

## ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ В ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ

**Постановка проблеми.** У «Національній доктрині розвитку освіти» пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності [4]. На нашу думку, це можливо реалізувати шляхом модернізації змісту освіти й якості освіти, впровадженням інноваційних методик навчання та виховання, ефективних педагогічних технологій.

Відомо, що рівень здоров'я людини залежить від багатьох чинників: спадкових, соціально-економічних, екологічних, а також діяльності системи охорони здоров'я. Однак, за даними ВООЗ, він лише на 10% пов'язаний з останнім чинником, на 20% обумовлений генетичними чинниками, на 20% його визначають екологічні умови і на 50% - умови і спосіб життя людини [3, с. 24]. Слід відзначити, що умови і спосіб життя людини є її головними резервами здоров'я.

Не можна не погодитися з твердженням про те, що майбутній учитель є центральною фігурою як в організації навчально-виховного середовища так і в забезпеченні спадкоємності поколінь, тому особливої уваги заслуговує рівень сформованості його культури здоров'я. Здорова людина в аспекті вимог до сучасного педагога – це той, хто: ефективно справляється зі стресами і вміє уникати конфліктів; приймає відповідальні рішення; знаходить свою соціокультурну нішу; мобільний на змінному ринку праці; не просто пристосовується до зовнішніх умов, але й осмислено їх перебудовує, тим самим покращуючи суспільне здоров'я [7].

За період навчання у вищому навчальному закладі майбутні фахівці постійно стикаються з факторами ризику, а саме: перенавантаження навчального процесу; нераціональна організація навчальної діяльності; стресова педагогічна тактика; невідповідність методик і технологій навчання віковим і функціональним можливостям тих, хто навчається; функціональна неграмотність педагога в питаннях охорони і зміцнення здоров'я; відсутність системи роботи з формування цінності здоров'я і здорового способу життя (зокрема профілактики шкідливих звичок, статевого виховання і сексуальної освіти, недостатнє використання засобів фізичного виховання і спорту тощо) [2].

Це свідчить, з одного боку, про те, що сучасна система освіти, може стати джерелом факторів ризику, що негативно впливають на здоров'я тих, хто навчається, з іншого боку, за умови правильної організації навчального процесу навчальний заклад має потенційні можливості для подолання наслідків такого впливу. Існують різноманітні форми та методи, спрямовані на вирішення цих питань. Їх комплекс має назву здоров'язберігаючі технології, які спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я тих, хто навчається. Отже, розглянемо використання здоров'язберігаючих технологій у процесі навчання майбутніх фахівців у вищому навчальному закладі як педагогічну проблему.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Вивченням проблеми використання здоров'язберігаючих технологій у системі освіти займається багато дослідників (М.К.Смірнов, А.М.Мітєєва, В.М.Єфімова, Л.Ф.Тихомірова, І.В.Чупаха тощо) та визначають як головний напрям вирішення проблем зміцнення та збереження здоров'я тих, хто навчається, в сучасних умовах освітнього простору.

**Постановка завдання.** Визначено поняття «здоров'язберігаючі технології», їх місце у підготовці майбутнього фахівця.

**Виклад основного матеріалу.** За даними Міністерства освіти і науки, 36% учнів загальноосвітніх шкіл мають низький рівень фізичного здоров'я, 34% – нижче за середній, 23% – середній, 7% – вище середнього, і лише 1% – високий. Тож зрозуміло чому відхилення у стані здоров'я мають майже 90% студентів, а понад 50% з них – незадовільну фізичну підготовку [1]. Отже, однією з причин незадовільного стану здоров'я тих, хто навчається, є вади системи освіти. Також слід зазначити, що студентські роки є заключним

етапом розвитку психофізичних і рухових можливостей організму людини, стабілізації всіх його систем. Саме тому сьогодні велике значення має використання здоров'язберігаючих технологій у системі вищої освіти.

Згідно визначення ВООЗ, «...здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів» [3, с. 24]. У відношенні здоров'язберігаючих технологій у системі освіти це визначення можна конкретизувати: здоров'я – це такий психофізичний і духовний стан учнів, який забезпечує їм досить високий рівень інтелектуальної та фізичної працездатності, а також адаптованості до навчального, соціального та природного середовища, що постійно змінюється [2]. Технологія пов'язана з навчальним процесом – діяльністю вчителя й учня, її структурою, засобами, методами і формами. Вона виступає як сукупність науково обґрунтованих способів організації педагогічної діяльності, здійснення яких сприяє до оптимальному розв'язанню поставлених задач [8, с. 12].

Саме тому, постійно взаємодіючи з суб'єктами педагогічного процесу та володіючи сучасними педагогічними знаннями, педагог повинен планувати й організовувати свою діяльність із урахуванням збереження та зміцнення власного здоров'я та здоров'я тих, хто навчається. Для створення безпечних умов перебування та навчання у вищому навчальному закладі, вирішення завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих та індивідуальних особливостей), відповідності навчального та фізичного навантаження використовують здоров'язберігаючі технології. На думку Л.Тихомірової, найважливішим у характеристиці будь-якої технології, яка реалізовується в освітній установі, є те, наскільки вона зберігає здоров'я учнів, чи є вона здоров'язбережувальною. Тому автор поняття «здоров'язбережувальні технології» розглядає не як самостійну педагогічну технологію, а як якісну характеристику освітніх технологій. А.Мітяєва також розглядає поняття «здоров'язбережувальні освітні технології» як якісну характеристику будь-якої освітньої технології, її «сертифікат безпеки для здоров'я» і як сукупність тих принципів, прийомів, методів педагогічної роботи, які, доповнюючи традиційні технології навчання і виховання, наділяють їх ознакою здоров'язбереження [9, с.58]. За визначенням В.Єфімової поняття «здоров'язбережувальні технології» потрібне розглядати як частину педагогічної науки, яка вивчає і розробляє цілі, зміст і методи навчання здоровому способу життя, яка спрямована на вирішення питань здоров'язбереження у системі освіти; як спосіб організації, модель навчального процесу, яка гарантує збереження здоров'я всіх суб'єктів навчального процесу; як інструментарій освітнього процесу, як система вказівок, які повинні забезпечити ефективність і результативність навчання разом із збереженням здоров'я учнів [9, с.59]. Отже, здоров'язберігаючі технології можуть розглядатись як частина педагогічної науки, що створює безпечні умови для перебування та навчання в вищому навчальному закладі; вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих та індивідуальних особливостей), відповідності навчального та фізичного навантаження, які повинні забезпечити ефективність навчання [10, с.69].

На нашу думку, важливе місце у формуванні в студентів усвідомленої потреби в зміцненні та збереженні власного здоров'я виявляється в стійкій мотивації до цього процесу. На жаль, у наш час вона має дуже низький рівень. Мотивація – це система мотивів поведінки й діяльності, спонукання активності організму та його цілеспрямованості [6, с. 31]. Формування мотивації невід'ємно пов'язано з пізнавальним інтересом студента, що оптимально активізує психічну діяльність особистості, а його відсутність виявляє індивідуальність поверхово, умовно. У навчанні з інтересом немає інтелектуальної пасивності, байдужості, безініціативності. Відсутність інтересу до навчання негативно відбивається на особистості. Пізнавальний інтерес є не тільки дієвим спонуканням до діяльності, але й важливою умовою розвитку особистості, її вдосконалення. На виключно важливе значення інтересів у духовному розвитку особистості зауважували представники прогресивної психологічної та педагогічної думки минулого. «Збудіть у людині щирий інтерес до всього одержаного, високого і морального, - писав К.Д.Ушинський, - і ви можете бути спокійними, що вона збереже назавжди людську гідність» [4, с. 92]. Педагог повинен

знайти такі докази й переконання, щоб мотивація підтримки здоров'я спонукала активно діяти щодо здоров'ятворення. Чим повніше й точніше людина усвідомлює свої мотиви, тим сильнішою є її влада над власними вчинками.

В умовах запровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій педагог повинен дотримуватися певних технологічних принципів:

1) принцип єдності зв'язку елементів системи здоров'язберігаючої технології. Основні складові її елементи (інформаційна, інструментальна і кадрова) взаємопов'язані і взаємозалежні: зміна однієї з них неодмінно вимагає зміни двох інших;

2) принцип діагностичності цілепокладання;

3) принцип функціональної повноти і функціонального взаємозв'язку змісту здоров'язберігаючої технології;

4) принцип відкритості функціональних і методичних дій. Все, що робиться в процесі впровадження та становлення здоров'язберігаючої системи освіти і виховання, має бути зрозумілим, логічно обґрунтованим та інформаційно-відкритим для студентів і вчителів, бути для них усвідомленою діяльністю;

5) принцип об'єктивної оцінки кінцевого результату – один із головних принципів, що лежить в основі освітніх технологій. Тільки при виконанні цієї вимоги можливі продуктивний контроль і корекція, пошук способів управління і виправлення допущених помилок;

6) принцип наступності та завершеності: узгодженість не тільки змісту, але й технологічної моделі, форм навчальної діяльності на різних ступенях освіти як в макро-, так і в мікроструктурі. На кожному наступному етапі розширюються і поглиблюються уявлення, знання, вміння і навички, відбувається перехід з низького рівня на більш високий;

7) принцип варіативності засобів, методів і організаційних форм упровадження здоров'язберігаючих технологій в освіті. Широкий спектр і різноманітність засобів, методів, організаційних форм та видів здоров'язберігаючих технологій забезпечує повноцінність освітньої системи, надає свободу творчості, ініціативи та діяльності, але в умовах концепції принципів і чинників, що складають та забезпечують її;

8) принцип оптимізації: вибір найкращого варіанту плану діяльності, тобто найкращого варіанту змісту засобів, форм, методів упровадження та функціонування здоров'язберігаючих технологій, витрат часу, зусиль, ступеню труднощі, науковості, створення оптимальних умов для діяльності (навчально-матеріальних, санітарно-гігієнічних, морально-психологічних, культурно-естетичних); умілого стимулювання та регулювання дій; оперативного контролю і корекції діяльності [2].

Підводячи підсумок, зауважимо, що здоров'язберігаючі технології у вищому навчальному закладі відіграють значну роль і дозволяють забезпечити високий рівень здорового способу життя учасників педагогічного процесу. На нашу думку, використання здоров'язберігаючих технологій дозволяє мінімізувати вплив негативних факторів на майбутнього фахівця, створити позитивне середовище для зміцнення та збереження здоров'я; сприяти відповідальності за власне здоров'я, здоров'я сім'ї та суспільства; привести всі елементи навчального процесу у відповідність в залежності від стану здоров'я, фізичним та психологічним можливостями майбутніх фахівців.

**Висновки.** Отже, в наш час актуальність проблем зміцнення та збереження здоров'я тих, хто навчається, дуже загострена. На нашу думку, використання здоров'язберігаючих технологій є невід'ємною умовою організації навчального процесу, без якого неможливо забезпечити високий рівень здоров'я майбутніх фахівців та розвитку здорової особистості.

**Перспективи подальших досліджень.** Передбачається провести в цьому напрямку більш детальні розробки та обґрунтування здоров'язберігаючих технологій у процесі професійної підготовки.

#### Список використаних джерел

1. Біла книга національної освіти України [Електронний ресурс] / Акад. пед. наук України; за ред. В. Г. Кременя. – К., 2009. – Режим доступу: <http://www.apsu.org.ua/activity/doc/BK.doc>
2. Здоров'язберігаючі технології в освіті [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osvita.ua/school/technol/3650>
3. Кураев Г. А. Валеология: словарь терминов: учебное пособие / Г. А. Кураев, В. Б. Войнов. – Ростов н/Д : ЦВВР, 2000. – 177 с.
4. Марченко В. А. Мотивація навчальної діяльності студентів у процесі вивчення дисципліни «Основи безпеки життєдіяльності» / В. А. Марченко // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи: [зб. наук пр. / за заг. ред. проф. В. І. Євдокимова і проф. О. М. Микитюка]; ХНПУ імені Г. С. Сковороди. – Х., 2010. – Вип. 33. – С. 89–94.
5. Національна доктрина розвитку освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://osvita.ua/legislation/other/2827>
6. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2006. – № 4. – С. 29–32.
7. Патькова Н. Ю. Про збереження здоров'я вчителя у професійній діяльності [Електронний ресурс] / Н. Ю. Патькова. – Режим доступу: [http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Vchu/N148/N148p079-082.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/Vchu/N148/N148p079-082.pdf)
8. Прокопенко І. Ф. Педагогічні технології: навч. посіб. / І. Ф. Прокопенко, В. І. Євдокимов. – 2-е вид. – Х.: Колегіум, 2006. – 224 с.
9. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень / В. М. Єфімова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2010. – № 1. – С. 57–60.
10. Зоріна М. О. Сутнісна характеристика та актуальність поняття «здоров'язберігаючі технології» / М. О. Зоріна // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи: зб. наук пр. / за заг. ред. проф. В. І. Євдокимова і проф. О. М. Микитюка]; ХНПУ імені Г. С. Сковороди. – Х., 2010. – Вип. 33. – С. 64–69.

### ***Зоріна М.О.***

#### *Здоров'язберігаючі технології в підготовці майбутнього фахівця*

У статті розглянуто проблему рівня здоров'я студентів та шляхи її вирішення за допомогою використання здоров'язберігаючих технологій у процесі навчання. Розкрито поняття «здоров'язберігаючі технології», їх місце в підготовці майбутнього фахівця. Схарактеризовані основні принципи забезпечення здоров'язберігаючих технологій в освітньому процесі.

**Ключові слова:** здоров'я, зміцнення здоров'я, збереження здоров'я, здоров'язберігаючі технології, професійна підготовка, майбутні фахівці.

### ***Зорина М.А.***

#### *Здоровьесберегающие технологии в подготовке будущего специалиста*

В статье рассмотрена проблема уровня здоровья студентов и пути ее решения с помощью использования здоровьесберегающих технологий в процессе обучения. Раскрыто понятие “здоровьесберегающие технологии”, их место в подготовке будущего специалиста. Охарактеризованы основные принципы обеспечения здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе.

**Ключевые слова:** здоровье, укрепление здоров'я, сохранение здоровья, здоровьесберегающие технологии, профессиональная подготовка, будущие специалисты.

### ***M. Zorina***

#### *Health-saving in Training Future Specialists*

The paper considers the problem of the level of health of students and its solutions through the use of technology in the learning process. The concept “health-technology”, its place in

training the future expert is disclosed. Main principles of safeguarding health-technology in educational process are characterized.

**Key words:** health, development of health, health saving, health-technology, training, future professionals.

*Стаття надійшла до редакції 10.06.2011р.*