

## Теоретичні основи сутності здоров'язбережувальної компетентності вчителя

*Обґрунтовано теоретичну складову сутності здоров'язбережувальної компетентності педагога, акцентовано увагу на необхідності володіння вчителем основними знаннями і вміннями з основ здоров'язбереження.*

**Ключові слова:** компетентність, здоров'язбережувальна компетентність педагога.

**Polishchuk N. A. Theoretical Bases of Health-Saving Competence of a Teacher.**

*The theoretical component of health-saving competence of a teacher is proved. It is focused on the need of possession of the teacher by the main knowledge and abilities of health-saving bases.*

**Key words:** competence, health-saving competence of a teacher.

**Постановка проблеми.** Питання здоров'я людини набувають все більшого значення. І. Бех зауважує: «Проблема здоров'я людини є нині однією з найактуальніших, адже стан громадського здоров'я є важливим показником збереження й розвитку людського потенціалу будь-якої країни» [2]. Інтерес до питань здоров'я викликано насамперед замовленням суспільства на особистість, здатну до здорового способу життя та соціальної активності.

За останні роки в Україні зроблено значні кроки на шляху створення умов для формування здоров'я людини через освіту. Конституцією України, іншими державними основоположними документами (закони України «Про загальну середню освіту», «Про охорону дитинства», «Про охорону здоров'я», «Про фізичну культуру і спорт», Національна стратегія розвитку освіти в Україні на період до 2021 р., Концепція «Здоров'я нації через освіту», Концепція Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року та ін.) визначено необхідність розв'язання найважливіших завдань сучасної освіти, спрямованих на інтелектуальний, соціальний, фізичний, духовний розвиток особистості.

Важливим кроком для вирішення цієї проблеми є впровадження компетентнісного підходу до змісту Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти та орієнтація навчальних програм на формування у школярів ключових компетентностей, зокрема, такої важливої як здоров'язбережувальна. Вищезазначене потребує підготовки вчителя нового покоління, здатного реалізовувати інноваційні педагогічні, у тому числі здоров'язбережувальні, технології.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Проблема формування здоров'язбережувальної компетентності є об'єктом дослідження багатьох науковців. Теоретичні аспекти здоров'язбережувальної педагогіки знайшли відображення в наукових доробках І. Брехмана, В. Бобрицької, А. Бойко, В. Оржеховської, О. Сахно, Н. Смирнова. Питання здоров'язбереження висвітлювалися в дослідженнях В. Загвязинського, П. Підкасистого. Психолого-

педагогічні дослідження щодо формування культури здоров'я особистості, її здоров'язбережувальної компетентності здійснили М. Безруких, В. Безрукова, Н. Бібік, Т. Бойченко, Є. Вайнер, І. Волкова, В. Горашук, С. Кириленко, С. Кондратюк, О. Омельченко, С. Омельченко, О. Савченко, С. Страшко. Ефективні шляхи формування здоров'язбережувальної компетентності фахівців розкрито у працях О. Антонової, О. Дубогай, Д. Давиденко, С. Закопайло; проблеми її формування Л. Грицюк, А. Лякішевої, В. Омельяненко, Н. Урум, Є. Шатрової; використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі досліджували А. Міт'яєва, І. Соколова, О. Пужаєва. Проблемами розробки і проведення здоров'язбережувальних, здоров'язміцнювальних та здоров'яформувальних заходів у навчальних закладах переймаються О. Аксьонова, Т. Бережна, О. Ващенко, О. Дубровкіна, Г. Капранова, І. Кривич, О. Міхеєнко, І. Мурахов, І. Петренко та ін.

Аналіз психолого-педагогічної і методичної літератури з проблеми дає підстави стверджувати, що ефективність педагогічної діяльності в галузі збереження та зміцнення здоров'я школярів безпосередньо залежить від рівня відповідної підготовки вчителів.

**Мета статті** полягає в теоретичному обґрунтуванні сутності здоров'язбережувальної компетентності вчителя, а також у визначенні основних змістових характеристик цього поняття.

**Виклад основного матеріалу.** Аналіз нормативно-правових документів і спеціальної літератури в галузі освіти, медицини, фізичної культури та спорту дає змогу констатувати відсутність одностайності у трактуванні поняття «здоров'язбережувальна компетентність», що пояснюється поліфункціональним характером терміна. Узагальнення поглядів науковців дозволило нам виявити, що у підходах до визначення здоров'язбережувальної компетентності сьогодні вирізняють три основні напрями:

– філософський, який визначає її як інтегральний показник культури та соціальної політики суспільства (В. Гусєв, М. Руткевич, Л. Філіппов);

– медико-біологічний, який розглядає його як гігієнічну поведінку, що базується на науково обґрунтованих санітарно-гігієнічних нормах (О. Балакірева, О. Вакулєнко, О. Яременко та ін.);

– психолого-педагогічний, який стверджує роль мотиваційно-цілеспрямованого ставлення, свідомості, поведінки, ціннісно орієнтованої діяльності особистості (Н. Гармаш, Н. Городнова, С. Коршок та ін.) [5].

Саме тому виникла необхідність аналізу різних підходів до розуміння і визначення змісту поняття «здоров'язбережувальна компетентність педагога».

Так, Д. Воронін визначає цю компетентність як «сукупність знань, умінь і навичок здорового способу життя, необхідних для ефективної здоров'язбережувальної діяльності» [3]. Здоров'язбережувальна компетентність, на його думку, є «інтегральною, динамічною рисою особистості, що проявляється у здатності організувати й регулювати свою здоров'язбережувальну діяльність; адекватно оцінювати свою поведінку, а також вчинки й погляди навколишніх; зберігати та реалізовувати власні здоров'язбережувальні позиції у різних, зокрема, несприятливих умовах, виходячи з особисто усвідомлених та засвоєних моральних норм і принципів, а не за рахунок зовнішніх сил; протистояти натиску, протидіяти впливам, що суперечать внутрішнім установам, поглядам і переконанням, активно їх перетворювати, самостійно приймати моральні рішення» [3].

О. Дзятковська [6] вважає, що зазначена компетентність включає в себе здатність:

– формувати у педагогів мотивацію здорового способу життя і цінності здоров'я, довголіття, творчої самореалізації у трудовій діяльності, сімейному житті й соціальній активності;

– регулювати функціональний стан (способами, що не школять здоров'ю) з метою підтримки оптимальної працездатності;

– визначати та застосовувати індивідуально раціональні для людини прийоми професійної діяльності;

– будувати індивідуальну здоров'язбережувальну траєкторію професійної діяльності;

– забезпечувати еколого-психологічну безпеку педагогічного середовища, включаючи регуляцію міжособистісних стосунків, дотримання санітарно-гігієнічних вимог тощо.

Суть поняття «здоров'язбережувальна компетентність педагога», на думку О. Антонової, трактується як інтегральна якість особистості, що базується на інтеграції знань і досвіду та виявляється в здатності готовності до діяльності щодо збереження здоров'я в освітньому середовищі [1]. О. Антонова і Н. Поліщук виділяють у структурі цього феномену низку життєвих компетентностей, що сприяють здоровому способу життя: життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю (навички раціонального харчування; усвідомлена потреба у руховій активності; дотримання оптимального режиму праці та відпочинку); життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю (навички ефективного спілкування, співчуття, спільної

діяльності та співробітництва); життєві навички, що сприяють психічному здоров'ю (самоусвідомлення та самооцінка; самоконтроль; мотивація успіху та тренування волі) [1].

В. Сидоренко, визначаючи шляхи удосконалення професійної компетентності педагога, пропонує таке визначення: здоров'язбережувальна, або валеологічна компетентність учителя – це метакомпетентність у реалізації особистості вчителя, що забезпечує організацію здорового способу життя у фізичному, соціальному, психічному й духовно-емоційному аспектах, а також ефективну реалізацію здоров'язбережувальної функції розвитку учнів на уроках, тобто належних умов для оптимального функціонування фізіологічних процесів (достатнє освітлення, повітряний і тепловий режим, зміна різних видів діяльності, відповідність меблів індивідуальним особливостям учнів, часова кореляція та енерговитрати на виконання класних і домашніх робіт тощо) [4].

На переконання В. Оржеховської, учитель, який працює на засадах педагогіки здорового способу життя, має такі індивідуальні здібності та якості: вміння самостійно шукати, збирати, аналізувати, представляти, передавати інформацію про здоров'я, здоровий спосіб життя; моделювати і проектувати об'єкти та процеси, в тому числі власну індивідуальну діяльність; здійснювати превентивну роботу; приймати правильні рішення, творчо та ефективно розв'язувати завдання, які виникають перед ним; запроваджувати у повсякденній і професійній діяльності сучасні здоров'язбережувальні технології [6].

Демонструючи різноманітні підходи до розуміння поняття залежно від необхідності акцентувати певні сторони процесу формування здоров'язбережувальної компетентності педагогів, під здоров'язбережувальною компетентністю ми розуміємо:

– складне інтегроване утворення у структурі особистості фахівця, що може розглядатися як складова його професійної компетентності;

– характеристику особистості педагога, спрямовану на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого й оточення;

– здатність педагога застосовувати здоров'язбережувальні компетенції в умовах конкретної життєвої або навчальної ситуації на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я;

– показник сформованості культури здоров'я особистості вчителя.

На основі аналізу науково-педагогічної літератури нами визначено структуру здоров'язбережувальної компетентності педагога, що включає такі складники: когнітивний, операційно-технологічний, ціннісно-мотиваційний, рефлексивний та компонент особистісних і професійних якостей (рис. 1).

Когнітивний компонент ми розглядаємо як сукупність теоретичних медико-біологічних, психолого-педагогічних і методичних знань: знання суті та змісту понять «здоров'я» і «здоровий спосіб життя», основних показників складових здоров'я людини (фізичного, психічного, соціального

і духовного); санітарно-гігієнічних вимог до організації навчально-виховного процесу, основних характеристик здоров'язбережувальних технологій; нормативно-правової бази щодо формування здорового способу життя; способів діагностики стану здоров'я учнів; організації здоров'язбережувального навчального процесу; основних норм дозування навантажень у навчально-виховній діяльності; розуміння чинників, що впливають на здоров'я. Теоретичні знання спонукають педагога до проектування конструктивної діяльності й перетворення наукових знань у безпосередню педагогічну діяльність.

Операційно-технологічний складник передбачає: володіння педагогом навичками фізичного самовдосконалення; уміння вивчати, аналізувати й оцінювати стан власного здоров'я і здоров'я учнів, прогнозувати можливі зміни стану здоров'я учнів залежно від умов; сформованість комунікативної культури (володіння засобами вербального та невербального спілкування, інструментарієм індивідуальної й групової комунікації, уміння встановлювати контакт з аудиторією, будувати взаємини, взаємодіяти з різними об'єктами й суб'єктами соціально-педагогічної діяльності щодо формування відповідального ставлення до здоров'я); користування тими уміннями і прийомами діяльності, які забезпечують формування в учнів переконань у необхідності дбайливого ставлення до свого здоров'я.

Ціннісно-мотиваційний компонент характеризується: сформованістю стійких переконань

в етичній цінності феномену здоров'я, свідомих стійких настанов на дотримання здорового способу особистого життя, на дотримання етичності цілей, змісту та засобів роботи зі сприяння здоров'ю, морально-етичних норм професійної діяльності, високою мотивацією на виховання здоров'язбережувальних якостей в учнів; переконаністю в необхідності передачі своїх знань для здоров'язбереження учнів; виявленням пізнавального інтересу до проблеми збереження здоров'я підростаючого покоління, до здоров'язбережувальної діяльності; бажанням володіти новими здоров'язбережувальними технологіями та досягати успіху в їх засвоєнні.

Орієнтація на цінність є певне ставлення людини до зовнішніх настанов, норм і звичаїв. Ціннісні орієнтації визначають життєві позиції педагогів, які визначаються через усвідомлення цінності власного життя та здоров'я як для себе, так і для суспільства в цілому. Це внутрішній компонент свідомості та самосвідомості людини, що відіграє дуже активну роль у визначенні спрямованості моральної діяльності особистості вчителя. Ціннісно-мотиваційний компонент є стрижнем для формування інших структурних компонентів.

Важливим у структурі здоров'язбережувальної компетентності педагога ми вважаємо наявність рефлексивного складника, що передбачає аналіз, осмислення, самоаналіз виконаної роботи, вимагає критичності мислення, здатності до оцінних суджень, рефлексії й корекції результатів власної діяльності. Ми погоджуємося з думкою відомого українського

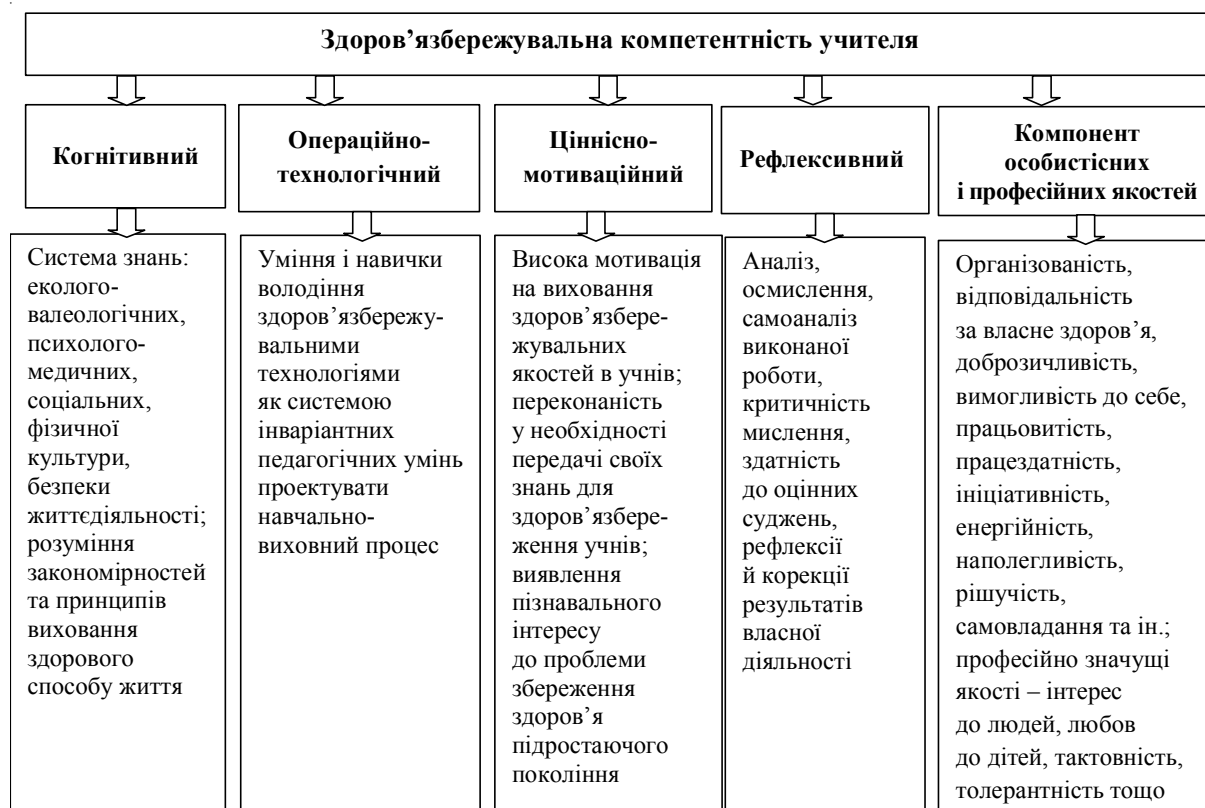


Рисунок 1. Структура здоров'язбережувальної компетентності педагога

дослідника Б. Долинського про те, що за допомогою нього педагога оцінюють свою діяльність щодо формування здоров'язбережувальних навичок та вмінь у школярів, виявляють причини виникнення перешкод у здоров'язбережувальній діяльності та оцінюють результати.

Компонент особистісних і професійних якостей представлено сукупністю особистісно значущих якостей педагога (відповідальність, працездатність, педагогічний такт, емпатія, урівноваженість тощо), необхідних для реалізації завдань здоров'язбереження учнів у взаємодії з іншими учасниками педагогічного процесу; гуманізм (працюючи з людиною, яка розвивається, учитель повинен бути переконаний у гідності кожного учня, необхідності для нього вільного вибору, самовдосконалення, відповідальності за свої вчинки, а отже, має бути налаштований на допомогу школяреві пізнати себе як особистість і відбутися як особистість. Гуманістична спрямованість особистості вчителя означає ставлення до дитини як до найвищої цінності, визнання її права на свободу і щастя, вільний розвиток і прояв своїх здібностей).

Вільно реалізувати свої творчі можливості задля себе й оточення людина може лише за наявності віри у саму себе. Вона зміцнюється тоді, коли сприймаються й оцінюються не тільки її позитивні якості, а вся особистість у цілому, тобто коли її люблять, поважають її гідність, виявляють гуманність. Водночас педагог повинен ставити перед вихованцем посилені й розумно сформульовані вимоги з метою його подальшого розвитку, тобто здійснювати педагогічний вплив гуманістичного, а не авторитарного характеру; поважати загальнолюдські цінності й почуття національної гідності й честі (усвідомлюючи себе суб'єктом соціуму, учитель зобов'язаний поважати культурні надбання свого народу та інших народів світу, мати почуття патріотизму, яке спирається на національні традиції здорового способу життя, багатівікову культуру).

Зазначені структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності педагогів існують у єдності, внутрішньо взаємозалежні й у сукупності складають цілісне явище. Їх єдність та взаємодія є необхідною умовою для ефективного використання здоров'язбережувальної компетентності при виконанні вчителем професійних завдань.

Крім цього, взаємозв'язок особистісного (відповідальне ставлення до власного здоров'я) та професійного аспектів (усвідомлення цінності здоров'я всіх суб'єктів освітнього процесу та здатність до його збереження) дозволяє розглядати здоров'язбережувальну компетентність як універсальну. В цьому контексті вона дозволяє педагогам орієнтуватися на здоров'язбереження усіх суб'єктів освітнього процесу (педагогів – учнів – батьків), не обмежуючись вирішенням завдань валеологічного і фізкультурно-оздоровчого напрямку. Питання здоров'язбереження вийшли за рамки професійної діяльності лише вчителя з основ здоров'я та фізичної культури. Кожен педагог має здійснювати власну професійну діяльність з урахуванням реалізації завдань зі збереження та зміцнення здоров'я школярів. Це стосується як змістового, так і організаційного аспектів. Результатом успішної реалізації здоров'язбережувальної компетентності вчителя є сформованість таких компетенцій учнів. Вони як у дзеркалі відображають успішність здоров'язбережувальної діяльності вчителя в освітньому просторі.

Таким чином, ми дійшли до **висновку**, що здоров'язбережувальна компетентність педагога – це багатогранний процес формування знань, удосконалення умінь та навичок, набуття досвіду збереження здоров'я, що проявляється у вмінні вести здоровий спосіб життя та усвідомленому формуванні культури здоров'я.

Здоров'язбережувальна компетентність є необхідною умовою успішної професійної діяльності сучасного педагога, котрий працює в умовах різноманітних екологічних проблем, модернізації суспільства, поширення явищ нездорового способу життя тощо.

Здоров'язбережувальна компетентність учителя – поняття динамічне, багатогранне та багатоаспектне, його зміст змінюється відповідно до процесів у суспільстві й освіті. Тож певна ситуація вимагає добору здібностей, якостей особистості, готовності педагога до здоров'язбережувальної діяльності.

Метою наших подальших наукових досліджень є розробка моделі формування здоров'язбережувальної компетентності педагогів на засадах компетентнісної освіти.

### Література

1. Антонова О. Є. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття) / О. Є. Антонова, Н. М. Поліщук // Вища освіта у медсестринстві: проблеми і перспективи: [зб. ст. всеукр. наук.-практ. конф.]. – 10–11 листопада 2011 р. – Житомир : Полісся, 2011. – С. 27–31.
2. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. – Кн. 2 : Особистісно орієнтований підхід: науково-практичні засади / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – 344 с.
3. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Дмитро Євгенович Воронін. – Херсон, 2006. – 222 с.
4. Сидоренко В. В. Педагогічна майстерність учителя української мови і літератури в системі післядипломної освіти : акме-синергетичний аспект : термінологічний словник-довідник / авт.-уклад. В. В. Сидоренко. – Донецьк : Витоки, 2013. – 100 с.
5. Халло О. Є. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів / О. Є. Халло // Наук. вісн. МНУ ім. В. О. Сухомлинського. – 2014. – Вип. 1 (106). – С. 168–170.
6. Шепенюк І. Формування здоров'язберігаючої компетентності педагогічних працівників у системі післядипломної педагогічної освіти / І. Шепенюк // Наук. зап. [Кіровоград. держ. пед. ун-ту ім. В. Винниченка]. – 2013. – Вип. 121 (1). – С. 298–301.