

УДК 37.04.57:613

Т. П. Мостіпака,  
аспірант  
(Житомирський державний університет імені Івана Франка)  
[ttptanya@ukr.net](mailto:ttptanya@ukr.net)

## РОЛЬ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ПЕДАГОГА В УМОВАХ СУЧАСНОГО ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ

### Анотація

У статті проаналізовано місце здоров'язберігаючих компетенцій у структурі компетентності педагога. Висвітлено стан професійного здоров'я педагога та особливості впливу рівня здоров'язбережувальної компетентності на продуктивність професійної діяльності. Охарактеризовано когнітивний, особистісний та діяльнісний компоненти здоров'язбережувальної компетентності. Наведено приклад алгоритму впровадження здоров'язберігаючої педагогіки в освітній процес.

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, культура здоров'я, компетенції, здоров'язберігаюча компетентність, здоров'язберігаючі технології, педагог.

### Summary

The article analyzes the place of health saving competences in the structure of the teacher's competence. The state of teacher's professional health and features of influence of the level of health saving competence on the productivity of professional activity are highlighted.

**Key words:** health, healthy way of life, health culture, competences, health saving competence, health saving technologies, teacher.

**Постановка проблеми.** Формування культури здоров'я вчителів є вкрай важливим завданням на сучасному етапі розвитку системи освіти в Україні. Оволодіння педагогом життєвими навичками та уміннями, соціально-психологічними компетентностями забезпечують його здоровий і продуктивний спосіб життя, адекватне сприйняття навколишнього світу, ефективну міжособистісну взаємодію, здатність до творчої та продуктивної діяльності. Важливим завданням також для педагога є турбота про власне здоров'я та формування його культури.

Культура здоров'я педагога є невід'ємною складовою його загальної культури, впливає на рівень знань, умінь, навичок щодо формування, збереження, відтворення та зміцнення власного здоров'я і характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно здоров'я оточуючих [8, 123]. У свою чергу, розвиток здоров'язберігаючих компетенцій, що є складовими здоров'язбережувальної компетентності педагога, забезпечує успішність професійної взаємодії та впливає на емоційне та психологічне благополуччя вчителя. Відповідно до вище означеного перед системою освіти постає завдання створення мотиваційного підґрунтя та умов реалізації педагогами процесу формування здоров'язберігаючої компетентності та її складових компетенцій, що, у свою чергу, забезпечать орієнтацію на здоровий спосіб життя.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблема здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я особистості дедалі

частіше стає предметом наукових досліджень у педагогічній, медичній, соціологічній, валеологічній та психологічній науках. Дослідженню основ здоров'язберігаючого виховання присвячені наукові праці В. Брехман, В. Горацук, О. Дубогай, В. Лозинського, З. Малькова, В. Оржеховської, М. Таланчук, Л. Татарнікової. Основні принципи організації оздоровчої освіти та виховання школярів висвітлено в працях М. Гриньової, Л. Заплатнікова, С. Кириленка, Л. Пономарьової, О. Шиян, Б. Шияна.

Проблему застосування здоров'язберігаючих технологій у сучасній школі проаналізовано у працях О. Антонової, Ю. Науменко, М. Смірнова, В. Лозинського, В. Циганова та інших. З огляду на те, що вищезазначені дослідження фокусувались здебільшого на вивченні особливостей формування здоров'язберігаючих компетентностей та компетенцій у школярів, ми визначили цілі нашого дослідження. **Метою статті** є вивчення особливостей формування та розвитку здоров'язберігаючих компетентностей педагога як суб'єкта освітнього процесу.

**Виклад основного матеріалу.** Освіта, компетентність і здоровий спосіб життя у XXI ст. є одними із найважливіших факторів життєзабезпечення кожної людини. Компетентність — це здатність професійно й ефективно розв'язувати ті чи інші проблеми, які виникають у процесі будь-якої діяльності людини. Компетентність у цілому розвиває вміння і навички вирішувати різноманітні життєві проблеми, отримувати й аналізувати інформацію, шукати, знаходити та приймати рішення, оцінювати наслідки діяльності, організовувати свою наукову, методичну та дидактичну роботу, використовувати нові інформаційні технології, боротися з труднощами тощо.

Поняття компетентності включає в себе когнітивну складову, а також мотиваційну, етичну, соціальну, поведінкову; систему ціннісних орієнтацій, звички. Однією із складових компетентності, що належить до проблеми збереження та зміцнення здоров'я людини, науковці виділяють компетентність здоров'язбереження (І. Зимня, Д. Воронін, А. Хуторський, В. Сергієнко, Л. Грицюк, О. Савченко).

Під здоров'язберігаючою компетентністю ми розуміємо інтегральну здатність фахівця, яка забезпечує успішне збереження та зміцнення власного фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я, а також здоров'я оточуючих. Ця компетентність забезпечує організацію здорового способу власного життя у фізичній, соціальній, психічній, духовній сферах та організацію своєї праці. Основним критерієм цієї компетентності є стан оптимальної відповідності, гармонії між біологічним, психологічним і соціальним у житті й діяльності людини.

У праці Л. Антонової здоров'язберігаюча компетентність педагога трактується як інтегральна якість особистості, що базується на знаннях і досвіді та виявляється в готовності до діяльності щодо збереження здоров'я в освітньому середовищі [1; 27].

І. Анохіна розглядає здоров'язберігаючу компетентність як готовність самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтримкою, зміцненням та збереженням здоров'я як свого, так і оточення [2, 54]. Н. Тамарська зазначає, що суть поняття “здоров'язберігаюча компетентність” проявляється в проведенні профілактичних заходів і

застосуванні здоров'язберігаючих технологій людьми, які знають закономірності процесу здоров'язбереження [5, 16].

Л. Мітіна підкреслює, що здоров'язберігаючі компетентності забезпечують здатність до збереження і зміцнення професійного здоров'я. В. Байденко вважає: вищезгадані компетентності формують професійну витривалість, що відповідно впливає на успішне формування соціальної компетенції [6, 58; 3, 234].

У науковій літературі компетентність здоров'язбереження розглядається як основа буття людини, де основним є усвідомлення важливості здоров'я, здорового способу життя для всієї життєдіяльності особистості [1; 52].

Отже, здоров'язбережувальна компетентність педагога — це особистісні характеристики та особливості, спрямовані на збереження власного фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я, а також сприяння збереженню, зміцненню здоров'я учнів під час навчального процесу та поза ним.

У структурі здоров'язберігаючої компетентності науковці виокремлюють три основні компоненти:

- когнітивний (система знань і пізнавальних вмінь);
- особистісний (наявність і прояв рис особистості, зумовлених характером діяльності з формування здорового способу життя свого та інших людей);
- діяльнісний (здатність обґрунтовано виявляти та раціонально застосовувати шляхи і засоби для найбільш ефективного досягнення мети).

Когнітивний компонент має містити знання, які характеризуються світоглядним розумінням людини її природного та соціального оточення; загальні професійні знання про культуру здоров'я як складову загальної культури особистості; психолого-педагогічні знання про закономірності всебічного розвитку особистості; інтегровані предметні знання про цінності здоров'я та здорового способу життя як основи активної життєдіяльності та особистісного розвитку людини; методичні знання про застосування здоров'язберігаючих технологій у соціальній роботі та ефективні заходи щодо особистої безпеки життєдіяльності й навколишнього середовища.

Особистісний компонент становлять: мотиваційно-ціннісні орієнтації (прийняття цінності здоров'я, інтерес та готовність до різноманітних видів здоров'язберігаючої діяльності); соціальна орієнтація (готовність до виконання соціальних функцій і ролей у професійній та соціокультурній сферах); особистісні якості, необхідні для здійснення здоров'язберігаючої діяльності; рефлексивна складова (усвідомлення і засвоєння способів підтримки здоров'я).

Діяльнісний компонент містить систему спеціальних здоров'язберігаючих умінь і навичок (позитивне ставлення до власного здоров'я та здоров'я об'єктів своєї безпосередньої діяльності, володіння сучасними засобами психофізичної діагностики стану здоров'я та вміння їх застосовувати на практиці, вміння проектувати індивідуальні траєкторії розвитку і вдосконалення способів збереження здоров'я інших), а також

загальнопедагогічні та професійні уміння й навички роботи (організаторські, аналітичні, проектувальні, комунікативні, корекційні та ін.). Єдність та взаємодія зазначених компонентів є необхідною умовою для ефективного використання здоров'язберігаючої компетентності при виконанні професійних завдань.

Здоров'язберігаюча компетентність є необхідною для успішної професійної діяльності сучасного педагога, котрий працює в умовах різноманітних екологічних проблем, модернізації суспільства, поширення явищ нездорового способу життя тощо. Деякі дослідники визначають важливість когнітивного компонента як невід'ємної складової здоров'язберігаючої компетентності, що, на їх думку, полягає у формуванні спрямованості мислення на збереження й зміцнення здоров'я. Однак, варто зазначити і важливість прикладного аспекту цієї компетентності.

Так, за Д. Вороніним, здоров'язберігаюча компетентність передбачає не тільки медико-валеологічну інформативність, а й застосування знань на практиці, володіння методиками зміцнення здоров'я й запобігання захворюванням [4, 28]. Здоров'язбережувальна компетентність нами розглядається як інтегральна здатність особистості до здійснення здоров'язбережувальної діяльності на підґрунті знань, умінь, навичок та ціннісних ставлень, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення й складається із певного набору компетенцій. (рис.1.)

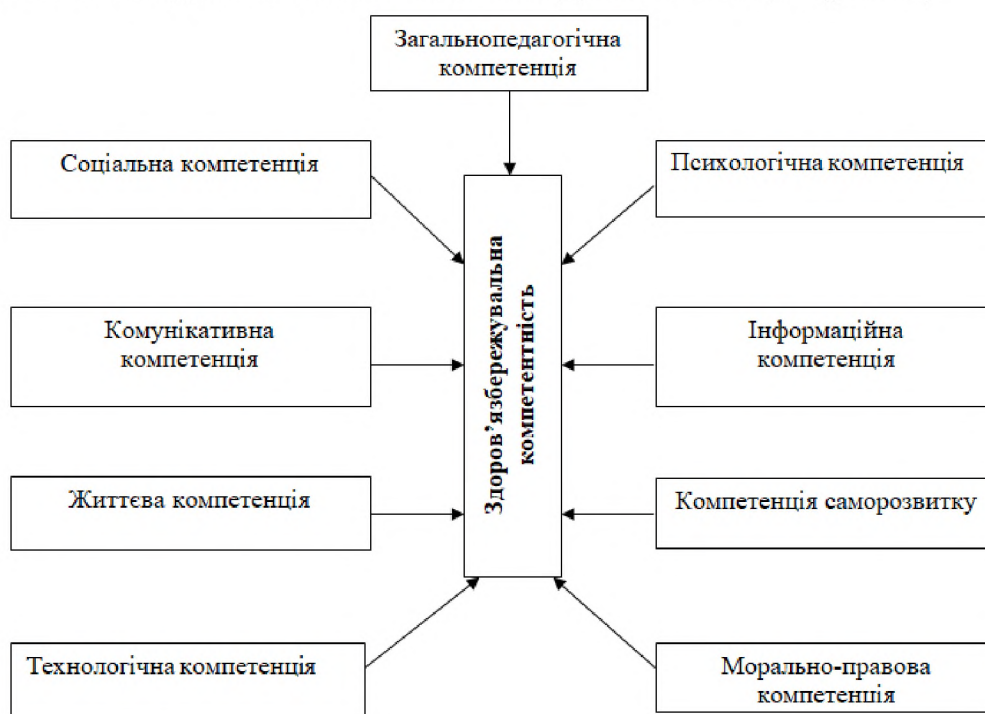


Рис.1. Структура здоров'язбережувальної компетентності

Водночас ми вважаємо, що можливий і інший варіант розгляду структури здоров'язбережувальної компетентності за компонентами.

Педагог виконує одну із важливих функцій, що полягає в передачі знань і умінь здоров'язбереження, тому формування здоров'язберігаючої

компетентності вчителів та учнів є необхідною та обов'язковою складовою їхньої підготовки.

Проблема формування здоров'язберігаючих компетенцій постає дедалі гостріше в освітньому середовищі, а основними причинами цього є:

- відсутність загально визнаного розуміння здоров'язберігаючої компетентності вчителів як комплексного феномену, який має великий потенціал для покращення рівня здоров'я учасників навчально-виховного процесу;

- нерозробленість змістового і методико-технологічного аспекту формування основ здоров'язберігаючої компетентності вчителів;

- участь і основна роль учителя у створенні здоров'язберігаючого освітнього середовища для учасників навчально-виховного процесу, формування навичок здорового способу життя.

Основні фактори, що негативно впливають на здоров'я учнів і відповідно є наслідками відсутності формування здоров'язберігаючих компетенцій, є:

- недотримання гігієнічних умов в організації навчального процесу;
- недосконалість та перевантаження навчальними програмами, некоректне застосування освітніх технологій;

- низький рівень рухової активності;

- інтенсифікація навчального процесу;

- нераціональне харчування;

- недостатня компетентність педагогів у питаннях здоров'я і здорового способу життя;

- авторитарний стиль поведінки педагога;

- низький рівень культури здоров'я учнів;

- незадовільний стан здоров'я педагогів [7, с. 25].

З перелічених факторів до тих, що стосуються безпосередньо особистості педагога, можна віднести авторитарний стиль викладання, незадовільний стан здоров'я, недостатньою компетентність педагогів у питаннях здоров'я і здорового способу життя. Тому всі вони свідчать про відсутність здоров'язберігаючої компетенції з негативними наслідками для всіх учасників навчального процесу.

На підставі аналізу компонентів структур компетентності, представлених у науковій літературі, нами визначена структура здоров'язберігаючої компетентності педагога, до якої входять:

- ціннісно-мотиваційний компонент, що являє собою систему цінностей особистості педагога (основна цінність — здоров'я), яка мотивує його на здоров'язберігаючу діяльність, проявляється в інтересі і потребах педагога до формування ним здоров'язберігаючої компетентності;

- когнітивний компонент, спрямований на формування системи знань про закономірності життя та збереження здоров'я, прагнення до самоосвіти в питаннях здоров'язбереження;

- операційно-технологічний компонент – оволодіння педагогами вміннями здоров'язберігаючої діяльності, проявляється в готовності до реалізації поведінкових моделей здорового способу життя та здоров'язберігаючих технологій і здатності до самовдосконалення

власного здоров'я;

– компонент особистісних і професійних якостей педагога. Включає такі особистісні якості, як відповідальність, організованість, доброзичливість, вимогливість до себе, працьовитість, ініціативність, енергійність, наполегливість, рішучість тощо, а також професійно-значущі якості, а саме: інтерес до людей, любов до дітей, тактовність, емпатія, толерантність, рефлексія та ін.

Усі компоненти структури здоров'язберігаючих компетентностей педагога взаємопов'язані. Кожна конкретна ситуація вимагає певного підбору здібностей, якостей особистості, готовності педагога до здоров'язберігаючої діяльності.

Ключовим елементом реалізації здоров'язберігаючих компетентностей вчителем є здоров'язберігаючий урок як форма організації навчання. Здоров'язберігаючий урок включає такі складові:

1. Відповідне розміщення дітей за партами (відповідно до санітарних норм).

2. Позитивне емоційне налаштування, яке знімає напругу, слугує організаційним моментом і настановою на урок чи тему.

3. Активне міжособистісне спілкування, що ґрунтується на атмосфері вдячності та обміну позитивними емоціями.

4. Використання рухових дидактичних ігор, різноманітних активних дій, пересування учнів у класі (якщо дозволяє тема уроку).

5. Мотивація педагогів до набуття здоров'язберігаючих компетенцій шляхом формування відповідальності за здоров'я дитини.

6. Тісна взаємодія з медиками та батьками з метою інформування про стан здоров'я учнів, наявність хронічних захворювань, факторів ризику здоров'я.

7. Побудова уроку з використанням передових технологій з урахуванням здоров'язбереження.

8. Забезпечення умов для продуктивної пізнавальної діяльності з урахуванням стану здоров'я, особливостей розвитку, інтересів, задатків та потреб.

9. Встановлення міжпредметних зв'язків.

10. Логічність та емоційність усіх етапів навчально-виховного процесу, варіативне використання правил здорового способу життя залежно від конкретних умов проведення уроку.

11. Ретельна діагностика, прогнозування планування і контроль кожного уроку з урахуванням особливостей учнів.

Аналізуючи проблему розвитку та формування здоров'язберігаючих компетенцій, фахівці цього напрямку пропонують алгоритм упровадження здоров'язберігаючої педагогіки, що може бути реалізований в освітній системі.

Перш за все, він передбачає усвідомлення негативного впливу освітнього закладу на стан здоров'я учнів та вчителів і необхідність негайного вирішення. Також важливим є усвідомлення педагогом відповідальності за фізичне неблагополуччя учнів. Цей алгоритм включає тісну співпрацю з усіма учасниками навчально-виховного процесу: учнями, адміністрацією, батьками та вчителями.

**Висновки.** Отже, збереження здоров'я учасників навчально-виховного процесу є одним із важливих завдань сучасної школи. Підвищення цінності власного здоров'я педагогів та учнів відбувається шляхом формування здоров'язберігаючих компетенцій. Кожен педагог повинен усвідомлювати особисту відповідальність за створення умов, які дають змогу "не нашкодити" фізичному та психічному благополуччю, на реалізацію методів і засобів навчання відповідно до фізіолого-психологічних принципів збереження здоров'я з реалізацією їх на більш якісному рівні.

Ставлення до свого здоров'я як цінності педагогом і розвиток здоров'язберігаючих компетентностей педагога забезпечує високий рівень реального здоров'я, озброює необхідним багажем знань, умінь і навичок, необхідних для реалізації здорового способу життя та відповідно виховання в учнів високої культури здоров'я.

**Перспективи подальших пошуків у напрямі дослідження** спрямовані на вивчення особливостей здоров'язберігаючих технологій з метою їх реалізації в навчально-виховному процесі в сучасній школі.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Антонова Л. Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л. Н. Антонова, Т. И. Шульга, К. Г. Эрдынеева. – М.: Изд-во МГОУ, 2004. – 100 с.
2. Анохина И. А. Приобщение дошкольников к здоровому образу жизни: Методические рекомендации / И. А. Анохина. – Ульяновск : УИПК – ПРО, 2007. – 80 с. – (серия "Здоровый ребёнок"; вып. 2).
3. Байденко В.И. Основные тенденции развития высшего образования: глобальные и болонские измерения / В. И. Байденко. – М. : Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2010. – 352 с.
4. Воронін Д. Є. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті / Д. Є. Воронін // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – № 2. – С. 25-28.
5. Тамарская Н. В. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровье сберегающий аспект) : уче.-метод. пособ. для учителя / Н. В. Тамарская, С. В. Русакова, М. Б. Гагина. – Калининград : Изд-во КГУ, 2002. – 31 с
6. Митина Е. П. Здоровьесберегающие технологии сегодня и завтра / Е. П. Митина // Начальная школа. – 2006. – № 6. – С. 56-59.
7. Фенчак Л. М. Формування здоров'язберігаючих компетентностей майбутніх учителів початкових класів як важливої складової їх професійної підготовки / Л.М.Фенчак // Вісник ЛНУ ім. Тараса Шевченка. – № 20(231), 4. IV. – 2011.
8. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання [школярів](#) / [Б. М. Шиян](#). – Тернопіль: Навчальна [книга](#) "Богдан", – 2001. – Ч.1. – 272 с.

*Стаття надійшла до редакції 26.09.2017*