

УДК 378.016:796

DOI: 10.12958/2227-2844-2019-4(327)-1-100-107

**Отравенко Олена Вікторівна,**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання ДЗ «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», м. Старобільськ, Україна.

yelenot@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-8308-5895>

### **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА ЯКІСНОЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

Актуальність дослідження обумовлена тим, що в останні роки спостерігається тенденція до впровадження в освітній процес закладів вищої освіти сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій, різних видів рухової активності, що сприяють відновленню сил, підвищенню рівня здоров'я здобувачів освіти у процесі професійної підготовки (Н. Довгань, 2017; О. Отравенко, 2017; Н. Степанченко, 2017; О. Школа, 2017 та ін.).

Питанням здоров'язбереження присвячені праці Ю. Бойчук, С. Ермакова, Ж. Козіної, Ю. Носко, В. Оржеховської, О. Отравенко, які засвідчили зростаючий інтерес до проблеми дослідження.

Упровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій в освітній процес закладів вищої освіти пов'язано з використанням медико-біологічних, гігієнічних, екологічних, валеологічних, лікувально-оздоровчих, фізкультурно-оздоровчих технологій та соціально-адаптованих й технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Мета роботи – аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження та визначення компонентів, показників й рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти в процесі професійної підготовки.

Для успішного вирішення завдань дослідження нами було визначено поняття «здоров'язбережувальна компетентність здобувачів вищої освіти» – як багатофакторна якість особистості, що інтегрує знання, уміння, навички, досвід та особистісні якості, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у майбутній професійній діяльності; мотивів, ставлень та цінностей, що спрямовані на усвідомлення важливості здоров'я, здорового стилю життя для всієї життєдіяльності особистості, створення здоров'язберігаючого середовища та здоров'язберігаючої поведінки здобувачів в закладі вищої освіти й вдосконалення власного творчого потенціалу.

Нам імпонує думка О. Кузнєцової, яка обґрунтувала концепцію методичної системи застосування оздоровчих технологій у процесі

фізичного виховання студентів, що є комплексом ключових положень, які всебічно розкривають її сутність, зміст і особливості. Під методичною системою застосування оздоровчих технологій науковець розглядає систему впровадження в процес фізичного виховання студентів форм, засобів і методів застосування оздоровчих технологій, механізми їх конструювання у здоров'язбережувальному освітньому просторі закладу вищої освіти за допомогою інноваційних педагогічних технологій (Кузнєцова, 2018).

Особливості рекреаційно-оздоровчої діяльності різних вікових груп населення розкрила О. Андреєва, яка звернула увагу на розвиток рекреаційно-оздоровчих інтересів і потреб різних груп населення, дозвіллевих бажань особистості та об'єктивних можливостей їх задоволення, обсягу знань, вмінь і навичок різних соціальних і вікових груп населення в самоорганізації свого вільного часу, організації різних видів рекреаційних занять з різними соціально-демографічними групами населення (Андреєва, 2014).

Слід зазначити, що для формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти необхідно приділяти велику увагу в процесі фахової підготовки методикам викладання навчальних дисциплін, які базуються на здоров'язбережувальних технологіях, наприклад: «Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології фізичного виховання учнівської молоді», «Рекреація у фізичній культурі різних груп населення», «Організація і методика оздоровчої та спортивно-масової роботи», «Оздоровчий фітнес» та ін., а також самостійним заняттям фізичними вправами на основі системного, гендерного, особистісно-орієнтованого та диференційованого підходів.

Здоров'язберігаюча діяльність майбутнього фахівця, на нашу думку, – це інтегральна якість особистості, яка спрямована на формування в закладах вищої освіти здорової успішної особистості, що має установки на здоровий спосіб життя, ціннісне ставлення до здоров'я, уміє застосовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі та інноваційні педагогічні технології, будувати свої життєві плани і на основі цього розвивати в собі здатність до самооцінки, самоконтролю, самопізнання, саморозвитку, самовираження. Здоров'язбережувальна діяльність у закладі вищої освіти має на меті організацію здоров'язбережувального навчання. Для забезпечення високої якості освіти, необхідно правильно організувати здоров'язбережувальне навчання у закладах освіти (табл.1).

*Таблиця 1*

**Очікуваний результат від здоров'язбережувального навчання у закладах вищої освіти**

<b>Учасник освітнього процесу</b>	<b>Очікуваний результат (завдання)</b>
Здобувачі вищої освіти	<ul style="list-style-type: none"><li>• засвоєння знань, умінь і навичок здоров'язбереження;</li><li>• задоволення запитів суспільства та роботодавців з урахуванням компетентнісної моделі випускника;</li><li>• поширення ідей здоров'язбереження в період навчання,</li></ul>

	<p>дозвіллевої діяльності та після закінчення закладу вищої освіти;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• готовність до фізкультурно-оздоровчої роботи;</li> </ul>
Професорсько-викладацький склад	<ul style="list-style-type: none"> <li>• стимулювання здоров'язбережувальної діяльності в сучасному освітньо-інформаційному просторі закладів вищої освіти;</li> <li>• здатність фахівців до особистісного та професійного саморозвитку;</li> <li>• творчість, самовдосконалення, самореалізація;</li> </ul>
Заклад вищої освіти	<ul style="list-style-type: none"> <li>• участь у міжнародній науковій діяльності;</li> <li>• створення здоров'язберігаючого середовища та умов для формування здорової успішної особистості й підвищення мотивації до здоров'язберігаючої поведінки, здоровотворчої діяльності здобувачів на всіх рівнях вищої освіти.</li> </ul>
Суспільство та роботодавці	<ul style="list-style-type: none"> <li>• задоволення вимог до стану здоров'я майбутніх фахівців;</li> <li>• наявність фахівців, які залучають молодь до здорового стилю життя.</li> </ul>

Н. Бишевець здоров'язбережувальну технологію навчання майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформатизації освіти розглядає як педагогічну технологію, спрямовану на формування здоров'язбережувальних знань, умінь і навичок майбутніх учителів фізичної культури за допомогою організації здоров'язбережувального навчання (Бишевець, 2018, с. 65).

На нашу думку, сутність здоров'язбережувальних технологій, що застосовуються на лекційних, практичних та самостійних заняттях, полягає в комплексній оцінці умов освіти і виховання, що дозволяють забезпечувати відмінний стан здоров'я молоді, дбати про високий рівень їхньої самореалізації, удосконалення навичок здорового стилю життя; ведення щоденників самоконтролю, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, коригувальні, здоров'язбережувальні, рекреаційні заходи.

У нашому дослідженні до структури здоров'язберігаючої компетентності ми визначили наступні компоненти та показники (табл. 2).

*Таблиця 2*

**Компоненти та показники здоров'язбережувальної компетентності здобувачів у закладах вищої освіти**

<b>Компоненти</b>	<b>Показники</b>
когнітивний компонент, як сукупність інтегрованих медико-біологічних, психолого-педагогічних, теоретико-методичних, валеологічних та фізкультурних знань, прагнення до самоосвіти в питаннях	<ul style="list-style-type: none"> <li>• знання суті та змісту понять «здоров'я», «здоровий стиль життя», основних показників складових здоров'я людини (фізичного, психічного, соціального і духовного);</li> <li>• знання про соматіку, фізичні властивості</li> </ul>

здоров'язбереження.	<p>організму людини, санітарно-гігієнічні вимоги до організації освітнього процесу;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• розуміння чинників, що впливають на здоров'я;</li> <li>• знання основних характеристик здоров'язберігаючих технологій.</li> </ul>
<i>аксіологічний компонент</i> , який визначає психологічні установки на усвідомлення цінностей здоров'я та здорового способу життя, самоствердження, самоактуалізації особистості.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• наявність системи цінностей особистості здобувача (основна цінність – здоров'я людини).</li> </ul>
<i>особистісно-діяльнісний компонент</i> (наявність і прояв рис особистості, зумовлених характером діяльності з формування здорового стилю життя; здатність обґрунтовано виявляти та раціонально застосовувати шляхи і засоби для найбільш ефективного досягнення мети.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• наявність особистісних якостей: організованість, відповідальність за власне здоров'я, вимогливість до себе, працьовитість, ініціативність, енергійність, наполегливість, тактовність, толерантність, рефлексія;</li> <li>• моніторинг показників індивідуального розвитку;</li> <li>• самооцінка (уміння вивчати, аналізувати та оцінювати стан власного здоров'я);</li> <li>• розробка індивідуальних оздоровчих програм, вміння застосовувати на практиці сучасні фізкультурно-оздоровчі технології та вести щоденник самоконтролю).</li> </ul>

Зазначимо, що всі компоненти структури здоров'язбережувальної компетентності здобувачів у закладах вищої освіти взаємопов'язані. Слід підкреслити, що кожна конкретна ситуація вимагає певного підбору здібностей, якостей особистості, готовності майбутнього фахівця до здоров'язберігаючої діяльності.

Як рівнів сформованості виділені: елементарний (низький), професійно-спрямований (середній), ціннісно-смысловий (високий).

Перспективи подальших досліджень потребують використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у професійній підготовці майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту.

### **Список використаної літератури**

**1. Андрєєва О. В.** *Теоретико-методологічні засади рекреаційної діяльності різних груп населення*: автореф. дис. на здобуття наук. ступ. докт. наук з фіз. вих. і спорту. 24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання різних груп населення / Київ 2014. 44 с. **2. Бишевец Н. Г.** *Здоров'язбережувальна технологія навчання майбутніх учителів фізичної культури в умовах інформатизації освіти*: дис. на здобуття наук. ступ. канд. пед. наук за спеціальністю 13.00.02 – «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)».

Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки, Луцьк, 2018. 241 с. **3. Кузнєцова О. Т.** *Оздоровчі технології у фізичному вихованні студентів: теорія, методика, практика* : монографія. Рівне, 2018. 416 с. **4. Отравенко О. В.** Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти. *Здоров'є, спорт, реабілітація*. № 4, 2016. С. 47–50. **5. Школа О. М.,** Осіпцов А. В. *Сучасні фітнес-технології оздоровчо-рекреаційної спрямованості*. Харків: ФОП Бровін О.В., 2017. 218 с.

### References

**1. Andrieieva, O. V.** (2014). Teoretyko-metodolohichni zasady rekreatsiinoi diialnosti riznykh hrup naseleння [Theoretical and methodological principles of recreational activities of different groups of the population]. Extended abstract of Doctor's thesis. Kyiv [in Ukrainian]. **2. Byshvets, N. H.** (2018). Zdorov'iazbereshchuvalna tekhnolohiia navchannia maibutnikh uchyteliv fizychnoi kultury v umovakh informatyzatsii osvity [Healthcare-saving technology for future teachers of physical culture in the conditions of informatization of education]. Candidate's thesis. Lutsk: Skhidnoieuropeyskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky [in Ukrainian]. **3. Kuznietsova, O. T.** (2018). Ozdorovchi tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentiv: teoriia, metodyka, praktyka: monohrafiia [Health-improving technologies in physical education of students: theory, methodology, practice: monograph]. Rivne [in Ukrainian]. **4. Otravenko, O. V.** (2016). Pedagogichni umovy formuvannia zdorov'iazbereshchuvальноi kompetentnosti uchnivskoi ta studentskoi molodi v umovakh stupenevoi osvity [Pedagogical conditions of formation of the health of preserving competence of students and students in conditions of high school education]. *Zdorov'e, sport, reabilitaciya – Health, sports, rehabilitation*, 4, 47-50 [in Ukrainian]. **5. Shkola, O. M. & Osiptsov A. V.** (2017). Suchasni fitnes-tekhnolohii ozdorovcho-rekreatsiinoi spriamovanosti [Modern fitness technologies for recreation and recreation]. Kharkiv: FOP Brovin O. V. [in Ukrainian].

### **Отравенко О. В. Здоров'язбережувальна компетентність як складова якісної професійної підготовки здобувачів вищої освіти**

Стаття присвячена дослідженню проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів як складової якісної професійної підготовки в закладах вищої освіти.

Метою статті є аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження та визначення компонентів, показників й рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти в процесі професійної підготовки.

Для успішного вирішення завдань дослідження нами було визначено поняття «здоров'язбережувальна компетентність здобувачів

вищої освіти» – як багатофакторна якість особистості, що інтегрує знання, уміння, навички, досвід та особистісні якості, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у майбутній професійній діяльності; мотивів, ставлень та цінностей, що спрямовані на усвідомлення важливості здоров'я, здорового стилю життя для всієї життєдіяльності особистості, створення здоров'язберігаючого середовища та здоров'язберігаючої поведінки здобувачів в закладі вищої освіти й вдосконалення власного творчого потенціалу.

На нашу думку, сутність здоров'язбережувальних технологій, що застосовуються на лекційних, практичних та самостійних заняттях, полягає в комплексній оцінці умов освіти і виховання, що дозволяють забезпечувати відмінний стан здоров'я молоді, дбати про високий рівень їхньої самореалізації, удосконалення навичок здорового стилю життя; ведення щоденників самоконтролю, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, коригувальні, здоров'язбережувальні, рекреаційні заходи.

Визначено компоненти структури здоров'язбережувальної компетентності здобувачів у закладах вищої освіти: когнітивний, аксіологічний та особистісно-діяльнісний. Всі компоненти взаємопов'язані. Слід підкреслити, що кожна конкретна ситуація вимагає певного підбору здібностей, якостей особистості, готовності майбутнього фахівця до здоров'язберігаючої діяльності.

Як рівнів сформованості виділені: елементарний (низький), професійно-спрямований (середній), ціннісно-смысловий (високий).

Визначено очікуваний результат від здоров'язбережувального навчання у закладах вищої освіти.

*Ключові слова:* здобувачі вищої освіти, здоров'язбережувальна компетентність, якість навчання, професійна підготовка.

### **Отравенко Е. В. Здоровьесберегательная компетентность как составляющая качественной профессиональной подготовки соискателей высшего образования**

Статья посвящена исследованию проблемы формирования здоровьесберегательной компетентности студентов как составляющей качественной профессиональной подготовки в учреждениях высшего образования.

Целью статьи является анализ научно-методической литературы по проблеме исследования и определения компонентов, показателей и уровней сформированности здоровьесберегающей компетентности соискателей высшего образования в процессе профессиональной подготовки.

Для успешного решения задач исследования нами было определено понятие «здоровьесберегательная компетентность соискателей высшего образования» – как многофакторное качество личности, интегрирующее

знания, умения, навыки, опыт и личностные качества, которые являются очень важными факторами для достижения высоких результатов в будущей профессиональной деятельности; мотивов, отношений и ценностей, направленных на осознание важности здоровья, здорового образа жизни для всей жизнедеятельности личности, создание здоровьесберегающей среды и здоровьесберегающего поведения соискателей в заведении высшего образования и усовершенствование собственного творческого потенциала.

По нашему мнению, сущность здоровьесберегающих технологий, применяемых на лекционных, практических и самостоятельных занятиях, заключается в комплексной оценке условий образования и воспитания, позволяющих обеспечивать отличное состояние здоровья молодежи, заботиться о высоком уровне их самореализации, совершенствование навыков здорового образа жизни; ведения дневников самоконтроля, осуществлять мониторинг показателей индивидуального развития, прогнозировать возможные изменения здоровья и проводить соответствующие психолого-педагогические, корректирующие, здоровьесберегающие, рекреационные мероприятия.

Определены компоненты структуры здоровьесберегающей компетентности соискателей в учреждениях высшего образования: когнитивный, аксиологический и личностно-деятельностный. Все компоненты взаимосвязаны. Следует подчеркнуть, что каждая конкретная ситуация требует определенного подбора способностей, качеств личности, готовности будущего специалиста к здоровьесберегающей деятельности.

Как уровней сформированности выделены: элементарный (низкий), профессионально-направленный (средний), ценностно-смысловой (высокий).

Определен ожидаемый результат от здоровьесберегающего обучения в учреждениях высшего образования.

*Ключевые слова:* соискатели высшего образования, здоровьесберегающая компетентность, качество обучения, профессиональная подготовка.

### **Otravenko O. Health Saving Competence as a Component of High Quality Vocational Training of Higher Education Applicants**

The article is devoted to the study of the problem of development of health-saving competence in students as a component of high quality vocational training in higher education institutions.

The purpose of the article is to analyze scientific and methodological literature on the problem of research and to determine the components, indicators and levels of formation of health saving competence in higher education applicants during the vocational training.

In order to solve the research problems successfully, we defined the concept of «health saving competence higher education applicants» as a

multifactorial personality quality which integrates knowledge, skills, competencies, experience and personal qualities as essential factors for the achievement of high performance in future vocational activities; motives, attitudes and values aimed at awareness of the importance of health, a healthy lifestyle of the individual during the entire life, creating a health saving environment and health saving behavior of applicants in higher education institutions and improving of their own creative potential.

In our opinion, the essence of health-saving technologies used in lectures, practical and independent classes, is the complex assessment of the conditions of education and upbringing, which allow to provide an excellent state of health of young people, take care of the high level of their self-realization, improve the skills of healthy style life; conduct self-monitoring diaries, monitor the indicators of individual development, predict possible changes in health and conduct appropriate psychological, pedagogical, corrective, health-saving, recreational activities.

The components of health structure of preserving competence of applicants in higher education institutions are determined: cognitive, axiological and personality-activity. All components are interconnected. It should be emphasized that each particular situation requires a certain selection of abilities, qualities of personality, readiness of the future specialist to healthcare-saving activities.

As the levels of formation are highlighted: elementary (low), professional-oriented (average), value-semantic (high).

The expected result from health saving education in higher education institutions has been determined.

*Key words:* higher education applicants, health saving competence, quality of education, vocational training.

Стаття надійшла до редакції 15.03.2019 р.

Прийнято до друку 31.05.2019 р.

Рецензент – д.п.н., проф. Караман О. Л.