

ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

USE OF HEALTH CARE TECHNOLOGIES IN THE EDUCATIONAL ENVIRONMENT OF HIGHER EDUCATION INSTITUTIONS

УДК 378. 614-053.81
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2022/48.2.34>

Удич З.І.,

канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедри педагогіки
та менеджменту освіти
Тернопільського національного
педагогічного університету
імені Володимира Гнатюка

Русин Л.П.,

канд. мед. наук,
доцент кафедри основ здоров'я
та фізичного виховання
Державного вищого навчального
закладу «Ужгородський національний
університет»

Шапаренко І.Є.,

канд. біол. наук, доцент,
доцент кафедри медико-біологічних
дисциплін і фізичного виховання
Полтавського національного
педагогічного університету
імені В.Г. Короленка

Грищенко С.В.,

докт. пед. наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи
та освітніх і педагогічних наук
Національного університету
«Чернігівський колегіум»
імені Т.Г. Шевченка

Сьогодні актуальною проблемою вітчизняних університетів є формування у здобувачів вищої освіти звички вести здоровий спосіб життя, що забезпечується правильно організованим, компетентним і цілеспрямованим освітнім процесом із використанням здоров'язбережувальних технологій в процесі організації здоров'язбережувальної діяльності у освітньому середовищі закладів вищої освіти. Використання здоров'язбережувальних технологій у закладах вищої освіти допомагає здобувачам вищої освіти визначити, що людське здоров'я – це найвища цінність суспільства. Мета пропонованої розвідки – аналіз використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому середовищі закладів вищої освіти України.

Методологія дослідження: базується на загальних принципах філософії, базових сучасних положеннях педагогічної науки і відображає взаємозв'язок методологічних підходів до вивчення процесу використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому середовищі закладів вищої освіти України.

Наукова новизна. Обґрунтовано, що здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі закладів вищої освіти потребують подальшого вивчення та впровадження інноваційних напрямів та методів. Висновки. 1. Освітнє середовище закладів вищої освіти має сприяти формуванню програмних здоров'язбережувальних компетентностей. 2. Одним із завдань університетської освіти є створення умов для формування у здобувачів вищої освіти навичок самоорганізації та самоконтролю, які сприятимуть збереженню здоров'я та активізації рухової діяльності. 3. Мета здоров'язбережувальних освітніх технологій – забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприяють продуктивній освітній та професійній діяльності учасників освітнього середовища. 4. Заклади вищої освіти мають приділяти більше уваги набуттю життєвих навичок. 5. Важливою є система підготовки майбутніх фахівців різних спеціальностей щодо застосування здоров'язбережувальних технологій у подальшій професійній діяльності.

Ключові слова: здоров'язбереження, здоров'язбережувальні компетентності, здобувачі вищої освіти, освітнє середовище, заклади вищої освіти.

Today, the urgent problem of domestic universities is the formation of higher education habits to lead a healthy lifestyle, provided by a properly organized, competent and purposeful educational process using health technologies in the organization of health activities in the educational environment of higher education institutions. The use of health technologies in higher education institutions helps higher education students to identify that human health is the highest value of society.

The purpose of the proposed intelligence is to analyze the use of health technologies in the educational environment of higher education institutions in Ukraine.

Research methodology: based on general principles of philosophy, basic modern principles of pedagogical science and reflects the relationship of methodological approaches to the study of the use of health technologies in the educational environment of higher education institutions of Ukraine.

Scientific novelty. It is substantiated that health-preserving technologies in the educational environment of higher education institutions require further study and implementation of innovative directions and methods.

Conclusions. 1. The educational environment of higher education institutions should promote the formation of program health competencies.

2. One of the tasks of university education is to create conditions for the formation of higher education skills of self-organization and self-control, which will contribute to maintaining good health and enhance physical activity. 3. The purpose of health-preserving educational technologies is to provide conditions of physical, mental, social and spiritual comfort that promote productive educational and professional activities of participants in the educational environment. 4. Higher education institutions should pay more attention to the acquisition of life skills. 5. The system of training future specialists of various specialties in the application of health-saving technologies in further professional activities is important.

Key words: health care, health care competencies, higher education seekers, educational environment, higher education institutions.

Постановка проблеми у загальному вигляді.

Натепер в більшості вітчизняних вишів актуальною проблемою XXI століття є формування у здобувачів вищої освіти звички вести здоровий спосіб життя, що забезпечується правильно організованим, компетентним і цілеспрямованим освітнім процесом із використанням здоров'язбережувальних технологій. Сьогодні велика увага приділяється організації здоров'язбережувальної діяльності у освітньому середовищі закладів вищої освіти. Це здійснюється відповідно до Закону України «Про вищу

освіту» (2014) [8] і спрямовується на реалізацію накреслених у ньому виховних завдань.

Сьогодні актуальною проблемою вітчизняних університетів є формування у здобувачів вищої освіти звички вести здоровий спосіб життя, що забезпечується правильно організованим, компетентним і цілеспрямованим освітнім процесом із використанням здоров'язбережувальних технологій в процесі організації здоров'язбережувальної діяльності у освітньому середовищі закладів вищої освіти.

Аналіз основних досліджень і публікацій засвідчує, що проблема здоров'язбереження здобувачів освіти закладів вищої освіти отримала відображення в наукових працях вітчизняних вчених: С. Грищенко, М. Носка, Ю. Носко, О. Єфремової та інших науковців [3; 7].

Важливі аспекти здоров'язбережувальних компетентностей схарактеризовано в роботах вітчизняних вчених – Ю. Бойчука, В. Зайцева та зарубіжного дослідника С. Hall, що розглядав компетентність щодо збереження здоров'я, яка втілюється у здатності застосовувати усі належні компетенції в конкретних умовах [1; 9].

Набуття життєвих навичок молоді вивчали такі вітчизняні науковці, як: О. Єжова, Т. Воронцова, В. Пономаренко та інші [2; 4].

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми – недостатньо уваги в наукових розвідках вітчизняних дослідників приділено здоров'яформувальним технологіям.

Метою пропонованої розвідки є аналіз використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому середовищі закладів вищої освіти України.

Виклад основного матеріалу. Сучасні фахівці, які працюють у різних галузях, мають володіти технологічним підходом щодо реалізації основних завдань соціального розвитку у сфері здоров'язбереження. Особлива роль у цьому процесі відводиться саме освітньому середовищу сучасних закладів вищої освіти, оскільки важливим завданням їхньої майбутньої професійної діяльності є як власне здоров'я, так й здоров'я їхніх близьких та здобувачів освіти.

Дані вітчизняної статистики констатують поширення негативних явищ серед української молоді має сумну статистику. «За результатами дослідження щодо динаміки вживання алкоголю, наркотиків, поширеності тютюнопаління серед учнівської молоді 91 % дівчат та хлопців віком 15-16 років уже мають досвід вживання алкоголю (у 1995 році таких було 87 %), 63 % – досвід тютюнопаління, ще 14 % – вже «спробували» марихуану. Найбільш поширеним як серед хлопців так і серед дівчат є вживання пива (відповідно 70 % і 56,5 %). У 2008 р. медиками було вперше зареєстровано 48 випадків (0,6 на 100 тис. дітей) дитячого хронічного алкогольного синдрому» [7, с. 38].

Саме тому, правильно розроблена і використана здоров'язбережувальна технологія у закладі вищої освіти може підвести здобувачів вищої освіти до думки, що людське здоров'я – це найвища цінність суспільства. Зауважимо також, що важливою є підготовка до ведення здорового способу життя. Знання, володіння і застосування здоров'язбережувальних технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного фахівця з вищою освітою різних спеціальностей.

В процесі нашої наукової розвідки маємо погодитися з думкою вітчизняного вченого Ю. Бойчука: «В світлі реформування системи освіти ще більшої актуальності набуває формування в сучасній молоді соціального здоров'я, що, відповідно до чинного Закону України «Про освіту» (2017) [8], характеризується формуванням у останніх цінностей і необхідних для успішної самореалізації компетентностей, виховання відповідальних громадян, які здатні до свідомого суспільного вибору та спрямування своєї діяльності на користь іншим людям і суспільству; соціальне здоров'я здобувачів вищої освіти, перш за все, розкривається через їхню здатність до мобільності, соціальної активності, прагнення розкриття наявного потенціалу, спрямованість на досягнення результату в різних сферах суспільного життя» [1, с. 330].

Важливість проблеми нашої наукової розвідки доводить ще той факт, що актуальний процесом є нині «освіта на основі набуття життєвих навичок (life skills-based education) – ефективна педагогічна технологія, спрямована на формування здорової та просоціальної особистості. Вона гармонійно поєднує функції виховання (формування ідентичності, цінностей та переконань) і розвиток соціально-психологічних компетентностей учнів (їхніх знань, умінь і навичок) та сприяє формуванню своєрідного «поведінкового імунітету» до надмірно ризикованої поведінки». Зауважимо, що ціннісне ставлення до здоров'я як свого, так й оточуючих значно покращить освітній процес [4, с. 12–13].

Вітчизняні дослідники Т. Воронцова, В. Пономаренко стверджують, що методика розвитку життєвих навичок має враховувати вікові та індивідуальні особливості здобувачів освіти, етнічні, релігійні та соціально-економічні аспекти їхнього життя, передбачати делікатне ставлення до гендерних питань. Навчання життєвих навичок повинно здійснюватися на прикладах ситуацій, близьких до реального життя здобувачів освіти. «Але при цьому враховуються не лише актуальні потреби, а й ті, що незабаром можуть виникнути в зоні їхнього найближчого розвитку» [2, с. 24]

Нашим дослідженням доведено, що впровадження педагогічної технології «освіта на основі набуття життєвих навичок» в освітній простір закладу вищої освіти Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка у 2021–2022 н.р. здійснюється шляхом реалізації програми з розвитку соціальних навичок здобувачів вищої освіти магістратури спеціальності «Соціальна робота» у компонент освітньо-професійної програми вільного вибору «Формування здорового способу життя» (90 годин). Метою курсу є формування у здобувачів вищої освіти знань, умінь і навичок з валеологічної культури як передумови збереження здоров'я підростаючого

покоління. Предметом вивчення навчальної дисципліни є процес формування здорового способу життя.

Щодо формування програмних компетентностей, то маємо виокремити загальні компетентності курсу: здатність діяти соціально відповідально та свідомо; уміння застосовувати знання та розуміння основних концепцій, теорій та фактів для прогнозування стратегії професійної діяльності; здатність працювати самостійно, автономно, займати активну життєву позицію та розвивати лідерські якості. Найважливішою фаховою компетентністю є володіння сучасними технологіями проектування і організації наукового дослідження у своїй професійній діяльності на основі комплексного підходу до вирішення проблем професійної діяльності в галузі здоров'язбереження.

Важливо погодитися з науковими розвідками зарубіжного дослідника С. Hall «Компетентність щодо збереження здоров'я втілюється у здатності застосовувати усі належні компетенції в конкретних умовах та обставинах на користь збереження, зміцнення і формування здоров'я» [9, с. 5].

Вітчизняні вчені М. Носко, С. Грищенко, Ю. Носко [7, с. 60], досліджували чи пов'язаний малорухомий спосіб життя з комп'ютеризацією. Дослідниками було доведено, що загальна комп'ютеризація, впровадження Інтернету в побут багатьох молодих людей, поширення соціальних мереж призвело до того, що для більшості підлітків та молоді звичною формою дозвілля стало сидіння перед екраном комп'ютера чи телефона. Навіть колективне дозвілля дуже часто зводиться до комп'ютерних ігор та спілкування у чаті. Такі заняття невідворотно знижують фізичну активність молодих людей. Близько 12 % респондентів зовсім не відповіли на запитання про заняття фізкультурою та спортом, а 47 % зазначили, що вони зовсім не займаються. Водночас підлітки у шкільному віці та молоді люди (здобувачі вищої освіти, бакалаврат, 4-й курс), до 20 років частіше займаються фізкультурою і спортом.

Нашим дослідженням доведено, що у жінок менше можливостей займатися фізкультурою через їхню завантаженість хатньою роботою і взагалі сімейними обов'язками, проте і в молодшому віці дівчата також виявляють меншу схильність до фізичних вправ.

На запитання «Скільки днів за останні 7 днів Ви виконували фізичні вправи чи брали участь у спортивних іграх, мали інші фізичні навантаження якнайменше 20 хвилин, що змусило Вас важче дихати (це може бути баскетбол, футбол, біг, плавання, велоспорт, спортивні танці, аеробіка, швидка ходьба, звичайне катання на велосипеді, катання на ковзанах / роликах, а також миття підлоги, будь-які види роботи по дому чи у дворі)?» 38 % респондентів відповіло негативно, тобто

жодного дня протягом тижня вони не мали яких-небудь фізичних навантажень. Цікаво, що абсолютна більшість з них (93 %) впевнені, що ведуть здоровий (або в цілому здоровий) спосіб життя. З тих самих малорухливих, хто признався у шкідливих звичках, тільки 13,8 % вказали на гіподинамію як на шкідливу звичку, і навпаки, більше 18 % заявили, що займаються фізкультурою і спортом.

«Закономірності щодо тривалості фізичного навантаження протягом тижня спільні для всіх вікових груп. Найчастіше люди мають якісь активні заняття протягом 2-3 днів на тиждень і лише 6 % мають фізичні навантаження щодня. Обстеження не виявило якихось суттєвих відмінностей у фізичній активності (чи її відсутності) за соціальним статусом чи рівнем освіти респондентів. Очевидно, що в поведінці більшості представників усіх верств українського суспільства фізична активність не стала елементом способу життя культурної людини» [7, с. 60].

Пропонована наукова розвідка звертає увагу на той факт, що як фізична активність, так і раціональне харчування запобігає появі надмірної ваги й ожиріння. В результаті дослідження нами визнано незаперечним фактом, що надмірна комп'ютеризація та використання соціальних мереж є не на користь здоров'язбереженню.

Здоров'язбережувальні технології реалізуються через такі напрями освітньої діяльності закладів вищої освіти: створення умов для зміцнення здоров'я здобувачів освіти та їхнього гармонійного розвитку; організація освітнього процесу з урахуванням його психологічного та фізіологічного впливу.

«Здоров'язбережувальні технології дозволяють: сформувати соціальну зрілість здобувача освіти; забезпечити можливість здобувачам освіти реалізувати свій потенціал; зберегти і підтримати їхнє фізіологічне здоров'я» [6, с. 17]

Зауважимо, що не потрібно перенавантажувати здобувачів вищої освіти фізичними вправами, це може спровокувати певні функціональні порушення з боку центральної нервової системи. Проте, спостереження вітчизняних вчених С. Грищенко, О. Єфремової, О. Грищенко та наші власні спостереження за практикою організації фізкультурно-оздоровчої роботи у закладах вищої освіти (в умовах освітнього середовища університету), доводять, що, наприклад, «формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів вищої освіти спеціальності «081 – Право» відбувається в процесі фізичного виховання в умовах закладів вищої освіти. Фізична підготовка здобувачів вищої освіти спеціальності «081 – Право» у вищій школі повинна бути диференційована (рухові дії). Фізичні навантаження можуть носити як підтримуючу, так і розвивальну направленість. Формування здоров'язбережувальної

компетентності здобувачів вищої освіти спеціальності «081 – Право» має в основі розвивальну фізичну підготовку для рухових якостей сили та витривалості. Здоров'язбереження здобувачів вищої освіти можливо за рахунок організації різних форм (видів) самостійних занять здобувачів освіти в умовах закладів вищої освіти та понад розкладу освітніх занять з фізичного виховання й рухової активності» [3, с. 53]. На основі вищевикладеного можемо констатувати, що необхідно підвищити рухову активність здобувачів вищої освіти, що є однією зі складових здоров'язбереження та набуття життєвих навичок, які сприятимуть активізації рухової діяльності як на заняттях, так і в самостійній руховій діяльності. Впровадження у закладах вищої освіти інноваційних здоров'язбережувальних технологій та методик формування, збереження і зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти дозволить забезпечити та покращити процес формування ефективних програмних компетентностей як загальних, так й фахових, є необхідною складовою професійної підготовки фахівців різних спеціальностей в умовах освітнього середовища вищої школи.

Висновки. 1. Освітнє середовище закладів вищої освіти має сприяти формуванню програмних здоров'язбережувальних компетентностей. 2. Одним із завдань університетської освіти є створення умов для формування у здобувачів вищої освіти навичок самоорганізації та самоконтролю, які сприятимуть збереженню здоров'я та активізації рухової діяльності. 3. Мета здоров'язбережувальних освітніх технологій – забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприяють продуктивній освітній та професійній діяльності учасників освітнього середовища. 4. Заклади вищої освіти мають приділяти більше уваги набуттю життєвих навичок. 5. Важливою є система підготовки майбутніх фахівців різних спеціальностей щодо застосування здоров'язбережувальних технологій у подальшій професійній діяльності.

Перспективами подальших наукових розвідок є здоров'яформувальні технології в організації здоров'язбережувальної діяльності закладів вищої освіти України.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бойчук Ю. Д., Зайцев В. О. Формування соціального здоров'я учнівської молоді у світлі завдань сучасної системи освіти. *Сучасні здоров'язбережувальні технології*: монографія. За загальною редакцією професора Ю. Д. Бойчука. Харків: Оригінал, 2018. С. 327–331.
2. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. та ін. Вчимося жити разом. Програма з розвитку соціальних навичок учнів основної і старшої школи в курсі «Основи здоров'я». Київ: Вид-во «Алатон», 2016. 32 с.
3. Грищенко С. В., Грищенко О. П., Єфремова О. П. Здоров'язбереження в професійній підготовці здобувачів вищої освіти спеціальності «081 – Право». *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 4 (168). Чернігів: НУЧК, 2021. С. 45–54.
4. Єжова О. О. Теоретичні і методичні засади формування ціннісного ставлення до здоров'я учнів професійно-технічних навчальних закладів : автореф. дис. ... доктора пед. наук: 13.00.07 – спеціальність «Теорія і методика виховання». Київ, 2013. 38 с.
5. Ковальова О. В., Цапко А. М., Прокоф'єва О. О., Грищенко С. В. Здоров'язбереження в освітньому середовищі закладів загальної середньої освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. № 1(349). Ч. 1. 2022. С. 165–174. ел. варіант журналу. Частина 1 <http://visnyk.luguniv.edu.ua/index.php/vped/issue/view/33> (дата звернення 05.05.2022).
6. Новописьменний С. А. Інноваційні підходи до створення здоров'язбережувального середовища в освітніх закладах. *Формування здоров'язбережувальних компетентностей сучасної молоді: реалії та перспективи*: збірник наук. праць Всеукр. наук.-практ. конф., присвяченої Всесвітньому Дню цивільної оборони та Всесвітньому Дню охорони праці (Полтава, 27–28 квітня 2017 р.). Упоряд., і ред.: В. П. Титаренко, А. М. Хлопов. Полтава: ПНПУ, 2017. С. 16–18.
7. Носко М. О., Грищенко С. В., Носко Ю. М. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. Київ: «МП Леся», 2013. 160 с.
8. Про вищу освіту: Закон України. *Відомості Верховної Ради (ВВР)*, 2014, № 37–38, ст. 2004.
9. Hall, C. (2014). Developing a competent global health promotion work force: pedagogy and practice. Caroline Hall. Research Fellow, Centre for Health Research. School of Health Sciences, University of Brighton, England, UK. July. 15 p.