

РОЗДІЛ 5. ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИХОВАННЯ

ОБІЗНАНІСТЬ ПЕДАГОГІЧНОЇ СПІЛЬНОТИ ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСТІ
З ПРОБЛЕМИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ
УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ (НА ОСНОВІ ОНЛАЙН ОПИТУВАННЯ)AWARENESS OF THE PEDAGOGICAL COMMUNITY OF ZAPORIZHZHYA
OBLAST OF THE PROBLEMS OF FORMING A CULTURE OF HEALTHY
NUTRITION AMONG YOUTH STUDENTS (BASED ON AN ONLINE SURVEY)

Стаття присвячена одному з пріоритетних напрямків формування здорового способу життя учнівської молоді як культура здорового харчування. При формуванні культури здорового харчування важливим є вплив всіх тих хто знаходиться поруч з дитиною: батьки та педагоги. Проаналізовані результати дослідження вчених з цього питання, дають змогу зробити висновок, що здебільшого увага приділялась питанням раціонального харчування, аналізу динаміки харчування дитячого населення України, харчування дітей шкільного віку та обґрунтуванню переглядів пріоритетів у цьому питанні тощо. Саме тому було і проведено вивчення стану обізнаності педагогів Запорізької області з питання культури харчування та впливу педагогів та батьків на формування культури здорового харчування у дітей та підлітків.

Респондентам запропоновано відповісти на 14 питань, зокрема: наскільки важливе питання культури харчування в житті; що таке «Тарілка здорового харчування»; наскільки педагоги обізнані в питанні збалансованого харчування; чи дотримуються вони правил здорового харчування; що заважає дотримуватися правил здорового харчування; чи впливають харчові уподобання батьків на дітей; чи проводить педагог, роботу з дітьми щодо формування культури харчування; форми роботи, щодо формування культури харчування у дітей; які чинники найбільше впливають на формування харчових звичок у дітей.

Всього в опитуванні взяли участь 132 респонденти, переважно слухачі курсів підвищення кваліфікації.

Результати онлайн-анкетування дозволили дійти висновку про недостатню обізнаність учасників освітнього процесу з питань формування культури харчування та корисних харчових звичок. Необхідна організація просвітницької діяльності в ЗО із залученням фахівців: нутрологів, психологів, технологів харчування тощо. Отже, культура здорового харчування є невід'ємним складником здорового способу життя, запорукою того, що ми можемо в подальшому говорити про здорове суспільство. Складається цей процес із цінностей, установок, звичок і звичаїв, які набуваються під час навчання, тому важливу роль у формуванні культури здорового харчування має відігравати сім'я та система освіти.

Ключові слова: культура харчування, здоровий спосіб життя, збереження здоров'я, здорова нація, раціональне харчування, харчова поведінка.

The article is devoted to one of the priority areas of forming a healthy lifestyle of school youth as a culture of healthy nutrition. When forming a culture of healthy eating, the influence of all those who are close to the child is important: parents and teachers. The analyzed results of the scientists' research on this issue make it possible to conclude that most of the attention was paid to the issues of rational nutrition, analysis of the dynamics of nutrition of the children's population of Ukraine, nutrition of school-age children and justification of revisions of priorities in this issue, etc. That is why the study of the state of awareness of teachers of the Zaporizhzhya region on the issue of nutrition culture and the influence of teachers and parents on the formation of a culture of healthy nutrition in children and adolescents was conducted.

Respondents were asked to answer 14 questions, in particular: how important is the issue of food culture in life; what is a "Plate of healthy food"; to what extent teachers are aware of the issue of balanced nutrition; do they follow the rules of healthy eating; what prevents compliance with the rules of healthy eating; whether parents' food preferences affect children; does the teacher work with children on the formation of nutrition culture; forms of work related to the formation of children's nutrition culture; which factors have the greatest influence on the formation of eating habits in children.

A total of 132 respondents took part in the survey, mostly students of advanced training courses.

The results of the online survey made it possible to conclude that the participants of the educational process lack awareness of the issues of forming a culture of nutrition and healthy eating habits. It is necessary to organize educational activities in the educational institutions with the involvement of specialists: nutritionists, psychologists, nutrition technologists, etc. Therefore, the culture of healthy food is an integral component of a healthy lifestyle, a guarantee that we can talk about a healthy society in the future. This process consists of values, attitudes, habits and customs that are acquired during education, so the family and the education system should play an important role in the formation of a culture of healthy eating.

Key words: food culture, healthy lifestyle, health preservation, healthy nation, rational nutrition, eating behavior.

УДК 316.74:613.2(477.64)(045)
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/63.1.37>

Авдєєва С.О.,

ст. викладач кафедри реабілітаційної педагогіки та здорового способу життя Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

Мінакова І.В.,

ст. викладач кафедри реабілітаційної педагогіки та здорового способу життя Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти

Постановка проблеми. Одним із завдань Державної політики в молодіжній сфері є формування здорового способу життя молоді. 11 листопада 2020 р. була схвалена Національна стратегія державної молодіжної політики до 2030 року, де одним із пріоритетних напрямів є здоров'я: формування навичок здорового способу життя, розвиток та збереження фізичної культури, культури здорового харчування та психогігієни [1, с. 1].

Результати Всеукраїнського дослідження «Знання, ставлення та практика щодо здорового харчування та реформи шкільного харчування серед дітей, батьків, управлінців та працівників закладів освіти» демонструють, що «здорове харчування у дитячому та підлітковому віці є дуже важливим для правильного росту та розвитку організму» [4].

Кабінетом Міністрів України затверджено «План заходів з реформування системи шкільного харчування», у якому зазначені основні стейкхолдери реформи шкільного харчування: МОЗ, МОН, батьки тощо [3].

Як заявила перша леді України Олена Зеленська, яка ініціювала запуск порталу «Знаймо» (Коли ми знаймо, що їмо) «Школа й дім – головні місця, де формуються звички на все життя. Де складається харчова поведінка й культура харчування. Якщо ми зараз сформуємо безпечні харчові звички у наших дітей, вони залишаться з ними і в дорослому житті. Виростуть здорові й свідомі люди».

Наголошуємо на тому, що без свідомої та відповідальної позиції кожної людини до питання культури здорового харчування неможливо говорити про здорову націю.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досліджень і публікацій українських науковців щодо проблем здорового харчування показує, що більшу увагу науковці приділяють питанню раціонального харчування. Так Олексієнко Я.І., Шахматов В.А., Верещагіна О.П. розкривають принципи раціонального харчування та його вплив на здоров'я людини. Проводили аналіз динаміки харчування дитячого населення України науковці М.І. Пересічний, В.Н. Корзун, М.Ф. Кравченко, О.М. Григоренко, Н.І. Ковтюк висвітлює проблему раціонального харчування і його залежність від якості життя школярів. Козік Н.М., Стратійчук Н.А., Пилип Г.М., Логуш Л.Г. досліджують особливості харчування студентів вищої школи. Зарубіжні дослідники Хосе М. Сааведра та Ендрю М. Прентіс досліджували харчування дітей шкільного віку та обґрунтовували перегляд пріоритетів у цьому питанні.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. Аналіз наведених публікацій демонструє, що питання здорового харчування здебільшого розглядається тільки з точки

зору раціонального харчування. На наш погляд існує потреба у вивченні стану обізнаності педагогів з питання культури харчування та впливу педагогів та батьків на формування культури здорового харчування у дітей та підлітків.

Мета статті полягає в описі результатів моніторингового дослідження рівня обізнаності педагогів Запорізької області з питання культури здорового харчування.

Мета онлайн-опитування: отримати інформацію від педагогічних працівників та батьківської спільноти щодо харчової поведінки дорослих та дітей.

Респондентам запропоновано відповісти на 14 питань, зокрема: наскільки важливе питання культури харчування в житті; що таке «Тарілка здорового харчування»; наскільки педагоги обізнані в питанні збалансованого харчування; чи дотримуються вони правил здорового харчування; що заважає дотримуватися правил здорового харчування; чи впливають харчові уподобання батьків на дітей; чи проводить педагог, роботу з дітьми щодо формування культури харчування; форми роботи, щодо формування культури харчування у дітей; які чинники найбільше впливають на формування харчових звичок у дітей.

Всього в опитуванні взяли участь 132 респонденти, переважно слухачі курсів підвищення кваліфікації, а саме:

- асистенти учителя, асистенти вихователя класів/груп з інклюзивним навчанням;
- вихователі закладів дошкільної освіти компусуючого типу;
- вихователі закладів загальної середньої освіти з інтернатами (пансіонами);
- педагогічні працівники закладів дошкільної освіти з інклюзивним навчанням;
- учителі основ здоров'я;
- учителі-логопеди, учителі-дефектологи, учителі-реабілітологи закладів освіти усіх типів, реабілітаційних установ системи охорони здоров'я, соціального захисту.

103 педагоги (78%) є представниками міст Запорізької області, 29 педагогів (22%) проживають у сільській місцевості. Вік більшості респондентів від 40 до 60 років – 72 педагога (54,5%).

77,3% респондентів визначають поняття «культура харчування» як поєднання складових: режим харчування, етикет за столом та збалансоване харчування (рис. 1).

На питання «Наскільки для Вас важлива проблема культури харчування?» отримали такі відповіді: дуже важливе – 93,9% опитаних; неважливе – 6,1% опитаних (рис. 2).

Традиційні ритуали прийому їжі існують в 55,3% родин опитаних педагогів, існують тільки іноді – в 39,4%.

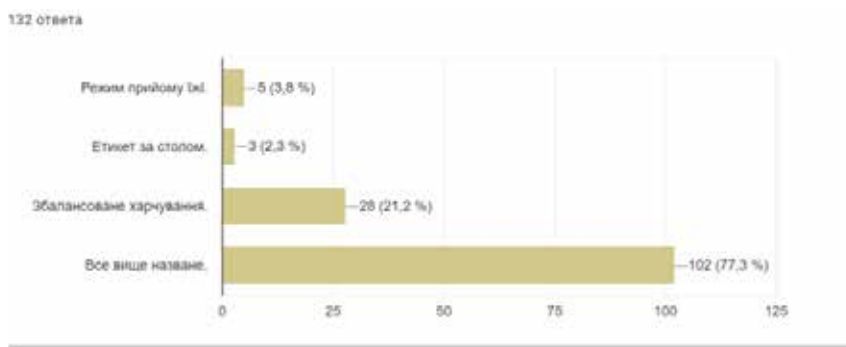


Рис. 1. Визначення поняття «культура харчування»

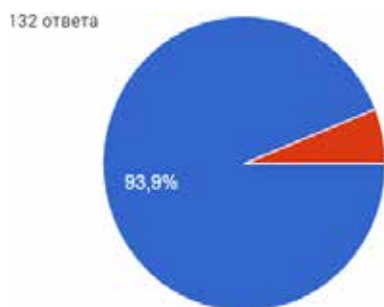


Рис. 2. Важливість проблеми культури харчування для педагогів



Рис. 4. Дотримання педагогами правил здорового харчування

На питання «Наскільки Ви обізнані в питанні збалансованого харчування?» відповіді розподілилися таким чином: маю деяку уяву – 96 відповідей (72,7%); дуже добре – 34 відповіді (25,8%); зовсім не знаю – 2 відповіді (1,5%) (рис. 3). На

здоров'я – 9 респондентів; інше – 51 респондент (38,6%) (рис. 4).

50% опитаних відмітили дистанційну форму навчання як негативний фактор впливу

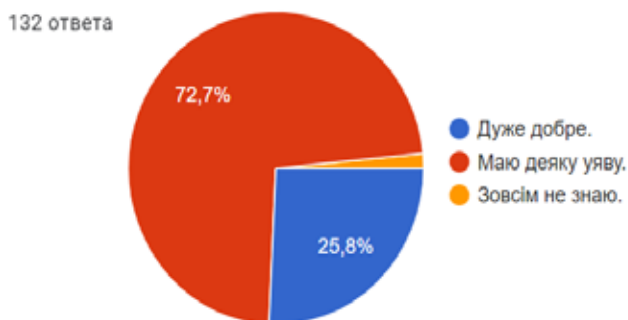


Рис. 3. Обізнаність педагогів у питанні збалансованого харчування

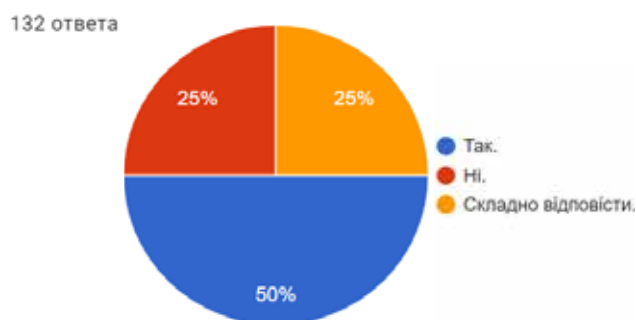


Рис. 5. Оцінка впливу дистанційного навчання на формування культури харчування

питання, чи знають педагоги, що таке «Тарілка здорового харчування», отримали такі відповіді: дуже добре – 66 респондентів (50%); дуже погано – 63 респондента (47,7%); не знаю – 3 респондента (2,3%).

На питання «Чи дотримуєтеся Ви правил здорового харчування?» отримали відповіді, що тільки 15,2% респондентів дотримуються правил здорового харчування. Причини розподілилися таким чином: брак часу – 55 респондентів (41,7%); обмаль знань – 17 респондентів (12,9%); відсутність пріоритету власного

на формування культури харчування у дорослих і дітей (рис. 5).

Більшість респондентів – 116 (87,9%) зазначають, що харчові уподобання батьків впливають на дітей і це зайвий раз доводить, що саме в сім'ї формується культура харчування дітей.

71,2% педагогів вказали на те, що проводять роботу з учнями та ученицями щодо культури харчування. На питання «Які форми роботи щодо формування культури харчування дітей Ви вважаєте найбільш прийнятними?» більшість педагогів вибрали бесіди (рис. 6).

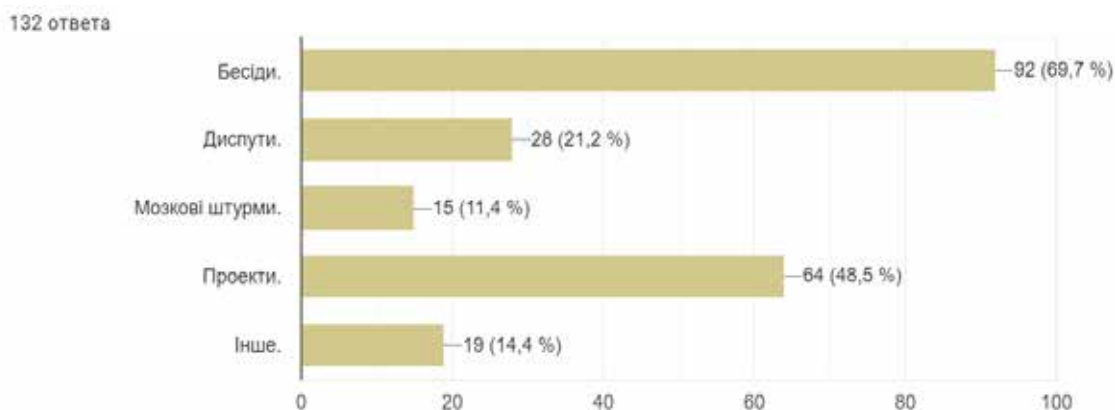


Рис. 6. Форми роботи щодо формування культури харчування учнів та учениць

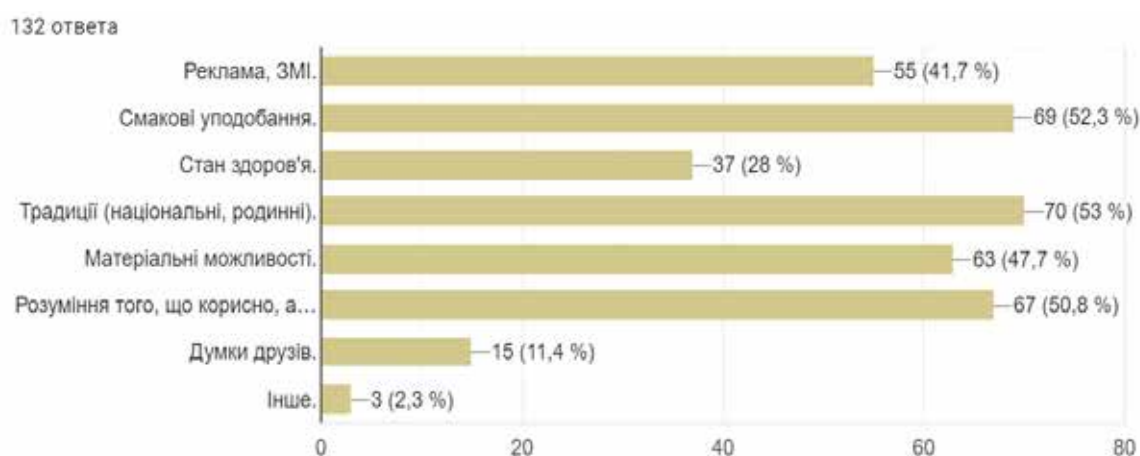


Рис. 7. Які чинники найбільше впливають на формування харчових звичок у дітей

На питання анкети «Як Ви вважаєте, які чинники найбільше впливають на формування харчових звичок у дітей?», відповіді розподілилися таким чином (рис. 7).

Висновки. Результати опитування свідчать про недостатню обізнаність учасників освітнього процесу з питань формування культури харчування та корисних харчових звичок. Необхідна організація просвітницької діяльності в закладах освіти із залученням фахівців: нутрологів, психологів, технологів харчування тощо.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Про Національну молодіжну стратегію до 2030 року : Указ Президента України від 12.03.2021 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/94/2021#Text> (дата звернення: 15.09.2023).
2. План заходів з реформування системи шкільного харчування : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 5 серпня 2020 р. № 1008-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1008-2020-%D1%80#Text> (дата звернення: 20.09.2023).

3. Результати Всеукраїнського дослідження «Знання, ставлення та практика щодо здорового харчування та реформи шкільного харчування серед дітей, батьків, управлінців та працівників закладів освіти. URL: <https://decide.in.ua/reforma-shkilnogo-harchuvannya-prezentacziya-rezultativ-vseukrayinskogo-doslidzhennya-video/> (дата звернення: 17.09.2023).

4. Товкун Л. П., Голубовська К. А. Стан раціонального харчування сучасних школярів. Молодий вчений, 2017. № 9. С. 159–162. URL: <http://molodyvcheny.in.ua/files/journal/2017/9.1/38.pdf> (дата звернення: 17.09.2023).

5. Фундюр Н.М., Кушнір О.В. Культура харчування студентської молоді – як складова стратегії формування здоров'язбережувальної поведінки особистості. Педагогіка здоров'я: збірник наукових праць ІХ Всеукраїнської науково-практичної конференції «Педагогіка здоров'я» (м. Чернігів, 27–28 вересня 2019 р.). Чернігів, 2019. С. 219–222.

6. Харчування та його вплив на здоров'я людини: навчально-методичний посібник / Я. І. Олексієнко, В. А. Шахматова, О. П. Верещагіна. Черкаси, 2014. 42 с.