

## **ОСНОВНІ ПРИНЦИПИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ**

Існують певні суперечності між соціальним замовленням суспільства, спрямованим на пріоритет збереження і зміцнення здоров'я суб'єктів освітнього процесу, і недостатнім володінням більшістю фахівців з фізичної культури та спорту здоров'язбережувальною компетентністю.

Компетентність педагога в питаннях здоров'я – найважливіша складова його професійної культури, що вимагає постійного поповнення психолого-медико педагогічних знань і практичних педагогічних навичок в питаннях раціональної організації навчального процесу, розробки і впровадження профілактичних програм, здоров'язберігаючих технологій [2, 3]. Особливої актуальності означена проблема набуває в умовах модернізації системи освіти в Україні, зорієнтованої на входження у світовий освітній простір [1].

Пізнавальний компонент визначає фундаментальні базові знання студентів, необхідні в їх професійній підготовці і полягає в нашому випадку в синтезі знань про здоров'я та здоровий спосіб життя. Ціннісно-смісловий компонент забезпечує формування ціннісного ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Діяльнісний компонент визначає практичні вміння та навички, необхідні для збереження і підтримання здоров'я. Пізнавальний компонент здоров'язберігаючої компетентності сучасного тренера включає знання теоретичних і практичних основ медико біологічних дисциплін, знання морфо-функціональних особливостей організму людини в процесі онтогенезу, знання нейрофізіології і фізіології вищої нервової діяльності підлітків, знання фізіологічних механізмів психічних процесів і станів.

Критеріями сформованості у студентів потреби фізичного самовдосконалення слід уважати такий рівень самосвідомості (мотивів, інтересів, ціннісних орієнтацій, установок), який активно спрямовує практичну діяльність на досягнення фізичного вдосконалення, ведення здорового способу життя, забезпечує виконання суспільних і професійних функцій майбутнього спеціаліста [3]. А конкретизація критеріїв може відображати об'єктивні показники здоров'я, фізичну підготовленість, якість і обсяг спеціальних і професійних умінь, задоволення ступенем власного розвитку, рівнем інтересів тощо. Важливим компонентом потреб є інтереси, які формуються в процесі занять фізичною культурою і спортом.

Таким чином, формування компетентності здоров'язбереження має полягати в підготовці бакалаврів фізичного виховання в області безпеки життєдіяльності за напрямками, заданими представленими компонентами:

ціннісно-мотиваційний – ставлення до здоров'я як цінності, потреба і готовність до діяльнійно-практичної участі у формуванні здорового способу життя, способи для збереження, зміцнення і формування власного здоров'я; пізнавальний – знання про здоров'я і його складових, знання про здоровий образ і стиль життя, знання про способи оздоровлення і підвищення резервів організму; операційно-діяльнійно – діяльність, спрямована на збереження і примноження здоров'я, здатність до перенесення індивідуального досвіду здоров'язбереження в повсякденну практику.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ**

1. Білецька В, Семененко В, Завальнюк В. Самооцінка фізичного розвитку студентів з різним рівнем фізичної підготовленості. Спортивна наука та здоров'я людини. 2021;2(6):87-98.

2. Білецька ВВ, Семененко ВП, Трачук СВ, Бербець ОС. Оцінка прояву ціннісно-смілового компоненту компетентності здоров'язбереження у студентів. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. 2018;152:32-35.

3. Мартинів О, Шукатка О. Формування рівня знань культури здоров'язбереження студентів на засадах міждисциплінарної інтеграції. Scientific Collection «InterConf» (August 25-26, 2021). 2021;46:139-149.