

УДК 378.147:37.037

Овчарук В. В.

здобувач, старший викладач кафедри фізичного виховання
Вінницького національного технічного університету, м. Вінниця

НАУКОВИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ СТВОРЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО СЕРЕДОВИЩА ВИЩОЇ ШКОЛИ

У статті розглянута проблема створення здоров'язберігаючого середовища вищої школи; проаналізовано теоретичні умови та визначено основні напрямки формування здоров'язберігаючої компетентності у студентів технічного ВНЗ. Проаналізовано сучасні суспільно-політичні умови, які є найсприятливішими для розроблення й імплементації новітніх принципів, методик і технологій формування професійних компетентностей майбутніх фахівців технічного напрямку. Обґрунтовано, що здоров'язберігаюча компетентність є необхідною рисою сучасного студента, котрий навчається в умовах різноманітних екологічних проблем, модернізації суспільства, поширення явищ нездорового способу життя тощо.

Ключові слова: компетентність, здоров'я, здоров'язберігаюча компетентність, фізична культура, студент, технічний ВНЗ.

Овчарук В.В. Научный анализ проблемы создания здоровьесберегающей среды высшей школы. В статье рассмотрена проблема формирования здоровьесберегающей среды высшей школы; сделан анализ теоретических условий и обозначены основные направления формирования здоровьесберегающей компетентности у студентов технического ВУЗа. Проанализированы современные социально-политические условия, которые являются более благоприятными для создания и имплементации новейших принципов, методик и технологий формирования профессиональных компетентностей будущих специалистов технической направленности. Обосновано, что здоровьесберегающая компетентность является необходимой чертой современного студента, который учится в условиях разнообразных экологических проблем, модернизации общества, распространения явлений нездорового образа жизни, и тому подобное.

Ключевые слова: компетентность, здоровье, здоровьесберегающая компетентность, физическая культура, студент, технический ВУЗ.

Ovcharuk V. Scientific analysis of the problem of creating a health-saving environment of higher education.

The article considers the problem of forming a health-saving environment of higher education; the analysis of theoretical conditions is made and the basic directions of formation of health-saving competence among students of a technical university are designated. The modern socio-political conditions that are more favorable for the creation and implementation of the newest principles, methods and technologies for the formation of professional competencies of future specialists in technical direction are analyzed. It is substantiated that health-saving competence is a necessary feature of a modern student who studies in the conditions of various environmental problems, modernization of society, the spread of unhealthy lifestyle phenomena, and the like.

Key words: competence, health, health-saving competence, physical culture, student, technical university.

Постановка проблеми. Починаючи з кінця XIX століття й до сьогодні на тлі глобальної екологічної кризи, зміни клімату, зростання пасивної комфортності й відходу від споживання власне природних продуктів і благ, проблема здоров'я окремої людини, нації, людства постала як ключова і навіть глобальна: здоров'я людини визнається найвищою цінністю поруч із правами й свободами її особистості.

Ці фактори привернули пильну увагу науковців до питань медицини, гігієни, валеології, екології, фізичного виховання, медико-біологічної, а останнім часом і соціонімічної сфери – психології, соціології, педагогіки. Зокрема у царині педагогіки вищої школи, окрім новітніх методик формування професійних компетентностей, нагально постала проблема формування здоров'язберігальних, оскільки майбутній молодий фахівець є інтелектуальним, духовним і фізичним носієм та взірцем професійної діяльності й життєвого чину, реалізація яких тісно пов'язані.

Науковий аналіз проблеми створення здоров'язберігаючого середовища вищої школи, як і освіти загалом, і як предмет вивчення науки, серед актуальних проблем суспільства останнім часом вийшов на перше місце й набув наскрізного міждисциплінарного характеру, проникнув у фокус політичних і навіть міжнародних правових дискусій. Це пов'язано з тим, що швидко змінюване неекологічне цифрове середовище різко вплинуло на порушення природного гомеостазу людини. Політики, соціологи й науковці зрозуміли: ситуація може стати критичною, якщо не розпочати докорінно й тотально змінювати ставлення людини до себе, оточуючих і світу. Головним інструментом тут бачиться сфера освіти як єдина форма суспільної свідомості, яка спеціально скерована на формування людини.

Виклад основного матеріалу дослідження. У структурі сучасної освіти відбулися кілька ключових і важливих для нашого дослідження світових реформ: по-перше, найефективнішою визнано гуманітарну антропоцентричну синергетичну освітню парадигму, по-друге, визнано, що ефективною може бути тільки неперервна освіта (упродовж життя); по-третє, переглянуто місце валеологічного компоненту освіти (підвищення) ролі фізичного виховання й рухової активності суб'єктів освіти та їх всебічного розвитку взагалі. І. Сулейманов та О. Третцева ще на початку 2000-х років відзначили ці важливі для здоров'язберігальної парадигми фізичного виховання тотальні реформи філософії освіти. Окрім цього, наразі основними компетентностями кожної сучасної людини Рада Європи

визнала з-поміж інших, вчитися впродовж життя, уміти ефективно комунікувати, адекватно реагувати й засвоювати новітні здобутки науки і техніки. Ці компетентності напряму пов'язані з адаптивними механізмами постколоніальної людини і є базисом її саморозвитку, самовдосконалення й ефективної екологічної взаємодії зі світом.

На межі тисячоліть ключовою проблемою надмірно інформатизованого й комфортного людства постало підвищення якості життя і функціонування особистості (екзистенція), яке неодмінно вимагає докорінної модернізації освіти. Реформи передбачають перегляд змісту, цілей та інструментарію освітнього процесу, який при імплементації всіх навчальних дисциплін та розвивально-виховних заходів обов'язково вимагає зберігаючих, превентивних та оздоровлювальних технологій й екологічного, доступного, гігієнічного середовища. Найбільшою мірою це торкається впливу на підлітків та молодь у середовищі ВНЗ на етапі їхньої соціалізації й стрімкого входження в самостійне життя й суспільно-виробничі відносини. В першу чергу зміна освітніх умов й освітнього змісту торкається викладання найбільш практично спрямованої на формування валеологічної культури й поведінки дисципліну – «Фізичне виховання».

Сучасні науковці вбачають основу здоров'язбереження студентства в прививанні теоретичних і практичних компетенцій з оздоровлення, валеологічної культури та самозбереження, що найбільше відповідає розвивальній меті будь-якої освіти. Фізичне виховання має особливий функціональний статус серед інших дисциплін: воно здійснює свій розвивальний і компетентісно-формувальний вплив, виходячи не з теорії й лекційного навантаження, а з найбільш древніх фізичних і фізіологічних ресурсів людини – рухової активності, яка за умов її успішного і раціонального запровадження в життя, найглибше мотивує людину незалежно від ступеня й напрямку освіти.

За останні роки (2013 – 2018) в Україні остаточно утвердилася європейська орієнтованість усіх форм суспільної свідомості й система гуманістичних цінностей. При цьому в освітній практиці перевага надається індивідуалізованим особистісно орієнтованим підходам, оскільки індивід та особистість з її самістю й унікальністю вважається найвищою цінністю. Сегментованість підходів при викладанні предмету або факультативу з фізичної культури у ВНЗ полягає у модифікації змісту й інструментарію, виходячи зі специфіки навчальних груп (звичайні, медичні) та специфіки напрямку підготовки студентів (гуманітарні, технічні, природничі спеціальності, студенти-фізкультурники, майбутні військові тощо).

Більшість педагогів, психологів та валеологів сходяться на думці, що задля успішного прививання й удосконалення здоров'язбережувальних технологій у процесі викладання фізичної культури найоптимальнішою є освітня діяльність в рамках особистісно орієнтованої синергетично-гуманістичної освітньої парадигми, в лоні якої основним педагогічним завданням виступає зміна мотиваційно-ціннісної сфери студента, формування у ньому потреби самоактуалізації, самовдосконалення, саморозвитку й самозбереження при різних типах діяльності й соціальної взаємодії.

Проте широке впровадження в навчальний процес здоров'язбережувальних технологій потребує реформування системи освіти, яке намітилося останніми роками: реформа шкільної освіти, очікування нового Закону про вищу освіту, утвердження компетентісної парадигми. Остання в плані формування здоров'язбережувальних компетенцій студента технічного ВНЗ передбачає особистісно-центричний підхід, при реалізації якого знання й компетентності зі здоров'язбереження й мотиваційно-ціннісна сфера студента рівнозначні, а модифікація освітніх умов при викладанні дисципліни здійснюється відповідно до професійної специфіки інженерно-технічного напрямку.

Новий статут ВООЗ визначає здоров'я як тривимірну фізичну, душевну й соціальну категорію, спільним показником якої є благополуччя у цих сферах, тому розгляд міждисциплінарної (немедичної) категорії у працях сучасних науковців С. Омельченко, Т. Бойченко, Н. Тамарської, В. Горашук О. Антонової, В. Брехман, Л. Мітіної, І. Зімньої, Л. Грицюк, В. Оржеховської здійснюється комплементарно, або й синергічно. У прийнятій 2004 року Національній доктрині розвитку освіти в Україні вказано, що головним завданням освітньої та суспільно-політичної діяльності виступає забезпечення доступу населення до знань, можливостей та ресурсів, які дозволили б якісно і довго здійснювати життєвий шлях.

Формування здоров'язбережувальних компетенцій (далі – ЗК) відбувається в царині валеопедагогіки, а в рамках предмету нашого дослідження у впливі на компонентну тріаду людської сутності в такому порядку: тіло – душа – дух (маємо на увазі доцільний вплив на факультативах з фізичного виховання). Переважно чоловічий контингент технічних ВНЗ України традиційно негативно ставиться до медичного чи психологічного вирішення проблем зі здоров'ям, проте, згідно опитувань, фізична культура – один з найулюбленіших предметів непрофесійного циклу. Це дає викладачам фізичного виховання велику мотиваційну перевагу в очах вихованців, при чому опитування студентів вінницьких ВНЗ (технічний, торгово-економічний, та педагогічний) виявило факт найбільшої мотивованості до занять фізичною культурою саме в студентів технічного спрямування (студенти економічного та педагогічного профілю посідають за цим показником відповідно друге та третє місце).

Теоретичні основи здоров'язберігаючої компетентності закладаються студентам в обов'язкових університетських курсах «Основи валеології», «Основи медичних знань», «Основи екології», «Загальна психологія» тощо, проте ці курси не передбачають практичного закріплення відповідних навичок на практиці, а тим більше зміни активності й діяльності студента. Фактично єдиним практично орієнтованим навчальним предметом у неспеціалізованих ВНЗ (в тому числі й технічного спрямування) залишається фізичне виховання.

У кінці ХХ століття почали стрімко розвиватися антропологічні науки, суміжні з медициною й педагогікою, в основі яких виникли напрямки – педагогіка дорослих (антропологіка), педагогічна валеологія, психогігієна. Останнім часом здоров'язбережувальні технології виділено в окрему царину педагогіки.

Сучасна валеологія змістила акценти з медичних на соціальні й педагогічні. Педагогічна валеологія вивчає методи й способи педагогічного впливу на здоров'я людини задля його збереження і покращення. Основними методами є профілактичний, формувальний і діагностувальний.

Психогієна покликана в рамках немедициної психології й педагогіки формувати «внутрішню екологію», оптимізувати з допомогою організації педагогічних умов повноцінне функціонування психіки, оптимізувати психічні процеси, які можуть ставати причиною психосоматичних захворювань, девіантної поведінки, невротичних розладів тощо.

Педагогіка дорослих впливає на уже сформований індивід, тому коригує його в рамках відносно завершеної соціалізованості, надає професіоналові психолого-педагогічний інструментарій для суб'єктивної оптимізації індивідуального життєвого й робочого простору й обов'язково включає психогієну.

Наразі розвиток і розробка здоров'язбережувальних технологій навчання й виховання – царина педагогіки. М. Смірнов розглядає освітні технології валеологічного напрямку в широкому й вузькому розумінні. До перших належать фонові технології впровадження освітнього процесу, які створюють оптимальне здоров'язбережувальне середовище для всіх його суб'єктів, тоді як вузьке розуміння передбачає розробку й імплементацію конкретних прийомів, методів, технік, заходів, які, по-перше, паралельно з основною дидактичною метою сприяють здоров'язбереженню, по-друге, оптимізують психічний та валеологічний стан учасників освітнього процесу [15].

Здоров'я за медичного підходу є станом і деяким проміжним результатом впливу зовнішніх фізичних, внутрішніх фізичних (гормональний фон, наявність / відсутність генетичної схильності до хвороб, наявність паразитів тощо), зовнішніх психічних (стрес, нервово перенапруження) й меншою мірою внутрішніх психічних факторів, тоді як валеологічне й педагогічне поняття здоров'я найбільше пов'язане з особистісним впливом (педагога, валеолога, психолога, а найбільше – самої людини, про здоров'я якої йдеться). У зв'язку з подібними міркуваннями М. Я. Віленський та

В. В. Черняєв вважають, що цілеспрямоване самооздоровлення як компонент активності й діяльності студентів є одним з найважливіших складників і показників здоров'язбережувальної компетентності молоді [2].

Наразі науковці розглядають процес здоров'язбереження невіддільно від середовища – екології у вузькому й широкому розумінні. У цьому плані Н. Синютіна цілісно резюмувала студентський часопросторовий і компетентнісний виміри здоров'язбереження: «Загальновідомо, що для збереження й зміцнення здоров'я необхідні рухова активність, повноцінне харчування, додержання режиму праці, відсутність шкідливих звичок. Змушувати людину вести здоровий спосіб життя неможливо, але прищеплювати, виховувати здоров'язберігаючу компетентність необхідно. Саме ВНЗ, незалежно від його спрямованості, є тим центром, де відбувається формування такої компетентності. Людина з вищою освітою, яка має високий рівень здоров'язберігаючої компетентності, є пропагандистом здорового способу життя».

Упродовж життя людина перебуває в кількох десятках типів середовищ, проте після сімейного середовища в дитячому, підлітковому і юнацькому віці на другому місці за ступенем впливу є освітнє середовище. Саме в ньому дитина здійснює два головні види своєї діяльності – навчально-пізнавальну й ігрову. Фізичне виховання – єдиний предмет, в якому гармонійно поєднуються ці типи діяльності.

Важливо визначити якісні складові здоров'язбережувальної компетентності та їхню співвіднесеність за важливістю, кількістю, послідовністю і способом формування. Так, Н. Калька й С. Макаренко вважають, що здоров'язбережувальна компетентність є трискладовою (когнітивний, особистісний і діяльнісний компоненти). Перший містить знання, переконання й особисту культуру щодо людської біологічної та соціальної природи, оточення й взаємодії. Культура в будь-якому розумінні обов'язково передбачає наявність цінностей, серед яких в даному контексті – здоровий спосіб життя, активність, тілесне здоров'я, гарне самопочуття, життєвий тонус тощо. Також когнітивний компонент включає знання, які реалізуватимуться у діяльнісному, а саме – загальні знання про організм та психіку людини та її соціальну роль; знання про життєдіяльність, самозбереження, особисту безпеку, способи взаємодії з людським та предметним середовищем; власне здоров'язбережувальні технології та методи їх застосування щодо себе й інших.

Традиційно для педагогіки, діяльнісна складова – це система умінь і навичок усвідомленої адекватної й конструктивної активності з перетворення себе й навколишнього світу. Стосовно формування ЗК це – вмотивована реалізація системи базових навичок діяльності, поведінки й ставлення до власного здоров'я й валеологічно релевантних об'єктів життя й виробництва. Також сучасні науковці додають сюди діагностувальні навички щодо стану середовища, оточення, власного здоров'я й валеологічно-релевантних об'єктів; проєктивні навички із прогнозування й удосконалення вищевказаних об'єктів.

Проте ядром когнітивного компоненту здоров'язбережувальної компетентності є особистісне підґрунтя усієї теоретико-практичної надбудови – самоусвідомлення, рефлексія, мотивація до екологічної й здоров'язбережувальної активності; орієнтованість на конструктивну й екологічну взаємодію у повсякденній і професійній діяльності, потреба в саморозвитку й самовдосконаленні, підвищенні валеологічної й загальної культурності [8].

Науковці також обґрунтовують поняття «педагогіка здорового способу життя», яка, зрозуміло, стосується діяльності учителя, викладача щодо аналізу, збереження, транслявання, проєктування й діагностики знань, форм, прийомів здоров'язбереження суб'єктам освітнього процесу, а також вміння застосовувати ці компетентності у власному житті й на професійній практиці, демонструючи приклад. Останній полягає не тільки у зразковій фізичній та психологічній формі педагога, а й в тактичному вмінні творчо й ефективно вирішувати поточні валеологічні, психологічні й педагогічні завдання [12].

Дефініції поняття «здоров'язбережувальна компетентність» та синонімічного йому поняття «валеологічна компетентність» мають у працях науковців більшу або меншу експлікацію. Так, О. Маджуга вважає здоров'язбережувальною компетенцією вміння й навички здорового способу життя й діяльності представника будь-якої професії, що базується на його валеологічній культурі [9]. Д. Воронін під здоров'язбережувальною компетентністю розуміє медико-валеологічні знання, на основі яких практично застосовуються превентивні й зміцнювальні методики, скеровані, передовсім, на себе в рамках обраної діяльності (професії) й стилю [3].

Здоров'язбережувальна компетентність може розглядатися як часткова або інтегральна якість особистості.

Так, О. Антонова, аналізуючи цю компетентність як складову особистості педагога, визначає її як цілісну властивість особистості професіонала, що дає змогу зберігати й примножувати власне здоров'я і здоров'я суб'єктів оточення й професійної діяльності [1]. В. Піщулін відносно завершеною вважає таку компетентність у випускника ВНЗ та будь-якого професіонала. Вона полягає в умінні дотримуватися здорового способу життя при нейтралізації деструктивних факторів власної професійної діяльності. [13]. З аналізу вищевказаних дефініцій ЗК можна зробити висновок, що її реалізація хоч і є дуже важливою, проте не є самоціллю: майбутній чи вже сформований професіонал зберігає здоров'я «за замовчуванням» як необхідний ресурс для повноцінного здійснення життєдіяльності й професійної реалізації – саме ці цінності маніфестуються опитаними студентами як першочергові й самоцінні.

Зрозуміло, що за такого всеохопного й всепроникного підходу до впровадження валеоосвіти та компетентностей зі здоров'язбереження валеологічний компонент, як і фізкультурний (руховий, розвивальний) має бути присутнім у змісті й педагогічних технологіях при викладанні будь-якої дисципліни на усіх ланках освіти. Для даного дослідження важливо обґрунтувати кореляцію здоров'язбережувальних технологій і компетентностей з різними напрямками підготовки у ВНЗ, особливо – з технічним.

Фізична культура і спорт, на відміну від інших форм людської культури, передбачають не пасивне засвоєння створених іншими артефактів, а активну фізично-рухову участь з метою досягнення певних показників та фізично-психологічного саморозвитку, тому фізична культура як предмет має специфічне місце серед інших гуманітарних (статичних за своєю фізичною діяльністю) дисциплін.

На наш погляд, доречно згрупувати основні валеологічні, зокрема здоров'язбережувальні аспекти, за типами ортодоксальних наук, а відповідно, і напрямків підготовки у ВНЗ для того, щоб окреслити особливе місце ЗК в системі підготовки майбутнього професіонала технічного напрямку.

Найприродніше ЗК як ключова валеологічна складова бачиться в контексті природничих наук. Так, в основі вчення про здоров'язбереження лежать біологічні (анатомічні) дані щодо будови органів і систем людини, їх взаємозв'язку. При цьому навіть медичний та фізіологічний аспекти бачаться похідними. Недоліком і неповнотою природничого підходу до здоров'я людини є традиційний в науці дискретний підхід, за якого, скажімо, опорно-руховий апарат, органи кровообігу, травлення тощо уявляються відносно автономними системами.

Втім останнім часом все більше намічається підхід до цілісного й синергійного бачення функцій систем, органів і тканин будь-якого живого організму (принцип Парацельса). Так, педагоги-методисти в рекомендаціях для вчителів природничих наук радять щоразу проводити самостійну інтегративну роботу із синтезу знань з природничих наук, переведення їх в гуманітарну площину з метою формування базової здоров'язбережувальної культури [14, 17]. Медичні аспекти практичного характеру реалізуються у змісті шкільної освіти на предметах «Основи безпеки життєдіяльності», «Охорона вітчизни», «Людина і світ». У вищій школі основи знань з цих предметів удосконалюються на «Основах валеології», «Безпеці життєдіяльності» тощо. Недолік цих дисциплін – в одноаспектному підході до здоров'язбереження. Саме у зв'язку з цим здоров'язбереження як цільова компетенція наразі є надпредметною.

В контексті аналізу природничих наук необхідно відзначити, що фізичне виховання як навчальний предмет і форма культури гармонійно враховує біологічні й гуманітарні аспекти. Можна припустити, що студенти природничих напрямів підготовки отримують найбільше знань зі здоров'язбереження (особливо майбутні медики, клінічні психологи, біологи), оскільки прослуховують і загальні дисципліни валеологічного спрямування, і фахові, що корелюють зі здоров'язбережувальними знаннями й компетенціями.

Для спеціальностей гуманітарного напрямку в силу їхньої змістової специфіки характерна широка імплементація в навчальний процес вищої школи загальнокультурних цінностей, в тому числі й валеокультурних. Навіть такі, здавалося б, маргінальні щодо здоров'язбереження напрями підготовки, як історія, філологія, право, за словами науковців, мають значний особистісно-розвивальний і культуротворчий потенціал, що незмінно впливає на особисту культуру майбутнього спеціаліста, а значить і на його валеокультуру й цінності [18].

Найближчими до освітнього формування життєзбережувальних компетенцій та валеокультури перебувають спеціальності, які межують з природничими, – соціальна робота, психологія, соціальні комунікації. Визначна роль гуманітарних наук в рамках окремої спеціальності або як дисциплін загального циклу полягає в світоглядно-формульованій функції, об'єднанні валеологічно й соціально важливих окремих знань і навиків, виробленню так званої «загальної культури», яка, зрозуміло, включає й особисту.

У контексті вищесказаного, математично-технічний напрям («точні» науки) видаються найменш придатним тлом для формування здоров'язбережувальних компетенцій, оскільки наявний наглядний розрив у змісті освіти та її професійній меті математично-технічного напрямку та валеологічної культури.

Проте, іншим оптимізувальним аспектом формування ЗК у студентів технічного напрямку є наскрізна інформатизація освіти, суспільного управління та інших сфер, що у вузькому розумінні є царинною технічних наук. Наразі інформатика вже стала загальною й обов'язковою дисципліною в усіх ВНЗ, проте саме в рамках набуття технічних спеціальностей здобуваються компетенції з програмування, автоматичної обробки даних, моделювання складних інженерних та соціальних процесів. В цій царині студент технічного ВНЗ не тільки набуває навичок психогієни точної напруженої праці, а й має можливість планувати, моделювати, прогнозувати й оцінювати процес й ефективність власної діяльності.

Й, нарешті: технічна освіта й професійна діяльність є найбільш шкідливою. Маємо на увазі як «миттєві» небезпеки для здоров'я (техногенні травми, ураження струмом), так і розтягнені в часі професійні небезпеки (нервові перенапруження, постійна взаємодія з матеріально-технічним неатропоморфним середовищем, знижена рухова активність). Це додатково мотивує майбутніх спеціалістів технічного напрямку здійснювати окрему фонову діяльність із власного здоров'язбереження.

На жаль, через екологію, відхід від природних біоритмів та інші нагальні причини кількість абітурієнтів із вадами здоров'я щороку збільшується. Особливу тривогу викликає здоров'я майбутніх працівників технічної сфери (ІТ-менеджерів, інженерів), робота яких пов'язана з працею на ПК, середовищем електромагнітного випромінювання, перебуванням в техногенному, часто неергономічному й неекологічному середовищі. Зрозуміло, що уникнути деструктивного впливу зовнішніх і внутрішніх (особистих) факторів на здоров'я студента технічного ВНЗ тільки педагогічними засобами не можливо: «організація здоров'язбережувального навчального процесу не може повністю розв'язати проблему забезпечення високої якості навчання без вироблення нових підходів до побудови корекційного середовища для «групи ризику» – студентів із відхиленням у здоров'ї, тому в подальших дослідженнях зусилля науковців мають спрямуватися на формування такого середовища».

Серед усіх категорій студентів (за віком і напрямком підготовки) студенти вищих навчальних закладів технічного спрямування викликають найбільше занепокоєння, адже вони навчаються й практикуються в середовищі підвищеної небезпеки та фізичного впливу (вищий статус такого впливу мають тільки курсанти військових ВНЗ). З іншого боку, працюючи після закінчення ВНЗ й удосконалюючи свої вміння (освіта впродовж життя) молоді спеціалісти продовжують перебувати під негативним впливом електромагнітного комп'ютеризованого й часто неергономічного середовища. Інший аспект технічної діяльності й набуття технічної освіти полягає у відповідальності й сконцентрованості праці (навчання), адже саме працівники інформаційно-технічного напрямку несуть відповідальність за прогрес, обсяги виробництва, матеріальні блага тощо.

І. Смолякова, вивчаючи проблеми дотримання здорового способу життя студентами технічних ВНЗ зазначає: «Серед студентів ТВНЗ спостерігаються впродовж багатьох років тенденції зниження рівня фізичного і психічного здоров'я, зростання захворюваності, недостатній рівень фізичної працездатності і фізичної підготовленості і як наслідок – після закінчення ВНЗ недостатній рівень фізичної надійності і готовності до інтенсивної виробничої діяльності». Саме фізична й фізіологічна «надійність» фахівця технічної сфери прямо впливає на якість його праці, тим більше, що ціна техногенної помилки в роботі професіонала зазвичай набагато більша, аніж гуманітарної [16].

Науковці О. Жбанков та В. Зайцев доводять, що потрапляння абітурієнта із середовища сім'ї і школи у напружене й психотравмуюче середовище ВНЗ, що тягне за собою зміну життєвих біоритмів високий рівень життєвої самостійності й відповідальності, новизни, є значним психосоматичним подразником, що негативно впливає на здоров'я ще несформованого організму. Серед найбільш деструктивних факторів науковці виокремлюють зниження адаптаційного потенціалу, нервову виснаженість, перевтому, що впливає на нервову, серцево-судинну, травну, опорно-рухову системи організму [5, 6]. Тому прививання першокурсникові ЗК з перших занять на факультативі чи предметі «Фізичне виховання» має першочергове значення, тим більше, що воно якісно доповнює валеокомпетентності, які викладаються з перших курсів на дисциплінах загального циклу («Культурологія», «Основи медичних знань», «Загальна психологія» тощо).

Сучасне імплементація здоров'язбережувальних технологій в освітній процес, а також формування впродовж цього процесу відповідних компетенцій здійснюється в нашій державі на тлі сприятливих соціально-політичних, медичних та освітніх умов: а) медичної та соціальної реформ; б) визнання здоров'язбережувального та розвивального примату освіти над власне дидактичним; в) визнання першочергової важливості екологічної та валеологічної безпеки в побуті, на навчанні й на виробництві.

Компетентнісний підхід до здоров'язбереження відповідає сучасним освітнім тенденціям, згідно з якими суть і мета професійної освіти полягає у формуванні, розвитку й подальшому саморозвитку базових та предметних (фахових) компетентностей. Наразі базові й фахові компетентності, особливо при підготовці спеціалістів гуманітарного профілю, значно зближуються, а об'єктом майбутньої професійної діяльності є і професійна сфера, і сам фахівець. Як зазначає Т. Миронюк, «результатом такого (навчального) процесу є формування загальної компетентності людини, що є сукупністю ключових компетентностей, інтегрованою характеристикою особистості. Така характеристика має сформуватися в процесі навчання і містити знання, вміння, ставлення, досвід діяльності й поведінкові моделі особистості».

Вітчизняними науковцями доведено, що низький рівень здоров'я майбутніх працівників технічної та інформаційної сфери негативно відбивається на а) продуктивності навчання й праці; б) мотивації перетворювальної й креативної діяльності; в) основних професійних якостях інженера (зосередженість, раціональний підхід, відповідальність, особиста безпека); г) на продуктивності діяльності і, як результат, конкурентоспроможності на ринку праці та послуг [4, 20].

Вищенаведені міркування створюють теоретичне підґрунтя для педагогів і професійну вмотивованість для усіх учасників освітнього процесу, щоб перетворити здоров'язбереження наскрізною діяльністю усіх інших людських життєвих і перетворювальних сфер.

Висновки. Отже, сучасні суспільно-політичні умови якнайсприятливіші для розроблення й імплементації новітніх принципів, методик і технологій формування професійних компетентностей майбутніх фахівців технічного напрямку, при чому освітня діяльність з формування знань і навичок здоров'язбереження набуває наскрізного міждисциплінарного характеру. Доцільній зміні освітніх та валеологічних умов на заняттях з фізичного виховання та поза ними сприяють нові рамкові закони й визнання на міжнародному рівні гуманітарної антропоцентричної освітньої парадигми як найоптимальнішої. Особистісно центрований підхід і поширення немедичних дефініцій здоров'я, визнання необхідності освіти й самовдосконалення впродовж життя дозволяє перетворити фізичне виховання й усвідомлену рухову активність суб'єктів освіти на основний інструмент та їх всебічного розвитку, підвищення якості життя, а також формування ЗК за висхідним принципом: від активності – до цінностей.

Література

1. Антонова Л. Н. Психологические основания реализации здоровьесберегающих технологий в образовательных учреждениях / Л. Н. Антонова, Т. И. Шульга, К. Г. Эрдынеева. – М.: Изд-во МГОУ, 2004. – 100 с.

2. Виленський М. Я., Черняев В. В. Гуманитарні орієнтири фізическої культури в підготовці спеціалістів // Педагогічне освітання і наука. – 2002. – № 3. – С. 14–18.
3. Воронін Д. Є. Здоров'язберігаюча компетентність студента в соціально-педагогічному аспекті / Д. Є. Воронін // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – 2006. – № 2. – С. 25-28.
4. Домашенко А. В. Організаційно-педагогічні засади системи фізичного виховання студентської молоді України : дис. ... канд. фіз. вихован. : 24.00.02 / А. В. Домашенко. – Л., 2003. – 346 с.
5. Жбанков О. В. Інформаційна система самоконтроля для дистанційного рекреаційного самосовершенствования студентів // Теорія і практика фізическої культури. – 2002. – №6. – С. 52-54.
6. Зайцев В. П. Валеологія: проблема, освітання і освітання студентів в техніческому вузі // Теорія і практика фізическої культури. -1998. – №9. – С.12-14.
7. Зимняя И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования [Текст] / И. А. Зимняя // Высшее освітання сегодня. – 2003. – № 5. – С. 18.
8. Калька Н., Макаренко С. Здоров'язберігаючі компетенції педагога в умовах сучасного освітнього простору. Укр. наук. журн. «Освіта регіону». – № 4. – 2013.
9. Маджуга А. Г. Теорія і практика формування культури здоров'я студентів в контексті лічностно-цен-трированої освітальної парадигми // Здоров'я і освітання в ХХІ віці: матеріали V Міждуна-родної науч.- практ. конф. (Москва, март, 2004) А. Г. Маджуга. – М.: Изд-во РУДН, 2004. – С. 235-236
10. Митина Е. П. Здоров'яесберегаючі технології сьогодні і завтра / Е. П. Митина // Начальна школа. – 2006. – № 6. – С. 56-59
11. Огірок С. С. Потреби і стимули як системоутворюючі фактори розвитку особистості (на матеріалах педагогічної спадщини А. С. Макаренка та сучасних педагогів-новаторів): автореф. дис. ... канд. пед. наук : (13.00.01) «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / С. С. Огірок ; Луган. держ. пед. ун-т ім. Т. Шевченка. – Луганськ, 2000. – 20 с.
12. Оржеховська В. М. Педагогіка здорового способу життя / В. Оржеховська // Шлях освіти. – 2004. – № 7. – С. 11-12
13. Пищулін В. Г. Модель випускника університета / В. Г. Пищулін // Педагогіка. – 2002. – № 9. – С. 22-27
14. Присяжнюк М. С. Людина та її здоров'я : пробний навч. посібник для 8–9 кл. серед. загальноосвіт. школи, гімназій, ліцеїв / М. С. Присяжнюк. – К. : Фенікс, 1998. – 272 с.
15. Смирнов Н. К. Психологіческі аспекти педагогіческої валеології в освіттанні / Н. К. Смирнов // Здоров'я і освітання : матеріали всеросс. науч.- практ. семінара (7–9 декабря 1993 г.). – СПб., 1994. – С. 32-33.
16. Смолякова, І. Д. Формування здорового способу життя студентів технічного вищого навчального закладу [Текст] / І. Д. Смолякова, О. М. Загурський, Т. І. Старушкевич // Інноваційні технології в системі підвищення кваліфікації фахівців фізичного виховання і спорту: тези доповідей III Міжнародної науково-методичної конференції, м. Суми, 14-15 квітня 2016 р. / Відп. за вип. В.М. Сергієнко. – Суми: СумДУ, 2016. – С. 223-225.
17. Степанюк А. В. Методологічні та теоретичні основи формування цілісності знань школярів про живу природу : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : (13.00.01) «Загальна педагогіка та історія педагогіки» / А. В. Степанюк ; Ін-т педагогіки АПН України. – К., 1999. – 36 с.
18. Ступарик Б. М. Національна школа: витоки, становлення : навч.-метод. посібник / Б. М. Ступарик. – К. : ІЗМН, 1998. – 336 с.
19. Тамарская Н. В. Управление учебно-воспитательным процессом в классе (здоровье сберегающий аспект): Учебно-методическое пособие для учителя / Тамарская Н. В., Русакова С. В., Гагина М. Б. – Калининград: Изд-во КГУ, 2002. – 31 с.
20. Філінков В. І. Система професійно-прикладної фізичної підготовки фахівців машинобудівної промисловості: дис. канд. фіз. вих. : 24.00.02 / В. І. Філінков. – Л., 2003 – 272 с.
21. Ясвин В. А. Психологіческое моделирование образовательных сред / В. А. Ясвин // Психологіческий журнал. – 2000. – № 4. – С. 79–88.

Reference

1. Antonova, L.N. (2004), "Psychological bases of implementation of security technologies in educational institutions", L. N. Antonov, T. I. Shulga, K. Kh. Erdineyev, Moscow State University Publishing House, 100 p.
2. Vilensky, M.Ya., Chernyayev V.V. (2002), "Humanitarian benchmarks of physical culture during training of specialists", Pedagogical education and science, No. 3, pp. 14-18.
3. Voronin, D.E. (2006), "Healthcare preservation of the student's competence in the socio-pedagogical aspect", D. E. Voronin, Pedagogics, psychology and medical biology. Problems of physical education and sports, No. 2., pp. 25-28.
4. Domashenko, A.V. (2003), "Organizational-pedagogical principles of the system of physical education of student youth of Ukraine": diss. candidate brought up: 24.00.02, A.V. Domashenko, 346 p.
5. Zhbankov, O.V. (2002), "Information system of self-control for remote recreational self-improvement of students", Theory and practice of physical culture, № 6., pp. 52-54.
6. Zaytsev, V.P. (1998), "Valeology: problem, education and education students in technical high school", Theory and practice of physical culture, №9, December, pp. 12-14.
7. Zimnaya, A. A. (2003), "Key competencies - a new paradigm of the result of formation", A.A. Zimnaya, Higher education today, No. 5., p. 18.
8. Calka N., Makarenko S. (2013), "Health preserving the competence of the teacher in conditions of modern educational space", Ukr sciences journ "Education of the region", No. 4.

- 9/ Majuga, A.G (2004), "Theory and practice of forming a student's health culture in the context of a personally-priced educational paradigm", Health and education in the twenty-first century: Materials of the International Scientific Practice. conf., A.G. Majuga, Izdv-o RUDN, pp. 235-236.
10. Mitina, E.P. (2006), "Health-saving technologies today and tomorrow", E.P. Mitina, Primary school, No. 6., pp. 56-59.
11. Ogirok, S.S. (2000), "Requirements and incentives as system-forming factors of personality development" (on materials of pedagogical heritage of AS Makarenko and modern pedagogues-innovators): author's abstract. dis Candidate ped. Sciences: (13.00.01) "General Pedagogy and History of Pedagogy", S. S. Ogirok; Lugansk state ped Un-t them. T. Shevchenko, 20 p.
12. Orzhehovskaya, V.M. (2004), "Pedagogy of a healthy lifestyle", V. Orzhehovskaya, Way of education, No. 7, pp. 11-12.
13. Pishchulin, V.G. (2002), "Model of University Graduate", V.G. Pishchulin, Pedagogics, No. 9., pp. 22-27.
14. Prsyazhnyuk, M.S. (1998), "Man and his health": a trial teacher. manual for 8-9 cl. among. general education schools, gymnasiums, lyceums, M.S. Prsyazhnyuk, Phoenix, 272 p.
15. Smirnov, N.K. (1993), "Psychological aspects of pedagogical valeology in education", N.K. Smirnov, Health and education: materials of the All-Russia. scientific practical Seminar, pp. 32-33.
16. Smolyakova, I. D. (2016), "Formation of a healthy lifestyle of students of a technical higher educational institution" [Text], I. D. Smolyakova, O. M. Zagursky, T. I. Starushkevich, Innovative technologies in the system of professional development of specialists in physical education and Sport: theses of the reports of the III International Scientific and Methodological Conference, Ref. for the issue VM Sergienko, SSU, pp. 223-225.
17. Stepanyuk, A.V. (1999), "Methodological and theoretical bases for the formation of the integrity of students' knowledge of living nature": author's abstract. dis. Dr. Ped. Sciences: (13.00.01) "General pedagogics and history of pedagogy", AV Stepaniuk; Institute of Pedagogics of the Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, K., 36 p.
18. Stuparik, B. M. (1998), "National School: Origins, formation": teaching method. Manual, B. M. Stuparik, K.: IZMN, 336 p.
19. Tamarskaya, N.V. (2002), "Management of the educational-educational process in the classroom" (health-saving aspect): Teaching and methodical manual for the teacher, Tamarskaya N.V., Rusakova S.V., Gagina M. B., Kaliningrad: Izdv KSU, 31 p.
20. Filinkov, V.I. (2003), "System of Professional-Applied Physical Training of Specialists in the Machine-Building Industry": Diss. Cand. nat outs : 24.00.02, V. I. Filinkov. L., 272 p.
21. Yasvin, V.A. (2000), "Psychological Modeling of Educational Mediums", V.A. Yasvin, Psychological Journal, No. 4., pp. 79-88.

Пронтенко К. В.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного виховання, спеціальної
фізичної підготовки і спорту, Житомирський військовий інститут імені С. П. Корольова (м. Житомир)
Безпаль С. М.,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент, професор кафедри вогневої підготовки,
Національна академія внутрішніх справ (м. Київ)
Мазур І. М.,
професор кафедри вогневої підготовки,
Національна академія внутрішніх справ (м. Київ)
Крук О. М.,
кандидат юридичних наук, доцент кафедри вогневої підготовки,
Національна академія внутрішніх справ (м. Київ)
Яковчук С. В., кандидат юридичних наук, доцент кафедри вогневої підготовки, Національна академія
внутрішніх справ (м. Київ)

ХАРАКТЕРИСТИКА ПОКАЗНИКІВ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ-ГИРЬОВИКІВ

У статті досліджено рівень спеціальної фізичної підготовленості курсантів-гирьовиків різної кваліфікації. У дослідженні взяли участь 77 курсантів, які займалися гирьовим спортом у секції військового інституту. Було сформовано 3 групи: група №1 – курсанти, які виконали III та II розряди з гирьового спорту (n=34), група №2 – курсанти I розряду і КМС (n=27), група №3 – курсанти рівня МС і МСМК (n=16). Виявлено, що у курсантів-гирьовиків рівня МС і МСМК показники спеціальної фізичної підготовленості є достовірно кращими ($p < 0,05 - 0,001$), ніж у курсантів-розрядників. Встановлено, що інформативно значущими для навчання курсантів гирьового спорту компонентами спеціальної фізичної підготовленості є результати у таких спеціально-підготовчих вправах: стійка з двома гирями у вихідному положенні, підйом двох гир на груди за 10 хв, напівприсідання з двома гирями у вихідному положенні, стійка з двома гирями у положенні фіксації.

Ключові слова: спеціальна фізична підготовленість, курсант, гирьовий спорт.

Пронтенко К. В., Безпаль С. Н., Мазур І. Н., Крук А. Н., Яковчук С. В. Характеристика показателей специальной физической подготовленности курсантов-гиревиков. В статье исследован уровень специальной физической подготовленности курсантов-гиревиков различной квалификации. В исследовании приняли участие 77