

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНЦІЇ THEORETICAL ASPECTS OF LIFE AND HEALTH CARE COMPETENCE

У статті представлено детальний аналіз феномену життя і здоров'язбереження. Підкреслено, що результативність позитивного впливу на здоров'я різноманітних здоров'язберігаючих засобів має важливе та остаточне значення у створенні стратегії здоров'язбереження. Охарактеризовано підхід до поняття здоров'язберігаючої компетенції як структурної одиниці системи освіти, що виступає в ролі якісної характеристики освітніх технологій, визначаючи ефективність збереження здоров'я суб'єктів навчального процесу в процесі досягнення освітнього результату. Представлено, що особливістю здоров'язберігаючої компетенції є забезпечення важливості втілення моніторингу здоров'я в навчальний та виховний процес на основі реальної реалізації гуманістичного підходу в системі початкової освіти, тому поняття «здоров'язберігаюча компетенція» носить узагальнюючий характер. Підкреслено, що оцінювання результативності використання освітніх інноваційних компетенцій залежить від рівня забезпечення здоров'язберігаючої базисної основи. Зроблено висновки, що впровадження здоров'язберігаючої компетенції має забезпечувати, насамперед, психологічно-комфортні умови з метою розвитку потенційних можливостей суб'єктів навчального процесу та попереджувати негативні впливи на стан здоров'я стресового довкілля. У зв'язку з цим, потрібно брати до уваги такі вимоги: враховувати індивідуальні особливості дітей; запобігати інтелектуальному, емоційному, нервовому перенавантаженню під час оволодіння змісту навчальної програми; забезпечувати підтримку сприятливого клімату в колективі; акцентувати спрямованість навчально-виховного процесу на формування у дітей навчок здоров'язберігаючої поведінки, тобто необхідно навчити самостійно долати стреси, використовувати засоби психологічного захисту та збереження здоров'я.

Ключові слова: здоров'язберігаюча компетенція, технології здоров'язбереження, розвиток особистості, якість життя.

This article provides a general overview of research on the phenomenon of life and health preservation. It is confirmed that the effectiveness of the positive impact on health of various health and safety devices is determined not only by the quality of each of the structural elements of each of them, It is also the adequacy of their implementation to the educational process aimed at preserving and enhancing the health of young students and teachers and the adequacy of the implementation of the objectives. Described the approach to the concept of health-improving competence as a structural unit of education system, which acts as a quality characteristic of educational technology, determining the effectiveness of preserving the health of the subjects of the educational process in the process of achieving educational results. It is shown that the peculiarity of health-improving competence is providing the priority implementation of health monitoring in the educational process on the basis of real implementation of humanistic approach in the system of primary education, so the concept of «health-improving competence» is general in nature. It is noted that the assessment of efficiency of educational innovation competences implementation depends on the level of health-improving basic framework. It has been suggested that the implementation of health and safety competence should primarily provide a comfortable environment for the development of children's potential capabilities and prevent negative influences on the health status of the stressed child. To this end, the following requirements must be taken into account: Take into account children's individual characteristics; discourage intellectual, emotional and nervous overload in the process of comprehension of the educational program; provide support for a morally and psychologically supportive climate in the classroom; Focus the teaching and learning process not only on health promotion but also on developing children's health-preserving behavior skills, they must be taught to deal with stresses independently, and use psychological protection and health preservation tools.

Key words: health-preserving competence, health-preserving technologies, personality development, quality of life.

УДК 378.011.3-051:613.97
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.40.16>

Герасіна С. В.

к. психол. н.,
доцент кафедри психології
Університет Григорія Сковороди
в Переяславі

Постановка проблеми. В наш час проблемне питання щодо життя та здоров'язберігаючої компетенції обумовлена перш за все різким погіршенням психічного та фізичного стану індивіда, його працездатності, виникнення різних хвороб. У зв'язку з цим, до головного завдання здоров'язберігаючої компетенції належить виховання здорової молоді на основі фізичних, психічних і моральних складових, формування духовно особистості на ціннісних засадах, яка зможе всебічно розви-

ватися та реалізовувати себе упродовж усього життя у різних напрямках.

Сьогодні у системі вітчизняної освіти на всіх її рівнях, особлива увага зосереджується на проблемі збереження здоров'я сучасного молодого покоління та налаштування на його зміцнення. Крім того, необхідно зазначити, що на даний час існує ряд факторів, які здійснюють негативний вплив на формування здоров'язберігаючого середовища, серед яких необхідно виділити: соціально-педа-

гогічні та психологічні: збільшення темпу та обсягу навантаження у навчальному процесі на постійній основі; невідповідність навчальних програм щодо вікових особливостей учнів; низький рівень рухової активності; недостатня компетенція з питань формування здорового способу життя.

На основі вище зазначеного, ключовою метою здоров'язберігаючої компетенції особистості є виховування ціннісного відношення до власного здоров'я та здоров'я навколишніх людей. Крім того, важливо зауважити, що вплив школи на збереження та удосконалення фізичного та психічного здоров'я учнів може бути результативною лише в тому разі, коли на професійному рівні поєднуються та творчо реалізуються здоров'язберігаючі компетенції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проаналізувавши наукові дослідження вчених щодо проблемних питань створення такого простору, де будуть не тільки забезпечуватись здобуття високих знань, відповідних умінь та навичок, але й відбуватиметься збереження та зміцнення психічного та фізичного здоров'я учнів, можна підсумувати, що існують різні погляди щодо розробки відповідної моделі освітнього середовища, де важлива роль має належити здоров'язберігаючій компетенції. У системі вітчизняної освіти розуміння такого середовища представлені у наукових працях таких вчених: О. Єльченко, В. Ільченко, С. Крамаренко, А. Ляшенко, П. Матвієнко, В. Моляко. Отже, дослідники активізують увагу на провідних питаннях щодо зміцнення здоров'я школярів, виділяють певні напрями роботи з метою розв'язання даної проблеми, але, взагалі не займаються створенням середовища, яке б акцентувало увагу на формуванні здоров'язберігаючої компетенції.

Таким чином, розглянувши наукові праці зазначених вчених, можемо зробити висновок, що у них представлено та ґрунтовно проаналізовані основні аспекти, які базуються на можливих напрямках вивчення здоров'язберігаючої компетенції, що становить головний зміст цього наукового дослідження.

Мета статті – детально проаналізувати теоретичні аспекти життя і здоров'язберігаючої компетенції.

Виклад основного матеріалу дослідження. Сьогодні постійно зростає проблематика життя та здоров'язбереження, це пов'язано з тим, що стан фізичного та психічного здоров'я особистості кожного року слабшає, а прояв вираженої, типової хворобливої симптоматики хвороб – молодшають.

Так, наприклад, після завершення початкової школи здоров'я школярів значно погіршується, і в учнів починають виникати проблеми з опорно-руховим апаратом, з'являються захворювання, які пов'язані з патологією серця

або кровоносних судин, погіршується зір. До основних причин такого погіршення стану здоров'я відноситься: недостатність знань про фізичне та психічне здоров'я особистості, відсутність поетапності, узагальненості, послідовності у втіленні здоров'язберігаючої компетенції у навчальний та виховний процес. У зв'язку з цим, виникає потреба у формуванні відповідного здоров'язберігаючого середовища в навчальному процесі, де будуть створюватися належні умови з метою покращення стану здоров'я, починаючи вже з початкової школи.

Значна кількість досліджень, підкреслює, що однією з основних причин, які ведуть до виникнення хвороб є відсутність загалом оздоровлювальної спрямованості навчального та виховного процесу, і насамперед, фізичного виховання. Як зазначає у наукових працях Н. Денисенко [6, с. 7–9], оздоровча спрямованість навчального процесу є потребами сьогодення. Впровадження принципу оздоровчої спрямованості базується на створенні та впровадженні у навчальних процес здоров'язберігаючої компетенції, та середовища, в якому буде комфортно та безпечно знаходитися, та забезпечуватиме належний розвиток, відповідні умови з метою формування здоров'я і, крім того, є оптимальним для життя.

Інший дослідник Г. Білім зазначав, що здоров'язберігаюче середовище має базуватися на результатному застосуванні в навчальному та виховному процесі «здоров'язберігаючих технологій» [2, с. 10]. А наприклад, вчена Н. Борейко, у своїх наукових доробках підкреслила, що реалізація ключових положень, які пов'язані зі здоров'язбереженням, ставить питання володіння здоров'язберігаючою компетенцією [4, с. 16]. Таким чином, проаналізувавши наукові погляди сучасних вчених дозволяє нам підсумувати, про існування великої кількості наукових підходів стосовно визначення дефініції «здоров'язберігаючої компетенції».

Крім того, на основі проведеного системного аналізу наукових праць таких вчених, як: І. Богданової, І. Дичківської, О. Пехоти, О. Попової та інших дозволило нам узагальнити те, що здоров'язберігаючій компетенції властиві наступні властивості, а саме: керованість, результативність, системність, можливість відтворення. Широкий спектр, багатоваріативність педагогічних компетенцій обумовлює їх різні класифікації. Таким чином, феномен «здоров'язберегаюча компетенція» відноситься до одного із різновидів загально-педагогічних компетенцій.

Як зазначає вчений В. Лозинський, здоров'язберігаюча компетенція є складовою спеціально організованого педагогічного процесу, який цілеспрямовано і гарантовано забез-

печує збереження та зміцнення фізичного та психічного здоров'я його суб'єктів у поєднанні всіх його компонентів [11, с. 53]. Вище зазначені вчені, підкреслюють, що зазначений вид компетенції обумовлює застосування системи знань стосовно удосконалення якості життя та здоров'язбереження.

Дослідниця І. Барматова визначила, що феномен «здоров'язберігаюча компетенція» є сукупністю чинників, які здійснюють вплив на рівень здоров'я громадян, яка за своєю природою є профілактичною діяльністю і від неї залежить здоров'я населення [1, с. 40].

Таким чином, вважаємо за необхідне підсумувати, що вчені здоров'язберігаючу компетенцію розглядають як компоненти спеціально організованого процесу з метою забезпечення здоров'я його учасників; а також систему важливих принципів, методів, форм та засобів щодо формування здорової особистості; сукупність факторів, що здійснюють вплив на рівень здоров'я громадян; психологічно-комфортні умови для реалізації навчальної діяльності, комфортність, відповідну організацію навчального та виховного процесу.

Як відомо, дефініція «здоров'язберігаюча компетенція» має багато різних визначень, так як і феномен «педагогічна компетенція». На наш погляд, з метою розуміння сутності здоров'язберігаючої компетенції потрібно брати до уваги головні властивості педагогічних компетенцій. З метою надання визначення даного поняття, пропонуємо розглядати його як системний метод, який спрямований на формування здорової особистості для удосконалення форм навчальної та виховної роботи та забезпечення психологічно-комфортних умов для фізичного, психічного й духовного розвитку індивіда та його соціалізації.

На основі детального вивчення сучасної наукових та методичних джерел, необхідно підкреслити що в наш час є велика кількість наукових підходів щодо визначення феномену «здоров'язберігаюча компетенція», а також до їх класифікацій. Це обумовлює виникнення відповідних складнощів у їх коректному та правильному трактуванні та застосуванні.

Як зазначає Г. Даниленко, поняття «здоров'язберігаюча компетенція» – це технологія, яка направлена на розв'язання ключового завдання освіти, а саме: збереження, підтримки та зміцнення здоров'я не лише учнів, але і їх батьків та вчителів [5].

А, наприклад, М. Кузьменко описував «здоров'язберігаючу компетенцію як сукупність заходів, які ґрунтуються на взаємозв'язку і взаємодії всіх факторів освітнього середовища, які орієнтовані на збереження здоров'я людини впродовж всього навчання та розвитку [10, с. 93].

Як комплексну систему щоденної практичної фізкультурно-оздоровчої роботи в навчаль-

ному закладі розглядав «здоров'язберігаючу компетенцію» вчений О. Іванов [8, с. 10].

А, наприклад, В. Кириченко даний феномен охарактеризував як цілісну систему заходів з охорони та удосконалення здоров'я школярів, що беруть до уваги пріоритетні ознаки освітнього середовища та умови життя учня, здійснює вагомий вплив на його здоров'я [9, с. 7]. Таким чином, на основі проведеного аналізу, можемо зробити висновок, що у науковому тлумаченні та застосуванні поняття «здоров'язберігаюча компетенція» можна виділити основні три підходи:

I підхід. «Здоров'язберігаюча компетенція» розглядається як певний засіб для зміцнення, збереження та удосконалення здоров'я, що включає сукупність засобів, методів, завдань з метою реалізації поставленої цілі (М. Кузьменко, В. Кириченко, О. Іванов);

II підхід. Т. Бойченко, Г. Даниленко надали наступне визначення феномену «здоров'язберігаюча компетенція», яка з позиції цих вчених трактувалася як оптимальний спосіб дії, сукупність заходів, модель, яка базується на відповідній програмі;

III підхід. Відповідно до третього підходу, такими вченими як: О. Богініч, Л. Волошина Ж. Петрова, «здоров'язберігаюча компетенція» розглядалася як цілісне та багатомірне поняття, комплексна система.

Таким чином, можемо зробити висновок, що «здоров'язберігаюча компетенція» як елемент структурної одиниці системи освіти виступає в ролі якісної характеристики освітніх технологій, визначаючи ефективність збереження здоров'я суб'єктів навчального процесу під час отримання результату в освітній сфері.

Забезпечення пріоритетності впровадження моніторингу здоров'я в навчальний та виховний процес на основі реальної реалізації гуманістичного підходу в системі початкової освіти є особливістю «здоров'язберігаючої компетенції». Отже, феномен «здоров'язберігаюча компетенція» носить узагальнюючий характер і обумовлює цілісну систему впливу на особу з позиції збереження її здоров'я та фундаментальну вимогу до здійснення вибору всіх освітніх технологій [11, с. 29].

Оцінювання результативності використання освітніх інноваційних компетенцій залежить від рівня забезпечення здоров'язберігаючої базисної основи. У зв'язку з цим, цілком виправданим є припущення, що в умовах здоров'язберігаючого середовища шкільного закладу вчителі мають можливість застосувати різноманітні оздоровчі технології, які носять інноваційний, здоров'язберігаючий чи профілактичний характер.

У сучасних наукових та методичних джерелах можна побачити, що існує багато спроб узагальнити «здоров'язберігаючу компетен-

цію», тому, у зв'язку з цим, є велика кількість різних класифікацій. Так, І. Бондаренко у своїх наукових доробках запропонувала класифікацію за напрямом діяльності, яка ще більше збагачує понятійний аспект, і свідчить про те, що будь-який напрямок роботи може мати оздоровчий вплив: здоров'язберігаючі освітні компетенції; екологічні компетенції; медико-гігієнічні компетенції; фізкультурно-оздоровчі компетенції; компетенції забезпечення безпеки життєдіяльності [3, с. 287].

Класифікацію типів «здоров'язберігаючої компетенції» за переважанням цілей та розв'язаних завдань, а також основних засобів здоров'язбереження суб'єктів педагогічного процесу в навчальному закладі, таких як: медико-профілактичні, фізкультурно-оздоровчі, забезпечення соціально-психологічного благополуччя дитини, здоров'язбереження й здоров'язбагачення педагогів, валеологічне просвітництво батьків запропонував Н. Семченко [13, с. 114].

Таким чином, вважаємо за необхідне систематизувати вище предсталені класифікації здоров'язберігаючої компетенції за ознакою поділу на класифікаційні групи: за певним напрямом діяльності (О. Дзюба); за характером цілей та розв'язуваних завдань, а також основних методів здоров'язбереження учасників педагогічного процесу (В. Сергієнко); за формами роботи оздоровчої спрямованості (Н. Денисенко); за метою застосування відносно періоду адаптації дитини до умов середовища (О. Гладощук).

Висновки і перспективи подальших досліджень. Таким чином, на основі проведеного детального аналізу педагогічних, психологічних та соціологічних досліджень можна стверджувати, що проблемне питання щодо реалізації здоров'язберігаючої компетенції є ключовим завданням сучасної освітньої системи. Здоров'язберігаюча компетенція, яка виступає органічною складовою процесу суб'єкт-суб'єктної взаємодії, розглядається як система взаємопов'язаних елементів, що забезпечують безперервний цілеспрямований і поетапний вплив, організований для формування культури життя та здоров'язбереження. Визначено, що розвиток здоров'язберігаючої компетенції забезпечує на належному рівні формуванню спрямованості

на здоровий спосіб життя, покращення стану власного організму, підвищенню стійкості до стресогенних факторів природного і соціального середовища.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Барматова І., Барматов В. Школа культури здоров'я. Сучасна модель навчального закладу. Концептуальне обґрунтування науково-дослідної експериментальної роботи. *Директор школи, ліцею, гімназії*. 2009. № 2. С. 39–59.
2. Білім Г. Активний руховий режим – один із основних компонентів формування навичок здорового способу життя. *Здоров'я та фізична культура*. 2009. № 34. С. 10.
3. Бондаренко І. Й. Збереження здоров'я учнів у процесі фізичного виховання. *Здоров'я через освіту. Матеріали міжгалузєвої регіональної науково-практичної конференції*, 22 квітня 2009 р. Т. 1. С. 287–292.
4. Борейко Н. Організація здоров'язберігаючого навчального процесу в сучасних умовах. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2010. № 12. С. 15–18.
5. Даниленко Г. М., Волкова І. В., Покроєва Л. Д. Медико-педагогічна оцінка здоров'язберігаючої діяльності загальноосвітнього навчального закладу. Х., 2011.
6. Денисенко Н. Ф. Оздоровчі технології – в освітній процес. *Дошкільне виховання*. 2009. № 11. С. 7–9.
7. Дзюба О., Давлетянова О. Інноваційний підхід до науково-методичного супроводу професійного зростання вчителів основ здоров'я. *Здоров'я та фізична культура*. 2009. №13. С. 5.
8. Іванов О. Р. Школа сприяння здоров'ю. *Управління школою*. 2010. № 2. С. 2–23.
9. Кириченко В. Розроблення і реалізація здоров'я формуючої політики навчального закладу: міжсекторальний підхід. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 7.
10. Кузьменко М. Здоров'язбережувальна компетентність випускника школи. *Школа*. 2009. № 12. С. 93.
11. Лозинський В. Техніки збереження здоров'я. К. : Главник, 2008. 160 с.
12. Оржеховська В. М., Єжова О. О. Методологічні засади діяльності освітнього закладу, спрямованої на здоров'я. *Педагогіка і психологія*. 2009. № 4. С. 5–17.
13. Семченко Н. Впровадження ідей здоров'язберігаючої педагогіки у навчально-виховний процес ЗВО. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2010. № 11. С. 113–116.
14. Сергієнко В. Запровадження в навчальний процес моделі Школи культури здоров'я. *Практика управління закладом освіти*. 2009. № 12. С. 23–28.