

Н. А. Башавець

ORCID ID <https://orcid.org/0000-0002-8387-3602>

доктор педагогічних наук,
професор, завідувач кафедри теорії і методики
фізичної культури та спортивних дисциплін
Навчально-наукового інституту фізичної культури, спорту та реабілітації
Державного закладу "Південноукраїнський національний
педагогічний університет імені К. Д. Ушинського",
м. Одеса, Україна

ПРОБЛЕМА ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ

У статті розглядається проблема формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації та пошуки її вирішення. Актуальність дослідження, виявлені недоліки, суперечності, соціально-педагогічне значення та недостатній рівень теоретичної та практичної розробленості питань формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації під час практики дали змогу виявити проблему і зумовили вибір теми дослідження. Надається визначення науковцями поняття «здоров'язбережувальна компетентність». Під здоров'язбережувальною компетентністю розуміємо високий рівень майстерності виконання особистістю здоров'язбережувальної діяльності, що характеризується глибокими знаннями щодо збереження та зміцнення здоров'я, можливість вільного володіння здоров'язбережувальною діяльністю та відповідними компетенціями.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність, майбутні фахівці фізичної культури, спорту та реабілітації, здоров'язбережувальна діяльність, здоровий спосіб життя, компетенції.

Постановка проблеми. Теоретичні та практичні питання здоров'язбереження задекларовано на законодавчому рівні. Зокрема, до складу нормативно-правової бази, що визначає процесуальні виміри професійної підготовки майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації належать Закони України «Про вищу освіту» (2014 р.), Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2012–2021 рр. (2012 р.), Концепція Загальнодержавної програми «Здоров'я 2020: український вимір» на 2012-2020 роки (2011 р.), які декларують правові та світоглядні основи організації професійної підготовки нової генерації фахівців ЗВО, які зможуть забезпечити на основі засобів фізичного виховання високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності як собі, так і своїм вихованцям.

На сучасному етапі розвитку суспільства проблема здоров'я людини є об'єктом дослідження в багатьох галузях науки. Зокрема, фундаментальну основу у вирішенні проблем здоров'я людини становлять дослідження, що здійснювалися за такими основними напрямками: філософським – формування світогляду про феномен людини як діалектичну єдність матеріального і духовного, біологічного і соціального, особистого і суспільного (В. Волков, В. Казначеев та ін.); медико-біологічним – погляд на природу здоров'я як цілісне явище (М. Амосов, М. Безруких, Ю. Бойчук, О. Міхеєнко та ін.); розгляд закономірностей фізичного розвитку як важливого чинника здоров'я (Н. Белікова, Н. Завидівська, Л. Сущенко та ін.); валеологічним – інтегративна галузь знань про індивідуальне здоров'я людини та здоровий спосіб життя (Г. Апанасенко, І. Брехман, В. Горашук, В. Петленко та ін.); психологічним – вивчення психоемоційних аспектів здоров'я людини (А. Маслоу, Е. Чарлтон та ін.); педагогічному – дослідження різних аспектів сприятливого для здоров'я освітнього середовища (Н. Башавець, С. Гаркуша, П. Джурицький, Б. Долинський, Г. Мешко, Ю. Палічук, О. Плахотнік та ін.). Утім, результати аналізу теоретичного та практичного досвіду підготовки професійних кадрів свідчать, що в педагогічній науці залишаються недостатньо дослідженими теоретико-методологічні аспекти професійної підготовки науці залишаються недостатньо дослідженими теоретико-методологічні аспекти професійної підготовки науці залишаються недостатньо дослідженими теоретико-методологічні аспекти професійної підготовки науці залишаються недостатньо дослідженими теоретико-методологічні аспекти формування їх здоров'язбережувальної компетентності, яка є важливою складовою їх фахової компетентності.

Дослідження сучасного стану розробленості зазначеного напрямку дало змогу виявити наявні суперечності: 1) на концептуальному рівні сучасної освіти: між об'єктивною потребою людини у гарному здоров'ї як найвищій загальнолюдській цінності і недостатній націленості навчальних та робочих програм на формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації; між потенційними можливостями вищої педагогічної школи у

забезпеченні якісної професійної підготовки фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації і недостатньою їх реалізацією через відсутність теоретико-методичного забезпечення навчального процесу; 2) на соціально-педагогічному рівні: між потребами у вихованні здорового покоління і недостатнім рівнем усвідомлення молоддю власної відповідальності за стан свого здоров'я; між соціальним замовленням суспільства на збереження здоров'я громадян і недостатнім залученням до цього процесу належним чином підготовлених фахівців; 3) на науково-методичному рівні: між потребами суспільства у фахівцях, здатних кваліфіковано здійснювати здоров'язбережувальну діяльність, і недостатньою розробленістю концептуальних теоретико-методичних засад їх підготовки згідно з сучасними вимогами до кваліфікації професійних кадрів.

Актуальність дослідження, виявлені недоліки, суперечності, соціально-педагогічне значення та недостатній рівень теоретичної та практичної розробленості питань щодо формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації дали змогу виявити проблему і зумовили вибір теми дослідження.

Метою роботи є аналіз проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації та пошуки її вирішення під час навчально-виховного процесу. Основними методами дослідження є методи, які регулюють світоглядну орієнтацію студентів; методи організації здоров'язбережувальної діяльності; методи стимулювання здоров'язбережувальної діяльності; контролю за ефективністю виховних дій; самовиховання.

Результати дослідження. Для нашого дослідження важливими є визначення науковцями поняття «здоров'язбережувальна компетентність». Д. Воронін здоров'язбережувальну компетентність розглядає як інтегральну рису особистості, що виявляється у здатності організувати й регулювати власну здоров'язбережувальну діяльність; оцінювати свою поведінку; зберігати та реалізовувати власні здоров'язбережувальні позиції, виходячи з особисто усвідомлених і засвоєних моральних норм та принципів [5]. На думку Н. Тамарської, вона виявляється у проведенні профілактичних заходів та застосуванні здоров'язбережувальних технологій людьми, які обізнані в законах процесу здоров'язбереження [10], та пов'язана з готовністю вести здоровий спосіб життя у фізичній, соціальній, психічній та духовній сферах. В. Ірхін зауважує, що здоров'язбережувальна компетентність передбачає наявність валеологічних знань людини, які втілюються у її особистісно обумовленій соціально-професійній життєдіяльності [6]. Н. Белікова під здоров'язбережувальною компетентністю визначає «інтегративну якість особистості майбутнього фахівця, яка має складну системну організацію і виступає як сукупність, взаємодія і взаємопроникнення мотиваційного, когнітивного і діяльнісного компонентів», до її показників належить «уявлення про здоров'я, про чинники, що впливають на здоров'я та про здоровий спосіб життя; значущість здоров'я як загальнолюдської цінності; вміння відстежувати і фіксувати позитивні та негативні зміни у стані власного здоров'я і здоров'я оточуючих; уміння складати ефективну і дієву програму збереження власного здоров'я на основі моделі уявлення про себе як про здорову людину; уміння складати ефективну і дієву програму збереження та відновлення здоров'я володіння різними здоров'язбережувальними технологіями та ін. [4, с. 164].

Сутність означеної компетентності «полягає в оволодінні спеціальними валеологічними знаннями, розвинутою життєвих умінь і навичок щодо ведення здорового способу життя, а також у сформованості свідомого ставлення дітей до власного здоров'я та його збереження» зазначають О. Аксьонова та Т. Бабко [1, с. 156].

Науковці Н. Бібик, Л. Ващенко, О. Локшина та ін. [7] поняття «здоров'язбережувальна компетентність» трактують як властивості особистості, спрямовані на збереження власного фізичного, соціального, психічного й духовного здоров'я, а також здоров'я людей, які їх оточують; міжособистісна, міжкультурна та соціальна компетентності, що озброюють особистість знаннями, як бути здоровою для повноцінної активної участі в житті та соціумі і ґрунтується на особистісно-орієнтованому підході, формуючи культуру пошуку, культуру праці, захопленість, дослідницький стиль, упевненість, самостійність, ініціативність, творчість.

В. Ірхін акцентує увагу, що здоров'язбережувальна компетентність передбачає наявність валеологічних знань, умінь та навичок, а також способи їх реалізації в діяльності, спрямованої на виховання здорової особистості [6].

Т. Овчинікова проблему компетентності розглядає крізь призму усвідомленого ставлення особистості до власного здоров'я: ставлення до власного тіла як оболонки внутрішніх органів та систем (субсфера компетентності Я-фізичне), до свого внутрішнього духовного життя (субсфера компетентності Я-психічне), до здоров'я інших людей, ровесників (субсфера компетентності Я-соціальне), до навколишньої дійсності, до себе (Я-духовне) [9]. Означений підхід пояснюється складною структурою поняття «здоров'я», до якого входять такі складові, як: фізична, психічна, духовна та соціальна. Таким чином сформованість означеної компетентності є важливою передумовою особистісного становлення та усвідомлення себе фізично, психічно, духовно та соціально здоровим.

На думку зазначених учених, складовою здоров'язбережувальної компетентності є «компетенції здоров'язбереження». Г. Мешко визначає компетенції здоров'язбереження педагога як певні внутрішні,

потенційні, психологічні новоутворення, які виявляються через знання, уявлення, програми дій, уміння, системи цінностей і ставлення щодо збереження і зміцнення свого професійного здоров'я, здоров'я учнів, гармонізації внутрішнього світу та виявляються у компетентності фахівця [8]. Доходимо висновку, що більшість науковців дотримуються думки, що поняття «здоров'язбережувальна компетентність» характеризує, насамперед, рівень знань, умінь та навичок щодо здоров'язбереження, аналіз результатів цієї діяльності, ведення та оцінку власного здорового способу життя.

Ми вважаємо, що здоров'язбережувальна компетентність студента характеризується такими здоров'язбережувальними компетенціями, що передбачають особисте ставлення до предмету діяльності: теоретичною, яка виявляється у теоретико-методичних, організаційних та нормативно-законодавчих знаннях щодо здоров'язбереження; практичною, що виявляється в уміннях і навичках діагностування та контролю стану свого здоров'я, організації, регуляції й управління процесом власного здоров'язбереження. А здоров'язбережувальними компетенціями є сукупність відповідних знань, умінь і навичок людини, які є необхідними для здійснення ефективної здоров'язбережувальної діяльності.

З огляду на зазначене, під здоров'язбережувальною компетентністю розуміємо високий рівень майстерності виконання особистістю здоров'язбережувальної діяльності, що характеризується глибокими знаннями щодо збереження здоров'я, можливість вільного володіння здоров'язбережувальною діяльністю та відповідними компетенціями щодо фізичного, ментального та соціального рівнів здоров'я. Вона супроводжується переконаністю у важливості організації власних здоров'язбережувальних дій, позитивним ставленням до них, умінням використовувати здоров'язбережувальні технології під час навчальної діяльності, самостійних занять фізичними вправами та активного відпочинку [2; 3].

Дослідження здійснювалося впродовж 2018–2019 років. Основна експериментальна робота проводилася в Державному закладі «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Всього дослідженням було охоплено 74 студента.

Методи дослідження: теоретичні: науковий аналіз основних понять дослідження; теоретичний аналіз і синтез філософської, психолого-педагогічної, навчально-методичної, наукової літератури, нормативно-правових документів у галузі освіти та охорони здоров'я, інтернет-ресурсів, системний і функціональний аналіз; емпіричні: педагогічне спостереження, опитування, бесіда, анкетування, тестування, аналіз стану досліджуваної проблеми; методи математичної статистики: кількісний та якісний аналіз результатів педагогічного експерименту, визначення за λ – критерієм Колмогорова–Смирнова і критерієм однорідності χ^2 для виявлення достовірності відмінностей експериментальних показників до і після експерименту.

На заняттях студенти ЕГ 2 курсу під час практичних занять з дисципліни «Теорія і методика спортивно-масової роботи» виконували проблемні ситуативні завдання, творчі завдання, дискусії, імітаційне моделювання з питань здоров'язбережувальної діяльності, застосовували різноманітні ділові та рольові ігри, тренінги, проекти, презентації («Рекламне агентство здоров'я», «Чарівні дзеркала», «Машина часу», «Прес-конференція», «Суд», «Студентська рада за захист здоров'я», мозковий штурм «Як зберегти здоров'я в сучасних умовах довкілля», «Чи є здоров'я важливою життєвою цінністю?» та ін.), педагогічні плакати (малювали за запропонованою проблемною темою, наприклад, «Булінг: викладач і студент», «Студент та адміністрація навчального закладу», «Студент і його група», «Студент і батьки», «Студент і суспільство»), потім їх захищали, окреслювали вихід із проблеми та обговорювали його, згодом студенти обмінювалися плакатами та готували твір за незнайомим плакатом, складала кросворди з проблеми здоров'язбереження, наприкінці заняття писали есе з окресленого на занятті питання, готували реферати з проблеми здоров'язбереження, що допомагало їм усвідомити здобуту інформацію та висловити власні роздуми з теми під впливом отриманої інформації. Це сприяло формуванню здоров'язбережувальної компетентності, особистому усвідомленню в необхідності здоров'язбережувальної діяльності, прагненню до пізнання й розширення знань, орієнтації студентів на здатність творчо працювати в нових економічних умовах лише конкурентоспроможному професіоналові.

На прикінцевому етапі дослідної роботи діагностовано рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури ЕГ та КГ. Порівняння результатів зазначеного діагностування на початку та наприкінці експерименту подано в таблиці 1.

Як свідчать дані таблиці 1, після експерименту за всіма критеріями на низькому рівні перебували 22 % респондентів (КГ), що на 4 % менше, ніж на початку експерименту, та 7 % студентів (ЕГ), що на 24 % менше від початку експерименту. На середньому рівні зафіксовано в контрольній групі 33 % респондентів, що на 3 % менше, ніж за вихідної діагностики, та в експериментальній групі 21 % студентів, що на 16 % менше за початок експерименту. На достатньому рівні діагностовано в КГ 28 % респондентів (на 1 % більше від початку) та в ЕГ – 40 % студентів (покращення на 20 %). На високому рівні виявлено в КГ 17 % студентів (було 11 %) та в ЕГ 32 % досліджуваних (було 12 %). Одержані результати засвідчили суттєві позитивні зрушення в показниках респондентів ЕГ і несуттєві в КГ. Аналіз результатів дослідження за допомогою методів математичної статистики (згідно з розрахунками за λ – критерієм Колмогорова–Смирнова) і критерієм однорідності χ^2) довів статистичну значущість результатів, одержаних в ЕГ, на відміну від результатів, отриманих у КГ.

**Рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності
майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації КГ та ЕГ (у %)**

Рівні сформованості	Відсоток студентів			
	Наприкінці експерименту		На початку експерименту	
	ЕГ	КГ	ЕГ	КГ
Високий	32	17	12	11
Достатній	40	28	20	27
Середній	21	33	37	36
Низький	7	22	31	26

Висновки. Таким чином, під час вивчення навчальних дисциплін, які мають безпосереднє спрямування на формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації, необхідно крім традиційних застосовувати інноваційні методи і прийоми, засоби та підходи. Перспективи подальших розвідок вбачаємо в вивченні перспективних шляхів вдосконалення сучасної системи підготовки майбутніх фахівців фізичної культури, спорту та реабілітації у закладах вищої освіти.

References

1. Аксьонова О. П., Бабко Т.М. Особливості розвитку здоров'яформувальної та здоров'язбережувальної учнівської компетентності в умовах освітнього простору школи сприяння здоров'ю. *Личность в едином образовательном пространстве: сборник научных статей I Международного образовательного Форума. Часть 3.* Запорожье: ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. С. 155-158.
Aksonova, O. P., & Babko, T. M. (2010) Osoblyvosti rozvytku zdoroviaformuvальної та zdoroviazberезhувальної uchnivської компетентності v umovakh osvithnoho prostoru shkoly spriyannia zdorov'ю. [Features of development of healthformal and healthprotective student competence in the educational environment of the school of health promotion]. *Lichnost v edinom obrazovatelnom prostranstve: sbornik nauchnykh statey I Mezhdunarodnogo obrazovatel'nogo Foruma.* – Personality in a single educational space: a collection of scientific articles and the International Educational Forum. Zaporizhzhia, Ukraine: ООО «LYPS» LTD, 3, 155-158.
2. Башавець Н. А. Фізичне виховання у питаннях, відповідях та методичних рекомендаціях (основи здоров'язбереження) : навчальний посібник. Одеса: Печатный дом, 2013. 352 с.
Bashavets, N. A. (2013) Fizychnе vykhovannia u pytanniakh, vidpovidiakh ta metodychnykh rekomendatsiiakh (osnovy zdoroviazberезhennia) [Physical education in questions, answers and methodical recommendations]. Odessa, Ukraine: Pечатnyy dom.
3. Башавець Н. А. Щоденник самоконтролю «Крок до здоров'я» : посібник. Одеса : видавець Букаєв В.В., 2010. 108 с.
Bashavets, N. A. (2010). Shchodennyk samokontroliu «Krok do zdorovia» [Diary of self-control "Step to health"]. Odessa, Ukraine: vydavets Bukaiev V.V.
4. Білікова Н. О., Сущенко Л. П. Термінологія напряму підготовки «Здоров'я людини» : навч. посібник. Київ : ТОВ «Козарі», 2009. 182 с.
Bielikova, N. O. & Sushchenko, L. P. (2009) Terminolohiia napriamu pidhotovky «Zdorovia liudynu» [Terminology of the direction of training "Human Health"]. Kyiv, Ukraine: TOV «Kozari».
5. Воронін Д. Є. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2006. № 2. С. 25-28.
Voronin, D. (2006) Zdoroviazberihaiucha kompetentnist studenta v sotsialno-pedahohichnomu aspekti [Health is the student's competence in the socio-pedagogical aspect]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu.* – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports, 2, 25-28.
6. Ирхин В. Н., Третьяков А. А. Исследование компетентности будущих учителей в вопросах педагогики здоровья. *Физическая культура и спорт: проблемы и перспективы развития: сборник статей международной студенческой научно-практ. Конференции*, 2008. С. 48-50.
Irkhin, V. N., & Tret'yakov, A. A. (2008) Issledovanie kompetentnosti budushchikh uchiteley v voprosah pedagogiki zdorov'ya [Research of competence of future teachers in questions of pedagogy of health]. *Fizicheskaya kultura i sport: problemy i perspektivy razvitiya: sbornik statey mezhdunarodnoy studencheskoy nauchno-prakt. konferentsii.* – Physical culture and sport: problems and prospects of development: a collection of articles of the international student's scientific-practice conference, 48-50.

7. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека освітньої політики / Під заг. ред. О. В. Овчарук. Київ : К.І.С., 2004. 112 с.
Ovcharuk, O. V. (Ed.) (2004). *Kompetentnisnyy pidkhid u suchasniy osviti: svitovyy dosvid ta ukrayins'ki perspektyvy* : Biblioteka osvith'oyi polityky [Competency Approach in Modern Education: World Experience and Ukrainian Perspectives: Educational Policy Library]. Kyiv, Ukraine: K.I.S.
8. Мешко Г. М. Формування компетентності здоров'язбереження у майбутніх педагогів. *Професійні компетенції та компетентності вчителя*: матеріали регіонального науково-практичного семінару. Тернопіль: Вид-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2006. С. 17-21.
Meshko, G. M. (2006). *Formuvannya kompetentnosti zdoroviazberezhennia u maibutnix pedahohiv* [Formation of competence of healthcare for future teachers]. *Profesiini kompetentsii ta kompetentnosti vchytelia: materialy rehionalnoho naukovo-praktychnoho seminaru – Professional competence and competence for the teacher : materials of the regional scientific and practical seminar*. Ternopil, Ukraine: Vyd-vo TNPU im. V. Hnatiuka, 17-21.
9. Овчинникова Т. С. Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательных учреждениях. СПб. : Каро, 2006. 176 с.
Ovchinnikova, T. S. (2006). *Organizatsiya zdorovesberegayuschey deyatelnosti v doshkolnykh uchrezhdeniyah* [Organization of health-saving activity in pre-school educational institutions]. Saint Petersburg, Russia: Karo.
10. Тамарская Н. В., Русакова С. В., Гагина М. Б. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровьесберегающий аспект): учебно-методическое пособие для учителя. Калининград : Изд-во КГУ, 2002. 31 с.
Tamarskaya, N. V. (2002) *Upravlenie uchebno-vospitatelnym protsessom v klasse (zdorovesberegayuschiy aspekt)* [Management of educational and educational process in a class (health-saving aspect)]. Kaliningrad, Russia: Izd-vo KGU.

Bashavets N. A.

*Doctor of Pedagogical Science,
Professor, Head of Theory and Methodology
of physical culture and sports disciplines Department,
Educational and Scientific Institute of physical culture, sports and rehabilitation
South Ukrainian National Pedagogical University
named after K. D. Ushynsky*

THE PROBLEM OF HEALTHCARE-SAVING COMPETENCE FORMATION FOR FUTURE SPECIALISTS IN PHYSICAL CULTURE, SPORTS AND REHABILITATION

The article describes the problem of formation of healthcare-saving competence of future specialists of physical culture, sports and rehabilitation and searches for its solution. The urgency of the research, the revealed shortcomings, contradictions, socio-pedagogical significance and insufficient level of theoretical and practical development of issues of formation of health-saving competence of future specialists of physical culture, sports and rehabilitation during the practice allows to identify the problem and determine the choice of the topic of research.

The definition of "health-saving competence" is defined by scientists. Most scholars believe the concept of "health-preserving competence" is primarily characterized by the level of knowledge, skills and abilities in health preservation, analysis of the results of this activity, the conduct and assessment of their own healthy lifestyle.

Under the healthcare-saving competence, we understand the high level of excellence in the personality of health-saving activity, characterized by deep knowledge about the preservation and strengthening of health, the possibility of free possession of healthcare-saving activities and relevant competences. It is accompanied by a belief in the importance of organizing their own health-saving actions, a positive attitude to them, the ability to use health-saving technologies during training activities, independent exercises and active recreation.

Key words: *health-saving competence, future specialists of physical culture, sports and rehabilitation, health-saving technologies, health-saving activity, healthy lifestyle, competencies, physical exercises, state of own health.*

Одержано редакцією 10.03.2019

Прийнято до публікації 15.03.2019

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор **О. К. Проніков**