



УДК 613.71:371.72

## EVALUATION OF PHYSICAL ACTIVITY OF FUTURE SPEECH THERAPISTS IN THE CONTEXT OF DEVELOPING THE HEALTH CARE COMPETENCE OF A SPECIALIST

### ОЦІНКА ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ МАЙБУТНІХ ЛОГОПЕДІВ В КОНТЕКСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦЯ

**Holovchenko O.I. / Головченко О.І.***Phd in Physical Education and Sport, as.prof. / к.н.ф.в.с. доц.**ORCID: 0000-0003-0646-4319**Сумський державний педагогічний університет імені А.С.Макаренка,**Суми, Роменська 87, 40002**Sumy state pedagogical university named after A. S. Makarenko,**Sumy, Romenska 87, 40002*

**Анотація.** З метою оцінити рівень фізичної активності студентів спеціальності 016.01 Спеціальна освіта Логопедія, як складової здоров'язбережувальної компетентності майбутнього фахівця проведено оцінку фізичної активності у 22 студентів 18-20 років протягом 2022 року Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка. Результати проведеної оцінки фізичної активності майбутніх логопедів свідчать про середній її рівень з енерговитратами  $2346,029 \pm 56,04$  ккал/кг та еквівалентний нормі фізичний розвиток у 86,36%. Встановлено напрями оптимізації формування здоров'язбережувальної компетентності у закладі вищої освіти за допомогою навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

**Ключові слова:** фізична активність, здоров'язбережувальна компетентність, здоров'я, здоровий спосіб життя, логопед.

#### Вступ.

Відомо, що система цінностей, знань, умінь, навичок і рівня фізичного стану, які забезпечують високий рівень здоров'язбережувальної діяльності та визнання здоров'я найважливішою цінністю людини визначає поняття здоров'язбережувальної компетентності [1].

Відповідно до проекту Професійного стандарту вчителя-логопеда закладу загальної середньої освіти обов'язковою професійною компетентністю є здоров'язбережувальна компетентність, як здатність не тільки організувати безпечне освітнє середовище, а й зберігати особисте фізичне здоров'я під час професійної діяльності. Тому, професійна підготовка майбутнього вчителя-логопеда повинна передбачати формування такої компетентності для успішної професійної діяльності у майбутньому [2].



Результати дослідження обізнаності студентської молоді м. Суми у 2018 році свідчать про високий рівень поінформованості серед студентської молоді про основні фактори розвитку неінфекційних захворювань – неправильне харчування, низька рухова активність, куріння та зловживання алкоголем [3]. Закордонні дослідження свідчать про задовільний рівень фізичної активності (ФА) серед студентської молоді, що вимагає привернути увагу освітніх програм до рівня обізнаності щодо підтримки фізичної форми майбутніх фахівців [4].

Враховуючи особливості способу життя молоді та необхідність підготувати фахівця зі сформованими професійними компетентностями, перед освітніми програмами закладів вищої освіти постає питання оптимізації підготовки з урахуванням індивідуальних особливостей фахівців, що і визначає актуальність проведеного дослідження.

### **Основний текст.**

**Мета дослідження** – оцінити рівень фізичної активності студентів спеціальності 016.01 Спеціальна освіта Логопедія, як складової здоров'язбережувальної компетентності майбутнього фахівця.

Для досягнення поставленої мети проведено оцінку фізичної активності (ФА) відповідно керівництва CINDI щодо харчування [5]. Під час дослідження враховано рекомендації ВООЗ з оцінки енергетичної адекватності харчування щодо розрахунку енергетичних витрат та класифікації статусу харчування за індексом маси тіла (ІМТ) [6]. У якості опитувальника використано хмарне середовище Google.forms, яке включало поінформовану згоду респондента. Дослідження проведено в рамках вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

У дослідженні взяли участь 21 студентка спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія) 18-20 років протягом 2022 року Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка.

Отримані дані підлягали математичній та статистичній обробці за допомогою прикладної програми «Statistica 8.0».

В результаті оцінки отриманих даних нами встановлено, що майбутні



фахівці з логопедії у 50% не займаються фізичною культурою і спортом і у 50% організовано займалися фізичною культурою і спортом. Відсотковий розподіл видів рухових активностей свідчить що швидко-силовими видами спорту займалися 36,36%, видами спорту на витривалість – 18,18%, силовими видами спорту – 9,09%. Також, серед студентів, які організовано займалися фізичною культурою у фітнес-групах займалися 36,36%. Таким чином, популярними видами фізичної активності студентів спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія) є ігрові види спорту та заняття у фітнес-групах.

Фізична активність студентів спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія) характеризується середнім рівнем (59,05%), який передбачає наявність помірних регулярних навантажень від 30 до 60 хвилин на день. Такий рівень передбачав енерговитрати у середньому –  $2346,029 \pm 56,04$  ккал/кг.

У 36,36% випадків студенти мають низький рівень ФА з енерговитратами  $2009,18 \pm 59,91$  ккал/кг, що передбачає малорухомий спосіб життя з фізичними навантаженнями менше ніж 30 хвилин. Студентів з високим рівнем ФА встановлено 4,55% з енерговитратами 2466,65 ккал/кг, що відповідає інтенсивним регулярним навантаженням більше 60 хвилин на день.

Фізична активність та харчова поведінка студентів впливає на їх рівень фізичного розвитку. Індекс маси тіла допомагає встановити відповідність маси тіла до зросту людини. У студентів, майбутніх логопедів переважає нормальний еквівалент маси тіла до зросту і реєструється частка у 86,36%, що свідчить про відповідність фізичної активності до харчування. З дефіцитом маси тіла встановлено 13,64% студентів, що свідчить про недостатність харчування.

Встановлені особливості фізичної активності та фізичного розвитку свідчить про необхідність вдосконалення програми формування здоров'язбережувальної компетентності у закладі вищої освіти під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання» за напрямками: різноманіття форм фізичної активності, оптимізації режиму дня та ролі харчування у формуванні фізичного розвитку.

**Висновки.** Результати проведеної оцінки фізичної активності майбутніх



логопедів свідчать про середній її рівень з енерговитратами  $2346,029 \pm 56,04$  ккал/кг та еквівалентний нормі фізичний розвиток у 86,36%.

Встановлено напрями оптимізації формування здоров'язбережувальної компетентності у закладі вищої освіти за допомогою навчальної дисципліни «Фізичне виховання».

### Література:

1. Левків Л. Здоров'язбережна компетентність як інтегральна характеристика навчальних досягнень студентів у фізичному вихованні. *Молода спортивна наука України*. 2020. Т2. С.51-52. URL: <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu/article/view/1057/1027>  
<https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu/article/view/1057/1027>
2. Публічне обговорення громадського проєкту професійного стандарту на групу професій. URL: <https://nqa.gov.ua/news/publicne-gromadskogo-obgovorennaproektu-profesijnogo-standartu-na-grupu-profesij/>
3. Латіна Г.О. Поведінкові фактори ризику хронічних неінфекційних захворювань у молоді. *Сучасні проблеми логопедії та реабілітації*: матеріали VII Всеукр. заочної наук.-практ. конф., 15 лют. 2018 р. Суми: ФОП Цьома С.П., 2017 С. 146-148. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/4c0ca6c3-53a7-4c22-98ab-00b4d111b641/content>
4. Kljajević V, Stanković M, Đorđević D, Trkulja-Petković D, Jovanović R, Plazibat K, Oršolić M, Čurić M, Sporiš G. Physical Activity and Physical Fitness among University Students-A Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021 Dec 24;19(1):158. doi: 10.3390/ijerph19010158
5. Методичні рекомендації з приводу консультування пацієнтів щодо основних засад здорового харчування. *Міжнародний ендокринологічний журнал*. 2013. № 5 (53). URL: <http://www.mif-ua.com/archive/article/36905>
6. Головченко О.І. Оптимізація самостійної роботи студентів під час вивчення навчальної дисципліни «Фізичне виховання». *Наука і освіта*. 2016. № 8. С. 19-24. URL: <https://publons.com/wos-op/publon/65668724/>

**References:**

1. Levkiv, L. 2020. Zdorovjazberezhna kompetentnist yak integralna charakteristika navchalnyh dosjagnen studentiv u fizychnomu vyhovanni [Health-friendly competence as an integral characteristic of educational achievements of students in physical education.] Young sports science of Ukraine. 2020. T2. P.51-52. URL: <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu/article/view/1057/1027>
2. Publichne obgovorennya gromadsjkogo projektu profesiynogo standartu na grupu profesij [Public discussion of the public project of a professional standard for a group of professions.] URL: <https://nqa.gov.ua/news/publicne-gromadskogo-obgovorennya-proektu-profesijnogo-standartu-na-grupu-profesij/>
3. Latina, H.O. 2017. Povedinkovi faktory ryzyku khronichnykh neinfektsiinykh zakhvoriuvan u molodi [Behavioral risk factors for chronic non-communicable diseases in young people.] Modern problems of speech therapy and rehabilitation: materials of VII Vseukr. Correspondence Science-Practice. conference, February 15 2018. Amounts: FOP Tsyoma S.P., P. 146-148. URL: <https://repository.sspu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/4c0ca6c3-53a7-4c22-98ab-00b4d111b641/content>
4. Kljajević, V., Stanković, M., Đorđević, D., Trkulja-Petković, D., Jovanović R, Plazibat K, Oršolić M, Čurić M, Sporiš G. Physical Activity and Physical Fitness among University Students-A Systematic Review. Int J Environ Res Public Health. 2021 Dec 24;19(1):158. doi: 10.3390/ijerph19010158
5. Metodychni rekomendacii z privodu konsultuvannya pacientiv shodo osnovnyh zasad zdorovogo harchuvannya [Methodological recommendations for counseling patients on the basic principles of healthy nutrition.] International journal of endocrinology. 2013. No. 5 (53).
6. Holovchenko, O.I. Optyimizaciya samostiynoi roboty studentiv pid chas vyvchennya navchalnoi dyscypliny «Fizyчне vyhovannja» [Optimization of independent work of students during the study of the educational discipline "Physical education".] Science and education. 2016. No. 8. P. 19-24. URL: <https://publons.com/wos-op/publon/65668724/>

**Abstract** *In order to evaluate the level of physical activity of students of the specialty 016.01 Special education Speech therapy, as a component of the health-preserving competence of the future specialist, an assessment of the physical activity of 22 students aged 18-20 years was conducted during 2022 of the Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko The results of the assessment of the physical activity of future speech therapists indicate its average level with energy expenditure of  $2346.029 \pm 56.04$  kcal/kg and physical development equivalent to the norm of 86.36%. The directions for optimizing the formation of health-preserving competence in a higher education institution with the help of the educational discipline "Physical Education" have been established.*

**Key words:** *physical activity, health care competence, health, healthy lifestyle, speech therapist.*

*Матеріали підготовлено в рамках XIV міжнародної науково-практичної конференції «Освіта і здоров'я», присвяченої 100-річчю заснування Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (16-17 травня 2024 року).*

**Стаття відправлена: 07.04.2024 р.**

© Головченко О.І.