

References:

1. Bondarenko, V. V. Profesiina pidhotovka pratsivnykiv patrolnoi politsii: zmist i perspektyvni napriamy [Professional training of patrol police officers: content and promising directions]. Kyiv : FOP Kandyba T.P.
2. Galimova, A.G., Kudryavtsev, M.D., Glubokiy, V.A., Galimov, G.Ya. (2017) Theoretical substantiation of the methodology of high-intensity multifunctional crossfit training. *Vestnyk BHU. Pedahohyka, fylolohya, fylosofyia*. Ulan-Ude. Vol. 7. Pedahohyka. pp. 110–115.
3. Anisimov, D., Petrushin, D., Boguslavsky, V. (2022) Improvement of physical training of first-year cadets of Dnipropetrovsk state university of internal affairs. *Scientific space in the condition of global transformations of the modern world: Scientific monograph*. Riga, Latvia: Baltija Publishing, pp. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-255-5-1>.
4. Petrushin, D., Anisimov, D., & Pozhidaev, M. (2019) Methodology for the development of special physical abilities of cadets in laying the foundation for the best education of the National Police of Ukraine with crossfit systems. *Molodyi vchenyi*. № 2 (66). pp. 345–348. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-2-66-75>.
5. Соловей, О., Пожидаєв, М., Анісімов, Д. Вознюк, К. & Логвиненко, М. (2020). Особливості фізичного стану курсантів, які займаються єдиноборствами при підготовці до професійної діяльності. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*, (10), 47–54.
6. Анісімов, Д. (2023). Використання ситуаційної смуги перешкод в навчальному процесі з во зі специфічними умовами навчання. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*, (8(168)), 13-16. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.8\(168\).02](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series15.2023.8(168).02)

Ліна Рибалко

доктор педагогічних наук, професор,
декан факультету фізичної культури та спорту,
Національний університет «Полтавська політехніка
імені Юрія Кондратюка»
(м. Полтава, Україна)

**КОМПОНЕНТИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОГО
ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА**

Lina Rybalko. The components of the health-saving of educational environment

Key words: health-saving technologies, education, healthy lifestyle, educational environment.

В умовах оновлення суспільно-економічного життя актуальною є проблема формування, збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини. Адже нинішнє суспільство характеризується зниженням індексу людського розвитку, який характеризують стан здоров'я українців і їх тривалість життя. Постає об'єктивна потреба у створенні здоров'язбережувального освітнього середовища, яке забезпечить формування у підростаючого покоління належної культури здоров'я,

здоров'язберезувальну та здоров'ярозвивальну компетентності, здоровий спосіб життя, комплексне вдосконалення змісту освітнього процесу та його навчального середовища в аспекті здоров'язбереження [5].

Зміст поняття «здоров'язберезувальне середовище» об'єднує в собі всі напрями діяльності освітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу. Узагальнення наукової літератури [1; 2; 3; 5] дозволяє виокремити основні підходи до трактування дефініції «здоров'язберезувальне освітнє середовище», а саме: системний, діяльнісний, компетентнісний, інтегрований, середовищний, особистісно орієнтований. Виокремлення наукових підходів розширює уявлення про сутність поняття «здоров'язберезувальне освітнє середовище» і дає змогу розуміти його як системний метод програмування цілей, конструювання змісту, прийомів, засобів навчання й виховання, спрямованих на підвищення рівня індивідуального здоров'я, формування здоров'язберезувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей та створення здоров'язберезувального освітнього середовища в закладі освіти за умов здійснення моніторингу стану здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Компонентами здоров'язберезувального освітнього середовища є: змістовий, аксіологічний, гносеологічний, екологічний, емоційно-вольовий, фізкультурно-оздоровчий, діяльнісний.

Так, змістовий компонент передбачає наповнення змісту освіти елементами здоров'язбереження за рахунок включення навчального матеріалу інформацією про здоров'я та здоровий спосіб життя, який інтегрується з відповідною темою дисципліни; формування в учнів/студентів здоров'язберезувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей.

Аксіологічний компонент обумовлює усвідомлення здоров'я як життєвої цінності, переконаності в необхідності вести здоровий спосіб життя, повному використанні своїх розумових і фізичних можливостей. Цей компонент спрямований на формування ціннісно-орієнтованих установок на здоров'я, здоров'язбереження, які виступають невід'ємною складовою життєвих цінностей і світогляду людини. У цьому процесі в людини розвивається емоційне й разом з тим усвідомлене відношення до здоров'я, засноване на позитивних інтересах і потребах.

Гносеологічний компонент пов'язаний із формуванням системи знань і вмінь, необхідних для збереження і зміцнення здоров'я, пізнання себе, своїх потенційних можливостей і здібностей, інтересом до проблем власного здоров'я, до вивчення різних методик оздоровлення й зміцнення організму. Це забезпечується завдяки процесу формування знань про закономірності збереження й зміцнення здоров'я людини, оволодіння вміннями удосконалювати особисте здоров'я, засвоєння знань про здоровий спосіб життя.

Емоційно-вольовий компонент передбачає прояв психологічних чинників навчання – емоційних і вольових. Необхідною умовою збереження здоров'я є

позитивні емоції та переживання, завдяки яким у дитини закріплюється бажання вести здоровий спосіб життя. Особистість за допомогою волі може здійснювати регуляцію й саморегуляцію свого здоров'я.

Екологічний компонент реалізується через екологічний зміст навчання. Він враховує те, що людина як біологічний вид існує в природному середовищі, яке забезпечує її природними ресурсами, впливає на формування фізичного здоров'я й обумовлює духовний розвиток. Усвідомлення буття людини в єдності з біосферою розкриває залежність фізичного й психічного здоров'я від екологічних умов. На жаль, екологічне середовище не завжди сприятливе для здоров'я людини, проте правильна й розумна взаємодія з природою забезпечує формування гуманістичних правил поведінки в природному середовищі, мікро- і макросоціумі.

Фізкультурно-оздоровчий компонент припускає володіння способами діяльності, спрямованими на підвищення рухової активності, попередження гіподинамії. Крім того, цей компонент забезпечує загартовування організму, розвиток високих адаптивних можливостей.

Висновки. Здоров'язбережувальний компонент освіти обумовлює формування системи цінностей й переконань, які складають систему гігієнічних навиків і вмінь, а також норми поведінки, спрямовані на вдосконалювання навиків й умінь по догляду за самим собою, одягом, місцем проживання, своїм довкіллям; приділяється увага дотриманню режиму дня та харчування, чергування праці й відпочинку, що сприяє попередженню виникнення шкідливих звичок, функціональних порушень у діяльності організму і захворювань. Представлені вище компоненти системи навчання виконують функції здоров'язбережувальних в освітньому середовищі.

Список використаних джерел

1. Гулько Т.Ю. Формування здатності застосовувати сучасні здоров'язбережувальні технології у сфері фізичної культури та спорту у здобувачів вищої освіти. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*: науково-практичний журнал Університету Григорія Сковороди в Переяславі. Переяслав (Київська обл.), 2023. № 2/2023, С. 96-101.

2. Носко М.О., Гаркуша С.В., Воєділова О.М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монографія. К. : СПД Чалчинська Н.В., 2014. 300 с.

3. Рибалко Л. Дидактичні умови формування здоров'язбережувального освітнього середовища в закладах вищої освіти. *Актуальні проблеми розвитку фізичної культури спорту і туризму в сучасному суспільстві* : збірник тез матеріалів V Міжнародної науково-практичної конференції (27 листопада 2020 р., м. Івано-Франківськ) / Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника. Електронне видання. Івано-Франківськ, 2020. С. 32-34.

4. Рибалко Л.М. Здоров'язбережувальний аспект фізичного виховання студентської молоді. *Вісник Запорізького національного університету. Фізичне виховання та спорт*. Запоріжжя: Видавничий дім «Гельветика», 2020. № 1. С. 48-54.

5. Рибалко Л.М. Здоров'язбереження як педагогічна та соціальна проблема. *Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія*; [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль: PRINMAX, 2019. С. 4-32.