

УДК: 378:613.7

Тетяна Борисівна Кійко,
кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту,
Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка
Антоніна Олексіївна Міненко,
доктор педагогічних наук,
доцент кафедри дошкільної і початкової освіти,
Національний університет «Чернігівський Колегіум імені Т.Г. Шевченка»
Галина Леонідівна Воскобойнікова,
доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри психології і педагогіки,
медико-фармацевтичний факультет Київський Міжнародний Університет

ПРОЕКТУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИХ ІНДИВІДУАЛЬНО-КОНСУЛЬТАТИВНИХ ЗАНЯТЬ З ОСНОВ ЗДОРОВ'Я У ФОРМУВАННІ АДАПТАЦІЙНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

В статті висвітлено актуальність та особливості проектування професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я у формуванні адаптаційних можливостей студентської молоді. Встановлено, що індивідуально-консультативні заняття – це форма організації навчальної роботи викладача зі студентами, яка здійснюється шляхом створення необхідних умов для виявлення і розвитку індивідуальних особливостей студента на основі особистісно-діяльнісного та компетентнісного підходів. Індивідуально-консультативна робота проводиться з метою посилення мотивації студентів до пізнавальної діяльності і її спрямування на індивідуальне здоров'язбереження, формування індивідуального адаптаційного потенціалу та зміцнення адаптаційних можливостей організму. Здійснено структурування змістових модулів професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я для формування адаптаційних можливостей студентської молоді у процесі навчання у вищому навчальному закладі, здатності до професійного саморозвитку в соціально-професійній, фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Ключові слова: індивідуальне здоров'я, адаптаційний потенціал, адаптаційні можливості, здоровий спосіб життя, культура здоров'я.

Період навчання у вищому навчальному закладі є періодом активного інтелектуального і фізичного розвитку, соціалізації, перебіг яких впливає на формування, зміцнення і збереження індивідуального здоров'я людини на все життя. Важливо в цей період сформувати систему знань і життєвонеобхідних компетентностей особистості, серед яких значущими для індивідуального здоров'язбереження є формування усвідомленої прийнятності валеологічних настанов, мотивації на здоровий спосіб життя, особистісної культури здоров'я, оптимальної рухової активності, розвиток адаптаційних можливостей організму для успішної майбутньої професійної діяльності.

Глобальна вагомість і актуальність проблеми збереження здоров'я населення в умовах виникнення несприятливих екологічних і соціальних ситуацій викликала стурбованість передових представників світової науки, особливо у сферах, що стосуються охорони здоров'я. Ще у 1977 р. ВООЗ ініціювала міжнародну кампанію під назвою «Здоров'я для всіх», у межах якої було розпочато збір і систематизацію інформації про існуючі загрози здоров'ю. За підсумками роботи було скликано Міжнародну конференцію з першочергових заходів щодо охорони здоров'я (Алма-Ата, 1978 р.), яка проголосила відповідну Декларацію. З певних причин головні принципи Алма-Атинської Декларації (справедливість, рівність, поінформованість, подолання національних кордонів тощо) не набули широкого поширення в радянському суспільстві. Тим часом діяльність у країнах-лідерах тривала і 1980 р. ВООЗ про-

голосила глобальну стратегію "Здоров'я для всіх до 2000 р.", яка містила 10 положень, 6 принципів і 38 завдань, спрямованих на попередження загрози здоров'ю. Цілі і принципи цієї стратегії визначили ті ідеологічні напрями, за якими мала визначатися діяльність ВООЗ у наступні роки [7].

Фізичне виховання і фізкультурно-оздоровча робота у навчально-виховній сфері вищого навчального закладу ґрунтується на формуванні та розвитку фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я підростаючого покоління, комплексному підході до формування розумових і фізичних якостей особистості, удосконалення фізичної і психічної підготовки до активного життя і професійної діяльності [4, с. 18].

Поставлені завдання визначають потребу в підготовці фахівців, здатних вільно орієнтуватись у сучасних технологіях навчання основ здоров'я, досконало володіти знанням кваліфікаційних вимог, визначених освітньо-кваліфікаційною характеристикою (ОКХ), вмінням психолога педагогічного супроводу у формуванні мотивації до здорового способу життя. Все це зумовлює проблему формування належного рівня профорієнтаційної компетентності майбутнього вчителя, що забезпечується відповідною підготовкою. Тому підготовка студентів педагогічних ВНЗ повинна бути різноманітною, багатогранною, підсиленою вправами на швидкість, засобами спортивних ігор, плавання, силових видів занять, занять на відкритому повітрі, яка формує прикладні знання, фізичні та спеціальні вміння та навички, що сприяють досягненню об'єктивної го-

товності студента до умов професійної діяльності. Але обов'язковою умовою професійної підготовки студентів є і достатня теоретико-методологічна підготовка, яка формує професійну компетентність, впевненість, світогляд, мотивацію до професійного саморозвитку і здорового способу життя.

Дослідження здоров'язбережувальної складової сучасної вищої педагогічної освіти висвітлено в численних працях освітян і науковців. Так, формування здоров'язбережувальної компетентності сучасного вчителя висвітлено в працях Г. Апанасенка, Н. Бібік, Т. Бойченко, Ю. Бойчука, Г. Воскобойнікової, Б. Долинського, О. Савченко та ін. Особливості формування культури здоров'я учнівської та студентської молоді представлено у наукових розвідках В. Бабич, М. Гончаренко, В. Горашука, О. Дубогай, А. Міненко, М. Носка та ін., які є основою теоретичного змісту педагогіки здоров'я у сучасній вищій педагогічній освіті.

Значний вклад у розвиток теорії здорового способу життя внесли відомі вчені А.М. Ізуткін, І.П. Павлов, А.А. Покровський, А.М. Уголев, Р.Ц. Царегородцев, які визначають, що здоровий спосіб життя має містити такі елементи:

- 1) перетворювальна діяльність, спрямована на зміну природи, суспільства й саму людину;
- 2) способи задоволення матеріальних й духовних потреб;
- 3) форми участі у суспільно-політичній діяльності;
- 4) пізнавальна діяльність на рівні теоретичного, емпіричного й ціннісно-орієнтованого знання;
- 5) комунікативна діяльність, що включає спілкування між людьми в суспільстві та його підсистемах (народ, клас, батьківщина тощо);
- 6) медико-педагогічна діяльність, спрямована на фізичний й духовний розвиток людини [3].

Дослідження, розбудовані в межах стратегії формування здорового способу життя, виявили наявність дієвого засобу попередження загрози здоров'ю людства і досягнення цілей, висунутих політикою здоров'я для всіх. Таким засобом визнано систему заходів, що в загальносвітовий науковий лексикон увійшла під назвою health promotion. Дослівний переклад цього словосполучення припускає кілька тлумачень (просування, заохочення до здоров'я, сприяння здоров'ю, стимулювання, підтримка здоров'я тощо), що не повно відповідають змісту тієї системи заходів, про яку йдеться. Тому професійні перекладачі вживають досить різноманітні варіанти у якості лексичного аналогу, наприклад «пропаганда здоров'я», «пропагування здоров'я», «пропаганда здорового способу життя» тощо. Враховуючі дещо суперечливе ставлення вітчизняного суспільства до терміна «пропаганда», фахівці, що співпрацюють в українсько-канадському проєкті «Молодь - за здоров'я», основу якого становить система health promotion, останнім часом домовилися вживати вислів «формування здорового способу життя» (ФЗСЖ) [7].

Л. Жаліло та співавт.[7] зазначають, якщо сплановано і реалізується навчання певного контингенту певним засобом запобігання певній шкоді здоров'ю, доцільно визначити, яким загальним цілям ФЗСЖ і

стрижневим цінностям воно (навчання) відповідає, в межах яких детермінант і зон діяльності буде впливати); чітке визначення мети і завдань усіх рівнів (вищого, середнього, безпосереднього); спрямування ініціатив (заходів) ФЗСЖ нижчих рівнів на остаточне досягнення мети та завдань ФЗСЖ вищих рівнів (загальних мети і завдань); узгодження ініціатив ФЗСЖ із його стрижневими цінностями, побудова заходів на цих цінностях, їх примноження і покращення; використання ініціатив стрижневого механізму наділення здатністю як найбільш ефективного способу досягнення мети ФЗСЖ (наприклад, збільшення спроможності індивідів і громад шляхом навчання або надання засобів контролю над детермінантами здоров'я); постановка власної мети для кожних ініціатив ФЗСЖ, а саме: послаблювати або усувати (якщо це можливо) чинники негативного впливу на здоров'я і навпаки – посилювати (створювати, у разі можливості) чинники позитивного впливу; враховувати потенційний вплив на застосуванню ініціативу детермінант здоров'я і передбачати відповідні стратегії для запобігання, використання або пристосування; допомагати індивідам і громадам враховувати детермінанти здоров'я, передбачати їх можливий негативний вплив і навчати відповідним діям (долати, запобігати, пристосовуватись); спрямування ініціатив на різні види діяльності. Чим більше (по можливості) інтегровано пріоритетних видів діяльності, тим більше імовірність отримання позитивних результатів, тим вагомніше самі результати; використання в кожній ініціативі ФЗСЖ різних взаємоінтегрованих стратегій – вони підтримують одна одну, що збільшує імовірність отримання позитивного результату та його вагомість; планування ініціатив ФЗСЖ у відповідності з чітко зрозумілими уявленнями щодо причинно-наслідкового зв'язку між цілями і завданнями ФЗСЖ і застосованими стратегіями, видами діяльності; реалістичність планування, тобто врахування ресурсних обмежень; планування ініціатив ФЗСЖ на підставі сучасних науково обґрунтованих знань, використання даних досліджень і оцінок, специфічних для конкретної ініціативи [7].

Головними принципами оцінки ФЗСЖ, на думку науковців, є: принцип взаємозв'язку «оцінка-планування» – тобто якість оцінки ініціативи ФЗСЖ залежить від якості концептуальної схеми планування, обраної для цієї ініціативи, і від можливості об'єктивної оцінки елементів (процесів) моделі, що побудована при плануванні. Планування і оцінка – єдиний процес, де обидва компоненти взаємопов'язані і взаємозумовлені. Кожен етап планування потребує оцінки, що коригує план за принципом зворотного зв'язку. Наступними є принципи: перевірки повноти втілення ініціативи відносно всіх елементів планування; послідовного відстеження етапів планування; ієрархічної перевірки ефективності внесків; функціональної різноманітності оцінок. Оцінки стосуються різних елементів планування на різних ієрархічних рівнях. Загальна модель планування та оцінки ФЗСЖ є філософсько-методологічним інструментом, у відповідності з

яким розробляються різні методики і схеми планування заходів (ініціатив) ФЗСЖ [7].

Означені принципи, на нашу думку, є цінними для проектування професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я у формуванні адаптаційних можливостей студентської молоді.

Цінним для змістового наповнення професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я є науковий доробок В. П. Горашука [1], оскільки формування індивідуальної культури здоров'я для майбутнього вчителя є професійно необхідним.

Мета: обґрунтування проектування індивідуально-консультативних занять з формування адаптаційних можливостей студентів для успішної реалізації у майбутній професійній діяльності, здатності до професійного саморозвитку в соціально-професійній, фізкультурно-оздоровчій діяльності.

Завдання: обґрунтувати сутність проектування індивідуально-консультативних занять із формування адаптаційних можливостей студентів для успішної реалізації у майбутній професійній діяльності, здатності до професійного саморозвитку в соціально-професійній і фізкультурно-оздоровчій діяльності; розробити структуру і зміст професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я для студентів ВНЗ.

Методи дослідження: системний аналіз наукових джерел; вивчення та узагальнення досвіду науково-педагогічної діяльності; моделювання, діагностики, прогнозування, проектування навчально-виховного процесу і позааудиторної роботи.

Організація дослідження. Медико-біологічна підготовка в системі професійної підготовки студентів у вищих педагогічних навчальних закладах України є цілеспрямованим, неперервним процесом формування професійно-педагогічних якостей студентів на засадах забезпечення предметно-методичної орієнтації змісту на здоров'язбереження учасників педагогічного процесу. Аудиторна форма забезпечує системне вивчення комплексу навчальних дисциплін, які сприяють формуванню у студентів компетентності індивідуального здоров'язбереження. Однак зміцнення адаптаційних можливостей студентів засобами фізичного виховання є обмеженим. У зв'язку з тим, що аудиторний час фізичного виховання є скороченим, а на деяких факультетах переведеним до блоку навчальних дисциплін за вибором студентів, або як факультативний курс, актуалізується проектування професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я у формуванні адаптаційних можливостей студентської молоді.

Процес професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять передбачає вирішення виховних, освітніх, оздоровчо-розвивальних завдань:

- забезпечення теоретико-методологічних основ у розвитку здоров'язберігаючої педагогічної діяльності;
- формування системи теоретичних знань і практичних навичок у галузі професійної підготовки та здоров'язбереження;

- вміння вирішувати ситуаційні завдання;
- забезпечення необхідного рівня професійної готовності майбутніх спеціалістів, що включає фізичну підготовленість, працездатність, розвиток професійних навичок та вмінь;
- виховання потреби у фізичному самовдосконаленні;
- мотивація до здорового способу життя;
- повноцінне використання засобів фізичної культури для профілактики захворювань, збереження і зміцнення здоров'я;
- оволодіння вміннями самоконтролю в процесі фізкультурно-оздоровчих занять;
- включення студентів в активну фізкультурно-оздоровчу діяльність з метою засвоєння цінностей професійної діяльності і набуття відповідного досвіду [2, с. 36].

Індивідуально-консультативні заняття – це форма організації навчальної роботи викладача зі студентами, яка здійснюється шляхом створення необхідних умов для виявлення і розвитку індивідуальних особливостей студента на основі особистісно-діяльнісного та компетентнісного підходів. Індивідуально-консультативна робота проводиться з метою посилення мотивації студентів до пізнавальної діяльності і спрямування її в необхідному напрямку. Відповідно до визначеної актуальності психолого-педагогічного супроводу індивідуального здоров'язбереження студентів – на зміцнення і збереження індивідуального здоров'я, формування індивідуального адаптаційного потенціалу та зміцнення адаптаційних можливостей організму.

Індивідуально-консультативна робота проводиться у поза навчальний час за окремим графіком, який розробляється на кожний семестр кафедрою з урахуванням вимог робочої навчальної програми дисципліни і трудомісткості цієї роботи для студента та затверджується завідувачем кафедри у тижневий термін з початку семестру.

В основі індивідуально-консультативних занять є психолого-педагогічний супровід, який містить не тільки різноманітні методи коректувально-розвивальної роботи зі студентами, а виступає комплексною технологією, особливою культурою підтримки і допомоги студенту у вирішенні поставлених завдань [5]. Тому викладач має володіти основами психолого-педагогічного супроводу, а також методиками діагностики, консультування, корекції, мати навички системного аналізу проблемних ситуацій, програмування і планування діяльності, спрямованої на їх вирішення, співорганізацію з цією метою учасників освітнього процесу.

Результати дослідження. На основі здійсненого аналізу актуальності структурування і змістового наповнення індивідуально-консультативних занять із формування адаптаційних можливостей студентів для успішної майбутньої професійної діяльності, здатності реалізовувати індивідуальний адаптаційний потенціал у соціально-професійній, фізкультурно-оздоровчій діяльності нами здійснено структурування змістових модулів за напрямками підготовки галузі знань 01 «Освіта», спеціальності 013 «Почат-

кова освіта» (Постанова КМУ №266 від 29.04.2015р.) та предметної спеціалізації 014.14 «Здоров'я людини» спеціальності 014 «Середня освіта» (Наказ МОН №09/310 від 15.06.2016, Додаток 1).

Відповідно структура блоку професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я включає 7 змістових модулів табл. 1., що поєднують 14 тематичних блоків.

Таблиця 1

Структура професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я для студентів ВНЗ

№ЗМ	Назва	Кількість годин
ЗМ1	Фізична складова формування адаптаційного потенціалу організму людини	4
ЗМ2	Психофізіологічна складова у формуванні адаптаційного потенціалу організму людини	4
ЗМ3	Оптимальна рухова активність відповідно вікового розвитку і статі	4
ЗМ4	Психологічно-виховна складова у формуванні культури здоров'я особистості	4
ЗМ5	Саморегуляція як основа психо-емоційної рівноваги	4
ЗМ6	Індивідуальний адаптаційний потенціал	4
ЗМ7	Психологічна корекція професійної адаптації та профілактика професійного психо-емоційного вигорання	4

Структура професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я може мати інтегроване використання для проектуванні індивідуальної роботи зі студентами факультетів початкової освіти і факультетів фізичного виконання, оскільки майбутні випускники здійснюватимуть викладання шкільного предмета «Основи здоров'я» у початковій та середній школі.

Змістові модулі професійно-орієнтованих індивідуально-консультативних занять з основ здоров'я можуть бути рекомендованими для використання у модифікованих навчальних програмах навчальних

дисциплін «Сучасні технології навчання основ здоров'я» та «Методика навчання основ здоров'я» для спеціальності 013 «Початкова освіта» та предметної спеціалізації 014.14 «Здоров'я людини» спеціальності 014 «Середня освіта»

Перспективами подальших досліджень є модернізація змістового наповнення програм самостійних робіт студентів ВНЗ факультетів початкового навчання і фізичного виховання з навчальних дисциплін «Фізичне виховання», «Методика навчання основ здоров'я».

ЛІТЕРАТУРА

1. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика). – Луганск: Альма-матер, 2003. – 388 с.
2. Грузева Т.С. Нерівність в здоров'ї: методологія визначення, прояви, стратегії боротьби // Науковий вісник Національного медичного університету імені О.О. Богомольця. – 2005. – № 1-2. – С. 33-42.
3. Капилевич Л.В. Сохранение здоровья, творческого долголетия и повышение умственной работоспособности специалистов: учебное пособие / Л.В. Капилевич, В.И. Андреев. – Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. – 182 с.
4. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. посіб. / С.І. Присяжнюк, В.П. Краснов, М.О. Третяков та ін. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 192 с.
5. Професійна педагогічна освіта : особистісно-орієнтований підхід: монографія / [О.Є. Антонова та ін.; за ред. О.А. Дубасенюк]; Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2012. – 435 с.
6. Синягина Н.Ю., Косарецкий С.Г. Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования / Н.Ю. Синягина, С.Г. Косарецкий // Письмо Минобразования РФ от 27.06.2003 N 28-51- 513/16 «О методических рекомендациях по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования»: [Електронний ресурс]: режим доступу: <http://psy.1september.ru/article.php?ID=200400108>.
7. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя / О. Вакулєнко, Л. Жаліло, Н. Комарова, Р. Левін, І. Солоненко, О. Яременко // [Електронний ресурс]: режим доступу: <http://www.health.gov.ua/Publ>.

Татьяна Борисовна Кийко,
кандидат педагогических наук,
старший преподаватель кафедры биологических основ физического воспитания, здоров'я и спорта,
Черниговский национальный педагогический университет имени Т.Г. Шевченко
Антонина Алексеевна Миненок,
доктор педагогических наук, доцент кафедры дошкольного и начального образования,
Национальный университет «Черниговский колледж имени Т.Г. Шевченко»
Галина Леонидовна Воскобойникова,
доктор педагогических наук, профессор,
профессор кафедры психологии и генетики, медико-фармацевтический факультет,
Киевский международный университет

ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ОРИЕНТИРОВАННЫХ ИНДИВИДУАЛЬНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ С ОСНОВ ЗДОРОВЬЯ В ФОРМИРОВАНИИ АДАПТАЦИОННЫХ ВОЗМОЖНОСТЕЙ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

В статье освещены актуальность и особенности проектирования профессионально-ориентированных индивидуально-консультативных занятий по основам здоровья в формировании адаптационных возможностей студенческой молодежи.

Целью статьи является обоснование проектирования индивидуально-консультативных занятий по формированию адаптационных возможностей студентов для успешной реализации в будущей профессиональной деятельности, способности к профессиональному саморазвитию в социально-профессиональной и физкультурно-оздоровительной деятельности. Исходя из поставленной цели необходимо решить следующие задачи: обосновать сущность индивидуально-консультативных занятий по формированию адаптационных возможностей студентов для успешной реализации в будущей профессиональной деятельности, способности к профессиональному саморазвитию в социально-профессиональной, физкультурно-оздоровительной деятельности; разработать структуру и содержание профессионально-ориентированных индивидуально-консультативных занятий по основам здоровья для студентов вузов.

Установлено, что индивидуально-консультативные занятия - это форма организации учебной работы преподавателя со студентами, которая осуществляется путем создания необходимых условий для выявления и развития индивидуальных особенностей студента на основе личностно-деятельностного и компетентностного подходов. Медико-биологическая подготовка в системе профессиональной подготовки студентов в высших педагогических учебных заведениях Украины является целенаправленным, непрерывным процессом формирования профессионально-педагогических качеств студентов на основе обеспечения предметно-методической ориентации содержания на здоровьесбережение участников педагогического процесса. Аудиторная форма обеспечивает системное изучение комплекса учебных дисциплин, способствующих формированию у студентов компетентности индивидуального здоровьесбережения. Однако укрепление адаптационных возможностей студентов средствами физического воспитания ограничено.

Индивидуально-консультативная работа проводится с целью усиления мотивации студентов к познавательной деятельности и ее направленности на индивидуальное здоровьесбережение, формирование индивидуального адаптационного потенциала и укрепление адаптационных возможностей организма. Осуществлено структурирование содержательных модулей профессионально-ориентированных индивидуально-консультативных занятий по основам здоровья для формирования адаптационных возможностей студенческой молодежи в процессе обучения в высшем учебном заведении, способности к профессиональному саморазвитию в социально-профессиональной, физкультурно-оздоровительной деятельности.

Структура профессионально-ориентированных индивидуально-консультативных занятий по основам здоровья может иметь интегрированное использование для проектирования индивидуальной работы со студентами факультетов начального образования и факультетов физического исполнения, поскольку будущие выпускники будут осуществлять преподавание школьного предмета «Основы здоровья» в начальной и общеобразовательной школе.

Ключевые слова: индивидуальное здоровье, адаптационный потенциал, адаптационные возможности, здоровый образ жизни, культура здоровья.

Tetiana Borysivna Kiyko,
Candidate Degree in Pedagogy, Senior teacher,
Department of Biology foundations of Physical Education, Health and Sport,
Chernihiv National Pedagogical University named after T.G. Shevshenko
Antonina Oleksiivna Minenok,
Doctor Degree in Pedagogy, Associate Professor,
Department of Preschool and Primary Education,
National University «Chernihiv College named after T.G. Shevshenko»
Halyna Leonidivna Voskoboynikova,
Doctor Degree in Pedagogy, Professor,

MODELLING OF PROFESSION ORIENTED INDIVIDUAL CONSULTATION-BASED CLASSES IN HEALTH FUNDAMENTALS AIMED AT FORMING STUDENTS' ADAPTATION CAPABILITIES

The article highlights the relevance and modelling features of profession oriented individual consultation-based classes in Health Fundamentals while forming students' adaption capabilities.

The article is aimed at giving ground to modelling of individual consultation-based classes facilitating the formation of students' adaption capacity for successful self-realization in the future professional activity, professional capacity for self-development in social, professional, physical and healthy activities. Based on the designated aim, these tasks are to be solved: to substantiate the essence of individual consultation-based classes facilitating the formation of students' adaption capacity for self-realization in the future professional activity, professional capacity for self-development in social, professional, physical and healthy activities; to elaborate the structure and contents of profession-oriented individual consultation-based classes on Health Fundamentals targeted to higher school students.

It is established that individual consultation-based classes are a form of organization of academic work shared by teachers and students which is carried out by creating necessary conditions for the identification and development of students' individual features based on the personal activity and competence approaches. Biomedical training in the system of students' vocational training at higher educational institutions of Ukraine is purposeful, continuous process facilitating the formation of students' professional pedagogical skills based on the subject-methodology-orientation of the contents to health care of the participants of the pedagogical process. Classroom form provides a systematic study of a complex of the subjects contributing to the formation of students' individual competence in health care. However, strengthening students' adaption capacity by means of physical education is restricted.

Individual consultation-based work is to enhance students' motivation to cognitive activity and its focus on individual health care, formation of individual adaption capacity as well as strengthening of the adaptive capacities of the organism.

There have been structured the contents modules of the profession oriented individual consultation-based classes in Health Fundamentals to form students' adaption capacity within the learning process at an institution of higher education, professional capacity for self-development in social, professional, physical and healthy activities.

The structure of profession oriented individual consultation-based classes in Health Fundamentals can be used for modelling integrated individual work with students studying at the faculties of primary education and faculties of physical performance, since future graduates will teach the school subject "Health Fundamentals" at elementary and comprehensive schools.

Key words: individual health, adaption potential, adaption capacity, healthy lifestyle, health culture.

Подано до редакції: 03.06.2016 р.

Рекомендовано до друку: 15.06.2016 р.

Рецензент: д.пед.н., професор А. М. Бозуш