

СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ОБҐРУНТУВАННЯ ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я У СТУДЕНТІВ

Картюк І. Ю., канд. пед. наук, доц. (каф. СВ КПІ ім. Ігоря Сікорського)

Анотація. У статті аналізуються питання формування компетенції збереження здоров'я студентів у соціальному і педагогічному аспектах.

Ключові слова: студенти, компетентність, збереження здоров'я, навчальний процес.

Abstract. This article analyzes the issues of formation competence of maintaining health in pedagogical and social aspects.

Keywords: student, competence, maintaining health, learning, process.

Вступ. Ставлення кожної людини до збереження особистого і суспільного здоров'я відображає рівень розвитку суспільства, здібностей і творчих сил людини, її соціальні і природні якості. Тому поряд з професійною компетентністю необхідно виділити і компетентність збереження здоров'я, яка є передумовою формування людини як цілісного індивіда охоплюючи усі сторони життя. Поняття “здоров'язберігаюча компетентність” можна сформулювати як певний рівень грамотності студента, стан соціального благополуччя, ступінь розвитку творчих сил, фізичних, психічних і розумових здібностей людини відображених в організації її життєдіяльності, ставленні до самої себе, до інших людей та природи.

Аналіз стану питання. Сучасне уявлення про особистісну культуру здоров'я не обмежується розумінням дефініцій здоров'я, рухових навичок, фізичних якостей. Найважливішим її компонентом є фізична культура. Основою формування і розвитку фізичної культури в персоніфікованій формі стають світогляд, система цінностей, потребо-мотиваційна сфера особистості, глибина знань і здатність їх реалізувати в професійній і особистій діяльності [2, 6].

Фізична культура стає частиною гуманітарної культури майбутнього фахівця коли в процесі фізкультурно-спортивної діяльності набувається цінний досвід пізнавальної, практичної, перетворювальної, комунікативної діяльності шляхом системного застосування студентами філософсько-соціальних, психолого-педагогічних, медико-біологічних та спеціальних знань умінь і навичок досвіду їх практичного застосування. Перехід професійної освіти від цілей навчання в їх класичному розумінні (знання, вміння, навички) до цілей пов'язаних з формуванням особистісних характеристик, супроводжується помітним збільшенням ролі загальної культури в оцінюванні професійної зрілості людини. Професійна діяльність “захоплює всього індивіда: його спосіб життя, умови побуту, форми спілкування стає все більш культуровідповідною” [3]. Як наслідок, суттєво змінюються акценти в розумінні ролі фізичної культури в підготовці фахівця. Фізична культура у відтворенні біологічної сутності людини розглядається як необхідний але не кінцевий фактор розвитку

особистості [2]. Головне специфічне завдання фізкультурної освіти у вищому навчальному закладі полягає у засвоєнні студентами компетентності збереження здоров'я для формування цілісної особистості.

Мета роботи: дослідження соціальної і педагогічної складових формування здоров'язберігаючої компетентності студентів.

Результати досліджень. Основним критерієм компетентності збереження здоров'я є стан гармонії між біологічним, психологічним і соціальним у житті і діяльності людини. Рівень соціального благополуччя відіграє важливу роль у збереженні і зміцненні здоров'я. Чим він вищий тим менша можливість виникнення факторів що призводять до захворювань.

Водночас позитивний психологічний клімат на роботі, соціальна активність, гармонійні родинні стосунки, культура спілкування і міжособистісних взаємин, активна життєва позиція запобігають ризикам захворювань, де головним чинником є психосоціальний стрес. Стресові стани є стимулюючими факторами в генезисі практично всіх захворювань, знижують адаптаційні можливості організму, відображаються на здатності протистояти різним хворобам.

Хвороба це наслідок порушення правильних взаємозв'язків зовнішнього середовища і організму. Розроблення заходів спрямованих на відновлення і корекцію цих взаємозв'язків, пошук адекватних форм життєдіяльності з урахуванням індивідуальних особливостей людини є одним із завдань валеології – науки про здоров'я. Питання збереження і примноження здоров'я, використання різних форм рухової активності, рекреації включені в усі освітні програми підготовки бакалаврів як обов'язкові [1]. Загальновідомо, що для збереження і зміцнення здоров'я необхідні рухова активність, повноцінне харчування, додержання режиму праці і відпочинку, відсутність шкідливих звичок. Змушувати людину вести здоровий спосіб життя неможливо, але виховувати здоров'язберігаючі навички і компетентності необхідно. Університет є центром формування компетентності валеологічного світогляду студентів – майбутніх фахівців: керівників виробництв, науковців, педагогів. Людина з вищою освітою, яка має високий рівень здоров'язберігаючої компетентності, є пропагандистом здорового способу життя власним прикладом доводячи дієвість здобутих знань і вмінь [4].

Проведене нами вивчення думок студентів першого і другого курсів ($n=256$), про співвідношення загальної і фізичної культури в їх особистісному і професійному самовизначенні показує, що 26% вагається у визначенні своєї позиції. Визнаючи велике значення фізичної культури і спорту для життєдіяльності людини, 64% студентів вагаються у визначенні гуманітарного статусу навчальної дисципліни “фізичне виховання”. Отримані дані свідчать про домінування “рухової” складової дисципліни в ціннісному усвідомленні студентів і відсутності орієнтації на її гуманітарні цінності. Серед основних причин відстороненості фізичної культури від загальної культури людини визначальним є стереотип ставлення до фізичної культури, який склався в суспільстві і освітньому просторі вищих навчальних закладів, а також дефіцит

складової гуманітарної культури у змісті фізичного виховання. Набуття фізичною культурою статусу гуманітарної складової освіти, дозволяє розглядати її зміст з позиції людинознавчого предмету. В цього змісту, як справедливо відзначають дослідники, лежить єдність знань про людину, її можливості, розуміння значущості її життєвих цінностей, усвідомлення свого місця у світі який розвивається. Розвиток культурного самоусвідомлення забезпечує вільну орієнтацію в різноманітних соціокультурних ситуаціях, сформованість здібностей і можливостей перетворювальної культурної діяльності і саморозвитку [5].

Реалізація такого потенціалу її змісту можлива лише в атмосфері звернення до гуманітарно-особистісного і тілесно-духовного розвитку студента, до формування здоров'язберігаючої компетентності.

На думку фахівців, методичним недоліком дидактичної складової гуманітарних навчальних дисциплін є відсутність у них цілісного педагогічного змісту який забезпечує формування у студентів потреби і вміння використовувати апарат дисциплін як методологічний, теоретичний і технологічний засіб цілісного вивчення проблем розробки і прийняття рішень в пізнавальній і професійній діяльності. Дидактична концепція успішної навчальної дисципліни, потребує виховання у студентів уміння бачити як вона інтегрована і взаємодіє з іншими дисциплінами навчального плану. Досягнення міжпредметних цілей освіти потребує формування навчальних дисциплін, які мають дві взаємозв'язані складові: інформативну (навчальну) і управлінську (процесуальну).

Інформативна складова визначає змістовне та наукове наповнення дисципліни, управлінська педагогічна складова формує професійні якості, її зміст будується як цілісна система основних понять теорії, закономірностей, принципів, причинно-наслідкових зв'язків. У результаті студенти мають бути підготовлені до самостійного засвоєння і реалізації здоров'язберігаючої компетентності.

Зміст управлінської складової, який будується на основі інформативної, є технологічним засобом організації керованої і самокерованої самостійної роботи студентів, формує у них здатність використовувати наповнення дисципліни у навчанні, професійній і повсякденній діяльності.

Враховуючи зазначене, навчальна дисципліна фізичне виховання не зводиться до передачі студентам простої сукупності знань, відомостей, а є особливим педагогічним засобом, інструментом – спеціально створеним для навчання та виховання. Це відображає домінуючу тенденцію розвитку сучасної освіти, перехід від технократичної до особистісної гуманітарної парадигми.

Здоров'язберігаюча компетентність передбачає не тільки методичну валеологічну інформативність, але й застосування здобутих знань на практиці. Володіння методиками зміцнення здоров'я і запобігання захворюванням. Вивчення таких розділів програми як основи медичних знань і охорона здоров'я дає можливість студентам по-новому подивитися на стан власного організму, виявити фактори, що призводять до захворювань (зайва вага, нерациональне

харчування, малорухомий спосіб життя, неадекватний режим праці і відпочинку, неповноцінний сон, шкідливі звички тощо) і спробувати їх усунути, засвоїти методики профілактики патологічних станів. Значне місце відводиться вивченню нетрадиційних методів оздоровлення, які характеризуються відносною простотою в застосуванні, доступністю, і головне – високою ефективністю, тому що спрямовані на стимулювання і розвиток природних сил і здібностей людини. Потреба самоздоровлення є важливим показником здоров'язберігаючої компетентності студента.

Висновки. Формування компетентності збереження здоров'я починається з моменту народження людини і триває все життя. На рівень її розвитку впливає родина, колектив, засоби масової інформації тощо. Значну роль у цьому відіграють усі навчально-виховні заклади, у яких навчається особа, і відповідальність за успішність процесу формування здоров'язберігаючої компетентності покладається на педагога.

Виховання відповідального ставлення до власного здоров'я, здоров'я оточуючих, формування потреби в самовдосконаленні фізичних, психічних і розумових здібностей є безпосереднім завданням освітніх програм університету. Формування у студентів спрямованості мислення на збереження і зміцнення здоров'я є невід'ємним компонентом здоров'язберігаючої компетентності майбутніх спеціалістів, розвитком у них творчого мислення пов'язаного з самовдосконаленням.

Отже, формування здоров'язберігаючої компетентності на заняттях з фізичного виховання формує гуманітарне мислення, наповнює гуманістичними цінностями, розвиває інтелектуальну емоційно-вольову сферу людини, сприяє збагаченню морально-естетичного досвіду та інтеграції фізичної і професійної культури особистості.

Література

1. Наказ МОН України від 21.12.2017 р. №164 “Про затвердження та введення в дію методичних рекомендацій щодо розроблення стандартів вищої освіти”.
2. Ведмиденко Б.Ф. Теоретичні основи і практика виховання молоді засобами фізичної культури. – К.: 1993. – 164 с.
3. Виленский М. Я. Основы здорового образа жизни студентов: Учеб. пособие. – М.: МНЗПУ, 1995. – 90 с.
4. Карпюк І.Ю. Модель організації навчального процесу фізичного виховання студентів з позиції валеології / Теоретичні питання культури освіти та виховання. – Зб. наук. праць. Випуск 29. – К.: Центр КНЛУ, 2005. – С. 59–62.
5. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / Ред. А. А. Насімчук. – Луцьк, 2002. – 303 с.
6. Формування здорового способу життя молоді. Проблеми і перспективи / за ред. Яременка. – Харків: Харківський інститут соціальних досліджень, 2005. – 206 с.