

13. Kolupaeva A.A., Taranchenko O.M. Dity z osoblyvymy potrebamy v zahalnoosvitnomu prostori: pochatkova lanka [Children with specific needs in the common educational environment: the initial link. A guide for teachers: educational and methodological manual]. Kyiv, 2010. 96 p.

14. Stasenko V., Volkova V. Zdorovyazberezhuvalni tekhnolohiyi [Health preserving technologies]: monograph. Kyiv : «Shkilnyi svit», 2013. 134 p.

СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ПЕДАГОГІЧНОГО ВИШУ

**Василина ГУЯР, Марія ЯНІВ
м. Дрогобич**

Сучасні умови інформатизації диктують необхідність трактування здоров'я людини як найвищої цінності, адже є актуальним показником цивілізованості суспільства загалом, основною передумовою ефективної діяльності практично всіх його інституцій. Підтвердження цьому знаходимо серед стратегічних завдань національних програм «Освіта» (Україна XXI століття), «Діти України», Національної доктрини розвитку освіти й програми «Здоров'я нації», котрі акцентують увагу на створенні належних умов щодо гармонійного розвитку людини, повноцінному формуванні духовного, психічного та фізичного здоров'я кожного громадянина України [12; 13].

Перспективи швидкої й успішної інтеграції системи освіти України у європейський освітній простір зумовили потребу фундаментальних змін щодо розв'язання проблеми поліпшення стану здоров'я студентської молоді в умовах закладів вищої педагогічної освіти. Важлива роль у формуванні повноцінного та дієвого здоров'язбережувального середовища належить фахівцям у сферах практичної психології, соціальної педагогіки, фізичного розвитку, фізичної реабілітації та дозвіллевої рекреації завдяки застосуванню в освітньому процесі педагогічного вишу ефективної методичної системи опанування здоров'язбережувальними технологіями [3–6].

Існують такі критерії «щодо визначення здоров'язбережувальних технологій:

- забезпечення сприятливого освітнього середовища;
- едукація з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологічних особливостей студентів;

- оптимальне поєднання інноваційних і традиційних технологій навчання;
- технології засвоєння культури здоров'я, важливих складових здорового способу життя, формування здорової нації;
- навчально-методичний комплекс оздоровчо-фізкультурних, лікувально-профілактичних та корекційних заходів» [8, с. 353].

Враховуючи все наведене вище, можна із впевненістю стверджувати, що необхідно насамперед звертати пильну увагу на «інтегративність під час формування компетентності збереження здоров'я у майбутніх фахівців, що відображається у змісті та структурі професійної освіти та освіти з безпеки діяльності і дає змогу сформувати у студентів цілісний світогляд. Така освіта реалізує тенденцію інтеграції, об'єднуючи наукові знання, знання з валеології, фізичного виховання, основ здоров'я, біохімії та біомеханіки; формує ціннісне ставлення до власного здоров'я, основ здорового способу життя і культуру поведінки у розвитку професійної особистості студента» [8, с. 354].

Зазвичай, випускники педагогічних університетів чи педагогічних факультетів не спроможні самостійно реалізувати суспільно надзвичайно важливі завдання виховання здорового покоління, не здатні грамотно й логічно вибудувати освітній процес, щоб мати можливість широко використовувати здоров'язбережувальні освітні технології, адже недостатньо засвоїли знання про власне здоров'я і загалом самі не дотримуються елементарних правил та норм здорового способу життя.

Найважливішим компонентом здоров'язбережувальних технологій освітнього середовища закладу вищої педагогічної освіти є медико-гігієнічні технології, котрі передбачають такі «спільні заходи педагогів, практичних психологів і медичних працівників:

- забезпечення базової санітарно-гігієнічної освіти всіх учасників педагогічного процесу;

- систематичне здійснення профілактичних заходів найпростішого характеру;
- проведення регулярних консультацій та надання невідкладної першої медичної допомоги;
- забезпечення елементарних санітарно-гігієнічних умов життя студентів в умовах гуртожитку;
- вирішення низки конкретних здоров'язбережувальних завдань, котрі виникають у процесі реалізації завдань едукції» [1, с. 12].

Фізкультурно-оздоровчі технології чи методики, котрі, як правило, забезпечують фізичний розвиток студентів упродовж занять з фізичного розвитку та у секціях за інтересами, на позааудиторних спортивно-оздоровчих заходах складають другу групу. З цією метою випускники педагогічного вишу повинні опанувати необхідний комплекс елементарних знань, умінь та навичок задля «проведення різнопланової фізкультурно-оздоровчої роботи у таких організаційних формах:

- заняття з фізичної культури / плавання;
- малі форми активного відпочинку під час організованої навчально-пізнавальної діяльності (фізкультурні хвилинки, фізкультурні паузи / динамічні перерви);
- форми оптимізації рухової активності у повсякденному житті (ранкова гімнастика, гімнастика після денного сну, рухливі ігри, заняття фізичними вправами / фізкультурні комплекси на прогулянках, походи за межі дошкільного закладу / дитячий туризм, фізкультурні свята і розваги, самостійна рухова діяльність, дні й тижні здоров'я, індивідуальна робота з фізичного виховання);
- загартувальні й лікувально-профілактичні процедури» [3, с. 10].

До третьої групи належать екологічні здоров'язбережувальні технології, що покликані створити екологічно оптимальні умови життєдіяльності людей, гармонізувати їхні взаємини з природою.

Четверта група включає технології, що уможливають створення необхідних умов задля гарантування безпеки життєдіяльності, вимагають тісної співпраці з фахівцями з охорони праці, захисту в умовах надзвичайних ситуацій, пожежниками тощо.

Здоров'язберезувальні технології, що використовуються в умовах педагогічного вищу складають три підгрупи, а саме: організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні технології та навчально-виховні.

Виокремимо також соціально-адаптивні й особистісно розвивальні технології, що мають на меті вдосконалення духовного та психологічного здоров'я студентів, забезпечення психологічної адаптації особистості (соціально-психологічні тренінги, програми соціальної та сімейно-родинної педагогіки), а також лікувально-оздоровчі технології, які засобами лікувальної фізичної культури дають змогу створити умови для фізичної реабілітації студентів [9; 10; 11].

Технології організації фізкультурно-оздоровчої роботи покликані забезпечити у студентів знання щодо таких «напрямів:

- результативна робота у всіх групах здоров'я;
- організація реабілітації після перенесених захворювань;
- налагодження роботи спортивних секцій;
- систематичне здійснення спортивно-оздоровчих заходів різноманітного спрямування» [7, с. 145].

У пропаганді здоров'язберезувальних освітніх технологій доцільною є просвітницько-пропагандистська діяльність, котра б поширювала цінності здоров'я та здорового способу життя шляхом проведення таких невідкладних «заходів:

- освітні програми збереження та зміцнення здоров'я;
- консультації щодо проблем вдосконалення здоров'я та профілактики шкідливих звичок;
- влаштування «Днів здоров'я», естафет, змагань, конкурсів, свят тощо;

- організація різноманітних семінарів, консультацій, курсів з питань здоров'язбереження, оздоровлення, профілактики захворюваності;
- поширення науково-методичної та спеціальної літератури» [14, с. 11].

Таким чином, процес підготовки майбутніх професійних педагогів до застосування здоров'язбережувальних технологій чи методик у фаховій діяльності передбачає врахування сучасного соціального замовлення, підвищення вимог щодо самодостатності особистості виховника, міждисциплінарний характер проблеми зміцнення здоров'я та здоров'язбереження в умовах закладів вищої педагогічної освіти, зростаючий попит суспільства на використання усіх доступних і ефективних здоров'язбережувальних технологій чи методик як важливої складової успішної професійної кар'єри та високорезультативної конкурентоспроможності на сучасному перенасиченому ринку праці.

Підсумовуючи, констатуємо, що, детальний аналіз спеціальної та науково-методичної літератури дає підставу впевнено ствердити, що основними компонентами здоров'язбережувальних освітніх технологій сучасного вишу є складові, що передбачають запрограмовані зміни рівня працездатності людини упродовж певних часових проміжків задля раціонального чергування інтервалів інтенсивної діяльності та відпочинку, активізацію рухової активності, оздоровчо-рекреаційний вплив обслуговуючої праці, влаштування активного дозвілля та самостійних занять фізичною активністю, організацію суб'єкт-суб'єктної взаємодії педагога й вихованця тощо.

ВИКОРИСТАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Kalichak Yu.L. Health preservation component of preschool teachers' training in the process of studying the subject «Health improving technologies and diagnostic methods of preschool children physical development». *Наукові інновації та передові технології*. 2022. № 5 (7). С. 10–18.

2. Kalichak Yu.L. Health-preserving competence in the system of professional training of preschool teachers. *European potential for the development of pedagogical and psychological science* : Collective monograph. Riga, Latvia : «Baltija Publishing», 2021. P. 188–214.

3. Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах». Режим доступу: <https://imzo.gov.ua/2016/09/08/list-mon-vid-02-09-2016-1-9-456-shhodo-organizatsiyi-fizkulturno-ozdorovchoyi-roboti-udoshkilnih-navchalnih-zakladah/>.

4. Іонова О.М. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту* : монографія. Харків : ХДАДМ, 2009. ХХІІ № 1. С. 69–72.

5. Калічак Ю.Л. Організаційно-методичні основи занять фізичними вправами в позааудиторний час. *Реалізація здорового способу життя – сучасні підходи* : монографія / за заг. ред. М. Лук'янченка, А. Матвєєва, Ю. Шкрєбтія. Дрогобич : Коло, 2007. С. 45–50.

6. Калічак Ю.Л. Підготовка студентів до здоров'язбережувальної діяльності в процесі вивчення курсу «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку». *Педагогічні науки: теорія та практика*. 2022. № 2 (42). С. 38–43.

7. Калічак Ю.Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів закладів дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія № 15. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 5 К (113) 19. С. 143–147.

8. Калічак Ю.Л., Дрогомирецька Н.Т. Передумови формування здоров'язбережувальної компетентності у студентів дошкільного профілю. *The 3-th International scientific and practical conference «Theoretical aspects of education development»* (January 24–27, 2023) Warsaw, Poland. International Science Group. 2023. P. 352–356.

9. Калічак Ю.Л., Чомко І.В. Нові реалії підготовки вихователя. *Наука, освіта, технології і суспільство: актуальні проблеми теорії*