

# ДОСВІД ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ПІД ЧАС ЇХ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ

**Бацилєва О. В.**

*Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди  
batsileva.olga@hnpu.edu.ua*

Актуальним завданням, до якого сьогодні прикута увага фахівців різних галузей, передусім психологів, лікарів, педагогів, є пошук та реалізація різноманітних заходів, спрямованих на збереження та покращення здоров'я, що є підґрунтям для ефективного функціонування особистості на різних етапах її життєдіяльності у складних умовах сьогодення. Визначення здоров'я як головної цінності та формування до нього відповідного ставлення особливо активно відбувається в юнацькому віці та є результатом впливу на особистість багатьох чинників, зокрема особливостей соціального середовища та організації освітнього процесу на всіх рівнях. При цьому очевидним є той факт, що збереження та покращення здоров'я потребує комплексного підходу з активізацією профілактичної просвітницької роботи, спрямованої на формування усвідомленого ставлення до власного здоров'я та організацію здоров'язбережувального способу життя.

Особлива роль у реалізації такої роботи належить педагогам, які завдяки сформованій здоров'язбережувальній компетентності мають змогу не тільки більш відповідально ставитися до власного здоров'я та дбати про нього, зокрема під час виконання професійної діяльності, а й зможуть більш ефективно проводити здоров'язбережувальну діяльність на своєму робочому місці. В межах окресленої проблеми підвищення професійної компетентності та формування здоров'язбережувальної компетентності педагогічних працівників, зокрема під час їх професійного становлення у закладах вищої освіти, є одним із пріоритетних напрямків діяльності у сфері підвищення якості сучасної освіти.

Виходячи з вищевикладеного, мета роботи – проаналізувати можливості формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів під час їх професійного становлення у ЗВО.

Сьогодні здоров'язбережувальна компетентність педагога розглядається як інтегральна професійно значуща якість особистості, що виявляється в загальній здатності та готовності до організації педагогічної діяльності в аспектах, що зберігає, формує і зміцнює здоров'я та заснованої на інтеграції знань про нього, досвіду зі

збереження та зміцнення власного здоров'я [2]. При цьому слід зауважити, що однією з найважливіших складових здоров'язбережувальної компетентності є здатність педагога самостійно набувати нові знання та вміння у питаннях формування, збереження та зміцнення власного здоров'я та використовувати їх у практичній діяльності, оскільки відомо, що педагоги знаходяться під впливом як універсальних стресорів, що притаманні будь-якій професійній діяльності, так і під дією специфічних чинників, що зумовлені належністю професії педагога до групи соціономічних професій з постійним підвищенням вимог до професійної відповідності і ефективності при виконанні різного роду завдань [1].

У більшості випадків, коли професійні умови і вимоги до роботи перевершують внутрішні та зовнішні ресурси, організм людини відповідає на них закономірною реакцією, що знаходить своє негативне відображення не тільки на стані професійного здоров'я, але й здоров'я особистості в цілому. Тому збереження професійного здоров'я педагогів є неможливим без наявності здоров'язбережувальної компетентності, яка має бути сформованою саме під час їх професійного становлення.

Всебічна реалізація здоров'язбережувальної діяльності є одним з пріоритетних напрямів підготовки майбутніх педагогів у Харківському національному педагогічному університеті імені Г. С. Сковороди, де формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів відбувається під час реалізації відповідних освітніх програм. Осередками плідної позанавчальної діяльності у цьому напрямку є факультет природничої, спеціальної та здоров'язбережувальної освіти і Центр інклюзивної освіти, де проводиться комплексна робота, при цьому одним з провідних напрямків роботи є саме формування у здобувачів, у тому числі з інвалідністю, які є майбутніми педагогами різних галузей, умінь та навичок піклуватися про власне фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я, що є складовою здоров'язбережувальної компетентності. Реалізація такої діяльності забезпечується комплексом заходів, які регулярно проводяться із залученням фахівців різних сфер; при цьому здобувачі мають змогу не тільки отримувати нові знання та опановувати відповідні навички, а й брати участь у дискусіях, одержувати відповіді на свої питання, ділитися власним досвідом. Окрема увага приділяється формуванню відповідального ставлення до здоров'я здобувачів, що покликана сприяти не тільки особистісному зростанню здобувачів, а й їх професійному становленню як майбутніх фахівців.

Одним із дієвих інструментів виявилось проведення психопрофілактичних та психокорекційних заходів, зокрема інтерактивних просвітницьких вебінарів та соціально-психологічних

тренінгів, спрямованих на підвищення обізнаності у питаннях здоров'язбереження та формування відповідних навичок, зокрема психічної саморегуляції, що сприятиме збереженню та зміцненню здоров'я як під час навчання, так і під час майбутньої професійної діяльності. Обов'язковою складовою здоров'язбережувальної діяльності стало проведення комплексного моніторингу ментального здоров'я учасників освітнього простору, а також індивідуальної консультативної та корекційної роботи здобувачами, які цього потребують.

Узагальнюючи вищевикладене, можна зробити висновок, що формування здоров'язбережувальної компетентності у здобувачів з використанням різноманітних форм, методів та прийомів роботи є не тільки обов'язковою складовою їх професійної підготовки, а й сприятиме гармонійному функціонуванню особистості педагога у всіх сферах його життєдіяльності. Безперечно перспективним є вдосконалення та подальше впровадження в межах здоров'язбережувальної діяльності системи заходів, спрямованих на розвиток здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів, що сприятиме не тільки збереженню та покращенню здоров'я на всіх рівнях, а й особистісному зростанню та професійній реалізації молоді у складних умовах сьогодення.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бацилева О. Дослідження стресостійкості як передумови професійного здоров'я майбутніх педагогів. Особистісні та ситуативні детермінанти здоров'я: мат-ли VIII Всеукр. наук.-практ. конф., (м. Київ, 16 листопада 2023 р.) / за заг. ред. проф. О. В. Бацилевої. Київ, 2023. С. 18–22.
2. Желтобрюх А. І. Розвиток здоров'язбережувальної компетентності педагога Нової української школи. *Особистісно-професійна компетентність педагога: теорія і практика*: зб. наук. статей / за заг. ред. Л. В. Серих. Суми: НІКО, 2023. С. 35–39.

## ВПЛИВ ТРИВОЖНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ НА ЇХ ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗДОРОВ'Я

**Биби́к А. В.**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка  
aliona04041997.ab@gmail.com*

Перехід від шкільного навчання до вищої освіти є одним із найскладніших етапів у житті молодої людини. Перший курс характеризується значними змінами у стилі життя, соціальних контактах, рівні відповідальності та вимогах до самостійності. У цей період студенти нерідко зіштовхуються з невизначеністю, що провокує підвищену тривожність.