

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Лозоворчук А.Р.

*Національний фармацевтичний університет, м. Харків, Україна
(Науковий керівник: Павленко Є.Є.)*

Анотація. Проаналізовано основні аспекти формування здоров'язберігаючої компетентності студентів у закладах вищої освіти.

Ключові слова: здоров'я, здоров'язберігаючі компетентності, студенти.

Вступ. Інтеграція України в європейський та світовий освітній простір обумовила необхідність переглянути деякі підходи до навчання студентів проаналізувати фактори, що гальмують підвищення якості та формування життєспроможності особистості [2, 5].

У Національній доктрині розвитку освіти одним із пріоритетних напрямків державної політики в галузі освіти є пропаганда здорового способу життя. Метою освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» нової реакції Державного стандарту загальної освіти «є формування здоров'я збережувальної компетентності шляхом набуття навичок збереження, зміцнення використання здоров'я та дбайливого ставлення до нього, розвитку особистої фізичної культури». Під поняттям здоров'язберігаючої компетентності слід розуміти характеристики властивостей студента, спрямовані на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я - свого та оточення [1, 3].

Мета дослідження. виявити та проаналізувати основні аспекти формування здоров'язберігаючої компетентності студентів у закладах вищої освіти.

Матеріали та методи. Методи дослідження: теоретичний аналіз і узагальнення літературних джерел.

Отримані результати. Аналіз спеціальної літератури показав, що увага до питання здоров'я студентів суттєво зросла. Турботу викликає значне зменшення кількості абсолютно здорових дітей; різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління; зростання числа студентів, що мають декілька діагнозів; зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності; пасивність, апатія та навіть агресивне ставлення до навчання. Разом з тим зараз виділяють і фактори ризику для здоров'я: організація режиму навчання у вищих навчальних закладах; невідповідність програм індивідуально-психологічним характеристикам студентів; проблеми становлення діалогічного стилю взаємодії суб'єктів навчального процесу; невідповідність технологій навчання індивідуально-психологічним характеристикам студентів; інтенсифікація навчального процесу [4].

Усе це призводить до порушення здоров'я студентів. Завдання Вуза - збереження духовного, фізичного, психічного здоров'я студентів, формування в них відповідального ставлення до власного здоров'я.

Виникає необхідність у формуванні здоров'язбережувальної компетентності та використанні освітніх технологій, що полегшують формування нових знань,

зберігаючи при цьому здоров'я студентів; забезпечують можливість збереження здоров'я під час навчання формують в неї необхідні знання, уміння та навички щодо здорового способу життя, навчають використовувати отримані знання у повсякденному житті.

Здоров'язбережувальна компетентність - здатність студента застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язбережувальних компетенцій, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей. Це комплекс знань, умінь, ставлень та цінностей, які спрямовані на збереження й укріплення здоров'я - свого та оточуючих, на уроках та в позаурочній діяльності.

Ця компетентність включає в себе:

- уявлення і поняття про здоров'я, здоровий спосіб життя та безпечну поведінку;
- усвідомлення здоров'я як вищої життєвої цінності;
- взаємозв'язок організму людини з природним і соціальним оточенням;
- удосконалення фізичної, соціальної, психічної та духовної складових здоров'я;
- дбайливе ставлення до свого здоров'я.

Діяльність учителя щорочно повинна бути орієнтована на формування в студентів стійкої позиції, що передбачає визначення цінності здоров'я, почуття відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь та навичок, пов'язаних з усіма складовими здоров'я (фізична, соціальна, психічна, духовна). Формування в студентів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації всіх складових здоров'я.

Практика показує, що процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичною діяльністю студентів, що сприятиме оволодінню необхідними

здоров'язберігаючими вміннями і навичками.

Значна увага приділяється набуттю елементарних знань з фізичної культури, гігієни, основ здоров'я та здорового способу життя, розвитку фізичних якостей, корекції постави, профілактики травматизму; вихованню бережливого ставлення до свого здоров'я і здоров'я оточуючих як найвищої соціальної цінності особистості; розвитку кондиційних якостей (сили, швидкості, витривалості, гнучкості) та координаційних здібностей (швидкості перешикувань, узгодження рухових дій, здатності до довільного розслаблення м'язів, вестибулярної стійкості).

Ставлення студентів до свого здоров'я, за думкою більшості спеціалістів, є основою здоров'язбереження, так як через мотивацію цього ставлення можна здійснити ціннісноорієнтовану діяльність по збереженню та зміцненню власного здоров'я. У зв'язку з цим пропаганда здорового способу життя через фізичне виховання засобами уроків є складовою у розв'язанні проблеми здоров'язбереження.

У роботі педагог повинен намагатися сприяти розвитку здоров'язбережувальних компетентностей студентів та формувати уміння і навички для збереження здоров'я і життя. А саме: свідомого ставлення до свого здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, навичками безпечної поведінки для здоров'я людини.

Висновки. Ставлення студентів до свого здоров'я є основою здоров'язбереження. Пропаганда здорового способу життя через фізичне виховання засобами уроків є складовою у розв'язанні проблеми здоров'язбереження. Аналіз літератури показав, що на заняттях та і у виховній роботі необхідно впроваджувати інтерактивні, нестандартні форми роботи для сприяння розвитку компетентностей.

Список літератури:

1. Доценко О. Проблеми організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах як фактора зміцнення здоров'я й

підвищення рухових можливостей студентів, за станом здоров'я віднесених до спеціальних медичних груп / О. Доценко, В. Астахов, Ю. Попович // Спортивний вісник Придністров'я : наук.-теорет. ж. Днепропетров. держ. ін.-ту фіз. кул. і спорту. – № 2. – 2006. – С. 73 – 84.

2. Закон України «Про вищу освіту» від 01.07.2014 р. № 1556-VII.

3. Котов Є. Рівень інтересу студентів до фізичного виховання і спорту / Є. Котов // Фізичне виховання, спорт і

культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. праць. – Т. I. – Луцьк, 2005. – С. 250 – 253.

4. Носко М.О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні: монографія / М.О. Носко, С.В. Гаркуша, О.М. Воеділова. – К. : СПД Чалчинська Н.В., 2014. – 300 с.

5. <http://vnz.org.ua/novyny/sport/7002-na-kolegiyi-mon-rozgljanuto-pytannja-stanu-rozvytku-fizychnogo-vyhovannja-u-vyschyh-navchalnyh-zakladah>