися між собою. У кінці навчального року рівень показника практично не змінився як у студентів СМГ, так і ОГ та ГСВ. Слід відмітити, що бали за тестом T-STAI у трьох досліджуваних групах були дещо вищими у юнаків, ніж у дівчат, але це не достовірно. Разом з тим, значення тривожності за T-STAI у юнаків-студентів СМГ, на відміну від жінок з СМГ, були достовірно вищими, ніж за S-STAI ($p < 0,05$), тобто рівень занепокоєння у юнаків взагалі був вищим, ніж на даний момент у дівчат. У юнаків ОГ та ГСВ значення тривожності за T-STAI були також вищими, ніж за S-STAI, але не достовірно.

Таблиця 2

Рівень особистісної тривожності за тестом Спілбергера T-STAI (в балах, $M \pm m$) у студентів СМГ, ГСВ та ОГ з фізичного виховання на початку та в кінці навчального року

Досліджувані групи	Тест Спілбергера (T-STAI)	
	Початок навчального року	Кінець навчального року
СМГ	38,5 \pm 2,5	38,0 \pm 1,8
юнаки	39,9 \pm 2,5*	39,8 \pm 2,3*
дівчата	35,8 \pm 3,0	37,3 \pm 2,8
ОГ	36,3 \pm 2,5	35,2 \pm 1,8
юнаки	37,1 \pm 3,0	36,2 \pm 2,6
дівчата	35,0 \pm 2,8	34,0 \pm 2,5
ГСВ	35,2 \pm 2,5	35,2 \pm 1,8
юнаки	35,2 \pm 3,0	36,2 \pm 2,6
дівчата	35,0 \pm 2,8	34,0 \pm 2,5

Примітка: * - $p < 0,05$ порівняно з показниками S-STAI у відповідній групі.

Підсумовуючи відмітимо, що на початку навчального року рівень ситуативної тривожності у студентів СМГ, ГСВ та ОГ був приблизно на однаковому рівні. Разом з тим у кінці навчального року виявлений вищий рівень ситуативної тривожності у студентів СМГ порівняно з студентами ОГ та ГСВ. Загальний рівень особистісної тривожності у студентів СМГ, ГСВ та ОГ вірогідно не відрізнявся між собою ні на початку, ні у кінці навчального року. При вивченні статевих відмінностей психологічного реагування у двох групах, виявлений більш високий рівень

ситуативної тривожності у дівчат СМГ та більш високий рівень особистісної тривожності у юнаків СМГ. Виявлені особливості психологічного реагування доцільно враховувати при проведенні занять з фізичного виховання зі студентами вищих навчальних закладів України.

Отже, особливості студентів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи, необхідно вивчати й аналізувати з метою реалізації особистісно-орієнтованого підходу до фізичного виховання молоді та підбору оптимального індивідуально-адресного фізичного та функціонального навантаження для кожного студента відповідно до стану його здоров'я, емоційного самопочуття та рівня фізичної підготовки [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7].

1. Буксар С.С., Куртяк М.Ф. Особистісна тривожність у студентів та вплив фізичного навантаження на її прояви / Матеріали VI Міжнародної конференції молодих учених та студентів «Актуальні проблеми біологічних та агроекологічних досліджень у Карпатському регіоні» – Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2023. – у друці
2. Буксар С.С., Куртяк Ф. Ф., Куртяк М. Ф. Реактивна тривожність у студентів та вплив фізичної активності на її прояви / Матеріали 77 підсумкової конференції професорсько-викладацького складу ДВНЗ «УжНУ». Серія «Біологія». Том I – Ужгород: ДВНЗ «УжНУ», 2023. – у друці
3. Волошок О.В. Особистісні чинники тривожності студентської молоді. // Вісник Одеського національного університету. Психологія. – 2012. – Вип. 8. – С. 479-484.
4. Гринечко А.Я. Співвідношення рівнів тривожності та самооцінки сучасної молоді. [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://www.psyh.kiev.ua>.
5. Стрілецька І.І. Тривожність як індивідуальна властивість особистості (теоретичний аспект) / І.І. Стрілецька // Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Серія Психологічні науки. – Київ: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2015. – Вип. 1 (46). – С. 266-272.
6. Товт В.А. Соціально-психологічні аспекти фізичної реабілітації студентів з вадами здоров'я/ В.А. Товт, В.Я. Сусла, Е.М. Сівохоп та ін. // Науковий вісник УжНУ: серія "Педагогіка. Соціальна робота" - № 4: ВАР "Поличка "Карпатського краю" № 10 (128), 2001 - С. 95-99.
7. Phillips WT, Kiernan M, King AC. The effect of physical activity on physical and psychological health. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum. - 2005. - p. 627-57.

Шляхи формування екологічно освіченого суспільства в системі освіти України

Михайло ВАКЕРИЧ¹, Віктор ШВАРТАУ², Ярослава ГАСИНЕЦЬ¹, Любов ФЕЛЬБАБА-КЛУШИНА¹,
Валентина ПЕТРОСОВА¹

1- Ужгородський національний університет, біологічний факультет, Україна; e-mail: mykhailo.vakerich@uzhnu.edu.ua

2- Інститут фізіології рослин і генетики НАН України, Україна; e-mail: victorschwartau@gmail.com

Нині значення вищої освіти як одного з ключових чинників формування нової якості не тільки в галузі економіки, а й суспільства загалом, постійно зростає. Тому підтримка розвитку освітньої та наукової площин розвитку будь-якої країни є глибокою соціальною потребою і належить до пріоритетних завдань розвитку суспільства. При цьому освітня та наукова діяльність закладів освіти не повинна бути дзеркалом суспільних та економічних негараздів держави, а швидше інструментом їх усунення. Галузь освіти повинна бути базисним елементом трансформації суспільства до сталого розвитку, який буде забезпечувати потреби людства та гармонійний розвиток середовища його існування.

В Концепції екологічної освіти України зазначено, що екологічна освіта є необхідною складовою гармонійного, екологічно безпечного розвитку суспільства [3]. Екологічне виховання й інформування населення, підготовка висококваліфікованих фахівців названі в програмних документах одного з найвизначніших міжнародних форумів 20-го сторіччя в Ріо-де-Жанейро (1992), присвяченого довкіллю і сталому розвитку, одним з найважливіших і необхідних засобів здійснення переходу до гармонійного розвитку всіх країн світу. Це положення підкреслюється і в останніх міжнародних документах (міжнародний звіт «Ріо+5», «Керівництво з підготовки національних доповідей про виконання країнами «Порядку денного на 21 сторіччя» та ін.).