

Данило РАЗГОНОВ,

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка;*

Ігор ЗАЄЦЬ,

*здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*

Науковий керівник: Юлія ЗАЙЦЕВА, кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін
Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка

РОЗВИТОК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ УЧНІВ У ШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ

Ключові слова: здоров'язбереження, компетентності, шкільна освіта, здоров'я.

У сучасних умовах глобальних викликів, зокрема поширення малорухливого способу життя, зростання рівня хронічних захворювань серед молоді та впливу стресових факторів, спричинених цифровізацією й інтенсивним навчальним процесом, школа відіграє ключову роль не лише у формуванні інтелектуального потенціалу, а й у забезпеченні фізичного та психічного благополуччя учнів.

Розвиток здоров'язбережувальних компетентностей учнів у шкільній освіті є однією з ключових тем сучасної педагогічної науки, що відображає зростаючу потребу суспільства у формуванні покоління, здатного свідомо піклуватися про власне здоров'я та вести активний спосіб життя. Здоров'язбережувальні компетентності, які включають знання про здоров'я, уміння застосовувати їх на практиці та відповідне ціннісне ставлення до власного благополуччя, є необхідною умовою для гармонійного розвитку особистості та її підготовки до повноцінного життя у суспільстві [1, 4].

Сучасна шкільна освіта, зокрема в рамках концепції Нової української школи, визначає розвиток цих компетентностей як пріоритет, інтегруючи їх у різні навчальні дисципліни та позакласну діяльність. Одним із основних підходів до формування здоров'язбережувальних компетентностей є створення у школі здоров'язбережувального середовища, яке охоплює організацію безпечних умов навчання, раціонального харчування, регулярної рухової активності та психологічної підтримки [2, 3, 5].

Уроки фізичної культури відіграють центральну роль у цьому процесі, адже саме на них учні здобувають практичні навички виконання вправ, розвивають фізичні якості та отримують знання про вплив рухової активності на організм.

Проте розвиток компетентностей не обмежується фізичною культурою: предмети природничого циклу, такі як біологія чи основи здоров'я, надають теоретичну базу, розкриваючи анатомічні, фізіологічні та психологічні аспекти здоров'я, а також навчають учнів аналізувати фактори ризику та приймати обґрунтовані рішення щодо свого способу життя.

Вчені підкреслюють [3, 4, 5], що важливим елементом є інтерактивні методи навчання, такі як групові дискусії, проєктна діяльність чи рольові ігри, які дозволяють учням не лише засвоювати інформацію, а й застосовувати її у реальних ситуаціях, наприклад, скласти план здорового харчування чи розробити комплекс вправ для

щоденної активності. Психологічний аспект також має суттєве значення: розвиток емоційного інтелекту, навичок управління стресом і формування позитивного ставлення до себе через тренінги чи заняття з психологом сприяють зміцненню ментального здоров'я учнів, що є невід'ємною частиною здоров'язбережувальних компетентностей.

Аналіз літературних джерел та власний досвід дозволяють зазначити, що велику роль відіграє співпраця з батьками, адже саме сімейне середовище часто визначає, наскільки отримані у школі знання та навички будуть реалізовані у повсякденному житті – організація спільних заходів, таких як спортивні свята чи інформаційні кампанії про здоровий спосіб життя, сприяє формуванню єдиного підходу до виховання здорової дитини.

Водночас сучасні технології, такі як мобільні додатки для моніторингу фізичної активності чи онлайн-курси про здорове харчування, стають ефективним інструментом залучення учнів до процесу самоконтролю та самоосвіти у сфері здоров'я.

Дослідження показують [1-5], що учні, які систематично розвивають здоров'язбережувальні компетентності, демонструють кращі показники фізичного стану, вищий рівень концентрації на уроках і знижену схильність до шкідливих звичок.

Однак ефективність цього процесу значною мірою залежить від підготовки вчителів: професійна компетентність педагогів, їхня здатність інтегрувати здоров'язбережувальні принципи у навчальний процес і виступати прикладом для учнів є вирішальними факторами успіху. У цьому контексті актуальним є впровадження спеціальних курсів підвищення кваліфікації для вчителів, які б охоплювали сучасні методики формування здоров'язбережувальних компетентностей, а також залучення шкільних психологів і медичних працівників до співпраці з педагогічним колективом.

Таким чином, розвиток здоров'язбережувальних компетентностей учнів у шкільній освіті є комплексним процесом, який поєднує теоретичні знання, практичні навички, психологічну підтримку та співпрацю всіх учасників освітнього процесу, спрямованих на виховання свідомих, здорових і відповідальних громадян, здатних протистояти викликам сучасності та вести повноцінне життя.

Список використаних джерел:

1. Антонова О.Є., Маслак Л.П. Європейській вимір компетентнісного підходу та його концептуальні засади. *Професійна педагогічна освіта : компетентнісний підхід* : монографія / за заг. наук. ред. О.А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2011. С. 81–109.

2. Вербицький В.В. Формування ключових компетентностей учнів – основне завдання навчального закладу. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/2372/1/Verbytsky.pdf>

3. Кубенко І.М. Що таке компетентність і як її розуміють в освіті. URL: http://tme.umo.edu.ua/docs/Dod/1_2010/kubenko.pdf

4. Марущак О.М. Поняття компетентності у педагогічній діяльності. *Креативна педагогіка / Академія міжнародного співробітництва з креативної педагогіки «Полісся»*. Житомир, 2016. Вип. 11. С. 97–108.

5. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи. URL: http://fizkulturamo.at.ua/load/programmy_po_fizkulture/mladshaja_shkola/5_9klasi_zagalnoosvitnikh_navchalnikh_zakladiv/9-1-0-66