

УДК 378.04:338.48

DOI <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2022.4.4>

Е. О. КОСИНСЬКИЙ

*викладач кафедри фізичної культури,
Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради, м. Луцьк, Україна
Електронна пошта: ekosynsjkyj@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-4297-4087>*

О. Л. ДИШКО

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри фізичної культури,
Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради, м. Луцьк, Україна
Електронна пошта: odyshko@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-1310-6950>*

Н. В. ТАБАК

*викладач вищої категорії,
циклової комісії теорії і методики фізичного виховання,
Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради, м. Луцьк, Україна
Електронна пошта: ntabak@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-8478-2075>*

А. Г. ЧИЖ

*викладач вищої категорії,
циклової комісії теорії і методики фізичного виховання,
Комунальний заклад вищої освіти «Луцький педагогічний коледж»
Волинської обласної ради, м. Луцьк, Україна
Електронна пошта: achyzh@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0001-5678-5490>*

АНАЛІЗ ОБ'ЄКТИВНОЇ І СУБ'ЄКТИВНОЇ ОЦІНКИ РІВНЯ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Проблема здоров'я молоді має не аби яке значення для успішного опанування обраної професії. Важливим є формування у студентів не тільки свідомого ставлення до власного здоров'я, але й розуміння необхідності постійно його контролювати. При цьому важливо, що погіршення здоров'я не усвідомлюється повною мірою самими здобувачами вищої освіти, вони також недооцінюють фактори, які впливають на його рівень. Відомо, що здоровий спосіб життя, регулярне фізичне навантаження та дотримання здоров'язбережувальних заходів дозволяють зберегти та зміцнити їхнє здоров'я. У зв'язку з цим важливо порівняти суб'єктивну оцінку рівня свого здоров'я здобувачами вищої освіти зі справжнім його станом, особливо в умовах сьогодення.

Метою роботи є дослідження глибини розбіжностей між самооцінкою рівня здоров'я та об'єктивними даними стану соматичного здоров'я студентської молоді як наслідку впливу сучасних умов.

Нами було обстежено 355 студентів (205 дівчат та 105 хлопців), віднесених за станом здоров'я до основної медичної групи. На підставі анонімного анкетування, проведеного на початку навчального року, ми визначили суб'єктивний рівень здоров'я студентів. Одночасно, провівши тестування за методикою Г. Апанасенка, ми встановили реальний стан соматичного здоров'я здобувачів вищої освіти.

Після аналізу отриманих даних виявили, що на тлі загалом високої самооцінки рівня здоров'я і дівчат (низький лише 3% респондентом, високий і вище середнього вказали 10,6% і 65,2% респондентів, відповідно) і хлопців (низький рівень не зафіксовано в жодного респондента, високий вказали 30,2% і вище середнього – 58,1%

опитаних) очевидним є низький рівень об'єктивних показників здоров'я, визначених за методикою Г. Апанасенка: у дівчат – 49,27% низький рівень і 32,68% нижче середнього, у хлопців – 39,33% низький рівень і 36,67% нижче середнього.

Ключові слова: фізичне виховання, самооцінка здоров'я, фізичне здоров'я, соматичне здоров'я.

Поставлення проблеми. Протягом багатьох років однією з актуальних проблем є здоров'я молоді, на яке нині має особливий вплив життя в екстремальних умовах: спочатку – пандемії, а відтак – війни. Ці обставини неухильно знижують фізичну активність населення (внаслідок «дистанційного» життя) та водночас збільшують психоемоційне навантаження на суспільство (передовсім молодь), яке раптом виявилось позбавленим того, до чого поступово звикло – до свободи, відкритих можливостей, а також безперешкодного споживацтва, комфорту й розмаїття задоволень. У підсумку, як свідчать наукові дані, наявна тенденція до зниження загального рівня здоров'я та фізичної підготовленості власне студентської молоді залежно від віку і тривалості процесу освіти. При цьому важливо, що погіршення здоров'я не усвідомлюється повною мірою самими здобувачами вищої освіти, вони також недооцінюють фактори, які впливають на його рівень. Разом із тим їм, беззаперечно, відомо, що здоровий спосіб життя, регулярне фізичне навантаження та дотримання здоров'язбережувальних заходів дозволяють зберегти та зміцнити їхнє здоров'я. Отже, найскладнішим є переконати молодь у цінності здоров'я, бо, як слушно зауважує Г. Апанасенко, здоров'я – це «гармонія, внутрішньо системний порядок, що забезпечує такий рівень енергетичного потенціалу, який дозволяє людині добре почуватися і оптимально виконувати біологічні та соціальні функції» [Апанасенко].

Аналіз попередніх досліджень. Проблема здоров'я студентства привертає увагу багатьох вітчизняних і закордонних науковців. У своїх працях її аналізували Т. Христова, Н. Науменко, А. Козлов, Л. Дрожик, С. Присяжнюк, В. Краснов, О. Согоконь, Н. Сороколіт, М. Кухар та ін. Усі науковці особливо наголошували на важливості формування у студентів свідомого ставлення до власного здоров'я. Зосібна А. Лозовровчук підкреслював, що ставлення студентів до свого здоров'я є осно-

вою здоров'язбереження, а пропаганда здорового способу життя через фізичне виховання на уроках є складовою у розв'язанні проблеми здоров'язбереження [Лозовровчук]. Дослідники О. Міхеєнко, Г. Мешко, В. Литвиненко, М. Дяченко-Богун показали важливість свідомого ставлення до здоров'я як частини інтегративної якості культури студентів [Міхеєнко].

І. Стахів та З. Гонтар зауважили, що процес виховання свідомого ставлення молоді до власного здоров'я починається з першого курсу навчання у вищому навчальному закладі і забезпечується низкою педагогічних умов, а саме: 1) поєднанням навчального процесу з практичною діяльністю студентів; 2) ознайомленістю молоді з основами здорового способу життя, формуванням свого власного здорового стилю життя; 3) формуванням цільової настанови і мотивації студентів щодо зміцнення свого здоров'я і набуття відповідних знань, умінь і навичок [Стахів].

Важливо розуміти, що адекватна самооцінка рівня здоров'я студентів – це важлива складова свідомого ставлення до свого здоров'я. Чимало фахівців вивчали самооцінку здоров'я студентів в різних аспектах і досліджували різні кореляційні зв'язки. Зокрема В. Ждан, Г. Слабкий, О. Жданова, досліджуючи зв'язок самооцінки здоров'я і звернення студентів по медичну допомогу, виявили, що здоров'я як добре оцінили всього 10,2%, а як задовільне – 26,0% опитаних студентів. При цьому 55,8% опитаних мають хронічні захворювання, а 70,6% щорічно хворіють на гострі захворювання [Ждан].

Г. Харченко, С. Яценко, Є. Неведомська, досліджуючи взаємозв'язок самооцінки рівня здоров'я студентів із рівнем тривожності, наголошували на наявності зв'язків між тривожністю і самооцінкою здоров'я у студентів. Особливо яскраво це було видно, коли вказані показники були представлені у вигляді суми балів, тобто як кількісні показники. За критерієм Спірмена, зв'язок між самооцінкою здоров'я та ситуаційною тривожністю рівнявся 0,53 ($p=0,00001$), зв'язок між самооцінкою здоров'я та особистісною тривожністю –

0,45 ($p=0,00023$). В обох випадках зв'язок був прямим, середньої сили та статистично значущим. Отже, зростання обох видів тривожності було пов'язано з погіршенням стану здоров'я студентів за їхньою самооцінкою [Харченко].

Ж. Малахова провела кореляційний аналіз між показниками, що характеризують рівень здоров'я, фізичну підготовленість та самооцінку здоров'я студентів [Малахова]. В. Савченко, О. Буряк, О. Комоцька досліджували зв'язок рівня духовності з самооцінкою рівня здоров'я студентів. Прикметно, що науковці не виявили зв'язку рівня духовності зі самооцінкою рівня здоров'я студентів [Савченко].

Незважаючи на кількість досліджень, нині тема порівняння суб'єктивного (виявленого в процесі анкетування) й об'єктивного рівнів здоров'я (визначеного за допомогою об'єктивних методів кількісної оцінки рівня соматичного здоров'я) потребує перегляду в аспекті впливу новітніх умов життя та навчання, що зумовлює актуальність нашого дослідження.

Мета дослідження – дослідити глибину розбіжностей між самооцінкою рівня здоров'я та об'єктивними даними стану соматичного здоров'я студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Нами було обстежено 355 студентів (205 дівчат та 105 хлопців), віднесених за станом здоров'я до основної медичної групи. На початку навчального року їм було запропоновано заповнити анонімну анкету для визначення самооцінки рівня здоров'я студентів. В опитувальнику пропонувалось оцінити свій рівень здоров'я за п'ятибальною шкалою: високий, вище середнього, середній, нижче середнього і низький. Анкетування відбувалося в навчальних аудиторіях після закінчення занять. Респондентам пояснювалася мета дослідження. Заповнення анкет займало до 15 хвилин часу. Результати дослідження заносилися до зведених таблиць, відтак розраховувалися відносні показники.

Одночасно для визначення соматичного здоров'я студентів теж на початку навчального року було проведено тестування за методикою Г. Апанасенка [Апанасенко]. Ця методика передбачає визначення антропометричних, фізіологічних і функціональних показників та їхніх індексів. При цьому визначення антро-

пометричних показників (зріст, маса тіла, динамометрія кисті) проводилися за загальноприйнятими методиками.

У всіх студентів за стандартними методиками визначалися такі фізіологічні показники: життєва ємність легень (ЖЄЛ), частота серцевих скорочень (ЧСС), артеріальний тиск (АТ). Визначення функціональних показників кардіореспіраторної системи (проба Мартіне Кушелєвського) виконувалося в такий спосіб: у випробуваного визначався пульс за 10 секунд в положенні сидячи, потім протягом 30 секунд він виконував 20 присідань, піднімаючи руки вперед, після чого в положенні сидячи фіксувався час відновлення пульсу до початкових значень.

На основі отриманих даних було розраховано такі індекси: індекс маси тіла (ІМТ) – як співвідношення маси тіла до квадрату довжини тіла; життєвий індекс (ЖІ) – як відношення ЖЄЛ до маси тіла; силовий індекс (СІ) – як відношення абсолютного показника сили кисті до маси тіла; індекс Робінсона – як добуток частоти серцевих скорочень та систолічного артеріального тиску, поділений на 100.

Рівень соматичного здоров'я випробуваних визначався шляхом порівняння отриманих інтегральних показників, що були розраховані за результатами оцінювання антропометричних, фізіологічних та функціональних показників, з відповідною шкалою [Апанасенко].

Усі дослідні проводилися відповідно до Конвенції Ради Європи «Про захист прав людини і людської гідності в зв'язку з застосуванням досягнень біології та медицини: Конвенція про права людини та біомедицину (ETS №164)» від 04 квітня 1997 року та Гельсінської декларації Всесвітньої медичної асоціації (2008). З усіма учасниками підписували «Інформовану згоду», в якій були вказані етапи й методи дослідження.

Дослідження самооцінки рівня здоров'я студенток показало, що низьким свій рівень здоров'я визнали лише 3% респонденток, нижче середнього – 7,1%; середнім – 14,1% дівчат; вищим за середній – 65,2%; високим – 10,6% опитаних дівчат.

Визначення соматичного здоров'я за методикою Г. Апанасенка виявило такі дані: низький рівень здоров'я мали 49,27% обстежених;

32,68% обстежених дівчат мали рівень здоров'я нижче середнього; 17,07% – середній рівень і лише 0,98% – вище середнього, і в жодній обстеженій не виявлено високого рівня соматичного здоров'я (рис. 1).

Отримані результати почасти збігаються з показниками, визначеними науковцями в низці проведених ними досліджень. Зосібна О. Томенко стверджує, що найбільша частка обстежених дівчат має низький (52,6%) та нижче середнього (40,5%) рівень здоров'я, середній рівень здоров'я має лише 6,9%, вище середнього і високий рівні не зафіксовано [Томенко].

Отриманні нами результати, які свідчать про низький рівень соматичного здоров'я у дівчат, також збігаються зі спостереженнями П. Гунько, які показали, що низький рівень здоров'я мають 40% студенток, нижче середнього – 45%, середній – 15%. Отже, серед дівчат, які брали участь в експерименті, не виявилось жодної особи з високим та вище середнього рівнями соматичного здоров'я [Гунько].

Подібні дані отримали науковці М. Кочина та А. Біла, чия оцінка загального рівня здоров'я студентів за методикою Г. Апанасенка показали, що високого рівня здоров'я не було в жодного студента, рівень вище середнього виявлено у 10 ($8,0 \pm 2,5$)% студентів, причому він частіше спостерігався в дівчат. Середній рівень мали 57 ($48 \pm 4,6$)% студентів, причому більшість становили юнаки. Рівень здоров'я нижче середнього та низький спостерігався

у 53 ($44 \pm 4,5$)% студентів, причому практично в рівному відсотку в юнаків та дівчат [Кочина]. Подібні дані отримані в результаті дослідження Л. Товкун та М. Царьової. Науковці зазначають, що лише в 1,14% досліджуваних студентів визначено високий рівень соматичного здоров'я і у 10,23% досліджуваних – рівень вище середнього. У більшості студентів (39,77%) – середній і нижче середнього (25%) рівні соматичного здоров'я [Товкун]. При цьому фахівці зауважують на тенденції щодо погіршення стану здоров'я студентської молоді, що вимагає розроблення програми з фізичного виховання з акцентом на оздоровчу спрямованість. В цьому аспекті особливої уваги потребують студенти з низьким рівнем соматичного здоров'я. Цей рівень є наслідком невідповідності адаптаційних резервів організму способу життя юнаків/підлітків і потужності впливу шкідливих факторів довкілля, негативна дія яких на студентів спостерігається впродовж усіх років навчання.

Водночас А. Сахненко, досліджуючи рівень здоров'я у студентів аграрних спеціальностей, зазначила, що в переважній більшості досліджуваних виявлено низький рівень фізичного здоров'я: 98,8% студентства мають низький рівень соматичного здоров'я; 1,1% демонструють рівень нижчий за середній; 0,2% мають середній рівень. Вищий за середній та високий рівень фізичного здоров'я серед студентства не зафіксовано взагалі [Сахненко]. Отже, загалом

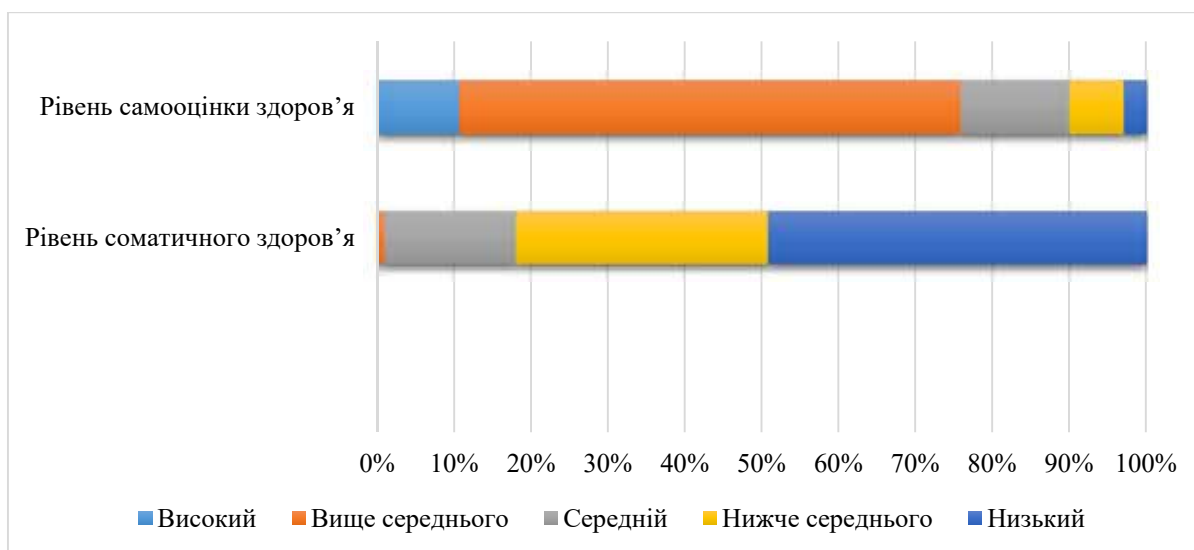


Рис. 1. Показники рівнів самооцінки та соматичного здоров'я дівчат, %

результати нашого дослідження рівня здоров'я студенток, що припадають на період воєнного стану, та підсумки попередніх досліджень суттєво не відрізняються.

Аналіз даних дослідження самооцінки здоров'я серед хлопців засвідчив, що низький рівень здоров'я не зафіксовано в жодного студента; 4,2% обстежених хлопців визнали рівень свого здоров'я як нижче середнього; 7,4% – як середній, 58,1% – вище середнього і як високий оцінюють рівень свого здоров'я 30,2% опитаних.

Дослідження стану соматичного здоров'я студентів за методикою Г. Апанасенка показало, що низький рівень здоров'я має 39,33% обстежених; 36,67% обстежених хлопців мають рівень здоров'я нижче середнього; 21,33% – отримали оцінку рівня здоров'я як середній, лише 2,67% вище середнього і в жодного обстеженого не виявлено високого рівня соматичного здоров'я (рис. 2).

Ці дані подібні до результатів досліджень А. Невеликої, О. Сутулої та Н. Зелененко. Фахівці наголошують на відсутності студентів-хлопців з високим рівнем соматичного здоров'я [Невелика]. Таким чином, результати нашого та попередніх досліджень не відрізняються кардинально.

Отже, оцінка загального рівня здоров'я студентів за методикою Г. Апанасенка показала, що високого рівня здоров'я не було в жодного студента, рівень вище середнього виявлено в 10 (8,0±2,5)% студентів, причому він частіше

спостерігався у дівчат. Середній рівень мали 57 (48±4,6)% студентів, причому більшість становили юнаки. Рівень здоров'я нижче середнього та низький спостерігався у 53 (44±4,5)% студентів, причому практично в рівному відсотку в юнаків та дівчат [Кочина].

Результати й висновки. Таким чином, на тлі загалом високої самооцінки рівня здоров'я і студенток (високий і вище середнього вказали 10,6%, і 65,2% респондентів відповідно) і студентів (високий і вище середнього вказали 30,2%, і 58,1% респондентів відповідно) очевидним є низький рівень об'єктивних показників здоров'я, визначених за методикою Г. Апанасенка: у дівчат – 49,27% низький рівень і 32,68% нижче середнього, у хлопців – 39,33% низький рівень і 36,67% нижче середнього. Хоча такі результати особливо не відрізняються від підсумків досліджень довоєнного і допандемічного часу, важливо зважати на те, що, можливо, потрібно, аби сплинуло більше часу, щоб фактори пандемії і війни проявили свій вплив більш яскраво. Разом із тим висока самооцінка власного здоров'я молоддю свідчить не тільки про легковажність, недообстеженість тощо, а й про оптимістичну налаштованість нашого юнацтва, незважаючи на екстремальні життєві обставини, що є позитивним фактором.

Перспективи досліджень полягають у подальшому спостереженні за рівнем здоров'я молоді та виявленні й вивченні глибинних причин розбіжностей між об'єктивними і суб'єктивними показниками рівня здоров'я.

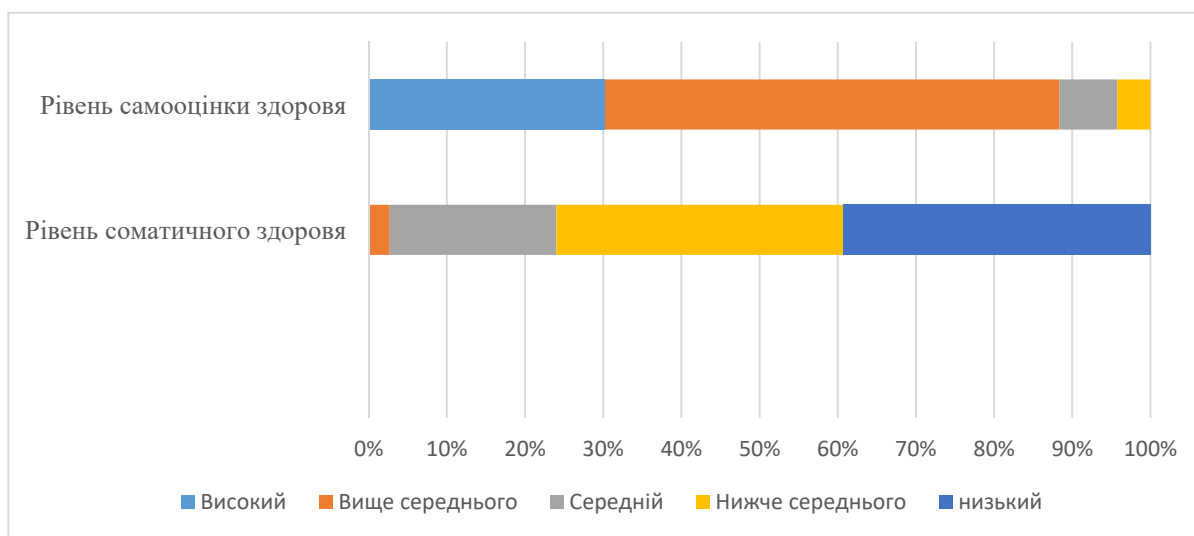


Рис. 2. Показники рівнів самооцінки та соматичного здоров'я хлопців, %

ЛІТЕРАТУРА

1. Апанасенко Г. Л., Попов Л. О. Медицинская валеология. Київ: «Здоров'я», 1998. 248 с.
2. Гунько П.М., Палічук Ю.І. Динаміка показників соматичного здоров'я студентської молоді у процесі занять фізичними вправами силової спрямованості. Фізична культура, спорт та здоров'я різних груп населення : Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. молодих вчених (Черкаси, 5 грудня 2022 р.). Черкаси, 2022. С. 10–16.
3. Ждан В.М., Слабкий Г.О., Жданова О.В. Самооцінка студентською молоддю стану особистого здоров'я та характеристика їх звернень за медичною допомогою. Світ медицини та біології. 2019. № 4 (70). С. 71–76.
4. Кочина М. Л., Біла А. А. Результати оцінювання рівня соматичного здоров'я студентів різного віку. Український журнал медицини, біології та спорту. 2020. Том 5, № 2 (24). С. 235–242.
5. Лозоворчук А. Р. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів у закладах вищої освіти. Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини: наук.-практ. internet-конф. з міжнар. участю (Харків, 23-24 квітня 2020 року). Харків, 2020. С. 112–114.
6. Малахова Ж.В. Кореляційний аналіз взаємозв'язку показників рівня здоров'я, фізичної підготовленості та самооцінки студентів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Київ, 2019. № 4 (112). С. 82–87.
7. Міхєєнко О. І., Мешко Г. М., Литвиненко В. А., Дяченко-Богун М. М. Формування культури здоров'я студентської молоді як педагогічна проблема. *Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського*. Одеса, 2019. Вип. 4 (129). С. 47–54.
8. Науменко Н. В., Козлов А. В., Дрожик Л. В. Шляхи збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді. Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини: науково-практичної internet - конференції з міжнародною участю (Харків, 23-24 квітня 2020 року). Харків, 2020. С. 104–106.
9. Невелика А.В., Сутула О.В., Зелененко Н.О. Результативність методик оцінки рівня здоров'я студентів. Фізична реабілітація та рекреаційно-оздоровчі технології. Харків, 2020. № 5(3). С. 31–35.
10. Присяжнюк С.І., Краснов В.П. Здоров'я студентської молоді та шляхи його формування в системі освіти. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Київ, 2019. Вип. 3 К (110). С. 475–480.
11. Савченко В., Буряк О., Комоцька О. Рівень духовного розвитку студентів гуманітарного університету та його зв'язок із самооцінкою здоров'я. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2019. № 2. С. 47–53.
12. Сахненко А. В. Рівень соматичного здоров'я студентів аграрних спеціальностей. URL : <http://repo.snau.edu.ua/bitstream/123456789/7491/1/Сахненко%20вісник%20Драгоманова.pdf>. (дата звернення: 10.01.2023)
13. Сороколіт Н.С., Кухар М.М. Моніторинг стану здоров'я студентів I-II курсів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Київ, 2019. Вип. 3 К (110). С. 533–538.
14. Стахів І. Є., Гонтар З. Г. Формування здоров'я збережувальних компетенцій студентів вищих навчальних закладах. Управлінські, правові та економічні аспекти забезпечення безпеки життєдіяльності населення і територій: Всеукраїнська науково-практична конференція молодих вчених, курсантів та студентів. Львів, 2019. С. 86–88.
15. Товкун Л.П., Царьова М.П. Оцінка рівня соматичного здоров'я студентів Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди. *Молодий вчений*. 2017. № 9.1 (49.1). С. 167–170.
16. Томенко О.А. Обґрунтування здоров'язбережувальної складової неспеціальної (загальної) фізкультурної освіти студентської молоді. *Молодий вчений*. 2018. № 4.3 (56.3). С. 83–88.
17. Харченко Г., Яценко С., Неведомська Є. Рівень тривожності студентів та його зв'язок з самооцінкою здоров'я. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2019. № 2. С. 68–73.
18. Христова Т. Є. Стан здоров'я майбутніх учителів та вектори його оптимізації. *Інноваційна педагогіка*. 2019 (12). С. 143–146.

REFERENCES

1. Apanasenko G. L., Popov L. O. (1998) Meditsinskaya valeologiya [Medical valeology]. 248 p. [in Ukrainian]
2. Hunko P.M., Palichuk YU.I. (2022) Dynamika pokaznykiv somatychnoho zdorovya student•skoyi molodi u protsesi zanyat fizychnymy vpravamy sylovoyi spryamovanosti [Dynamics of indicators of somatic health of student youth in the process of strength-oriented physical exercises]. Fyzichna kul'tura, sport ta zdorovya riznykh hrup naselelnya – Physical culture, sports and health of different population groups. pp. 10–16. [in Ukrainian]
3. Zhdan V.M., Slabkyu H.O., Zhdanova O.V. (2019) Samootsinka student•skoyu moloddyu stanu osobystoho zdorovya ta kharakterystyka yikh zvernenn za medychnoyu dopomohoyu [Self-assessment of the state of personal health by student youth and characteristics of their requests for medical help]. Svit medytsyny ta biolohiyi – The world of medicine and biology. pp. 71–76. [in Ukrainian]
4. Kochyna M. L., Bila A. A. (2020) Rezultaty otsynyuvannya rivnya somatychnoho zdorovya studentiv riznoho viku [Results of assessment of the level of somatic health of students of different ages]. Ukrayinskyy zhurnal medytsyny, biolohiyi ta sportu – Ukrainian Journal of Medicine, Biology and Sports. pp. 235–242. [in Ukrainian]
5. Lozovorchuk A. R. (2020) Formuvannya zdorovyazberihayuchoyi kompetentnosti studentiv u zakladakh vyshchoyi osvity [Formation of health-preserving competence of students in institutions of higher education]. Suchasni

tendentsiyi spryamovani na zberezhennya zdorovya lyudyny – Modern trends are aimed at preserving human health. pp. 112–114. [in Ukrainian]

6. Malakhova ZH.V. (2019) Korelyatsiynny analiz vzayemozvyazku pokaznykiv rivnya zdorovya, fizychnoyi pidhotovlenosti ta samoosinky studentiv [Correlational analysis of the relationship between indicators of the level of health, physical fitness and self-esteem of students]. Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University. pp. 82–87. [in Ukrainian]

7. Mikheyenko O. I., Meshko H. M., Lytvynenko V. A., Dyachenko-Bohun M.M. (2019) Formuvannya kultury zdorovya student•skoyi molodi yak pedahohichna problema [Formation of the health culture of student youth as a pedagogical problem]. Naukovyy visnyk Pivdennoukrayinskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni K. D. Ushynskoho - Scientific Bulletin of the South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynskiyi. pp. 47–54. [in Ukrainian]

8. Naumenko N. V., Kozlov A. V., Drozhyk L. V. (2020) Shlyakhy zberezhennya ta zmitsnennya zdorovya student•skoyi molodi [Ways of preserving and strengthening the health of student youth]. Suchasni tendentsiyi spryamovani na zberezhennya zdorovya lyudyny – Modern trends are aimed at preserving human health. pp. 104–106. [in Ukrainian]

9. Nevelyka A.V., Sutula O.V., Zelenenko N.O. (2020) Rezultatyvnist metodyk otsinky rivnya zdorovya studentiv [Effectiveness of methods of assessing students health level]. Fizychna rehabilitatsiya ta rekreatsivno-ozdorovchi tekhnolohiyi - Physical rehabilitation and recreational and health technologies. pp. 31–35. [in Ukrainian]

10. Prisyazhnyuk S.I., Krasnov V.P. (2019) Zdorovya student•skoyi molodi ta shlyakhy yoho formuvannya v systemi osvity [Health of student youth and ways of its formation in the education system]. Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University. pp. 475–480. [in Ukrainian]

11. Savchenko V., Buryak O., Komotska O. (2019) Riven dukhovnoho rozvytku studentiv humanitarnoho universytetu ta yoho zvyazok iz samoosinkoyu zdorovya [The level of spiritual development of humanitarian university students and its relationship with self-assessment of health]. Sportyvna nauka ta zdorovya lyudyny - Sports science and human health. pp. 47–53. [in Ukrainian]

12. Sakhnenko A. V. (2019) Riven somatychnoho zdorovya studentiv ahrarnykh spetsialnostey [Level of somatic health of students of agricultural specialties]. Retrieved from <http://repo.snau.edu.ua/bitstream/123456789/7491/1/Caxnenko%20вісник%20Драгоманова.pdf>. (Last accessed: 10.01.2023) [in Ukrainian]

13. Sorokolit N.S., Kukhar M.M. (2019) Monitorynh stanu zdorovya studentiv I-II kursiv [The monitoring of I-II year students' health conditions]. Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova – Scientific journal National Pedagogical Dragomanov University. pp. 533–538. [in Ukrainian]

14. Stakhiv I. YE., Hontar Z. H. (2019) Formuvannya zdorovya zberezhuvalnykh kompetensiy studentiv vyshchych navchalnykh zakladakh [Formation of health saving competencies of students in higher educational institutions]. Upravlinski, pravovi ta ekonomichni aspekty zabezpechennya bezpeky zhyttyediyalnosti naseleennya i terytoriy – Administrative, legal and economic aspects of ensuring the safety of life activities of the population and territories. pp. 86–88. [in Ukrainian]

15. Tovkun L.P., Tsarova M.P. (2017) Otsinka rivnya somatychnoho zdorovya studentiv Pereyaslav-Khmelnyskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu imeni Hryhoriya Skovorody [Evaluation of the level of somatic health of students of Pereyaslav-Khmelnysky State Pedagogical University named after Hryhoriy Skovoroda]. Molodyy vchenyy - Young Scientist. pp. 167–170. [in Ukrainian]

16. Tomenko O.A. (2018) Obgruntuvannya zdorovyazberezhnoyi skladovoyi nespetsial'noyi (zahal'noyi) fizkul'turnoyi osvity student•s'koyi molodi [Substantiation of the Health-Maintenance Part of Student's General Physical Education]. Molodyy vchenyy – Young Scientist. pp. 83–88. [in Ukrainian]

17. Kharchenko H., Yatsenko S., Nevedomska YE. (2019) Riven tryvozhnosti studentiv ta yoho zvyazok z samoosinkoyu zdorovya [Anxiety level of students and its relationship with self-assessment of health]. Sportyvna nauka ta zdorovya lyudyny – Sport Science and Human Health. pp. 68–73. [in Ukrainian]

18. Khrystova T. YE. (2019) Stan zdorovya maybutnikh uchyteliv ta vektory yoho optymizatsiyi [The state of health of future teachers and vectors of its optimization]. Innovatsiyna pedahohika - Innovative pedagogy. 1 (12). pp. 143–146. [in Ukrainian]

E. O. KOSYNSKYI

*Lecturer at the Department of Physical Education,
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”
of the Volyn Regional Council, Lutsk, Ukraine
E-mail: ekosynsjkyj@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-4297-4087>*

O. L. DYSHKO

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Associate Professor at the Department of Physical Education,
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”
of the Volyn Regional Council, Lutsk, Ukraine
E-mail: odyshko@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-1310-6950>*

N. V. TABAK

*Lecturer of the Highest Category,
Cycle Commission of the Theory and Methods of Physical Education,
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”
of the Volyn Regional Council, Lutsk, Ukraine
E-mail: ntabak@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0002-8478-2075>*

A. G. CHYZH

*Lecturer of the Highest Category,
Cycle Commission of the Theory and Methods of Physical Education,
Municipal Higher Educational Institution “Lutsk Pedagogical College”
of the Volyn Regional Council, Lutsk, Ukraine
E-mail: achyzh@lpc.ukr.education
<http://orcid.org/0000-0001-5678-5490>*

**ANALYSIS OF OBJECTIVE AND SUBJECTIVE ASSESSMENT
OF STUDENTS' HEALTH LEVEL**

The problem of the health of young people is of great importance for the successful mastery of the chosen profession. It is important to form in students not only a conscious attitude to their own health, but also an understanding of the need to constantly monitor it. At the same time, it is important that the deterioration of health is not fully understood by the students of higher education themselves, they also underestimate the factors that affect its level. It is known that a healthy lifestyle, regular physical activity and compliance with health-preserving measures can preserve and strengthen their health. In this regard, it is important to compare the subjective assessment of the level of health by students of higher education with its true state, especially in today's conditions.

The purpose of the work is to investigate the depth of discrepancies between self-assessment of the level of health and objective data on the state of somatic health of student youth as a result of the influence of modern conditions.

We examined 355 students (205 girls and 105 boys) classified according to their health status to the main medical group. On the basis of an anonymous questionnaire conducted at the beginning of the academic year, we determined the subjective level of health of students. At the same time, after conducting testing according to G. Apanasenko's method, we established the real state of physical health of students of higher education.

After analyzing the obtained data, it was found that against the background of a generally high self-esteem level of health, girls (low by only 3% of respondents, high and above average were indicated by 10.6% and 65.2% of respondents, respectively) and boys (a low level was not recorded in any respondent, high were indicated by 30.2% and above average – 58.1% of respondents) the low level of objective health indicators determined according to the method of G. Apanasenko is obvious: in girls – 49.27% low level and 32.68% below average, in boys – 39.33% low level and 36.67% below average.

Key words: Physical Education, self-assessment of health, physical health, somatic health.