

УДК 378:37.015.3

Маслов Р.В.

ФОРМУВАННЯ ОЗДОРОВЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ

У статті розкрито суть поняття оздоровчої компетентності, розглянуто сучасний стан ефективності реалізації ідей формування оздоровчої компетентності у майбутніх фахівців, розглянуто роль освіти в галузі здоров'я, яка має поєднувати засвоєння необхідних знань, формування певного ставлення та конкретних навичок, необхідних для позитивної поведінки, збереження та розвитку здоров'я. Розглянуто поняття освіта та здоров'я, які є взаємодоповнюючими компонентами успішного повсякденного буття молоді. Проаналізовано результати різноманітних досліджень які дозволяють стверджувати, що традиційна система освіти більшою мірою орієнтована на здобуття знань та інформації, а формування життєвих умінь і навичок недостатнє, рівень підготовки майбутніх фахівців не відповідає сучасним вимогам. Майбутнім фахівцям потрібні не лише знання, а й життєві навички, що допомагають робити життєвий вибір, досягати цілі, коригувати поведінку, оцінювати ризики, зберігати і покращувати здоров'я та якість життя.

Ключові слова: компетентність; оздоровча компетентність; психолого-педагогічні аспекти; формування; здоров'я; освіта; навичка.

Соціально-економічні перетворення в Україні, глобальна екологічна криза актуалізували проблему збереження фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я майбутніх фахівців. Це поставило перед вищими навчальними закладами завдання створення таких умов розвитку майбутніх фахівців, які б сприяли утвердженню здорового способу життя, гармонізації їх взаємин з довкіллям.

На даний момент в Україні створено певний досвід законодавчого і нормативного забезпечення виховання у молоді здорового способу життя. Статтею 3 Конституції України здоров'я людини, як і її життя, особиста честь і гідність, недоторканість та безпека, визнані найвищою соціальною цінністю. Право кожного на охорону здоров'я, деклароване статтею 49 Конституції України, деталізується в Основах законодавства України про охорону здоров'я.

Проблема здоров'я майбутніх фахівців стала предметом дослідження філософів, медиків, психологів, педагогів. Теоретико-методологічні засади цих питань сформульовано у працях А.Г. Здравомислова, І.Н. Смирнова, Л.П. Сущенко та ін.; проблему суб'єкт-суб'єктного, психолого-педагогічні аспекти формування оздоровчої компетентності молоді розглянуті в дослідженнях Т.Є. Бойченко, Г.П. Голобородько, М.Є. Кобринського, Т.Ю. Круцевич, С.В. Лапаєнко, В.М. Оржеховської, Ю.Т. Похолінчука, В.В. Радула, С.О. Свириденко, М.С. Солопчука; формування здорового способу життя засобами фізичного виховання досліджували В.Г. Ареф'єв, О.Ф. Артющенко, О.М. Вацеба, Г.І. Власюк, Л.В. Волков, М.С. Герцик, Л.Д. Гурман, В.С. Дробинський, О.Д. Дубогай, С.А. Закопайло, М.Д. Зубалій, Д.Е. Касенок, О.С. Куц, В.Ф. Новосельський, І.А. Панін, І.І. Петренко, Р.Т. Раєвський, А.Г. Рибковський, О.Б. Скоробагатов, С.О. Сичов, Є.В. Столітенко, А.Л. Турчак, Є.М. Франків, Б.М. Шиян, П.І. Щербак та інші.

Метою статті є формування оздоровчої компетентності майбутніх фахівців як психолого-педагогічна проблема.

Зазначимо, питання формування оздоровчої компетентності майбутніх фахівців охоплюють широкий спектр питань. Відтак, необхідність збереження здоров'я і запобігання його руйнації потребує всебічного і комплексного вивчення всіх можливих форм вкорінення в систему освіти формування здорового способу життя. Вищі навчальні заклади, трудові колективи, сім'я – найефективніші інституції формування фізичного здоров'я молоді. Без сумніву проблема збереження здоров'я має давні традиції в історії розвитку людства. Лише зплинністю часу з'являються все нові й нові фактори, що сприяють руйнації найбільшої цінності людського буття. Добре відомо, що збереження здоров'я в його первинному вигляді практично не можливе (через ряд зовнішніх і внутрішніх чинників та самого фізіологічного процесу старіння людини).

Сьогодні важливим і перспективним є завдання збереження, зміцнення здоров'я майбутніх фахівців, як за допомогою організації і здійснення особистісно орієнтованого педагогічного процесу з урахуванням основних валеологічних принципів, так і виховання відповідального ставлення до власного здоров'я як до найвищої індивідуальної та суспільної цінності. Сучасне розуміння проблеми здорового способу життя в Україні полягає у подальшому розвитку національних традицій та їх взаємозумовленості з гуманістичним й демократичним досягненнями світового співтовариства.

Варто зазначити, світова наука розробила цілісний погляд на здоров'я як феномен, що інтегрує принаймні чотири його сфери або складові – фізичну, психічну (розумову), соціальну (суспільну) і

духовну. Всі ці складові невід'ємні одна від одної, вони тісно взаємопов'язані і саме разом, у сукупності, визначають стан здоров'я людини. Для зручності вивчення феномена здоров'я наука диференціює поняття фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я. Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад.

З позицій викладеного розуміння феномена здоров'я людини походить визначення поняття оздоровчої компетентності: це все в людській діяльності, що стосується збереження і зміцнення здоров'я, все, що сприяє виконанню людиною своїх людських функцій через діяльність з оздоровлення умов життя – праці, відпочинку та побуту.

Зауважимо сучасна освіта – це значно більше, ніж навчання письму та читанню, це суттєво складніше явище, ніж передача певного набору інформації та знань. Сучасна освіта – це особистісно орієнтований розвиток людини, формування самосвідомості, системи норм і цінностей, навичок спілкування та прийняття рішень, умінь керувати своїми бажаннями та діями інших, долати перепони, протистояти з боку волі іншого тиску; це набуття інших звичок, необхідних для успішного інтегрування молодих людей у суспільні відносини та самостійного життя. Отже, освіта в галузі здоров'я має поєднувати засвоєння необхідних знань, формування певного ставлення та конкретних навичок, необхідних для позитивної поведінки, збереження та розвитку здоров'я. Знання передбачає володіння певним масивом інформації та розуміння світу і фактів життя на її основі.

Особливого значення потрібно надавати підвищенню рівня інформованості молоді, формуванню мотивації до здорового способу життя і безпечної поведінки шляхом уведення нових навчальних програм, методик, поширення тренінгової Інтерактивної та індивідуально-консультативної роботи, видання тематичної навчальної літератури, підготовки кадрів для профілактичної діяльності за цим напрямом, покращення системи ранньої профілактики, психолого-педагогічного діагностування, індивідуальної роботи, використання існуючого наукового та методичного потенціалу, вивчення передового досвіду.

Одним з проблемних питань є якість навчально-методичних матеріалів. Необхідне посилення відповідальності за підготовку та видання матеріалів щодо впровадження знань про здоровий спосіб життя, здійснення комплексної експертизи з боку науковців (педагогів, психологів, лікарів), а також педагогів і лікарів-практиків, авторів інноваційних технологій. Проблемою є те, що формування оздоровчої компетентності у навчальних закладах України реалізується у ряді випадків формально, епізодично, без урахування тенденцій, що мають місце в молодіжному середовищі. Однією з суттєвих причин є брак відповідно підготовлених педагогів.

Ефективна реалізація ідей формування оздоровчої компетентності можлива за умови раціонального використання фінансових, технологічних, матеріальних, інтелектуальних та інших ресурсів держави, які спрямовуються на формування фізично, психічно, соціально, морально здорової особистості з високим рівнем громадянської відповідальності, готової до самостійного вибору власного місця в житті, високо ерудованої і культурної, яка має гуманістичний світогляд та гуманістичні якості, поважає батьків, інших людей, які її оточують, із сформованою культурою спілкування, веде здоровий спосіб життя, прагне до самовдосконалення, толерантна, добродісна, милосердна, доброзичлива.

Через специфічність формування здорового способу життя спеціалісти рекомендують для навчання так звані інтерактивні методи. Теорія соціального навчання теоретично обґрунтовує особливості методики активного навчання. Зокрема, важко не погодитися з тим, що діти вчаться як із запланованого навчального матеріалу, так і зі спостереження за своїм оточенням. Тому процес навчання певної практичної навички повинен відтворювати природний для дитини процес навчання: діти спочатку засвоюють певні норми, а згодом – коригують свою поведінку залежно від наслідків власних дій та реакції на їх поведінку інших людей. Поведінка посилюється позитивними чи негативними наслідками, які учень безпосередньо бачить або відчуває. Краще запам'ятовуються такі моделі поведінки, коли люди подумки або в реальній практиці використовують змодельовані зразки поведінки. Отже, виховання є ефективним, якщо не суперечить позитивній реакції оточення щодо молодої людини, тобто коли молода людина бачить у житті те, що не суперечить інформації, отриманій у навчальному закладі.

Спеціалістами виділено ряд навичок, які необхідно формувати, щоб досягти позитивних результатів в формуванні бережливого ставлення до свого здоров'я. Існують різні підходи та визначення щодо групування ключових навичок за категоріями. Незважаючи на розподіл навичок за категоріями, більшість з них взаємозв'язані, а деякі навіть можна формувати одночасно в процесі навчання. Важливим є також процес вторинного прогнозування з урахуванням психолого-педагогічного впливу на розвиток особистості. Таке прогнозування полегшує добір раціональних, педагогічно ефективних засобів впливу, нерідко дає можливість передбачити перебіг і перспективу розвитку як учня, так і групи в цілому. Вивчення психолого-педагогічних особливостей дає можливість правильно підібрати види роботи зі студентами в напрямку свідомого ставлення до згубного впливу нікотину, наркотиків, алкоголю.

Отже, успіх вищезазначеної роботи залежить від об'єднаних зусиль педагогічних і медичних установ, забезпечення чіткої взаємодії і наступності в роботі всіх соціальних інститутів і зацікавлених органів, координації всіх заходів. Головними профілактичними напрямами є гуманізація системи навчання і виховання, що дасть змогу реалізуватися кожній молодій людині, а також просвітницька робота серед батьків, покликана попередити негармонійні типи виховання. Звичайно, у формуванні адиктивної поведінки відіграють роль і фактори спадковості та стану здоров'я. Цей бік проблеми достатньо висвітлений у науковій літературі.

Вивчення і аналіз філософської, соціологічної, медичної, психолого-педагогічної літератури з проблеми дослідження дали змогу уточнити зміст і сутність понять, що характеризують здоровий спосіб життя. Зокрема, визначено, що здоровий спосіб життя є такою організацією його життєдіяльності, яка забезпечує оптимальний за даних умов рівень збереження й розвитку фізичного, морального та психічного здоров'я.

З позицій сьогодення структура здорового способу життя містить такі змістові елементи: раціональна навчальна і трудова діяльність з елементами наукової її організації; самовдосконалення особистісно важливих якостей (сили волі, цілеспрямованості, активності, самодисципліни); самоорганізація, що базується на повноцінності розпорядку дня, раціональному відпочинку та розумному поєднанні різних форм оздоровчої діяльності; оптимальний руховий режим для підтримки розвитку органів біологічних систем людини, її життєдіяльності та профілактики захворювань; психологічна підготовка як основа профілактики стресів, вироблення позитивних емоцій, навчання методам психорегуляції свого стану; особиста поведінка, спрямована на попередження та боротьбу зі шкідливими звичками; раціональне й збалансоване харчування як основа правильного розвитку систем організму; повноцінний сон, який попереджує фізичну й розумову перевтому.

Таким чином оскільки переважна більшість молодих людей мають недостатньо змістовні уявлення про сутність, компоненти і структуру здорового способу життя, пріоритетним завданням сучасного освітнього процесу є формування здорового способу життя у кожного майбутнього фахівця.

Використані джерела

1. Бойко О.В. Становлення та розвиток поняття "здоровий спосіб життя" // Морально-духовний розвиток особистості в сучасних умовах: Зб. наук. праць. Книга І. – К., 2000. – С. 117–124.
2. Войтенко В.М. Здоровий спосіб життя і рухова активність підлітків // Гуманістично спрямований виховний процес і становлення особистості: Зб. наук. праць. – К., 2001. – С. 64
3. Гріневич І.І. Сутність здорового способу життя: історично-педагогічний аналіз проблеми // Наукові записки. Психолого-педагогічні науки. – Ніжин, 2001. – № 1. – С. 92-99.
4. Кравчук О.В. Нетрадиційні методи й системи оздоровлення. Навчальний посібник. – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка. – 2002. – 196 с.
5. Кузьменко В.Ю. Проблеми самоактуалізації особистості в контексті виховання здорового способу життя // Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Зб. наук. праць. Книга І. – К., 2002. – С. 153–158.
6. Охрімчук С.Ю. Рухова активність як основний компонент соціально здорового способу життя // Соціологічна наука і освіта в Україні: Зб. наук. праць / Укл. В.І. Судаков, М.В.Туленков. – К.: МАУП, 2000. – Вип. І. Концептуальні засади становлення та розвитку соціологічної науки і освіти в Україні. – С. 13
7. Язловецька О.В, Язловецький В.С. Учня про здоров'я. – Кіровоград, РВЦ КДПУ ім. В.Винниченка, 2000. – 212 с.

Maslov R.

FORMING OF HEALTH COMPETENCE OF FUTURE SPECIALISTS : PSYKHOLOGHO-PEDAGOHICHNI ASPECTS

Essence of concept of health competence is exposed in the article, the modern state of efficiency of realization of ideas of forming of health competence is considered for future specialists, the role of education is considered in industry of health, that must combine mastering of necessary knowledge, forming of certain relation and concrete skills, necessary for positive behavior, maintenance and development of health. A concept is considered education and health, that are the взаємодоповнюючими components of successful everyday existence of young people. The results of various researches are analysed that allow to assert that the traditional system of education is in a greater degree oriented to the receipt of knowledge and information, and forming of vital abilities and skills unsuffices, the level of preparation of future specialists does not answer modern requirements. Future specialists need not only knowledge but also vital skills, that help to do a vital choice, gain end, correct behavior, estimate risks, keep and improve a health and quality of life.

Key words: *competence, improving competence, psychological and pedagogical aspects, formation, health, education, skill.*

Стаття надійшла до редакції 01.04.2015