

11. Опалко Г.П. Комплексний підхід до здоров'язбереження у вихованні дошкільників / за ред. Обухівська А.Г. *Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращій досвід*. Київ : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи; 2015. С. 19–27.

12. Пахальчук Н.О. Інноваційний підхід до оздоровчої гімнастики в ДНЗ у контексті забезпечення екології дитинства. *Імідж сучасного педагога*. 2015. № 6 (155). С. 63–64.

13. Полька Н.С., Гозак С.В., Калиниченко І.О. Профілактика порушень постави і плоскостопості у дітей в умовах закладів освіти засобами фізичного виховання: методичні рекомендації. Київ, 2011. 50 с.

14. Скрипченко А.І. Дослідження впливу степ-аеробіки на фізичну підготовленість дітей старшого дошкільного віку. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії* : збірник наукових праць XI Міжнародної науково-методичної конференції (4-5 Квітня 2021року). Харків ; 2021. Вип. 11. С. 187–191.

15. Стешенко А.М. Різновиди оздоровчої гімнастики в сучасній фізичній культурі. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2012. № 3. С. 176–179.

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ВИХОВАТЕЛЯ В УМОВАХ СУЧАСНОГО ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Юрій КАЛІЧАК
м. Дрогобич

Використання здоров'язбережувальних технологій передбачає застосування різноманітних фізкультурно-оздоровчих та медико-профілактичних технологій, сутність котрих диктує комплексну оцінку наявних умов едукації задля зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти, підвищення рівня культури здоров'я, прищеплення навичок здорового способу життя, систематичне проведення заходів щодо моніторингу наявних показників індивідуального розвитку, профілактики змін здоров'я і впровадження низки психолого-педагогічних, корекційних, реабілітаційно-рекреаційних заходів, які б гарантували успішність освітньої діяльності та відчутне поліпшення якості життя студентської молоді. Зазначене зумовлює потребу використання новітніх здоров'язбережувальних технологій, що уможливають створення оптимальних умов роботи більшості функціональних систем організму, а відтак сприятимуть досягненню високого рівня розумової і фізичної працездатності сучасного спудея [2].

Зараз на часі формування здоров'язбережувальної компетентності фахівців дошкільного профілю, пропаганда здорового способу життя, обґрунтованих й усталених занять фізичними вправами й активний відпочинок. На жаль, численні нормативно-правові акти не забезпечують очікуваних результатів. Очевидними вважаємо невідкладні заходи щодо створення осередків здоров'язбережувального середовища в

умовах життєдіяльності закладу вищої освіти, актуалізацію самостійних занять із вдосконалення тілесності [11].

Обґрунтування потреби чи усвідомлення валеологічних цінностей відіграють, на наш погляд, найважливішу роль у формуванні здоров'язбежувальної компетентності фахівців дошкільного профілю. Задля реалізації такої масштабної мети необхідно здійснити класифікацію здоров'язбережувальних технологій, імплементацію моделі формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації вихователів закладів дошкільної освіти та окреслити основні шляхи її впровадження у роботу закладів вищої педагогічної освіти України, а також пропаганда здорового способу життя засобами використання різноманітних маркетингових заходів [6].

Питання індивідуального здоров'язбереження набуває схвалення через прийнятність у соціумі здорового способу життя. Він зачіпає всі сегменти життєпобутування людини, котрі формують ментальне, фізичне, моральне, духовне, психічне здоров'я особистості. Система освіти повинна не лише надавати інформацію, приводити конкретні наукові факти, але й формувати навички здорового способу життя впродовж процесу едукції [1, с. 116].

Технологічна складова збереження здоров'я, популяризація здорового способу життя в освіті почала трактуватися по-новому із розвитком наукових уявлень про застосування оздоровчих технологій. Здоров'язбежувальна компетентність студентів нині дозволяє використовувати знання про здоров'язбежувальні технології, елементи здорового способу життя, залучення оздоровчих чинників навколишнього середовища задля поліпшення стану здоров'я, загартування організму, опанування основними гігієнічними нормами, вимогами, рекомендаціями, котрі уможливають профілактику захворювань [4].

Стабільне погіршення стану здоров'я через несприятливі соціально-економічними та суспільно-політичні умови, складна екологічна ситуація, низький рівень культури, суттєва інтенсифікація процесу едукації, орієнтована, як правило, на інтелектуальний розвиток особистості, неналежна увага до фізичного розвитку – ось, на нашу думку, основні причини недостатності знань щодо власного здоров'язбереження [3; 5; 7; 14]. Примноження інтелектуального і фізичного потенціалу нації можливе за умови оптимізації фізичної активності молоді. Серед завдань здоров'язбержувальних технологій виокремимо такі: створення мотиваційно-ціннісних підстав з метою якнайповнішої реалізації власного фізичного, психічного, духовного потенціалу, забезпечення умов задля поліпшення стану здоров'я, опанування знаннями щодо сутності здоров'я і здорового способу життя, формування навичок самостійного моніторингу стану здоров'я, усвідомлення відповідальності за моделювання стилю поведінки щодо власного здоров'я. Реалізація окреслених завдань допоможе сформуванню у пошукувачів зазначені компетентності і сформуванню у них усвідомлене прагнення дотримання здорового способу життя [5].

Здоров'язбержувальні компетентності є комплексною багатофункціональною системою; багатоаспектною сукупністю медичних та гігієнічних засобів; рушієм застосування різноманітних форм, засобів і методів, котрі дають змогу отримати оптимальні результати, що уможливають збереження здоров'я. Існують критерії сформованості «здоров'язбержувальної компетентності фахівців дошкільного профілю:

- створення стійких мотивів і навичок здоров'язбержувальної поведінки задля забезпечення бажаного рівня культури здоров'я,
- сприяння досягненню належного рівня здоров'я студентів і стимулювання здоров'язбержувальної культури як

сукупності їх свідомого ставлення до здоров'я і життя людини загалом.

➤ формування здоров'язбережувальної компетентності, і на цій основі – самостійного вирішення завдань здорового способу життя, безпечності поведінки, з надання елементарної долікарської, психологічної допомоги» [1, с. 257].

Формування здоров'язбережувальної життєвої позиції фахівця дошкільного профілю не обмежується лише інформаційною функцією, йому необхідно стати повноцінним організатором здоров'язбережувальної діяльності студентів, котра сприяє усвідомленому усталенню здоров'язбережувальних поглядів, мислення та свідомості, без яких неможливе створення здоров'язбережувального середовища у закладах вищої освіти. Тілесна складова передбачає відповідні показники здоров'я, рівень фізичної підготовки, обов'язкове врахування індивідуальних психолого-педагогічних особливостей здобувачів вищої освіти. Цьому сприятиме комплексна оцінка фізичного стану студента засобами обліку й аналізу антропометричних даних, показників фізичної підготовки і досягнутої працездатності. Вдосконалення тілесності відбувається з урахуванням рівня фізичної підготовки і наявних відхилень у стані здоров'я. Задля цього складають індивідуальна карта здоров'я для кожного пошукувача вищої освіти [10; 12].

Найефективнішими здоров'язбережувальними технологіями фізичного виховання вважаємо такі, що використовують методичні «принципи: поступовості і безперервності фізичного навантаження, цілеспрямованості засобів оздоровчого тренування, ритмічності застосування засобів різної спрямованості, збільшення рухової активності та систематичним виконанням спеціальних комплексів фізичних вправ» [9, с. 37].

Багаторічний моніторинг динаміки основних показників стану здоров'я і фізичного розвитку організму студентів

демонструє різноманітні відхилення у стані здоров'я і навіть у фізичному розвитку. На часі – ґрунтовне вивчення сучасних методик із збереження та примноження здоров'я молоді. Цьому сприятиме: взаємопроникненість валеологічної освіти і фізичного виховання (з цією метою запроваджено викладання спеціальної дисципліни «Методика фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку» на бакалавраті для студентів спеціальності «Дошкільна освіта»), опанування правил раціонального харчування, надання психологічної та соціальної допомоги [10].

Діяльність закладів вищої освіти зі збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді є результативною за умови обдуманого реалізації грамотно підібраних здоров'язбережувальних технологій, що виступають «взаємозумовленою сукупністю програм, прийомів, методів організації освітнього процесу, котрі спрямовані на примноження здоров'я студентської молоді та позитивно впливають на здоров'я студентів і викладачів» [8; с. 115].

З-поміж найбільш затребуваних у закладах вищої освіти можемо виокремити такі здоров'язбережувальні технології:

- фізкультурно-оздоровчі (новітні фітнес-програми, народні рухливі ігри, загартування організму та масаж);
- медико-гігієнічні (повноцінне здорове харчування, вітамінізація);
- здоров'язбережувальні освітні технології (інноваційні технології організації освітнього процесу, технології організації діяльності студентів, технології виховної роботи) [14, с. 237].

Структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності вважаємо:

- змістовий – наявність у студентів знань, умінь і навичок про здоров'язбереження, здоровий спосіб життя тощо;

- мотиваційно-ціннісний – особистісне ставлення до власного здоров'я, а відтак і до професійної орієнтації;
- операційно-діяльнісний – рівень залучення студента до цілісної системи здорового способу життя та системи здоров'язбереження;
- емоційно-вольовий – психофізіологічна сфера життєпобування студента [12, с. 145].

Останнім часом набули популярності такі оздоровчі технології: фітотерапія, загартування, різновиди гімнастики, масаж, музикотерапія. Розглянемо більш детально їхню класифікацію. За суб'єктністю вказаних технологій виокремлюють:

- здоров'язбережувальні навчальні;
- медичні;
- фізкультурно-оздоровчі;
- комплексні (арттерапія тощо) [9, с. 37].

Задля дотримання об'єктивності наведемо визначення категорії «формування здоров'язбережувальних технологій» – це закономірні зміни оздоровчих технологій на понятійному, структурному та функціональному рівнях, що забезпечують їх наступність та призведуть до виникнення якісно нового феномена – багатофункціональної педагогічної системи, у якій відбуватиметься зміцнення фізичного, психічного, інтелектуального, морального, емоційного здоров'я особистості та її успішна самореалізація» [8, с. 137].

Характерною особливістю сучасних здоров'язбережувальних технологій є багатофункціональний характер, адже вони сприяють зміцненню духовного, психічного, фізичного, інтелектуального здоров'я та самореалізації особистості.

З-поміж інших виокремлюють такі підходи до визначення «здоров'язбережувальних технологій:

- створення освітнього середовища, сприятливого для здоров'я;

- забезпечення навчання з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологічних особливостей студентів;
- оптимальне поєднання традиційних технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження і підтримку здоров'я студентської молоді;
- технології навчання здоров'я, здорового способу життя, формування здорової нації;
- навчально-методичний комплекс оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів» [10, с. 40].

Упродовж формування здоров'язбережувальної компетентності як важливої складової процесу підготовки фахівців дошкільного профілю, з-поміж інших зацентруємо увагу на таких критеріях:

- індивідуальний підхід (комплекс сформованих цінностей, зреалізовані індивідуальні здібності, прагнення особистості до самореалізації і саморозвитку);
- компетентнісний підхід (домінантне місце розвитку, а не певної сукупності знань, діяльнісний підхід, усталені навички розв'язання різноманітних проблем у системі особистих взаємовідносин) [13, с. 67].

У процесі формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів відбувається утворення цілісного світогляду на підставі інтегрованих знань з природничих наук, валеології, фізичного виховання, основ здоров'я, біохімії та біомеханіки тощо.

Таким чином, враховуючи доволі негативні сучасні тенденції погіршення стану здоров'я молоді, не викликає сумнівів актуальність застосування інноваційних технологій, котрі б сприяли психофізичному розвитку у студентському середовищі. Основні шляхи реалізації здоров'язбережувальних технологій: формування професорсько-викладацьким складом у пошукувачів здоров'язбережувальної компетентності; усвідомлення тісного взаємозв'язку інтелектуального, фізичного та духовно-морального виховання в освітньому процесі закладу вищої

освіти; здійснення глибоких і систематичних наукових досліджень задля всебічного вивчення ефективності здоров'язбережувальних технологій, а також інноваційного досвіду роботи закладів вищої освіти Європи та світу.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Kalichak Y.L. Theoretical and methodological aspects of formation of preschool teachers' professional competence. *Moderní aspekty vědy: X. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.*, 2021. str. 251–280.

2. Kalichak Y.L. Training preschool teachers in fundamentals of ecology and valeology. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie / Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o. Česká republika : Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.*, 2021. str. 614–647.

3. Kalichak Yu. Health-Protecting Psychologically Safe Developmental Environment of a Preschool Educational Institution. The problems of formation of the healthy modus vivendi of students of higher education establishments in the sphere of health protection. *Human health: realities and prospects. Monographic series. Volume 4. Health and Biosensors. Edited By Nadiya Skotna, Svitlana Voloshanska, Taras Kavetsky, Oleh Smutok, Mykhailo Gonchar. Drohobycz : Posvit, 2019. P. 230–237.*

4. 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.*

5. Kalichak Yu. The formation of health preserving competence of teachers of preschool educational institutions in

modern conditions. State of environment and human health. Edited by Andrzej Krynski, Georges Kamto Tebug, Svitlana Voloshanska. Częstochowa : Educator, 2019. P. 181–190.

6. Воскобойнікова Г. Л. Валеологічні аспекти соціального партнерства освітніх і медичних закладів у здоров'язбережувальній діяльності сучасного педагога. Вип. 24(34). Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. С. 115–117.

7. Дубогай О.Д. Фізичне виховання і здоров'я: навчальний посібник. Київ : УБС, НБУ 2012. 270 с.

8. Етимологічний словник української мови : у 7 томах. Київ, 1982. 2005. 572 с.

9. Калічак Ю. Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей : тексти лекцій. Дрогобич Редакційно-видавничий відділ ДДПУ ім. І. Франка, 2016. 128 с.

10. 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.

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

12. Калічак Ю.Л. Формування здоров'язбережувальної компетентності у вихователів закладів дошкільної освіти. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : з б. наукових праць / за ред. О.В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 5 К (113)19. С. 143–147.