

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

THEORETICAL FOUNDATIONS OF THE FORMATION OF HEALTH-SAVING COMPETENCE OF PUPILS IN THE INSTITUTIONS OF SECONDARY EDUCATION IN PHYSICAL TRAINING LESSONS

У статті розглянуто актуальне питання з визначення теоретичних основ формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури. Узагальнено, що цілеспрямовані дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності здебільшого дотичні до аналізу теоретичних аспектів окресленої проблеми та професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою. Теоретичні основи наукового дослідження ґрунтуються на уточненні поняттєво-термінологічного апарату, що сприяє адекватному розумінню сутності проблеми. Такими дефініціями є поняття «здоров'я», «здоров'язбереження», «здоров'язбережувальна компетентність». Підкреслено важливість урахування цільового аспекту організації здоров'язбережувальної діяльності на уроках фізичної культури: формування в учнів культури здоров'я, підготовка школярів до здорового способу життя, уникнення шкідливого впливу різних здоров'яруйнівних чинників на організм людини, формування здоров'язбережувальної компетентності. Узагальнено, що формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури ґрунтується на врахуванні учителями теоретичних напрацювань сучасних дослідників. Запропоновано вчителям фізичної культури створити інформаційний путівник, де будуть концентровані важливі аспекти формування здоров'язбережувальної компетентності учнів і який може складати теоретичну основу вдосконалення освітнього середовища в напрямі підготовки учнів до збереження здоров'я. Подальшими перспективами в цьому напрямку визначено створення банку навчально-методичних матеріалів з поєднаним аналізом інноваційних підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури.

Ключові слова: теоретичні основи, учні, вчителі, здоров'язбережувальна компетентність, уроки фізичної культури, заклади загальної середньої освіти.

ментність, уроки фізичної культури, заклади загальної середньої освіти.

The article has overviewed the relevant issue of identification of theoretical foundations of the formation of health-saving competence of pupils in the institutions of secondary education in physical training lessons. It has been generalized that focused research on the problem of health-saving competence formation is mostly related to the analysis of theoretical aspects of the outlined problem and the vocational training of future specialists with higher education. The theoretical foundations of the scientific research are based on the clarification of the conceptual and terminological apparatus, which contributes to an adequate understanding of the essence of the problem. Such definitions are the notions of «health», «health saving», «health-saving competence». The importance of taking into account the target aspect of the organization of health-saving activities in physical training lessons has been emphasized: the formation of pupil's culture of health, the training of schoolchildren for a healthy lifestyle, the avoidance of the harmful effects of various health-destroying factors on the human body, the formation of health-preserving competence. It has been summarized that the formation of health-saving competence of pupils in the institutions of secondary education in physical training lessons is based on teachers taking into account the theoretical work of modern scholars. Physical training teachers are offered to create an information guide, which will specify important aspects of the formation of students' health-saving competence and which can form a theoretical foundation for improving the educational environment in the direction of preparing pupils for health preservation. The further prospects on this direction we see as the creation of a bank of educational and methodological materials with a step-by-step analysis of innovative approaches to the formation of health-saving competence of pupils in the institutions of secondary education in physical education lessons.

Key words: theoretical foundations, pupils, teachers, health-saving competence, physical training lessons, institutions of secondary education.

УДК 373.3/5.016:796
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/71.1.28>

Жижанов О.Ю.,
аспірант кафедри теорії і методики фізичного виховання
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Єдинак Г.А.,
докт. наук з фіз. вих. та спорту,
професор,
професор кафедри теорії і методики фізичного виховання
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими чи практичними завданнями. Глобальні екологічні трансформації, які відбуваються у всіх куточках нашої планети, динамічний науково-технічний прогрес, що не лише полегшує життя людства, але й інколи призводить до негативного впливу на організм, зміни соціально-економічних умов існування кожного члена суспільства стають вагомими чинниками впливу на здоров'я сучасної людини. Відтак актуалізується проблема пристосування кожної

особи до швидко змінюваних чинників впливу навколишнього середовища зі спрямованістю на збереження та зміцнення здоров'я в сучасних умовах технологічних революцій, соціально-економічних та екологічних метаморфоз. У такому сенсі особливої значущості набуває проблема підготовки людини до здоров'язбережувальної діяльності впродовж усього життя. Основи готовності до такої діяльності закладаються ще в дитячому віці, що зосереджує увагу на проблемі формування здоров'язбережувальної компетентності

в учнів ще в період навчання у закладах загальної середньої освіти. Зазвичай спрямованість навчально-пізнавальної діяльності школярів на вирішення питань стосовно зміцнення та збереження здоров'я, актуалізацію активної життєдіяльності шляхом оптимізації фізичних навантажень зазвичай відбувається на уроках фізичної культури. Таким чином, назрілим теоретичним і практичним завданням сучасної школи визначається формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій дає змогу визначити основні напрями наукових пошуків, де розкриваються певні сторони досліджуваного питання: реалізація компетентнісного підходу в освітньому середовищі, дослідження проблем здоров'я та здоров'язбережувальної діяльності, особливості навчання учнів у системі загальної середньої освіти на уроках фізичної культури та ін. Цілеспрямовані дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності здебільшого дотичні до аналізу теоретичних аспектів окресленої проблеми (Т. Андрющенко [1]) та професійної підготовки майбутніх фахівців з вищою освітою: учителів (В. Бобрицька, О. Дорошенко, В. Звєкова, Т. Кириченко, С. Лебедченко, Г. Мешко, Л. Романишина), економістів (Н. Башавець, Д. Воронін, Н. Завидівська, Ю. Палічук, О. Шукатка), лікарів (Л. Новакова) та ін. У контексті взаємозв'язку шкільної освіти, фізичного виховання та збереження здоров'я заслуговують на увагу наукові розвідки, в яких дослідники аргументують доцільність удосконалення здоров'язбережувальної системи освіти шляхом поліпшення змісту програм з фізичної культури у загальноосвітній школі (Т. Круцевич [5]) на основі аналізу стану здоров'я сучасних учнів (Т. Круцевич, М. Червотока [4]); характеризують сутність здоров'язберігаючої компетентності вчителя фізичної культури (І. Іваній [3]; Н. Сороколіт [10]); обґрунтовують шляхи вдосконалення фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти (Н. Москаленко, Т. Сидорчук, В. Решетилова, Ю. Михайленко [6]) та ін. На часі актуальним завданням сучасної шкільної освіти є формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти. Адже саме в період фізичного, психологічного, соціального становлення особистості закладаються основи здорового способу життя, формуються переконання і компетентності стосовно здоров'язбережувальної діяльності. Однак окреслена проблема ще не знайшла всебічного аналізу й дослідження в педагогічній літературі.

Мета статті полягає в узагальненні теоретичних основ формування здоров'язбережувальної

компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури.

Виклад основного матеріалу дослідження. Теоретичні основи наукового дослідження ґрунтуються на уточненні поняттєво-термінологічного апарату, що сприяє адекватному розумінню сутності проблеми. Такими дефініціями, якими послуговуються дослідники в процесі розкриття сутності наукової розвідки, є поняття «здоров'я», «здоров'язбереження», «здоров'язбережувальна компетентність».

В енциклопедичній літературі звертається увага на тлумаченні поняття «здоров'я» як стану «повного фізичного, душевного та соціального благополуччя», як ресурсу, засобу, джерела життя [2, с. 318]. У контексті нашого дослідження важливо звернути увагу не на статичність (стан) цього явища, а на можливість його змін (адже ресурси можна поповнювати). Якщо зміни мають позитивний характер, то можна розглядати такий процес як здоров'язбережувальний, здоров'яформувальний тощо. Таким чином спостерігається взаємозв'язок статичного стану здоров'я з процесуальним аспектом: навчання здорового способу життя, формування цінностей здоров'я, підготовка до здоров'язбережувальної діяльності, що здебільшого відбувається в умовах освітнього середовища.

Відтак окреслюється потреба уточнення поняття «здоров'язбереження», що також складає теоретичну основу формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури. Процесуальність здоров'язбереження свідчить про зближення теорії збереження здоров'я з практикою, що в системі освіти забезпечує механізми та стратегію навчання учнів здоров'язбережувальній діяльності, результатом чого є здатність школярів самостійно «управляти» своїм здоров'ям. Імпонує думка дослідників, що проектування процесу здоров'язбережувального навчання учнів вимагає розроблення спеціальних здоров'язбережувальних методик і технологій для використання у закладах освіти [11, с. 11].

Важливо враховувати цільовий аспект організації здоров'язбережувальної діяльності на уроках фізичної культури: формування в учнів культури здоров'я, підготовка школярів до здорового способу життя, уникнення шкідливого впливу різних здоров'яруйнівних чинників на організм людини, формування здоров'язбережувальної компетентності. Саме реалізація компетентнісного підходу в напрямі підготовки учнівської молоді до збереження здоров'я дає змогу вчителям фізичної культури сформувати відповідну компетентність в учнів. Підтвердження таких міркувань знаходимо в публікації В. Оржеховської. Дослідниця визначає стратегічні напрями розвитку педагогіки здорового

способу життя і аргументує, що результатом такої роботи в освітньому середовищі є сформована здоров'язбережувальна компетентність школярів [7, с. 22]. Спостерігається інтеграція понять «здоров'язбереження» та «компетентність».

Теоретичними основами для розгляду й уточнення смислового поля поняття «компетентність» є наукові дослідження Н. Бібік, С. Клепко, О. Овчарук, Л. Сохань та ін. Враховували, що характерною ознакою компетентності (лат. *competens, competentis* – здібний, відповідний) є відображення освіченості людини у певній сфері. Так, А. Семєнова підкреслює, що «компетентність – це структуровані (організовані) набори знань, умінь, навичок і ставлень, які набуваються у процесі навчання, що дозволяють людині визначати, тобто ідентифікувати і розв'язувати незалежно від контексту (від ситуації) проблеми, що є характерними для певної сфери діяльності» [9, с. 85].

Таким чином, здоров'язбережувальна компетентність формується в учнів завдяки їх навчанню здоров'язбережувальній діяльності. Одну з провідних ролей в означеному напрямі відіграють учителі фізичної культури, котрі покликані, перш за все, створити таке навчально-пізнавальне середовище, в якому учні матимуть змогу виявляти власне ставлення до здоров'я та процесів, що впливають на його стан. Зasadничими основами такої діяльності педагогічного колективу є переконання вчителів і сформованість власної здоров'язбережувальної компетентності, на що звертали увагу І. Іваній [3], А. Проценко і Д. Гарбар [8], Н. Сорокаліт [10] та ін.

Погоджуємося з міркуваннями дослідників, що саме вчителі фізичної культури відіграють ключову роль у протидії тенденціям ведення учнями малорухливого способу життя, акцентують увагу школярів на проблемах ожиріння серед дітей та молоді, що набуває ознак епідемії, аргументують необхідність опанування вмій і навичок активного способу життя та збереження здоров'я. Так, провідною ідеєю дослідників цієї проблеми є узагальнення, що «здоров'язберігаюча компетентність стає красвидною в універсальній місії вчителя фізичної культури, який не лише формує фізичну активність, а й стимулює до здорового способу життя та загального благополуччя учнів» [8, с. 164]. Переконані, що для формування здоров'язбережувальної компетентності учнів такою якістю покликані володіти і вчителі фізичної культури. З цією метою педагогічному колективу школи необхідно ознайомитися і враховувати теоретичні основи, у яких:

- комплексно відображається різноманіття наукових поглядів на сутність здоров'я та процеси що впливають на нього;

- розкривається сутність різних концепцій збереження здоров'я;

- обґрунтовано доцільність використання ефективних наукових підходів (компетентнісного, аксіологічного, культурологічного тощо), практичних та методичних рекомендацій у навчанні учнів для організації здоров'язбережувальної діяльності на уроках фізичної культури тощо.

Важливо, щоб учителі фізичної культури чітко окреслювали цільові сторони педагогічної діяльності у напрямі формування здоров'язбережувальної компетентності учнів. У зазначеному контексті доречним є структурування цієї якості, в складі якої необхідно враховувати зміст таких особистісних надбань, що становлять теоретичну та практичну основу здоров'язбережувальної компетентності:

- розуміння учнями сутності здоров'я, чинників впливу на нього та виявлення ціннісного ставлення до власного здоров'я;

- умотивованість і прагнення школярів до організації власного стилю здоров'язбережувальної діяльності;

- спрямованість шкільної молоді на розширення інформаційного поля стосовно впливу різних чинників на здоров'я людини;

- систематизація фізичної активності на уроках фізичної культури та в позаурочний час з акцентуацією уваги на оздоровчому впливі таких занять;

- розширення світогляду учнів у культурологічному контексті здоров'язбережувальної діяльності;

- індивідуальний підхід до організації адекватних фізичних навантажень для кожного учня з урахуванням стану його здоров'я, фізичних та фізіологічних можливостей;

- використання вчителями фізичної культури сучасних методів проведення занять та здоров'язбережувальних технологій тощо.

Зазначимо, що використання інноваційних педагогічних форм і методів на уроках фізичної культури дає змогу вчителям урізноманітнити навчальний процес, зосередити увагу на окремих аспектах фізичної активності, а школярам – засвоїти вміння і навички, необхідні для зміцнення здоров'я. Так, дослідники й учителі-практики аргументують результативність використання методу колового тренування, основою якого є «багаторазове повторення певних дій та рухів в умовах чіткого дозування навантаження і певного порядку його змін з чергуванням відпочинку» [1, с. 41]. Таким чином, і вчителі, й учні мають змогу врахувати індивідуальний рівень фізичних навантажень, який узгоджуватиметься зі станом здоров'я кожного школяра.

Всебічний аналіз наукових розвідок дає підстави для узагальнень, що формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури ґрунтується на врахуванні

учителями теоретичних основ означеного процесу. Окрім уточнення сутності основних понять, необхідно брати до уваги результати наукових досліджень, в яких розкриваються засадничі напрями організації занять з фізичної культури з метою формування здорового способу життя учнів. З цією метою пропонуємо вчителям створити інформаційний путівник такого зразка, де будуть конкретизовані важливі аспекти формування здоров'язбережувальної компетентності учнів і який може складати теоретичну основу вдосконалення освітнього середовища в напрямі підготовки учнів до збереження здоров'я. У путівнику виокремлюються розділи, зміст яких є предметом наукових пошуків багатьох дослідників:

– нормативно-правове забезпечення освітньої політики в Україні і світі щодо формування здорового способу життя (І. Мельничук), наприклад, урахування основних положень Концепції формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді, затвердженої наказом МОН України від 21.07.2004 р.;

– результати взаємодії соціальних інститутів суспільства в напрямі організації здоров'язбережувальної діяльності (С. Омельченко) з метою врахування освітніх та медико-соціальних аспектів збереження здоров'я підростаючого покоління й забезпечення їх гармонійного фізичного та інтелектуального розвитку (О. Лук'янова);

– створення системи загальної фізкультурно-оздоровчої освіти в умовах здоров'язбережувального навчання (Н. Завидівська) та організація здоров'язберігаючого освітнього середовища на уроках фізичної культури в школі (М. Єфремова, М. Лук'янченко);

– аргументація важливості, напрямів і змісту підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у школярів (Б. Долинський);

– оновлення системи вищої та середньої освіти шляхом використання соціально-педагогічних, здоров'яформуючих і здоров'язберігаючих технологій у процесі підготовки вчителів фізичного виховання та в навчальній діяльності школярів (Ю. Грицай О. Дорошенко) з метою формування здоров'язбережувальної та здоров'ярозвиваючої компетентностей учнів і відповідального ставлення до здоров'я в учнівській молоді (С. Дудко);

– розробка авторських програм формування здорового способу життя учнів з використанням інтерактивних методів (Т. Лях) та рекреації в фізкультурно-оздоровчому середовищі закладу освіти (Г. Григоренко, Д. Григоренко, І. Нога), організації фізкультурно-оздоровчої роботи в позаурочний час (Г. Григоренко, А. Борщевська) та ін.

Кожен учитель фізичної культури має змогу розширювати теоретичний зміст такого інформаційного

путівника, виокремлюючи нові розділи і напрями формування здоров'язбережувальної компетентності учнів, фіксуючи ефективні авторські рекомендації і заходи, результати їх експериментальної перевірки тощо.

Висновки із цього дослідження і подальші перспективи в цьому напрямку. Формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури розглядаємо як важливий процес підготовки підростаючого покоління до продуктивної життєдіяльності в сучасному суспільстві. Важливим завданням учителів фізичної культури є навчання школярів основам здорового способу життя. Позаяк у роботі педагогічного колективу поєднуються наукові засади освітньої, здоров'язбережувальної, фізкультурно-оздоровчої діяльності, відтак функціонал учителів фізичної культури засновується на науково-методологічному, практико-методичному, інформаційному підґрунті, що складає теоретичні основи для вирішення анонсованої проблеми. Тому для інтеграції різнопланових теоретичних напрацювань у контексті дослідження рекомендуємо створити інформаційний путівник, в якому будуть конкретизовані актуальні й ефективні напрями наукових розвідок, що сприятимуть удосконаленню процесу формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури.

Подальші перспективи в цьому напрямку вбачаємо у створенні банку навчально-методичних матеріалів з покроковим аналізом інноваційних підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності учнів у закладах загальної середньої освіти на уроках фізичної культури.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Андрющенко Т. К. Теоретичні аспекти формування здоров'язбережувальної компетентності Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2012. № 1 (19). С. 11–20.
2. Енциклопедія освіти / [голов. ред. В. Г. Кремень]. К. : Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.
3. Іваній І. В. Характеристика сутності здоров'язберігаючої компетентності вчителя фізичної культури. Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2013. № 3. С. 18–22.
4. Круцевич Т., Червотока М. Стан фізичного здоров'я школярів у закладах загальної середньої освіти в різних умовах фізичного виховання в Україні. Спортивний вісник Придніпров'я. 2022. № 1. С. 34–41.
5. Круцевич Т. Ю. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі. Фізичне виховання в сучасній школі. 2012. № 2 (78). С. 8–9.
6. Москаленко Н., Сидорчук Т., Решетилова В., Михайленко Ю. Шляхи удосконалення фізичного

виховання в закладах загальної середньої освіти. Спортивний вісник Придніпров'я. 2023. № 1. С. 102–111.

7. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя: стратегія розвитку. Молодь і ринок. 2007. № 8. С. 20–25.

8. Проценко А. А., Гарбар Д. О. Здоров'язберігаюча компетентність як складова професійної діяльності майбутнього вчителя фізичної культури. Інноваційна педагогіка. 2024. Вип. 67. Т. 2. С. 163–167.

9. Словник-довідник з професійної педагогіки (2006). / За ред. А. В. Семенової. Одеса: Пальміра, 221 с.

10. Сороколів Н. Розвиток професійних компетентностей учителів фізичної культури в умовах нової української школи. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2022. № 2 (58). С. 22–28.

11. Технології здоров'язбереження: теорія і практика: колективна монографія / за заг. ред. професора Л. М. Рибалко. Полтава : НУПП, 2022. 324 с.