

## МОДЕЛЬ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

### THE MODEL OF MAINTAINING PROFESSIONAL HEALTH OF PEDAGOGICAL STAFF IN PRESCHOOL EDUCATIONAL INSTITUTIONS

У статті актуалізовано проблему збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти, оскільки тенденції та виклики в напрямі підвищення якості дошкільної освіти потребують від них постійного професійного зростання, соціальної та професійної мобільності.

Здійснено аналіз понятійної категорії «здоров'язбережувальна компетентність педагога» й розкрито її структурні компоненти, а саме: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, операційно-технологічний і компонент особистих і професійних якостей. Розглянуто здоров'язбережувальну функцію педагога, яка полягає в здатності до збереження власного здоров'я, проявляється в певних ознаках, зокрема у збереженні здоров'я, фізичного, соціального, психічного й духовного (власного та здоров'я оточуючих); застосуванні навичок здорового способу життя, гармонізації режиму праці й відпочинку; запобіганні професійному стресу та вигоранню.

Обумовлено, що одним із пріоритетних завдань системи методичної роботи є реалізація моделі збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти. Деталізовано структурний аспект цієї моделі й розкрито форми, методи, засоби методичної роботи як педагогічного інструментарію у формуванні позитивної внутрішньої мотивації до здоров'язбереження в педагогів. Акцентовано увагу на сутності діагностико-мотиваційного, формувально-корекційного, діяльнісного етапів процесуального блоку моделі. Розглянуто результативний блок, базовим критерієм якого є збереження професійного здоров'я педагога через оцінювання результативності поєднання мотиваційного, когнітивного, практичного, професійного компонентів.

Систематизовано за блоками, оскільки це забезпечує поетапну подачу теоретичного та практичного матеріалу, комплекс методично-інформаційних заходів, які акцентують увагу педагогів на необхідності володіння арсеналом способів збереження й відновлення власного здоров'я.

**Ключові слова:** професійне здоров'я, здоров'язбережувальна компетентність, педагоги, фахівці, модель, методична робота, заклад дошкільної освіти.

The article addresses the problem of maintaining the professional health of the specialists in preschool educational institutions, as the modern trends and challenges aiming at improving the quality of preschool education force the pedagogical staff to strive for constant professional growth as well as social and professional mobility.

It analyzes such a category as "health-maintaining competence of a teacher" and reveals the structural components of the aforementioned category, namely: valuable and motivational, cognitive, operational and technological ones as well as the component of personal and professional qualities. The article examines one of the main functions of the teacher, the one that is aimed at maintaining their own health and involves such aspects as maintaining good physical, social, mental and spiritual health (their own and the health of others involved); developing the habits of the healthy lifestyle and using these skills in practice, balancing work and rest mode in a proper way; avoiding or preventing professional stress and emotional burnout.

It proves the point that the primary task of the methodical work system consists in implementing the model of maintaining the professional health of the specialists in preschool educational institutions. The article highlights the structural aspect of the aforementioned model as well as the forms, methods and means of methodical work as the main pedagogical tool in developing teachers' positive inner motivation for maintaining their good health. It stresses the essence of the diagnostic-motivational, developing-correcting and activity stages of the model implementation. It analyzes the block of results, the basic criterion of which is to maintain the teachers' professional health by means of evaluating the effectiveness in combining the motivational, cognitive, practical and professional components.

It organizes the pedagogical process in the preschool educational institutions with teachers according to blocks, as it provides the gradual presentation of theoretical and practical material. The article presents a set of methodical and informational measures aiming at encouraging teachers to maintain and restore their own health.

**Key words:** professional health, health-maintaining competence, teachers, specialists, model, methodical work, preschool educational institution.

УДК 373.2.011.3-51  
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2020/23-2.32>

**Кучинська Л.Ф.,**  
методист з дошкільної освіти  
КЗ «Житомирський обласний інститут  
підсудипломної педагогічної освіти»  
Житомирської обласної ради

**Постановка проблеми** в загальному вигляді. Проблема збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є актуальною на сучасному етапі та потребує наукового осмислення і практичного розв'язання, оскільки модернізація суспільства зумовлює значні зміни мети й завдань дошкільної освіти, що ґрунтується на принципах готовності педагогів до здоров'язбереження, самоорганізації в процесі професійної діяльності.

Дослідженням цієї проблеми в різні часи займалися педагоги-класики: В. Бехтерев, П. Каптерев, Я. Коменський, П. Лесгафт, Й. Песталоцці, М. Пирогов, Ж.Ж. Руссо, Г. Сковорода, В. Сухомлинський, К. Ушинський, С. Френе, Р. Штайнер, В. Бобрицька, Е. Вайнер, Т. Волченська, Г. Зайцева, О. Іонова, Г. Сєріков, Т. Савустьяненко, Н. Башавець, Г. Беленька та ін., які дійшли спільної думки, що розв'язання проблеми збереження і зміцнення здоров'я педагога полягає в площині

організації освітнього процесу відповідно до цілей і принципів гуманістичної освіти.

На підставі зазначеного вище виникає гостра проблема збереження професійного здоров'я, оскільки воно безпосередньо пов'язане з особливостями педагогічної професії, яка є непростою й найбільш напруженою в емоційному, психологічному, соціальному планах. Як свідчать дослідження, саме освітня структура покликана компенсувати зниження рівня професійного здоров'я педагогів, спонукати їх до формування культури здоров'я особистості та здорового способу життя. У зв'язку з цим є очевидним, що ефективність формування зазначеної готовності педагога до підвищення рівня професійної діяльності й відновлення професійного здоров'я значною мірою залежить від моделі збереження їхнього професійного здоров'я в системі методичної роботи закладів дошкільної освіти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженням проблеми збереження професійного здоров'я педагогів у різні часи займалися науковці: Н. Башавець, Г. Беленька, В. Бобрицька, Ю. Бойко, Д. Воронін, С. Гуменюк, Ю. Драгнєв, О. Ландо.

Детальний аналіз наукових джерел вітчизняних і зарубіжних авторів дає змогу обґрунтувати феномен здоров'язбереження й фактори його формування:

- ідеї гуманізації освітнього процесу М. Мухіна, В. Сухомлинського, Л. Тодорова, Г. Кумарина, Н. Щуркової;
- концепція особистісно орієнтованого підходу в педагогіці І. Беха, Е. Бондаревської, Ю. Кулюткіна;
- концепція рефлексивно-гуманістичної психології й педагогіки співтворчості М. Амосова, Л. Мітіної, В. Сластьоніна, А. Орлова, К. Роджерса;
- концепція валеологічної освіти І. Брехмана, Е. Вайнера та ін.

У загальному контексті аналіз сутності поняття «здоров'язбереження» в наукових працях дослідників дає змогу виділити найбільш поширені визначення: результат впливу педагогічних факторів освітнього процесу на збереження здоров'я його суб'єктів (М. Варданян); діяльність, спрямована на формування, збереження та зміцнення здоров'я людини, що є умовою й передумовою розвитку інших аспектів способу життя (В. Горащук); процес збереження та зміцнення здоров'я спрямований на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості, підвищення ціннісного ставлення до власного здоров'я й здоров'я оточуючих на основі усвідомлення особистої відповідальності (А. Глебова); розв'язання освітніх завдань з урахуванням стану здоров'я педагогів як учасників освітнього процесу та з метою його збереження й по можливості зміцнення (Г. Серіков); процес збе-

реження та формування здоров'я, який включає соціальні, медичні й педагогічні аспекти, розглядається як цінність, система, процес і результат (Н. Тамарська, С. Русакова, М. Гагіна) [12].

Однак на сучасному етапі наявний рівень збереження здоров'я педагогічних працівників у закладах дошкільної освіти не відповідає поставленим освітнім завданням. Тому очевидною є потреба в теоретичному обґрунтуванні шляхів удосконалення системи збереження професійного здоров'я педагогів і практичному впровадженні в методичну роботу моделі збереження професійного здоров'я педагогічних працівників.

**Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.** Ураховуючи все вищезазначене, варто наголосити, що проблема збереження професійного здоров'я педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є актуальною й потребує ґрунтовного вивчення та практичної реалізації.

Моделювання процесу збереження професійного здоров'я педагогів у системі методичної роботи дасть змогу, на наш погляд, практично розв'язати певні суперечності між:

- сучасними вимогами державної політики в галузі дошкільної освіти до модернізації освітнього процесу через упровадження інноваційних педагогічних технологій та особливостями педагогічної професії, яка є непростою й найбільш напруженою, що призводить до особистісної та професійно зумовленої кризи особистості;
- можливостями освітнього процесу у вирішенні проблеми збереження професійного здоров'я педагогічних працівників і недостатньою її науково-методичною забезпеченістю в закладах дошкільної освіти, відсутністю науково обґрунтованих моделей та ефективної системи методичної роботи в цьому напрямі.

Є підстави вважати, що одним із факторів вирішення проблеми збереження професійного здоров'я педагогів закладів дошкільної освіти є моделювання методичної роботи як педагогічного інструментарію у формуванні їхньої позитивної внутрішньої мотивації до здоров'язбереження. Саме тому очевидною є потреба в розробленні моделі збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти.

**Мета статті** полягає в науковому обґрунтуванні та експериментальній апробації моделі збереження професійного здоров'я педагогічних працівників у системі методичної роботи закладів дошкільної освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Комплексний аналіз наукової літератури дав можливість виділити найпоширеніші в сучасній науці підходи дослідників до визначення терміна «здоров'язбережувальна компетентність», а саме: інтегральна динамічна риса особистості,

яка проявляється в здатності організувати й регулювати свою здоров'язбережувальну діяльність; адекватно оцінювати свою поведінку, а також вчинки й погляди оточення [4]; зберігати та реалізовувати власні здоров'язбережувальні позиції в різних, зокрема несприятливих, умовах, виходячи з особисто усвідомлених і засвоєних моральних норм і принципів, але не за рахунок зовнішніх сил; протистояти тиску, протидіяти впливам, що суперечать внутрішнім установкам, поглядам, переконанням, активно їх перетворювати, самостійно приймати моральні рішення (Д. Воронін) [6]; як комплекс знань, умінь, ставлень і цінностей, які спрямовані на збереження та зміцнення здоров'я свого й оточуючих в освітньому процесі та вільний час (Ващенко, В. Єрмолова та Л. Іванова) [3]; як складник компетентності суб'єкта діяльності та спілкування. При цьому компетентність збереження здоров'я включає в себе дотримання норм здорового способу життя, знання й дотримання особистої гігієни, свободу ведення способу життя й індивідуальну відповідальність за нього (І. Зимна) [9, с. 3–7].

Згідно з поданою вище інформацією, є підстави вважати, що однією з професійних функцій педагогічних працівників закладів дошкільної освіти є здоров'язбережувальна функція, яка полягає в здатності до збереження власного здоров'я та проявляється в певних ознаках, а саме:

- збереженні здоров'я фізичного, соціального, психічного й духовного (власного та здоров'я оточуючих);
- застосуванні навичок здорового способу життя, гармонізації режиму праці та відпочинку;
- запобіганні професійному стресу та вигоранню [4].

Для побудови моделі збереження професійного здоров'я педагогів закладів дошкільної освіти необхідно виявити її структурні компоненти. На підставі аналізу компонентів структур компетентності, представлених у науковій літературі, нами визначена структура здоров'язбережувальної компетентності фахівців закладів дошкільної освіти, що включає такі компоненти:

- ціннісно-мотиваційний – система цінностей особистості педагога (провідна цінність – здоров'я та усвідомлення його соціальної й особистісної значущості), що мотивують його до здоров'язбережувальної діяльності;
- когнітивний – спрямований на формування системи знань про закономірності збереження й зміцнення здоров'я та прагнення до самоосвіти, самооцінки й корекції окремих компонентів життєдіяльності в питаннях збереження здоров'я;
- операційно-технологічний – орієнтований на опанування педагогами здоров'язбережувальних технологій і методик, який проявляється в готов-

ності реалізації поведінкових моделей здорового способу життя й здатності до вдосконалення професійного здоров'я;

- компонент особистих і професійних якостей педагога, який включає особисті (організованість, відповідальність за власне здоров'я, доброзичливість, вимогливість до себе, працьовитість, працездатність, ініціативність, енергійність, наполегливість, рішучість тощо) та професійно-значимі (інтерес до людей, любов до дітей, тактовність, емпатія, толерантність, рефлексія тощо) якості [1].

Відповідно до цих компонентів, зупинимось детально на описі нашої моделі збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти та розкриємо її структурний аспект.

Модель, метою та завданням якої є збереження професійного здоров'я, включає чотири блоки: *цільовий, змістовий, процесуальний, результативний*. Обґрунтуємо кожний із цих блоків детальніше.

Так, *цільовий блок* становить стратегічний рівень, який покликаний створити в закладах дошкільної освіти сприятливі педагогічні умови для збереження професійного здоров'я фахівців, а саме:

- теоретичні знання про сутність професійного здоров'я;
- практичні знання про сутність професійного здоров'я та шляхи його збереження;
- формування позитивної мотивації до збереження здоров'я в процесі практичної діяльності;
- вікова категорія педагогів;
- рефлексивна діяльність щодо збереження фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я.

Оперативний рівень цільового блоку спрямований на розроблення програми збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти через різні форми методичної роботи.

Метою *змістового блоку* є розроблення програми збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти, яка має інваріантний (збереження професійного здоров'я в процесі професійної діяльності) та варіативний (збереження здоров'я у вільний від професійної діяльності час) складники.

Найважливішим у нашій моделі є *процесуальний блок*, тобто практична реалізація моделі, де педагогічним інструментарієм є методична робота з педагогічними працівниками щодо збереження їхнього професійного здоров'я.

Процесуальний блок цієї моделі поділений на етапи: діагностико-мотиваційний, діяльнісно-творчий і формувально-корекційний, які ми охарактеризуємо детальніше.

*І етап – діагностико-мотиваційний* – формування у фахівців закладів дошкільної освіти позитивного ставлення й інтересу до збереження

професійного здоров'я, стійкої мотивації до здоров'язбереження, усвідомлення його соціальної й особистісної значущості, а тим самим сприяння зародженню окремих соціально-ціннісних мотивів.

Для такої мотивації характерні інтерес до цієї проблеми, переконаність, що здоров'язбереження є важливою умовою самовдосконалення і професійного становлення педагога, прагнення до самоосвіти в цьому напрямі, самооцінки й корекції окремих компонентів життєдіяльності з позиції збереження власного здоров'я.

*II етап – діяльнісно-творчий* – забезпечує становлення в педагогів цілісної мотивації до збереження професійного здоров'я. Ієрархія мотивів стає більш чіткою. Інтерес до проблеми збереження здоров'я збігається з усвідомленням його значущості в професійній діяльності. Стійким стає прагнення до самоосвіти в контексті збереження власного професійного здоров'я. На цьому етапі здійснюються інформаційно-методичні заходи в педагогічному процесі закладу дошкільної освіти й дозвілля педагогів у вільний від професійної діяльності час.

Для реалізації завдань *процесуального блоку* моделі методичної роботи, її впливу, змісту педагогічних умов найбільш результативними в процесі формування збереження здоров'я педагогічних працівників стали низки прийомів:

- розкриття наукової та практичної значущості здоров'я і способів його підтримки;
- насичення змісту історичними довідками, а також сучасними уявленнями педагогів про загальні й валеологічні принципи організації життєдіяльності людини;
- показ альтернативних підходів у розумінні сутності збереження професійного здоров'я;
- формування зацікавленості досліджуванним матеріалом (цікаві наукові дані, емпіричні спостереження, факти тощо);
- створення програм збереження здоров'я через аналіз власного способу життя, розроблення індивідуальної програми збереження здоров'я відповідно до індивідуальних особливостей, а також особливостей професійної діяльності.

Так, у закладі дошкільної освіти нами заплановано масові, групові; індивідуальні форми методичної роботи теоретичного (семінари, проблемні семінари, круглі столи тощо) та практичного (стартапи, майстер-класи, самоосвіта, воркшопи, брейн-ринги тощо) спрямування з використанням різних методів, зокрема орієнтувальних (метод комунікації, метод участі), стимулювальних (інтерактивні методи) та методів контролю й самоконтролю.

Виходячи зі сказаного вище, нами запропоновано низку нетрадиційних форм методичної роботи, які акцентують увагу педагогів на необхід-

ності володіння арсеналом способів збереження й відновлення власного здоров'я, переконаності в доцільності їх застосування в практичній педагогічній діяльності, а саме: подорож інтелектуальною картою «Модель здоров'язберігаючої компетентності»; бліцопитування «Тези збереження і зміцнення професійного здоров'я»; освітня арабеска «Здоров'язберігальна компетентність педагога»; презентаційний меседж «Я роблю так»; творчий захист тріади успіху «Я – педагог, я – вихователь, я – особистість»; оформлення та презентація нетрадиційного панно «Золотий розсип цікавих ідей здоров'я збереження», «Незабутні емоції від подорожей», «Скарбничка ідей»; семінари-практикуми: «Індивідуальний маршрут здоров'язбереження», «Траєкторія самозбереження та здоров'язбереження», семінар-супутник «Розуміння – необхідність – здоров'язбереження», «Контур здорової людини»; прес-реліз «Рекреалогічні шляхи збереження професійного здоров'я»; презентація методичного топ-листа «Ноу-хау у здоров'язбереженні»; педагогічне шоу «Самозбереження +»; педагогічний меседж «Я – знаю, я – умію, я – можу» тощо.

Ефективним і важливим, на нашу думку, є використання в методичній роботі перспективних, календарних та індивідуальних планів заходів збереження професійного здоров'я педагогів з використанням здоров'язберігальних технологій.

Запропонований комплекс методів і прийомів спрямований на те, щоб викликати у фахівців закладів дошкільної освіти нові враження, спонукати їх до роздумів, міркувань про зміст людського життя, роль здоров'я в житті людини та його значення для професійної самореалізації.

Підсумком щодо ефективності реалізації моделі є *результативний блок*, у процесі реалізації якого ми визначали *базовий критерій* – збереження професійного здоров'я педагога. Результативний блок ми розглядали через оцінювання результативності рівня знань педагогічних працівників про збереження професійного здоров'я в поєднанні мотиваційного, когнітивного, практичного, професійного компонентів та отримали такі результати:

- цілісне утворення знань, що реалізовується в структурі особистості через розвиток особистісних особливостей, які становлять її світоглядно-моральну спрямованість на формування в неї культури здоров'я як невід'ємної умови успішної життєвої та фахової самореалізації й самовдосконалення;
- володіння педагогом сукупністю способів формування, збереження та зміцнення власного здоров'я, що дають йому можливість побудови ефективного освітнього процесу виховання здорового покоління;
- високий рівень компетентності педагога щодо організації освітнього процесу задля

збереження здоров'я та здійснення власної здоров'язбережувальної діяльності.

Отже, модель збереження професійного здоров'я педагогічних працівників дає змогу вирішити поставлені завдання, а також доводить ефективність впливу структурних компонентів і педагогічних умов на результативність педагогічного процесу та збереження фізичного, психічного соціального, духовного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти.

**Висновки.** У процесі проведеного наукового дослідження розкрито сутність базового поняття здоров'язбережувальної компетентності як складника ефективною реалізації потенціалу педагогічних працівників у професійній діяльності. Доведено важливість та актуальність проблеми збереження професійно-особистісного здоров'я педагогів, оскільки тенденції та виклики в напрямі підвищення якості дошкільної освіти потребують від них постійного професійного зростання, соціальної та професійної мобільності. Також висвітлено модель збереження професійного здоров'я фахівців, що включає низку нестандартних форм методичної роботи, які акцентують увагу педагогів на необхідності володіння арсеналом способів збереження та відновлення власного здоров'я. Отже, можна впевнено стверджувати, що практична система методично-інформаційних заходів, яка включає в себе комплекс різноманітних ефективних методів, форм і технологій, принципово нових підходів до збереження професійного здоров'я педагогів та захисту їх від професійного стресу:

– сприяє заохоченню фахівців закладів дошкільної освіти до самозбереження, сутність якого полягає у формуванні свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я;

– формує в педагогів потребу в збереженні власного здоров'я й формуванні позитивної внутрішньої мотивації; уміння осмислювати, співвідносити й поєднувати професійну діяльність з дозвіллям та активним відпочинком;

– спонукає до рекреаційної діяльності, яка є актуальною в умовах сьогодення.

Отже, констатуємо, що аналіз проблеми збереження професійного здоров'я фахівців закладів дошкільної освіти не вичерпує розкриття всіх її

основних аспектів і дає підґрунтя для подальшого детального вивчення й розроблення конкретних механізмів у цьому напрямі з подальшою експериментальною перевіркою.

#### БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Наук. вісн. Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки*. 2012. № 7. С. 123–127.
2. Бойченко Т.Є. Формування здоров'язбережувальної компетентності як умова розвитку обдарованості особистості. *Вісник інституту розвитку дитини. Серія «Філософія. Педагогіка. Психологія»*. Київ. 2010. № 9. С. 42–49.
3. Ващенко Л.С. Основи здоров'я. Київ : Генеза, 2005. 240 с.
4. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В.Т. Бусел. Київ : ВТФ «Перун», 2002. 1440 с.
5. Волкова С.С. Здоровий учитель – здорова школа. *Валеологія: сучасний стан, напрямки та перспективи розвитку* : матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. Харків : Вид-во ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2007. Т. 1. С. 40–43.
6. Воронін Д.Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Херсон, 2006. 20 с.
7. Дзятковская Е.Н. Здоровьесберегающие образовательные технологии: новые акценты. *Психология здоровья и личностного роста*. 2010. № 1. URL: [http://www.healthmusicpsy.ru/index.php?page=psychologiya\\_zdorovya&issue](http://www.healthmusicpsy.ru/index.php?page=psychologiya_zdorovya&issue).
8. Дубасенюк О.А. Професійно-педагогічна освіта: методологія, теорія, практика : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 278 с.
9. Зимняя И.А. Ключевые компетентности – новая парадигма результатов образования. *Высшее образование сегодня*. 2003. № 5. С. 3–7.
10. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя. Москва : Академия, 2004. С. 118.
11. Оржеховська В.М., Пилипенко О.І. Превентивна педагогіка : навчальний посібник. Черкаси : Вид. Чабаненко Ю., 2007. 284 с.
12. Тамарская Н.В., Русакова С.В., Гагина М.Б. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровьесберегающий аспект) : учебно-методическое пособие для учителя. Калининград : Изд-во КГУ, 2002. 31 с.