

Юлія Танасійчук  
Назарій Танасійчук

*Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини*  
YliyaTanasiychuk@ukr.net

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЯК ПРІОРИТЕТ ОСВІТИ**

Зростаючі темпи погіршення фізичного розвитку, підготовленості і здоров'я студентської молоді в Україні набувають в даний час критичного характеру. Цілком реальною стає перспектива сповзання української нації до небезпечної межі, за якою слідує явища її фізичної, духовної та етичної деградації.

Одним з факторів, що сприяють зміцненню здоров'я, є навчання формування здорового способу життя, тобто підготовка майбутніх педагогів до здоров'язбережувальної діяльності. Це найбільш актуально і значимо на сьогоднішній день, тому що давно відомо, що краще не допустити розвиток захворювання, ніж лікувати його. Питання здоров'я і здоров'язбереження відносяться до пріоритетних завдань суспільного розвитку, зумовлюють актуальність теоретичної і практичної їх розробки, необхідність здійснення наукових досліджень, вироблення методичних і організаційних підходів до збереження здоров'я, його формування і розвитку. Проблеми здоров'я та формування здоров'язбережувальних компетентностей молоді, умови їх оптимізації стали предметом досліджень філософів, медиків, психологів, педагогів. Найчастіше освітні установи обмежуються разовими, короткочасними, або вузькоспеціалізованими заходами. На жаль, зміна в системі освіти не завжди йде на користь здоров'ю та добробуту дітей. Дуже часто методики, що реалізуються на практиці не тільки не приносять позитивного результату для зміцнення здоров'я школярів, але часом погіршують наявне. В результаті, активне впровадження інноваційних технологій в освітній процес школи призводить до ще більшої інтенсифікації процесу навчання, зростання гіподинамії, погіршення фізіологічних параметрів і зниження функціональних резервів організму дитини.[3]

Окремі сторони формування здоров'язбережувальної компетентності молоді, аналізують у своїх працях Д.Вороніна, В.Бобрицька, О.Митчик, О.Сапожник; формування культури здоров'я – Ю. Драгнєва, Г. Кривошея, Н. Башавець; формування здорового способу життя – О. Леонтєва, В. Бабаліч, Л. Соколенко, Ю. Бойко, С. Лапаєнко, Л. Дурова, О. Вакуленко, Н. Завидівська, О. Марків тощо. Багато вітчизняних дослідників яскраво ілюструє, що формування здоров'язбережувальної компетентності педагога, в першу чергу, повинно відповідати вимогам сучасності та допомогти майбутнім фахівцям у власному здоров'язбереженні, формуванні культури здоров'я та потреби у здоровому способі життя; упровадження здоров'язбережувальних технологій та створення здоров'язбережувального середовища у вищому навчальному закладі

І.А. Анохіна розглядає здоров'язбережувальну компетентність як готовність самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтримкою, зміцненням та збереженням здоров'я, як свого, так і оточуючих .

Суть поняття "здоров'язбережувальна компетентність", на думку Н.В.Тамарської, проявляється у проведенні профілактичних заходів і застосуванні здоров'язбережувальних технологій людьми, що знають закономірності процесу здоров'язбереження.[1]

Е. Вайнер стверджує, що результатом здоров'язбережувального навчання повинна стати культура здоров'я студента. Вона передбачає знання ними своїх гігієнічних, фізіологічних, психологічних методів і засобів контролю, збереження, вдосконалення свого здоров'я, вміння поширювати здоров'язберігаючі знання на оточуючих.[6]

Під здоров'язбережувальними знаннями Н.Захаревич розуміє системно-інтегративний комплекс, в який входять знання з різних галузей наук, сприяючи становленню індивідуального здоров'я людини з урахуванням її вікових особливостей.

В.Сидоренко, визначаючи шляхи удосконалення професійної компетентності педагога, пропонує: здоров'язбережувальна компетентність учителя, або валеологічна, забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній та духовній сферах, організацію власної праці й реалізацію здоров'язбережувальної функції розвитку учнів, тобто належних умов для нормальної життєдіяльності школярів, оптимального функціонування фізіологічних процесів оволодіння вміннями та навичками турботи про своє здоров'я, а саме: належний повітряний і тепловий режим, достатнє освітлення, зміну різних видів навчальної діяльності, відповідність меблів індивідуальним особливостям учнів, відповідність обсягу змісту відведеному часу на вивчення предмета, часове співвідношення виконання класних і домашніх робіт тощо. [5]

На думку О. Ващенко «здоров'язбережувальна компетентність» - це комплекс знань, умінь, ставлень та цінностей, які спрямовані на збереження й укріплення здоров'я – свого та оточуючих, на уроках та в позаурочній діяльності [2, с .4]

В дослідження Андрющенко Т. це визначення проектується таким чином: дітям потрібно дати знання про здоров'я, сформувати в них ціннісне ставлення до здоров'я (власного й оточуючих), створити умови для вироблення життєвих навичок, що сприяють покращенню здоров'я. Вищезазначене складе основу здоров'язбережувальної компетентності, яка забезпечить в подальшому здоровий спосіб життя людини.

Аналіз сучасних досліджень українських науковців дає змогу констатувати що під поняттям здоров'язбережувальної компетентності слід розуміти характеристики, властивості людини, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення [4, с. 87]

Таким чином, ми дійшли до висновку, що здоров'язбережувальна компетентність – це багатогранний процес формування знань, удосконалення умінь та навичок, набуття досвіду збереження здоров'я, що проявляється у

вмінні вести здоровий спосіб життя і прямопропорційно підвищенню рухової активності та усвідомленому формуванню культури здоров'я.

Здоров'язбережувальна компетентність є складним новоутворенням, яке поєднує професійний і особистісний аспекти, змістовно і функціонально пов'язані з іншими особистісними базовими утвореннями, якостями і характеристиками, насамперед – професіоналізмом, культурою здоров'я і фізичною культурою, професійною компетентністю; зумовлює сформованість особистісної і соціально-професійної зрілості та позиції вчителя.

### **Список використаних джерел**

1. Братищенко І. В. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальному закладі \*Електронний ресурс. – 2012. – Режим доступу <http://teacherjournal.com.ua/>
2. Ващенко О. М. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі навчального дня молодшого школяра : навч.-метод. посіб. / О. М. Ващенко, В. М. Єрмолова, Л.І.Іванова та ін. – Кам'янець-Подільський : Абетка, 2012. – 192 с.
3. Грибан В.Г. Валеологія: Підручник / В.Г.Грибан. –К.: Центр учбової літератури, 2008. –214 с.
4. Компетентісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / під заг. ред. О. В. Овчарук. – К. : «К.І.С.», 2004. – 112 с.
5. Сидоренко В. Шляхи удосконалення професійної компетентності вчителя в умовах особистісно-зорієнтованого навчання: навчальний модуль / В.Сидоренко. — Режим доступу : <http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:o8wS0eaeQT8J.ppt>
6. Рылова Н.Т. Организационно-педагогические условия создания здоровьесберегающей среды образовательных учреждений / Н.Т.Рылова: 13.00.01, Автореф. дис. на соискание звания канд. пед. наук. – Кемерово, 2007. – 22 с.