

процесу. [3]

Існує алгоритм впровадження здоров'язбережувальної педагогіки:

- усвідомлення проблеми негативного впливу освітнього закладу на здоров'я учнів і необхідності її негайного вирішення;
- визнання педагогами освітнього закладу своєї відповідальності за неблагополуччя стану здоров'я учнів;
- оволодіння необхідними здоров'язбережувальними технологіями (набуття компетенції).
- реалізація отриманих знань, умінь і навичок на практиці, в тісній взаємодії один з одним, з медиками, з самими учнями та їх батьками. [4]

Зрозуміло, що здоров'язберігаюча педагогіка не може виражатися якоюсь однією конкретною педагогічною технологією. Це поняття об'єднує в собі всі напрями діяльності педагогів з формування, збереження і зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу.

Таким чином розглядаються наступні педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності учнівської та студентської молоді:

1) забезпечення взаємозв'язку теоретичної і практичної підготовленості учнів та студентів за допомогою системного формування теоретичних знань про стан здоров'я та свідоме ведення здорового способу життя;

2) створення здоров'язбережувального середовища, що спрямоване на виховання свідомого та дбайливого ставлення до власного здоров'я, позитивне відношення учнів та студентів до самостійних занять фізичними вправами;

3) розробки системи засобів, що спрямовані на формування здоров'язбережувальної компетентності учнівської та студентської молоді з впровадженням методики проведення розтягувань та дихальних вправ. [1]

**Висновок.** Отож, вирішення проблеми збереження здоров'я дітей та студентів потребує уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим, і в цьому випадку мова йде вже не просто про стан здоров'я сучасних школярів та студентів, а про майбутнє України.

#### **Перелік використаної літератури:**

1. Оржеховська В. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2004. – № 7. – С. 11 – 12.
2. Бойчук Ю. Д. Створення здоров'язберігаючого освітнього середовища як проблема сучасної освіти / Ю. Д. Бойчук // Наукові записки Кіровоградського держ. пед. ун-ту імені В. Винниченка. Серія: Пед. науки: зб. наук. праць. – Кіровоград : РВВ КДПУ імені В. Винниченка, 2009. – Вип. 77. – Ч.2. – С. 153–158.
3. Оржеховська В. М. Здоров'язбережувальне навчання і виховання: проблеми, пошук / В. М. Оржеховська // Наукові записки НДУ імені М. Гоголя. Психолого- педагогічні науки. – 2011. – № 4. – С. 29 – 31
4. Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості: сутність, структура / Н. М. Поліщук // Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми: зб. наук. праць. – Київ–Вінниця, 2012. – Вип. 33. – С. 32 – 36.

## **ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СУСПІЛЬСТВА**

*Усик Тетяна Павлівна  
м. Полтава*

*«Турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя.  
Від життєдіяльності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий  
розвиток, міцність знань, віра у власні сили...»  
В. Сухомлинський*

*Анотація.* Стаття підпорядковує проблеми здорового способу життя у нинішньому суспільстві, які потребують зміни підходів до освіти, соціокультурної політики держави та її турботу про оздоровлення населення.

**Ключові слова:** здоров'я, здоровий спосіб життя, фізичне здоров'я, здоров'язберігаюча компетентність.

Найважливіша цінність суспільства – життя і здоров'я людини. Проблема його збереження населення й особливо молоді залишається однією з найбільш актуальних для держави.

Значенню здоров'я важко переоцінити. Так як це найперша необхідна умова успішного розвитку кожної людини, її навчання, праці, добробуту, створення сім'ї і виховання дітей. Самопочуття людини – один із найважливіших показників економічного, соціального і морального благополуччя суспільства. Водночас сучасні соціально-економічні та екологічні кризи в країні зумовили значне погіршення здоров'я населення[3].

Під поняттям здоров'язберігаючої компетентності слід розуміти як цілісне, індивідуальне, психологічне утворення особистості, спрямоване на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення [1].

Існує декілька поглядів щодо структури компетентності. Але всі науковці включають у цю структуру вміння і навички, що ґрунтуються на знаннях, що були здобуті в процесі навчання. Глибокі, гнучкі, дієві та міцні знання становлять фундамент навичок і вмінь. Вони забезпечують їх надійність, стійкість і міцність.

Здоров'язберігаюча компетентність передбачає наявність у людини комплексу сформованих навичок, до яких належать[2]::

**Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю:**

- Навички раціонального харчування;
- Навички рухової активності;
- Санітарно-гігієнічні навички;
- Режим праці та відпочинку.

**Життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю**

- Навички ефективного спілкування;
- Навички співчуття;
- Навички розв'язування конфліктів;
- Навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації;

**Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю:**

- Самоусвідомлення та самооцінка;
- Аналіз проблем і прийняття рішень;
- Визначення життєвих цілей та програм;
- Навички самоконтролю;
- Мотивація успіху та тренування волі.

Таким чином, зміцнення здоров'я та формування вмінь і навичок здорового способу життя суспільства є необхідною умовою реалізації здоров'язберігаючої функції. І я можу сказати, що від ставлення людини до свого здоров'я багато в чому залежить його збереження і зміцнення. Тому саме від нас залежить наша доля, наше щастя й здоров'я майбутнього покоління. Дорослим слід навчити дітей берегти і зміцнювати свій імунітет. Результатом сформованості здорового способу життя є культура здоров'я як інтегративна якість особистості і показник вихованості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок, відтворення та його зміцнення і характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та оточуючих.

**Перелік використаної літератури:**

1. Яременко О. Формування здорового способу життя: Навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації державних службовців / О. Яременко, О. Вакуленко, Л. Жаліло, Н. Комарова та ін. – К., Український інститут соціальних досліджень, 2000 – 232 с., 207 с.
2. Закон України «Про запобігання захворювання на синдром набутого імунodefіциту /СНІД/ та соціальний захист населення», схвалений Постановою Верховної Ради України від 3 лютого 2004 року № 1426 – IV.
3. Кириленко С.В., Уроки здоров'я: методичний посібник/ С. В. Кириленко – Харків: Скорпіон, 2004. – 88 с.

## **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНЕ СЕРЕДОВИЩЕ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА**

*Шкуратько Інна Миколаївна  
м. Полтава*

*Анотація. У статті розкрито специфіку організації здоров'язберігаючого середовища в початкових класах загальноосвітньої школи. Проаналізовано основні фактори ефективної*