

## **СЕКЦІЯ 2. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ ЯК ДОМІНАНТНИЙ АСПЕКТ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ**

---

**Безушко С.В.**, к.пед.н., доцент кафедри психології,  
Приватний вищий навчальний заклад «Медико-Природничий Університет»

### **ВПРОВАДЖЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

***Анотація:** У статті обґрунтовано проблематику здоров'я сучасної студентської молоді. Визначено такі поняття як «здоров'я» і «здоров'язбережувальні технології». Представлено та охарактеризовано завдання здоров'язбережувальних засобів в освітньому процесі закладів вищої освіти.*

***Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбережувальні технології, педагогічна технологія, компетентність.*

Сучасна українська дійсність характеризується різким погіршенням в останні десятиліття стану здоров'я учнівської та студентської молоді. Це обумовлено низкою об'єктивних і суб'єктивних причин: низьким економічним рівнем життя більшої частини студентства, умовами навчальної діяльності, відсутністю механізму стимулювання культури здорового способу життя у самих учнів, зниженням інтересу студентів до духовної і фізичної гармонії. Тому проблема здоров'я, здорового способу життя дітей і молоді визначається як найактуальніша соціальна проблема в нашій державі. Проблемі формуванню здорового способу життя присвячено чимало державних програм: Державна програма «Освіта» («Україна ХХІ століття») (1993), «Концепція виховання дітей та молоді у національній системі освіти» (1996), Національна доктрина розвитку освіти України (2001), Державна програма «Вчитель» (2002), Державний стандарт початкової загальної освіти (2005), «Фізичне виховання – здоров'я нації» ( пункт 36 цільової комплексної програми) та зведеним планом науково-дослідної роботи в галузі духовного виховання, фізичної культури та спорту на 2010-2015 рр., тощо. «Національна доктрина розвитку освіти України» визначає пріоритети освіти в державній політиці, стратегію і основні напрями розвитку, і вказує, що держава повинна забезпечити всебічне піклування щодо збереження здоров'я сучасної студентської молоді.

**Аналіз наукових досліджень і публікацій** свідчить про ґрунтовне вивчення проблеми збереження та формування здоров'я у працях видатних учених, а саме: формування культури здоров'я суб'єктів педагогічного процесу (А.Асмолов, Г.Апанасенко, І.Брехман та ін.); концептуальні основи здоров'язберігаючих технологій у вихованні ( К. Бондаревська, Г.Голобородько,

О.Дубогай, С.Свириденко та ін.); формуванню здорового способу життя дітей та підлітків ( С.Боткін, Г.Ващенко, Е.Вільчковський, Г.Власюк, І.Петренко та ін.). Історико-педагогічна спадщина з питань здорового способу життя дітей з точки зору вікових особливостей належить видатним педагогам минулого Я.Коменському, І.Пестолоцці, К.Ушинському, П.Лесгафту, А.Макаренку, В.Сухомлинському. Значний внесок у розробку та впровадження в практику діяльності вищих навчальних закладів системи здоров'язберігаючих технологій здійснили вітчизняні та зарубіжні учені В.Афанасьєв, А.Антонов, І.Брехман, І.Демакова, О.Нікіфоров, Г.Мисіна, О.Петров та ін..

**Мета статті** полягає у вивченні деяких аспектів впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес закладів вищої освіти.

**Виклад основного матеріалу.** Процес реформування державної освіти, орієнтований на входження в європейський простір, викликав зміни у системі вищої професійної освіти. Так велика увага стала приділятися не тільки питанням навчання, а й вихованню майбутніх спеціалістів. Треба констатувати, що зміст вищої професійної освіти, який охоплює певну систему знань, а з нею необхідні вміння і навички, повинен орієнтувати педагогічну взаємодію на розвиток соціально значущих якостей студентів. Заклади вищої освіти, які зосереджують базу кадрового, методичного, матеріального потенціалу повинні виступати як здоров'язбережувальне освітнє середовище, що забезпечує збереження і зміцнення здоров'я студентів. «Здоров'є для всіх» - це глобальна стратегія Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ)» по розвитку і збереженню здоров'я прийнята у 1980 році усіма державами – членами ВООЗ. У 1998 р. прийнята нова версія стратегії – «Здоров'я для всіх у ХХІ столітті» глобальною метою якої є досягнення максимального рівня здоров'я всіх жителів планети.

У системі людських цінностей категорії здоров'я належить одне із найважливіших місць. Ми наведено декілька прикладів дефініцій здоров'я, які зустрічаємо у наукових підручниках. Тлумачний словник нам надає просту констатацію, що «здоров'я - це правильна, нормальна діяльність організму, його повне фізичне та психічне благополуччя»[6]. Деякі інші джерела констатують це поняття, як «процес збереження і розвитку психічних, фізичних і біологічних здібностей людини, її оптимальної працездатності, соціальної активності за максимальної тривалості життя»; «психофізичний і духовний стан людини, який забезпечує її повноцінне функціонування, фізичну та інтелектуальну працездатність, достатню пристосованість до природних впливів зовнішнього середовища. що змінюється». Найбільш точно визначення здоров'я людини дано в Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я, згідно з яким здоров'я визначається як стан повного фізичного, духовного (психічного) і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних дефектів організму.

Державна програма «Діти України» виділяє також чотири аспекти здоров'я: фізичний, психічний, соціальний, духовний. Якщо привести відсоткове співвідношення факторів обумовленості здоров'я людини, які

надають більшість дослідників, то воно є таким: фізичний фактор – 10% , психічний – 15%, екологічний – 25%, медичний фактор – 10%, соціально-педагогічний фактор – 40%. В сучасних наукових розвідках таких учених, як Р.М.Айзман, Н.А.Бернштейн, Н.П.Бехтерева, Г.І.Косицький ми знаходимо підтвердження, що «фізіологічні механізми керуються психічними і соціальними факторами і функціонують під їх впливом» [1]. І дійсно, за останні роки у науковців з'явилась необхідність виділення таких видів здоров'я, як психологічного, духовного, соціального. Це пов'язано з прагненням переосмислення біомедичного підходу і його обмеженістю щодо пояснень причин стану здоров'я людини. Треба нагадати, що перша така спроба осмислення поняття здоров'я у філософському аспекті належить відомому ученому І.І.Брежману, який піддав сумніву медичний підхід, і констатував, що здоров'я характеризується не лише відсутністю хвороб, а фізичною, соціальною і психологічною гармонією людини, також гармонією з природою і самим собою, добрими стосунками з оточуючими людьми[2]. Велику увагу привертають дослідження академіка В.М.Бехтерева, який ще наприкінці ХІХ ст.. на поч.. ХХ ст.. мав за мету обґрунтування і послідовне вивчення основних критеріїв і факторів феномену здоров'я людини. У наукових розвідках вченого з проблем здоров'я ми знаходимо холістичне вивчення особистості людини в єдності розумових і духовних якостей, відношенням до зовнішніх умов і своєї діяльності в поведінкових аспектах. В.М.Бехтерев наголошує, що правильно поставлене виховання відіграє величезну роль не тільки в розвитку характеру, але і в зміцненні фізичного і психічного здоров'я. Адже раціональне виховання повинне розвивати в дитині той бадьорий дух, який вкрай потрібен у боротьбі з життєвими негараздами. Таким чином, учений робить акцент на залежність здоров'я дітей від умов роботи в школі. Маємо констатувати, що на рубежі ХХ ст..існувала науково обґрунтована точка зору на роль шкільних і учбових закладів в створенні умов для виховання в підростаючого покоління бадьорості духу, що важливо для формування здорового способу життя в цілому. Отже, саме виховання повинно створювати особистість самостійну, ініціативну, розумно критичну до себе і до всього оточуючого.

З цього приводу учений Базарний В.Ф. визначає, що «здоров'я – це підсумкова характеристика виховання, формування внутрішніх резервів, а наука про виховання у нас одна – педагогіка!». Таким чином сутність означених аспектів ми також пов'язуємо з соціально-педагогічним фактором. Адже велику заклопотаність викликає стан психічного, фізичного стану здоров'я студентів, що розглядається як один із чинників ризику поведінки молоді, і має певні відхилення від соціальних норм. На жаль статистика стану здоров'я студентів на сьогодні є досить невтішною. Дані показники Міністерства охорони здоров'я свідчать, що тільки 25% студентів практично здорові, а 75% мають різні відхилення стану здоров'я.

Тому з педагогічних позицій для ефективного досягнення результатів збереження і формування здоров'я дуже значним стає вибір коректних

здоров'язбережувальних технологій до навчання і виховання суб'єктів освітнього процесу закладів вищої освіти. Сьогоднішній освітній простір характеризується широким спектром впровадження педагогічних технологій. За визначенням Організації Об'єднаних Націй з питань освіти, науки і культури (UNESCO) , педагогічна технологія – це системний метод створення, застосування і визначення всього процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням технічних і людських ресурсів їх взаємодії, що ставить своїм завданням оптимізацію форм освіти [4]. На думку В.М. Монахова метою педагогічних технологій є проектування і організація учбового процесу з безумовним забезпеченням комфортних умов для всіх суб'єктів навчального процесу. При цьому обов'язково задаються технологічні норми допустимих відхилень від проектного учбового процесу, у межах яких досягнення планованих результатів гарантовано[3]. Під здоров'язбережувальною освітньою технологією розуміється цілісна система організаційно-методичних заходів, впроваджених в освітній процес вищої школи, які інструментально забезпечують збереження і зміцнення здоров'я студентів, ґрунтуються на ідеях гуманізму і природовідповідності ( необхідність зважати на реально властиві особистості і можливості людини), врахувати характеристики освітнього середовища з точки зору його впливу на здоров'я суб'єктів освітнього процесу [5].

Треба відмітити, що розвиток технологій збереження здоров'я в коледжі, університеті припускає перш за все зміцнення внутрішніх зв'язків між елементами здоров'язбережувального середовища, в якому формується особистість студента, а також визначає комфортність соціально-психологічного клімату в ВНЗ, тим самим забезпечує фізичне, соціальне і психічне здоров'я студентів.

Таким чином, в аспекті розробки комплексного створення умов для формування у студентів фізичного, соціального і психічного здоров'я виявляються найбільш значимі наступні технології:

- *організаційно-педагогічні*, які стосуються організації освітнього процесу, передбачають формування і структуру навчальних планів, співвідношення учбового навантаження з психофізіологічними особливостями студентів, розподіл учбового навантаження на день, тиждень, семестри і т.д. Розробка методики викладання;

- *психолого-педагогічні*, пов'язані з психолого-педагогічним супровідом всіх елементів освітнього процесу, метою яких є ефективна психолого-педагогічна підтримка студентів. Також повинні забезпечити психічний комфорт студентів за допомогою гуманізації цілісного виховного процесу;

- *організаційно-виховні*, які мають бути спрямовані на мотивацію пізнавальної активності студентів щодо підтримання здорового способу життя, формування культури здоров'я , попередження від шкідливих звичок;

- *медико-соціальні заходи*, повинні бути спрямовані на медичний супровід освітнього процесу, на створення ефективних санітарно-гігієнічних

умов. Обов'язкове включення медичного працівника щодо корекції фізичного навантаження студентів під час занять, співвідношення психічної і трудової діяльності та відпочинку. Формування культури здорового харчування.

Отже, з огляду на зазначене можна констатувати, що здоров'язбережувальне навчання у закладах вищої освіти має на меті мотиваційно-ціннісне ставлення студентів до власного здоров'я і життя. Завдяки оновленню освітнього процесу, а саме включення у цей процес ефективних організаційних заходів і технологій, використання певних методів гарантує можливість збереження і зміцнення соціального, фізичного і психічного здоров'я студентів. Звісно, що для вирішення завдань щодо підходу здоров'язбереження в освіті повинна бути удосконалена система підвищення кваліфікації і професійної перепідготовки педагогічних кадрів, психологів, викладачів фізичної культури щодо потреб збереження здоров'я студентської молоді.

З огляду на зазначене, ми плануємо розглянути організаційно-методичні засади компетентнісної підготовки педагогічних працівників до оволодіння здоров'язбережувальними технологіями. Адже перспективу подальших досліджень вбачаємо в проєктивній розробці здоров'яформуючої моделі у заклади вищої освіти.

#### **Список використаних джерел**

1. Айзман Р.И., Рубанова В.Б., Суботянов М.А. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебное пособие. - Сибирское университетское издательство, 2010 – С.148
2. Брехман И.И. Философско-методологические аспекты проблемы здоров'я человека / И.И.Брехман // Вопросы философии – 1982.- №2
3. Монахов В.М. Технологические основы проектирования и конструирования учебного процесса / В.М.Монахов – Волгоград: Перемена, - 1995.
4. Пометун О., Пироженко Л. Сучасний урок: інтерактивні технології навчання. – К.: А.С.К., 2004 – С.192
5. Смирнов Н.К. Здоровьесберегающие образовательные технологии в современной школе / Н.К.Смирнов – М.: АПК и ПРО, 2002 – С.121
6. Соціологічний енциклопедичний словник – М.: Норма, 1998 – С.488

**Біркова І.Р.**, заступник директора з навчально – виховної роботи,  
Залужанська ЗОШ І-ІІІ ст. Залужанської сільської ради Збаразького району Тернопільської області

### **ВПЛИВ КОЛЬОРУ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ. АРТТЕРАПЕВТИЧНЕ ЗАСТОСУВАННЯ КОЛЬОРУ ЯК МЕТОДУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

*Анотація.* У статті розглянуто вплив кольору на здоров'я та самопочуття людини. Вченими було обґрунтовано, що колірна гамма провокує зміни біохімічних реакцій в тканинах, нормалізує функціонування залоз, а також стимулює окремі зони ділянки головного мозку. Самопочуття індивіда