

ПШАК Ольга

Чернівецький національний університет імені Ю.Федьковича
<https://orcid.org/0000-0002-7208-8588>
 e-mail: o.pishak@chnu.edu.ua

РОМАНІВ Людмила

Чернівецький національний університет імені Ю.Федьковича
<https://orcid.org/0000-0002-0030-0607>
 e-mail: l.romaniv@chnu.edu.ua

ГАУРЯК Олена

Чернівецький національний університет імені Ю.Федьковича
<https://orcid.org/0000-0002-2354-7012>
 e-mail: O.hauriak@chnu.edu.ua

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТА ПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОЦЕСІ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

У статті висвітлюються окремі аспекти використання здоров'язберігаючих технологій в процесі підготовки фахівців у закладах освіти. Запровадження здоров'язберігаючих технологій в освітній процес пов'язано з використанням медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих, соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності. Використання здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій у процесі навчання дозволяє здійснити комплексну оцінку умов життєдіяльності, зберегти фізичний та психічний потенціал молоді, формувати більш високий рівень стану здоров'я і навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я та проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи, поліпшувати якість життя суб'єктів освітнього середовища. Однак такі технології не можуть бути відокремлені від загальної педагогічної системи, а навпаки, повинні зважено, ґрунтовно й раціонально використовуватись у комплексі з іншими.

У освітній галузі здоров'язбереження є складовою педагогічних технологій усіх рівнів – дошкільного, середнього та вищого, покликаних сприяти формуванню освітнього простору збереження та культури здоров'я. Здоров'язбережувальні освітні технології можна розглядати і як якісну характеристику будь-якої педагогічної технології, і як сукупність принципів, прийомів, методів, які, доповнюючи педагогічні технології навчання та виховання, наповнюють їх ознаками здоров'язбереження. У цьому сенсі можна говорити про синергізм здоров'язбережувальних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, соціально-психологічних, екологічних, безпеки життєдіяльності) та педагогічних технологій, що використовуються для досягнення спільної мети – формування здоров'язбережувальної компетентності шляхом набуття учнями/студентами навичок збереження та зміцнення здоров'я, дбайливого ставлення до особистого та суспільного здоров'я.

Мета всіх здоров'язбережувальних освітніх технологій, що використовують у Чернівецькому національному університеті імені Ю.Федьковича, – сформувати у студентів необхідні знання, вміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати такі знання у повсякденному житті. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у навчальний процес ЗВО дозволяє здобувачам освіти успішніше адаптуватися в освітньому, суспільному та соціальному просторі, розкрити власні творчі можливості, а викладачу ефективно проводити профілактику асоціальної поведінки вихованців. Основні елементи здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язані з такими видами діяльності, як включення здоров'язберігаючих освітніх технологій у всі форми освітнього процесу, створення оптимальних умов для ефективного впровадження здоров'язберігаючих технологій у процес навчання, здійснення координації та управління за реалізацією впровадження технологій в освітній процес.

Ключові слова: здоров'я, компетентність, здоров'язбережувальна компетентність, педагогічні технології, професійна підготовка.

[https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1\(1\).30](https://doi.org/10.31891/pcs.2025.1(1).30)

1. ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ У ЗАГАЛЬНОМУ ВИГЛЯДІ ТА ЇЇ ЗВ'ЯЗОК ІЗ ВАЖЛИВИМИ НАУКОВИМИ ЧИ ПРАКТИЧНИМИ ЗАВДАННЯМИ

В умовах сьогодення конкурентоспроможність сучасного фахівця багато в чому залежить від його здоров'я. Здоров'язберігаюча складова є важливою

частиною нових технологій навчання та ставить відповідні вимоги до них. Екологічна ситуація, низький рівень культури харчування, медичних і валеологічних знань, культури безпечної життєдіяльності, фізичної активності сприяють низькому рівню здоров'я населення. Тому вагомим значення

набувають здоров'язберігаючі технології, елементи яких повинні знаходити більше місця в освітньому процесі підготовки фахівців у вищих навчальних закладах (ВНЗ).

У нинішніх умовах життя спостерігається стійке погіршення стану здоров'я та фізичного розвитку студентської молоді. Прослідковується загальне збільшення кількості серцево-судинних захворювань, погіршення функціональних резервів організму, системне порушення постави, наявність різних вад опорно-рухового апарату, зниження рівня фізичної підготовленості тощо. Науковці визначили, що за останні роки спостерігається збільшення контингенту, які відносяться до спеціальних медичних груп на початку навчання у ВНЗ та їх поповнення до останнього року викладання фізичного виховання. Така тенденція відбувається на фоні низького рівня фізичної підготовленості студентів, послаблення функцій нервової системи впродовж навчання та в період сесії, що негативно впливає на формування здоров'я майбутніх фахівців.

Так статистичні показники, наведені Державним комітетом України з питань фізичної культури і спорту та Державним комітетом молодіжної політики, спорту і туризму [1; 8] свідчать про те, що 90 % абітурієнтів мають відхилення у стані здоров'я, 50 % – незадовільний рівень фізичної підготовленості, 18 % не можуть займатися фізичною підготовкою за станом здоров'я [2; 4]. Зазначені показники (низький рівень фізичної активності, ріст захворюваності, поширеність шкідливих звичок та різних форм залежності) свідчать про необхідність активної роботи щодо мотивації молоді, зокрема студентів вузів, до формування культури здоров'я, його фізичної, психічної, соціальної та духовної складової.

Оскільки фахівцям класичної медицини не під силу самостійно забезпечити розв'язання завдань збереження і зміцнення здоров'я молоді, значна роль надається впровадженню здоров'язберігаючих технологій в освітній процес.

2. АНАЛІЗ ОСТАННІХ ДОСЛІДЖЕНЬ ТА ПУБЛІКАЦІЙ, В ЯКИХ ЗАПОЧАТКОВАНО РОЗВ'ЯЗАННЯ ДАНОЇ ПРОБЛЕМИ

За визначенням ЮНЕСКО, педагогічна технологія – це системний метод створення, застосування та визначення всього процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням технічних та людських ресурсів і їх взаємодії, що своїм завданням вважає оптимізацію форм освіти. Будь-яка педагогічна технологія має відповідати основним критеріям технологічності: концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності [2].

Проте, необхідно розуміння, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише при створенні певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю молоді та буде спрямований на збереження, зміцнення і формування здоров'я учасників навчально-виховного процесу, а це вимагає від педагогів застосування спеціальних підходів. Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує у собі всі напрями діяльності закладу освіти щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я молоді.

Під здоров'язберігаючими технологіями вчені пропонують розуміти:

- сприятливі умови навчання учасників педагогічного процесу (мінімізація стресових ситуацій, адекватність вимог і методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим.

Здоров'язберігаючі технології дозволяють сформуванню соціальної зрілості випускника, забезпечити можливість реалізувати свій інтелектуальний та фізичний потенціал, зберегти і підтримати фізіологічне здоров'я молоді [3].

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій [5; 6; 7] дає можливість виокремити такі їх види:

- Профілактично-захисні: спрямовані на захист учасників навчально-виховного процесу від несприятливих для здоров'я впливів (дотримання санітарно-гігієнічних вимог, проведення щеплень тощо);
- Компенсаторно-нейтралізуючі: використовуються для нейтралізації негативного впливу чинників зовнішнього

середовища (адекватний руховий режим, вітамінізація та оптимізація харчового раціону тощо);

- Стимулюючі технології: дозволяють активізувати власні ресурси організму (традиційні та нетрадиційні техніки загартовування, фізичні навантаження);

- Інформаційно-навчальні: покликані забезпечити рівень освіченості в питаннях здоров'я.

Згідно даних О.Ващенко, розрізняють наступні типи здоров'язберігаючих технологій [8]:

- технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в навчальному закладі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

- оздоровчі технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартовування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

- виховання культури здоров'я – виховання особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Хоч ми навели тільки деякі із запропонованих науковцями класифікацій здоров'язберігаючих освітніх технологій, слід зазначити, що поняття «здоров'язберігаюча» можна застосувати до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює

необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу. Важливо розуміти, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язберігаючою.

3. ВИДІЛЕНІ АСПЕКТИ ПРОБЛЕМИ, ЯКІ НЕ БУЛИ ВИРІШЕНІ РАНІШЕ

Незважаючи на значний інтерес дослідників до питання формування здоров'язбережувальної компетентності, проблема її інтеграції в систему професійної підготовки майбутніх спеціалістів залишається недостатньо розкритою.

Для успішного вирішення завдань дослідження нами було визначено поняття «здоров'язбережувальна компетентність здобувачів вищої освіти» як багатофакторна якість особистості, що інтегрує знання, уміння, навички, досвід та особистісні якості, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у майбутній професійній діяльності; мотивів, ставлень та цінностей, що спрямовані на усвідомлення важливості здоров'я, здорового стилю життя для всієї життєдіяльності особистості, створення здоров'язберігаючого середовища та здоров'язберігаючої поведінки здобувачів у закладі вищої освіти й вдосконалення власного творчого потенціалу.

Здоров'язберігаюча діяльність майбутнього фахівця, на нашу думку, – це інтегральна якість особистості, яка спрямована на формування в закладах вищої освіти здорової успішної особистості, що має установку на здоровий спосіб життя, ціннісне ставлення до здоров'я, уміє застосовувати сучасні фізкультурно-оздоровчі та інноваційні педагогічні технології, будувати свої життєві плани і на основі цього розвивати в собі здатність до самооцінки, самоконтролю, самопізнання, саморозвитку, самовираження. Здоров'язбережувальна діяльність у закладі вищої освіти має на меті організацію здоров'язбережувального навчання. Для забезпечення високої якості освіти, необхідно правильно організувати здоров'язбережувальне навчання у ВНЗ.

4. ФОРМУЛЮВАННЯ ЦІЛЕЙ СТАТТІ

Мета роботи – аналіз науково-методичної літератури з проблеми дослідження та визначення компонентів, показників і рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти в

процесі професійної підготовки. Важливим моментом є обґрунтування необхідності взаємозв'язку здоров'язберігаючих і педагогічних технологій у ВНЗ.

5. ВИКЛАД ОСНОВНОГО МАТЕРІАЛУ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПОВНИМ ОБґРУНТУВАННЯМ ОТРИМАНИХ НАУКОВИХ РЕЗУЛЬТАТІВ

На нашу думку, сутність здоров'язбережувальних технологій, що застосовуються на лекційних, практичних і самостійних заняттях, полягає в комплексній оцінці умов освіти та виховання, що дозволяють забезпечувати відмінний стан здоров'я молоді, дбати про високий рівень їхньої самореалізації, удосконалення навичок здорового стилю життя; ведення щоденників самоконтролю, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я та проводити відповідні психолого-педагогічні, коригувальні, здоров'язбережувальні, рекреаційні заходи.

Нині вчені, педагоги та вчителі приділяють багато уваги розв'язанню проблеми збереження здоров'я учасників освітнього процесу. Особливе місце відводиться здоров'язбережувальним компетентностям педагога, під якими науковці розуміють інтегральну якість особистості, підґрунтям для якої є знання і досвід щодо готовності до діяльності зі збереження здоров'я в освітньому середовищі [4]. Низкою авторів здоров'язбережувальні компетентності розглядаються як здатність особи застосовувати заходи зі збереження й зміцнення здоров'я в різних умовах і ситуаціях [1; 5].

Усі технології як підґрунтя використовують методологічні підходи і принципи: аксіологічний (наголошує на усвідомленні учнями вартості власного здоров'я); гносеологічний (орієнтує на поповнення знань стосовно підтримання здоров'я); когнітивний (розширює здоров'язбережувальний потенціал щодо системи цінностей, гігієнічних умінь і навичок, які забезпечують нормальне функціонування організму); емоційно-вольовий (спрямовує на вивчення психологічних механізмів емоційних і вольових процесів та засобів керування ними); екологічний (сприяє розумінню себе

як частки природи і формує вміння існування в природному середовищі) [7].

Основна роль щодо впровадження здоров'язберігаючих педагогічних технологій у процесі навчання студентів у Чернівецькому національному університеті імені Ю.Федьковича належить таким предметам як «Безпека життєдіяльності», «Здоров'язбережувальні технології та домедична допомога», «Громадське здоров'я та медицина катастроф». Після вивчення даних дисциплін студенти повинні вміти забезпечувати особисте здоров'я, необхідний рівень індивідуальної безпеки та безпеки найближчого оточення, оволодіти системами формування і підтримання здоров'я та забезпечення гармонійного розвитку особистості. На даний час у процесі вивчення дисциплін окрім традиційного кола питань, пов'язаних з факторами небезпеки та надзвичайними ситуаціями, окреме місце займають теми, пов'язані з формуванням здоров'я людини, попередженням шкідливих звичок, тютюнової, алкогольної та наркотичної залежностей, профілактики захворювань, що передаються статевим шляхом. Висвітлюються питання раціонального харчування, основні заходи і системи оздоровлення організму та збереження психофізіологічного здоров'я людини, принципи біоритмології, раціонального використання безрецептурних лікарських засобів. Очевидно, що саме на ці дисципліни покладається основна роль у використанні та впровадженні здоров'язберігаючих педагогічних технологій навчання для усвідомлення потреби молоді щодо формування культури здоров'я.

Впровадження здоров'язберігаючих технологій сприяє формуванню у молоді адекватної моральної самооцінки, дає можливість організувати дієву роботу зі створення позитивної мотивації щодо здорового способу життя, підтримати, посилити позитивні моральні якості, активізувати їх прояви, перебудувати та змінити негативні форми поведінки молоді на позитивні [5].

Очевидно, що саме освітні здоров'язберігаючі технології можуть сприяти формуванню культури здоров'я, ідеології збереження здоров'я нації та індивідуального здоров'я молоді як головного потенціалу країни.

Зміни в сучасному світі спонукають до оновлення підходів в освіті, орієнтованих на виховання здорового молодого покоління. Здоров'я студентів є ключовою умовою для успішної професійної реалізації, оскільки порушення здоров'я стає суттєвою перешкодою на шляху досягнення професійних і життєвих цілей. У зв'язку з цим важливо формувати здоров'язбережувальну компетентність молоді, адже багато студентів не володіють необхідними знаннями, вміннями й навичками для збереження власного здоров'я.

6. ВИСНОВКИ З ДАНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ І ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ РОЗВІДОК У ДАНОМУ НАПРЯМКУ

За результатами опрацювання педагогічної літератури дійшли висновку, що проблема здоров'язбереження суб'єктів освітнього процесу є актуальною. Від її

розв'язання залежить виховання здорової нації, тому цей процес зазвичай розпочинається для учнів з початкової школи, хоча, на нашу думку, його потрібно ініціювати ще в дошкільному закладі. Здоров'язбережувальні технології ґрунтуються на інших технологіях (особистісно орієнтованих, гуманістичних, інноваційних, інформаційних) та мають запроваджуватися на основі методологічних підходів. Визначено значну роль здоров'язбережувальних компонентів у розробці і впровадженні таких технологій, що охоплюють здоров'язбережувальні освітні технології, оздоровчі технології та технології навчання здорового способу життя. Показано, що процес формування останнього потрібно починати з учителя, а для цього його провадять у закладі вищої освіти при вивченні спеціальних і дотичних до педагогічної валеології дисциплін.

Література

1. Братищенко І.В. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальному закладі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 10. С. 5-8.
2. Воронін Д.С. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті. *Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту*. 2006. № 2. С. 25-28.
3. Башавець Н.А. Здоров'язбережувальна компетентність майбутнього фахівця як основа його культури. *Наука і освіта*, №1-2. 2013. С. 120-122.
4. Антонова О.Є., Поліщук Н.М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття). *Вища освіта у медсестринстві : проблеми і перспективи : зб. статей всеукраїнської науково-практичної конференції (10-11 листопада 2011 р.)*. Житомир : Полісся, 2011. С. 27-31.
5. Отравенко О. В. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти. *Здоров'я, спорт, реабілітація*. № 4, 2016. С. 47-50.
6. Балух М.М. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальних компетентностей майбутніх учителів початкових класів. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету ім. В. Гнатюка*. Серія: Педагогіка, №2, 2020, 49-54.
7. Братищенко І.В. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальному закладі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 10. С. 5-8.
8. Компетентнісний підхід у сучасній освіті : світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека освітньої політики / Бібік Н.М., Ващенко Л.С., Локшина О.І. та ін. / Під заг. ред. О.В. Овчарук. К., 2004. 112 с.

References

1. Bratyshchenko I.V. Vprovadzhennia zdoroviazberezhnykh tekhnolohii u navchalnomu zakladi. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2012. № 10. S. 5-8.
2. Voronin D.Ie. Zdoroviazberihaiucha kompetentnist studenta v sotsialno-pedahohichnomu aspekti. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biol. probl. fiz. vykhovannia i sportu*. 2006. № 2. S. 25-28.
3. Bashavets N.A. Zdoroviazberizhualna kompetentnist maibutnoho fakhivtsia yak osnova yoho kultury. *Nauka i osvita*, №1-2. 2013. S. 120-122.
4. Antonova O.Ie., Polishchuk N.M. Zdoroviazberihaiucha kompetentnist osobystosti yak naukova problema (analiz poniattia). *Vyshcha osvita u medsestrynstvi : problemy i perspektyvy : zb. statei vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii (10-11 lystopada 2011 r.)*. Zhytomyr : Polissia, 2011. S. 27-31.
5. Otravenko O. V. Pedahohichni umovy formuvannia zdorov'iazberizhualnoi kompetentnosti uchnivskoi ta studentskoi molodi v umovakh stupenevoi osvity [Pedagogical conditions of formation of the health of preserving competence of students and students in conditions of high school education]. *Zdorov'e, sport, rehabilitaciya – Health, sports, rehabilitation*. 2016. 4, 47- 50.
6. Balukh M.M. Pedagogical conditions for the formation of health-saving competencies of future primary school teachers. *The Scientific Issues of Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University*. Series: Pedagogy, 2020, no. 2, pp. 49-54. doi: 10.25128/2415-3605.20.2.7.

7. Bratyshchenko I.V. Vprovadzhenia zdoroviazberezhnykh tekhnolohii u navchalnomu zakladi. Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu. 2012. № 10. S. 5-8.

8. Kompetentnisnyi pidkhdid u suchasni osviti : svitovyi dosvid ta ukrainski perspektyvy: Biblioteka osvithoi polityky / Bibik N.M., Vashchenko L.S., Lokshyna O.I. ta in. / Pid zah. red. O.V. Ovcharuk. K., 2004. 112 s.

Abstract

PISHAK Olga, ROMANIV Lyudmila, HAURIAK Olena

Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University

THE INTERRELATIONSHIP BETWEEN HEALTH PRESERVATION AND PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES IN THE TRAINING OF SPECIALISTS AT HIGHER EDUCATIONAL INSTITUTIONS

The article outlines certain aspects of the use of health-preserving technologies in the training of specialists in educational institutions. The introduction of health-preserving technologies in the educational process is connected with the use of medical and hygienic, physical and wellness, social-adaptive, ecological health-preserving technologies, and technologies ensuring safety. Using health-preserving technologies in the educational process allows for a comprehensive assessment of living conditions, preserving physical and mental potential in young people, forming a higher level of health, developing a healthy way of life, monitoring indicators of individual development, forecasting possible health changes, and implementing corrective and rehabilitation measures in appropriate psychological-pedagogical ways to improve quality of life and create favorable educational environments. However, such technologies cannot be detached from the general pedagogical system, and must be used systematically, purposefully, and rationally in conjunction with others.

In the field of health preservation, education, and training of pedagogical specialists, the effective combination of health-preserving technologies is key to ensuring that students develop health-preserving competencies, improve their health, and engage in more responsible social and public health activities.

The goal of all health-preserving educational technologies used at Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University is to develop students' necessary knowledge, skills, and abilities for a healthy lifestyle and to teach them how to apply this knowledge in everyday life. The implementation of health-preserving technologies in the educational process of higher education institutions allows students to adapt more successfully to the educational, social, and societal environment, unlock their creative potential, and enables educators to effectively prevent antisocial behavior among students.

The main elements of health-preserving educational technologies are related to the following activities:

- *integrating health-preserving educational technologies into all forms of the educational process;*
- *creating optimal conditions for their effective implementation in the learning process;*
- *coordinating and managing the implementation of these technologies in education.*

Keywords: health, competency, health-preserving competencies, pedagogical technologies, professional training.

Стаття надійшла до редакції 04.02.2025 р.