

**«СУЧАСНІСТЬ:  
МЕДИЦИНА. ОСВІТА. МОЛОДІЬ»**

**МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ**

**ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ  
УНІВЕРСИТЕТ**

**КЗ «БАХМУТСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ  
КОЛЕДЖ»**

**ГО «АСОЦІАЦІЯ МЕДИКІВ УКРАЇНИ»**

---

**ХІІ МІЖНАРОДНА  
НАУКОВО-ПРАКТИЧНА  
КОНФЕРЕНЦІЯ**

**29-30 травня 2025 року**

МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ МЕДИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
БАХМУТСЬКИЙ МЕДИЧНИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ  
АСОЦІАЦІЯ МЕДИКІВ УКРАЇНИ

# **СУЧАСНІСТЬ: МЕДИЦИНА. ОСВІТА. МОЛОДЬ**

**МАТЕРІАЛИ**  
**XII Міжнародної науково-практичної конференції**  
**29-30 травня 2025 року**

**Бахмут – Полтава – Харків, 2025**

УДК 616+37.0(477)

Сучасність: Медицина. Освіта. Молодь: Матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції. – Бахмут-Полтава-Харків, 29-30 травня 2025 р.//Полтава-Харків: ХНМУ, АМУ, БМФК, 2025 р. – 87 с.

Дане видання містить матеріали доповідей учасників XII Міжнародної науково-практичної конференції «Сучасність: Медицина. Освіта. Молодь», яка відбулася в режимі он-лайн 29-30 травня 2025 року.

Матеріали конференції видаються мовою оригіналу.

### **Редакційна колегія:**

#### Відповідальні редактори:

Подаленко А.П. – завідувач кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб Харківського національного медичного університету, доктор медичних наук, професор.

Красножон Н.М. – директор Бахмутського медичного фахового коледжу.

Усенко С.А. – голова Асоціації медиків України, професор кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб Харківського національного медичного університету.

*Матеріали друкуються в авторській редакції.*

*Відповідальність за зміст, граматичну та стилістичну правильність текстів несуть автори і наукові керівники.*

*Розглянуто та затверджено на засіданні методичної ради БМФК  
Протокол № 6 від 16.05.2025 року*

© Асоціація медиків України, 2025  
© Бахмутський медичний фаховий коледж, 2025  
© Харківський національний медичний університет, 2025

## **ВПЛИВ КОМПЛЕКСУ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА СТАН ЗДОРОВ'Я ЗДОБУВАЧІВ ПЕРЕДВИЩОЇ ТА ВИЩОЇ ОСВІТИ**

*Усенко Сергій Анатолійович, Харківський національний медичний університет, к.мед.н., доцент, професор ЗВО кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб, [orcid.org/0000-0003-3667-7251](https://orcid.org/0000-0003-3667-7251)*

*Усенко Світлана Георгіївна, Харківський національний медичний університет, к.мед.н., доцент, доцент ЗВО кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я, [orcid.org/0000-0002-2567-7267](https://orcid.org/0000-0002-2567-7267)*

*Дяченко Марина Сергіївна, Харківський національний медичний університет, PhD, доцент ЗВО кафедри педіатрії №2, [orcid.org/0000-0002-2006-334](https://orcid.org/0000-0002-2006-334)*

*Логвинюк Роман Петрович., Комунальний заклад «Бахмутський медичний фаховий коледж», керівник фізичного виховання*

В рамках виконання спільної науково-дослідної роботи КЗ «Бахмутський медичний фаховий коледж» та кафедрою гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб Харківського національного медичного університету №0123U102220 «Моніторинг та корекція ментального здоров'я молоді, яка навчається» нами було розроблено, впроваджено в педагогічний процес та дано оцінку впливу комплексу професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) на стан здоров'я здобувачів закладів вищої та передвищої освіти. Наші попередні дослідження дали можливість організувати проведення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням здобувачів освіти в умовах правового режиму воєнного стану, а також оцінити вплив занять скандинавською ходьбою на стан фізичної та ментальної працездатності здобувачів. Рядом авторів було запропоновано різні види проведення занять фізичною культурою, які дозволяють скористатися гнучкістю і зручністю дистанційного курсу та перевагами традиційних форм занять. Було обрано оптимальний формат навчання для здобувачів фахової передвищої освіти, а саме: очне навчання, гібридне навчання, дистанційне навчання, асинхронне навчання, синхронне навчання.

В основі комплексу ППФП лежать теоретична та практична підготовка. Теоретична передбачає формування у здобувачів ґрунтовних знань з організації фізичного виховання професійного спрямування і проведення превентивних оздоровчих заходів під час праці та відпочинку. А основа практичного розділу базується на спеціальних вправах професійної направленості згідно майбутніх видів трудової діяльності за державними програмами для закладів освіти. Одним із модулів є базовий, який включає покращення фізичної підготовленості майбутніх фахівців, на основі індивідуального підходу, регулярності, комплексності, поступовості, професійної направленості, мотивації, моніторингу та об'єктивної оцінки. Він включає аеробні, координаційні та силові вправи, вправи на розтяжку, м'язову витривалість та правильну поставу. Основний модуль охоплює

засоби, методи та форми ППФП, серед яких мають бути фізичні вправи з урахуванням характеру майбутньої трудової діяльності. А саме: розтяжка та стабілізація м'язів спини, шиї, плечей та зап'ястя, тобто стретчинг; кардіоваскулярні вправи; силові вправи; фітнес-активності для зменшення ваги тіла, зміцнення здоров'я та отримання заряду бадьорості та позитиву, зниження рівню стресу. Шляхом оцінювання засвоєння основних елементів і вправ професійно-прикладної фізичної підготовки, а також вимірювання частоти серцевих скорочень та частоти дихання, визначення індексу маси тіла та м'язової маси ми мали змогу вибрати оптимальний режим фізичних навантажень здобувачів освіти.

Наступним етапом було оцінити вплив занять фізкультурою в групі з професійною направленістю і в контрольній групі, що дало наступні результати. Було доведено пряму кореляцію, а саме позитивну динаміку ментальних відтворень при засвоєнні і відтворення знань на теоретичних заняттях із предметів загально-спеціальних дисциплін, а також силу і рухомість нервових процесів на практичних заняттях професійно-орієнтованих дисциплін.

Таким чином, комплексу професійно-прикладної фізичної підготовки було запроваджено в навчальний процес КЗ «Бахмутський медичний фаховий коледж», доведено його позитивний вплив як на стан фізичного, так і на стан ментального здоров'я здобувачів освіти, а також апробовано в закладах охорони здоров'я України. Нами було також отримано авторські свідоцтва на об'єкти інтелектуальної власності на наукові твори «Комплекс професійно-прикладної фізичної підготовки здобувачів закладів вищої та передвищої освіти», «Методика проведення занять скандинавською ходьбою з палицями для здобувачів закладів вищої та передвищої освіти», «Особливості проведення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням здобувачів освіти під час воєнного стану», «Особливості впливу занять скандинавською ходьбою на стан фізичної та ментальної працездатності студентів».

## **КОМПЛЕКС ПІДВИЩЕННЯ СТРЕСОСТІЙКОСТІ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ**

*Усенко Сергій Анатолійович, Харківський національний медичний університет, професор ЗВО кафедри гігієни, епідеміології, дезінфектології та професійних хвороб, [orcid.org/0000-0003-3667-7251](https://orcid.org/0000-0003-3667-7251)*

*Усенко Світлана Георгіївна, Харківський національний медичний університет, доцент ЗВО кафедри громадського здоров'я та управління охороною здоров'я, [orcid.org/0000-0002-2567-7267](https://orcid.org/0000-0002-2567-7267)*

*Дяченко Марина Сергіївна, Харківський національний медичний університет, доцент ЗВО кафедри педіатрії №2, [orcid.org/0000-0002-2006-3346](https://orcid.org/0000-0002-2006-3346)*