

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**79-а ПІДСУМКОВА НАУКОВА КОНФЕРЕНЦІЯ  
ПРОФЕСОРСЬКО-ВИКЛАДАЦЬКОГО СКЛАДУ  
ФАКУЛЬТЕТУ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ»**

**ЗБІРНИК ТЕЗ**

**27-28 лютого 2025 року**

**Ужгород-2025**

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

**79-а ПІДСУМКОВА НАУКОВА КОНФЕРЕНЦІЯ  
ПРОФЕСОРСЬКО-ВИКЛАДАЦЬКОГО СКЛАДУ  
ФАКУЛЬТЕТУ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
ДВНЗ «УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ»**

**ЗБІРНИК ТЕЗ**

**27-28 лютого 2025 року**

**Ужгород-2025**

УДК 615.8(063)+796

МЗ4

Матеріали 79-ої підсумкової наукової конференції професорсько-викладацького складу факультету здоров'я та фізичного виховання ДВНЗ «Ужгородський національний університет». Уклад. д. пед. н. Стеблюк С.В., 27-28 лютого 2025 року. Ужгород, 2025. 186с.

У збірнику вміщено матеріали конференції, що присвячені дослідженням з проблем терапії та реабілітації, спеціальної й інклюзивної освіти; теорії та методики фізичної культури; фізичного виховання; громадського здоров'я та клінічної психології; основ медицини. Матеріали друкуються в авторській редакції.

Члени Редколегії:

Едуард СИВОХОП, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання, декан факультету здоров'я та фізичного виховання

Світлана СТЕБЛЮК, доктор педагогічних наук, доцент кафедри фізичної терапії, реабілітації, спеціальної та інклюзивної освіти, заступник декана з наукової роботи

Ярослав ФІЛАК, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувач кафедри фізичної терапії, реабілітації, спеціальної та інклюзивної освіти

Іван МАРІОНДА, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури

Наталія СЕМАЛЬ, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, завідувачка кафедри фізичного виховання

Ксенія МЕЛЕГА, кандидат медичних наук, доцент, завідувачка кафедри основ медицини

Мар'яна ДУБ, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, в.о. завідувача кафедри наук про здоров'я

Фелікс ФІЛАК, кандидат медичних наук, доцент кафедри основ медицини, голова науково-методичної комісії факультету здоров'я та фізичного виховання

Рекомендовано до друку науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання (Протокол № 7 від 18.02.2025 року)

## ЗМІСТ

|                                                                                                                                                                  |          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|
| <b>СЕКЦІЯ 1. ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ, СПЕЦІАЛЬНОЇ ТА ІНКЛЮЗИВНОЇ ОСВІТИ</b>                                                                             | <b>7</b> |
| ГАЯШ ОКСАНА<br>ГРА ЯК ЗАСІБ НАСТУПНОСТІ МІЖ ДОШКІЛЬНИМ І ПОЧАТКОВИМ<br>НАВЧАННЯМИ ОСВІТИ ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ                                    |          |
| ГУЗАК Олександра<br>РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ В РЕАБІЛІТАЦІЇ ПАЦІЄНТІВ ПІСЛЯ<br>ТРАНСПЛАНТАЦІЇ ВНУТРІШНІХ ОРГАНІВ                                                    | 11       |
| КЛЯП Маріанна<br>МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ГЕОМЕТРИЧНИХ УЯВЛЕНЬ І<br>ПОНЯТЬ В УЧНІВ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ НА<br>УРОКАХ МАТЕМАТИКИ                    | 15       |
| ЛЯХОВЕЦЬ Лариса<br>ІНТЕЛЕКТУАЛЬНІ ПОРУШЕННЯ, ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ У<br>ПОКРАЩЕННІ СТАНУ ЗДОРОВ'Я                                                              | 20       |
| ПОТЮК Софія<br>ПІКТОГРАМИ ЯК ЗАСІБ НЕВЕРБАЛЬНОЇ КОМУНІКАЦІЇ В<br>ІНКЛЮЗИВНОМУ ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ                                                              | 23       |
| САБАДОШ Мар'яна<br>МУЛЬТИДИСЦИПЛІНАРНИЙ ПІДХІД ДО РЕАБІЛІТАЦІЇ<br>ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ З ТРАВМАМИ СПИННОГО МОЗКУ                                                  | 27       |
| СТЕБЛЮК Світлана, СТЕБЛЮК Едуард<br>КЛЮЧОВІ АСПЕКТИ ПРОЦЕСУ РЕАБІЛІТАЦІЇ У СУЧАСНИХ<br>УМОВАХ                                                                    | 30       |
| ФІЛАК Ярослав, БРИНЗЕЙ Тетяна<br>ФІЗИЧНА ТЕРАПІЯ МОЛОДИХ ОСІБ З ОСТЕОХОНДРОЗОМ ШИЙНО-<br>ГРУДНОГО ВІДДІЛІВ ХРЕБТА В АМБУЛАТОРНИХ УМОВАХ                          | 34       |
| <b>СЕКЦІЯ 2. ОСНОВ МЕДИЦИНИ</b>                                                                                                                                  |          |
| ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія, МЕЛЕГА Ксенія, РУСИН Людмила<br>ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ У ПАЦІЄНТІВ<br>З ГІПЕРТРОФІЧНОЮ КАРДІОМІОПАТІЄЮ              | 38       |
| ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія, МЕЛЕГА Ксенія, КІШ Вікторія<br>МУЛЬТИМІКРОАЛЬВЕОЛЯРНА СТИМУЛЯЦІЯ                                                                         | 41       |
| КІШ Вікторія, МЕЛЕГА Ксенія, Юлія ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія<br>ІННОВАЦІЙНІ МЕТОДИ ЗМІЦНЕННЯ М'ЯЗІВ ТАЗОВОГО ДНА                                                     | 44       |
| МАЛЬЦЕВА Ольга<br>ОСОБЛИВОСТІ УДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО РОЗВИТКУ<br>ФАХІВЦІВ У СФЕРІ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я                                                           | 47       |
| МЕЛЕГА Ксенія, ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія<br>НОВІТНІ ПІДХОДИ ДО ВПРОВАДЖЕННЯ ПРОГРАМ<br>КАРДІОРЕАБІЛІТАЦІЇ З ВИКОРИСТАННЯМ ВІРТУАЛЬНИХ ТА<br>ДИСТАНЦІЙНИХ ТЕХНОЛОГІЙ | 53       |
| РУСИН Людмила, ДУТКЕВИЧ-ІВАНСЬКА Юлія<br>РОЛЬ ФІЗИЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ В КОМПЛЕКСНОМУ ЛІКУВАННІ<br>ВАГІТНИХ ІЗ АРТЕРІАЛЬНОЮ ГІПЕРТЕНЗІЄЮ                            | 58       |
| ФІЛАК Фелікс, ФІЛАК Ярослав                                                                                                                                      | 61       |

|                                                                                                                                                                               |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>КОМПЛЕКСНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ОСІБ З СИНДРОМОМ ПОДРАЗНЕНОЇ ТОВСТОЇ КИШКИ</b>                                                                                                     |     |
| <b>СЕКЦІЯ 3. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ</b>                                                                                                                         |     |
| МАРІОНДА Іван, КАРАБАНОВ Євген<br><b>ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ ФАХІВЦІВ РІЗНИХ ГАЛУЗЕЙ</b>                                                                    | 65  |
| МАРІОНДА Іван, КЕВПАНИЧ Василь<br><b>ПОБУДОВА ЕФЕКТИВНОГО РІЧНОГО ЦИКЛУ ТРЕНУВАННЯ БІГУНІВ НА СЕРЕДНІ ДИСТАНЦІЇ В ГРУПАХ СПОРТИВНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ</b>                        | 68  |
| МОЛНАР Михайло, ПЕТРУШКО Марина<br><b>СУЧАСНІ ПІДХОДИ УДОСКОНАЛЕННЯ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ</b>                                                     | 71  |
| СИВОХОП Едуард, СИВОХОП Еріка<br><b>ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ СВІТОВОГО ФУТБОЛУ</b>                                                                                                  | 75  |
| ТОВТ-КОРШИНСЬКИЙ Андрій, ТОВТ Валерій<br><b>ПЕДАГОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ВДОСКОНАЛЕННЯ ВОЛЬОВИХ ЯКОСТЕЙ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ</b>              | 79  |
| ХОМА Тетяна<br><b>ЗАСТОСУВАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ІГОР НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ</b>                                                                         | 83  |
| ШАНТА Іван, ШКІРТА Михайло<br><b>МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ІЗ ЗАЛУЧЕННЯМ ЕЛЕМЕНТІВ ФУТБОЛУ СЕРЕД ЗДОБУВАЧІВ ЗВО</b>                                               | 86  |
| ШАРОДІ Василь, КУЦ Єва<br><b>ЗАСТОСУВАННЯ НАСТІЛЬНОГО ТЕНІСУ У СПОРТИВНОМУ ТРЕНУВАННІ ТА ЯК ЗАСОБУ РЕАБІЛІТАЦІЇ З ПОЗИЦІЙ ФІЗІОЛОГІЧНОЇ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДАНОГО ВИДУ СПОРТУ</b> | 89  |
| <b>СЕКЦІЯ 4. ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ</b>                                                                                                                                     |     |
| БІЛОГУР Влада<br><b>МЕНТАЛЬНА ПІДГОТОВКА ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНА</b>                                                                                    | 95  |
| БОНДАРЧУК Наталія<br><b>СУЧАСНІ ПРАКТИКИ МАСОВОГО СПОРТУ В ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ РІЗНИХ ЗА ВІКОМ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ</b>                                                            | 98  |
| КОВАЧ Шандор, КОВАЧ Данило<br><b>ОЗДОРОВЧИЙ ФІТНЕС ЯК ЗАСІБ ВПЛИВУ НА ФІЗИЧНИЙ СТАН ЖІНОК ПЕРШОГО ПЕРІОДУ ЗРІЛОГО ВІКУ</b>                                                    | 102 |
| МОРДВІНЦЕВ Геннадій<br><b>ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧИМ ПЛАВАННЯМ В УМОВАХ КУРОРТНО-РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАКЛАДІВ</b>                                                    | 105 |
| ПИШКА Ольга<br><b>ВПЛИВ ЗАНЯТЬ ОЗДОРОВЧОЮ ФІЗИЧНОЮ КУЛЬТУРОЮ НА ОРГАНІЗМ ОСІБ ЛІТНЬОГО ВІКУ</b>                                                                               | 109 |

|                                                                                                                                                                               |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| СЕМАЛЬ Наталія, КАЖМИР Антоніна<br><b>ЗНАЧЕННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ДІЯЛЬНОСТІ ЦФЗН «СПОРТ ДЛЯ ВСІХ» ДЛЯ РІЗНИХ ВЕРСТ НАСЕЛЕННЯ В ПЕРІОД ВІЙНИ</b>                                  | 112 |
| СТЕПЧУК Надія, КРАВЧЕНКО Ольга<br><b>МЕТОДИКА ОПТИМІЗАЦІЇ РУХОВОЇ АКТИВНОСТІ ТА ЗМІЩЕННЯ ЗДОРОВ'Я ЖІНОК ДРУГОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ</b>                                            | 115 |
| СУЩЕНКО Ірина<br><b>ВПЛИВ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ З ВОЛЕЙБОЛУ НА РІВЕНЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ЮНАКІВ І ДІВЧАТ</b>                                                                 | 118 |
| ТИМОЧКО Олександр, ЗВОНАР Василь<br><b>ОРГАНІЗАЦІЯ ЗАНЯТЬ З ВИКОРИСТАННЯМ МЕТОДИКИ СИСТЕМИ ПІЛАТЕСУ В СУЧАСНИХ СПОРТИВНО-ОЗДОРОВЧИХ КЛУБАХ</b>                                | 121 |
| ТУЛАЙДАН Вікторія, ШЕЛЕХОВА Тетяна<br><b>РЕАЛІЗАЦІЯ МЕТОДОЛОГІЧНИХ ЗАСАД НА НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТТЯХ ГІМНАСТИКОЮ ЗІ СТУДЕНТАМИ СПЕЦІАЛЬНОСТІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»</b>        | 124 |
| ФЕДОРІШКО Андрій<br><b>АКТУАЛЬНІ ПІДХОДИ У ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ДО ГОЛОВНИХ ЗМАГАНЬ СЕЗОНУ З ПАУЕРЛІФТИНГУ У ГРУПАХ СПОРТИВНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ УЖНУ</b>                | 127 |
| <b>СЕКЦІЯ 5. НАУК ПРО ЗДОРОВ'Я</b>                                                                                                                                            |     |
| БРИЧ Валерія<br><b>ПЕРЕДУМОВИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ПІД ЧАС ОПАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ»</b>                                | 131 |
| ДУБ Мар'яна<br><b>ОСОБЛИВОСТІ ВПРОВАДЖЕННЯ ПРИНЦИПІВ ДОКАЗОВОЇ МЕДИЦИНИ В У НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ФАХІВЦІВ ГАЛУЗІ ОХОРОНА ЗДОРОВ'Я ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ «ТЕРАПІЯ ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ»</b> | 133 |
| ДУДАШ Габрієлла, БРИЧ Валерія<br><b>ОКРЕМІ АСПЕКТИ СТАТЕВОЇ ОСВІТИ ПІДЛІТКІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ В ШКОЛІ (за результатами соціологічного опитування)</b>                          | 135 |
| ПАЛЬКО Тетяна<br><b>СУЧАСНЕ ІНФОРМАЦІЙНЕ СУСПІЛЬСТВО – ПОТУЖНИЙ АГЕНТ ВТОРИННОЇ СОЦІАЛІЗАЦІЇ ПІДЛІТКА</b>                                                                     | 137 |
| СІДУН-СОВИЧ Діана<br><b>ПОВЕДІНКОВІ ПРОЯВИ САМООЦІНКИ ЧОЛОВІКАМИ ЩОДО ВЛАСНОЇ СЕКСУАЛЬНОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ</b>                                                                | 141 |
| СЛАБКІЙ Геннадій, БІЛАК-ЛУК'ЯНЧУК Вікторія, НАГІРНИЙ Дмитро<br><b>РЕЗУЛЬТАТИ ВИВЧЕННЯ ВІДНОШЕННЯ МОЛОДІ ДО ЗБЕРЕЖЕННЯ СТОМАТОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я</b>                           | 145 |
| СЛАБКІЙ Геннадій, КЕРЕЦЬМАН Анжеліка, КАЧАЛА Тетяна, АПШАЙ Михайло<br><b>МЕТОДОЛОГІЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТАЛОСТІ ТА ПОШИРЕННЯ ПОКРАЩЕННЯ В ДІЯЛЬНОСТІ ЗАКЛАДІВ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я</b> | 148 |

|                                                                                                                                                                                                                          |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
|                                                                                                                                                                                                                          |     |
| СЛАБКИЙ Геннадій, КОЗАР Юрій<br><b>МЕТОДОЛОГІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ УЧАСТІ СІМЕЙНИХ ЛІКАРІВ У<br/>РАННІЙ ДІАГНОСТИЦІ ТА ПРОФІЛАКТИЦІ РАКУ ПРЯМОЇ КИШКИ</b>                                                                        | 151 |
| СЛАБКИЙ Геннадій, ПІШКОВІЦІ Віталій<br><b>ВПЛИВ ВІЙНИ ПРОТИ РОСІЙСЬКОЇ ВОЄННОЇ АГРЕСІЇ НА<br/>КІЛЬКІСТЬ ОСІБ ДОРОСЛОГО НАСЕЛЕННЯ, ЯКЕ ОТРИМАЛО ЗУБНІ<br/>ПРОТЕЗИ У ЗАКЛАДАХ ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я СИСТЕМИ МОЗ<br/>УКРАЇНИ</b> | 154 |
| СЛАБКИЙ Геннадій, РЯБІНЧУК Михайло<br><b>ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА МОДЕЛІ КОМПЕТЕНЦІЙ ВООЗ-<br/>ASPHR ДЛЯ ФАХІВЦІВ ГРОМАДСЬКОГО ЗДОРОВ'Я У<br/>ЄВРОПЕЙСЬКОМУ РЕГІОНІ</b>                                                   | 158 |
| СЛАБКИЙ Геннадій, ТАНЧИНЕЦЬ Сергій<br><b>ГОТОВНІСТЬ ПЕВНИХ КАТЕГОРІЙ НАСЕЛЕННЯ ГІРСЬКОЇ<br/>ГЕОГРАФІЧНОЇ ЗОНИ ПРОЖИВАННЯ ДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ<br/>ДОСТАТНЬОЇ ДОЗОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ</b>                                | 162 |
| СЛАБКИЙ Геннадій, ХАСІЛЄВА Анастасія<br><b>ВИЯВЛЕННЯ ПОРУШЕНЬ ЗОРУ У ДІТЕЙ ПІД ЧАС<br/>ПРОФІЛАКТИЧНИХ ОГЛЯДІВ</b>                                                                                                        | 164 |
| СЛАБКИЙ Геннадій, ШЕНЬ Юрій<br><b>ВІДНОШЕННЯ ЖІНОК ДО ВАКЦИНАЦІЇ ВІД ВІРУСУ ПАПІЛОМИ<br/>ЛЮДИНИ</b>                                                                                                                      | 167 |
| ХОМА Ольга<br><b>КОРЕКЦІЙНО-РОЗВИВАЛЬНА РОБОТА ІЗ ДІТЬМИ З<br/>ПОРУШЕННЯМИ МЕНТАЛЬНОГО РОЗВИТКУ</b>                                                                                                                      | 170 |
| ШАШЕНКОВА Аліна<br><b>ВИКОРИСТАННЯ ШТУЧНОГО ІНТЕЛЕКТУ В КЛІНІЧНІЙ<br/>ПСИХОДІАГНОСТИЦІ: ЕТИЧНІ АСПЕКТИ</b>                                                                                                               | 174 |
| ШЕПЕЛЛА Гретта, БРИЧ Валерія<br><b>РОЛЬ СІМ'Ї У ФОРМУВАННЯ МОТИВАЦІЇ ДІТЕЙ ДО ЗАНЯТЬ<br/>ФІЗИЧНОЮ АКТИВНІСТЮ</b>                                                                                                         | 178 |
| ЯЦИНА Олена<br><b>ДО ПИТАННЯ ФОРМУВАННЯ І РОЗВИТКУ САМОЕФЕКТИВНОСТІ<br/>ОСОБИСТОСТІ ПРИ ВИКОНАННІ ПРОФЕСІЙНИХ ЗАВДАНЬ</b>                                                                                                | 182 |

## СЕКЦІЯ 5 НАУК ПРО ЗДОРОВ'Я

### ПЕРЕДУМОВИ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ПІД ЧАС ОПАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ»

**Валерія БРИЧ,**

*доктор медичних наук, професор кафедри наук про здоров'я,  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»*

Актуальність. Підходи до забезпечення освітнього процесу для здобувачів вищої освіти передбачають врахування вимог державних стандартів за спеціальностями, необхідного рівня навичок (компетентностей) та результатів навчання, нормативних вимог закладу вищої освіти. Проте ефективність набуття знань і навичок студентами та їхня зацікавленість у цьому потребує також уваги до базового рівня інформованості у відповідній сфері, пріоритетних форм навчання та очікувань самих здобувачів освіти в результаті вивчення тієї чи іншої навчальної дисципліни. Освітній компонент «Основи раціонального харчування» представлений як вибірковий, що змушує особливо серйозно підходити до очікувань студентів. Водночас така навчальна дисципліна дозволяє сформувати не тільки навички консультування та інформування щодо однієї зі складових здорового способу життя, а й обґрунтовано використовувати набуті навички в особистому житті з метою зміцнення здоров'я та профілактики розвитку хронічних неінфекційних захворювань.

Мета. Визначити передумови освітнього процесу під час опанування навчальної дисципліни «Основи раціонального харчування» на основі очікувань здобувачів вищої освіти та бажаних для них форм навчання.

Матеріали та методи. У дослідженні використовувались такі методи: соціологічний, статистичний, узагальнення. Матеріалами слугували результати вхідного опитування 94 здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 227 «Терапія та реабілітація» на початку опанування навчальної дисципліни «Основи раціонального харчування». Опитування проводилось у 2024 та 2025 роках.

Результати дослідження. На першому лекційному занятті навчальної дисципліни «Основи раціонального харчування» здобувачам вищої освіти пропонується пройти вхідне опитування, що містить шість закритих питань та одне відкрите. Переважна більшість опитаних студентів (98,9%) чітко

вказали, що очікують нові знання та можливість набуття навичок формування раціонального харчового раціону. Аналізом відповідей встановлено, що за п'ятибальною системою свої знання про здорове харчування на найвищий бал оцінив тільки один студент (1,1%), на 4 бали – 16,0 % студентів, на 3 бали – 50,0 %, на 2 бали – 28,7 %, на 1 бал – 1,1%. Середнє значення самооцінки власних знань для всієї групи опитаних –  $2,8 \pm 0,8$  бали. Водночас на момент опитування своє харчування вважали раціональним 25,5% студентів, нераціональним – 54,3% студентів, а 20,2% не могли визначитись з відповіддю. Слід відмітити, що середній бал самооцінки знань серед тих здобувачів освіти, що вважають власне харчування раціональним, склав  $3,2 \pm 0,8$ . На базове запитання щодо рекомендованої ВООЗ щоденної дози солі не більше 5 г правильно відповіли 60,6% опитаних студентів. Інші вказали 8 і 10 г солі – 28,7% і 10,6% відповідно. Знову ж, 20,8% з тих, хто вважає своє харчування раціональним, відповіли неправильно щодо рекомендованої кількості солі для щоденного споживання. Вказані результати, ймовірно, свідчать про недостатній рівень знань щодо раціонального харчування, розуміння студентами потреби в них та не зовсім адекватну оцінку власного харчового раціону.

Другим блоком аналізу стали результати опитування щодо пріоритетних для студентів форм навчання та виконання завдань. Найбільш бажаною формою навчання студенти вказали «обговорення життєвих ситуацій» (84,0%). Друге місце посіло «вирішення практичних завдань» (63,8%), третє – «лекції» (56,4%), четверте – «підготовка презентацій» (42,6%), четверте – «вирішення задач» (29,8%). Також 50,0% опитаних студентів віддають перевагу при виконанні завдань груповій роботі, 28,7% хочуть виконувати індивідуальні завдання, а 21,3% здобувачів хотіли б працювати в парах. Освітній процес визначається затвердженою робочою програмою навчальної дисципліни і охоплює всі форми навчання, зазначені в опитувальнику. Проте одержані відповіді дозволять акцентувати увагу на більш пріоритетних для здобувачів освіти форм навчання та шукати підходи до актуалізації менш популярних, водночас дотримуючись основної мети вивчення навчальної дисципліни.

Відповіді на відкрите питання щодо бажаної інформації під час вивчення навчальної дисципліни дозволили сформувати окремий спектр актуальних тем для висвітлення під час освітнього процесу.

**Висновок.** Проведення вхідного опитування щодо очікувань здобувачів освіти під час вивчення навчальної дисципліни «Основи раціонального харчування» дозволило більш обґрунтовано сформувати освітній процес, підібрати форми навчання, актуалізувати окремі теми та