



УДК 378.147-057.36

## Підготовка військовослужбовців до застосування здоров'язберезжувальних технологій у процесі професійної підготовки

*Юрій Таймасов,*

кандидат педагогічних наук,

Навчальний пункт Аварійно-рятувального загону спеціального призначення  
Головного Управління ДСНС України у Харківській області

*Олена Зуб,*

кандидат сільськогосподарських наук, доцент,

*Артем Турчинов*

кандидат педагогічних наук,

Національна академія Національної гвардії України, Харків

**В** умовах економічної та екологічної криз, падіння духовно-культурних цінностей упродовж останніх років в Україні спостерігається значне зниження здоров'я молоді. Формування здоров'я постає як стратегія гармонізації фізичного, психічного, соціального та духовного розвитку особистості для забезпечення самореалізації та ефективної адаптації до оточуючого середовища шляхом набуття необхідних знань про здоров'я та закріплення навичок здорового способу життя.

Тільки свідоме сприйняття здорового способу життя визначає результативність зусиль людини в збереженні та зміцненні здоров'я, продовженні тривалості життя, повноцінному виконанні біологічних і соціальних функцій.

Однією із визначальних характеристик сучасної держави є її спроможність забезпечити дотримання законності всередині країни та захистити свій суверенітет на міжнародній арені [10].

Здатність офіцерів України виконувати службово-бойові обов'язки залежить

не лише від їхньої професійної підготовки, а й потребує високого рівня фізичного, психічного, соціального і духовного здоров'я. Саме тому особливої актуальності набуває проблема застосування здоров'язберезжувальних технологій у процесі професійної підготовки майбутніх офіцерів [10].

У педагогічній науці залишаються недостатньо дослідженими питання професійної підготовки майбутніх офіцерів до застосування здоров'язберезжувальних технологій.

У зв'язку з цим актуальним для фахівців вищої школи стає формування здоров'язберезжувальних технологій, спрямованих на вироблення індивідуально-ціннісних і діяльнісно-практичних орієнтирів збереження і зміцнення здоров'я [9].

На необхідності підвищення ефективності здоров'язберезжувальної підготовки майбутніх офіцерів наголошено у Законах України «Про оборону України» (1991); «Про Національну гвардію України» (2014); «Про національну поліцію» (2015); Кодексу цивільного захисту Укра-

їни (2014); Національній доктрині розвитку освіти на 2012–2021 рр.; Постанові Кабінету Міністрів України «Про створення єдиної системи військової освіти» (1997); Наказі МВС України «Про затвердження Положення про організацію навчального процесу у вищих навчальних закладах МВС України» (2008); правових актах Головного управління Національної гвардії України та інших нормативно-законодавчих документах [10].

**Н**айбільш доцільними для розроблення основ раціональної організації життєдіяльності військовослужбовця були визначені здоров'язбережувальні технології, що включають: методи оцінювання, самоконтролю і відновлення розумової працездатності під час навчання; методи відновлення розумової працездатності у вільний час; методи корекції функціонального стану зорового і слухового аналізаторів; методи поліпшення стану психічного здоров'я і зменшення нервового напруження; загальнозміцнювальні засоби підвищення стійкості до дистресів; система заходів з організації режиму дня; раціональне харчування.

Теоретичний аналіз наукової літератури з проблеми підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності засвідчив, що її вирішення потребує комплексного підходу.

Процес професійної підготовки майбутніх офіцерів та застосування здоров'язбережувальних технологій потребує форм і методів навчання, спрямованих на активізацію пізнавального інтересу до засвоєння знань про здоров'я, формування позитивного ставлення курсантів до оздоровчої діяльності, розвиток творчої індивідуальності, гнучкості суджень, уяви, прагнення генерувати ідеї, шукати альтернативні рішення, вміння використовувати свої позитивні якості і нейтралізувати недоліки, стимулювання самопізнання, набуття досвіду професійної діяльності в індивідуально-неповторному стилі [10].

Проблеми формування здоров'я, куль-


тури здоров'я, здорового способу життя активно розроблялися у таких напрямках: обґрунтування цілісного підходу до формування здоров'я людини (Г. Апанасенко, Т. Бойченко, Е. Булич, М. Гончаренко, О. Дубогай, І. Мурахов, С. Омельченко та інші), формування культури здоров'я і здорового способу життя особистості (В. Бабич, В. Бобрицька, В. Горещук, Н. Маковецька, Ю. Мельник та інші), дослідження різних аспектів створення здоров'язбережувального освітнього середовища (В. Беспалько, О. Дубогай, Н. Завидівська, В. Омеляненко, В. Оржеховська та ін.).

У контексті формування здоров'язбережувальної компетентності важливими є дослідження, в яких розкриваються концептуальні засади впровадження компетентнісного підходу в освіту та формування професійної компетентності фахівця (Н. Бібік, Н. Бідюк, Ю. Бойчук, В. Гриньова, М. Гриньова, Р. Гуревич, М. Євтух, І. Зимня, І. Зязюн, В. Кремень, Л. Лук'янова, А. Хуторський та ін.); теоретико-методичні засади формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців у вищих навчальних закладах (Ю. Ажиппо, Н. Башавець, Н. Белікова, О. Біда, Г. Бойко, Ю. Бойчук, С. Гаркуша, М. Гончаренко, Б. Долинський, Г. Єдинак, Г. Мешко, О. Міхеєнко, Л. Сущенко та ін.), а також наукові праці, в яких висвітлюються питання удосконалення системи військової освіти (О. Діденко, Т. Івашкова, М. Козяр, А. Кучерявий, В. Манько, М. Медвідь, О. Островерх, С. Полторак, В. Садковий, І. Радванський, Ю. Сердюк, О. Федоренко, Г. Яворська, В. Ягунов та ін.); формування різних аспектів культури здоров'я та здорового способу життя курсантів вищих військових навчальних закладів (В. Бондаренко, Ю. Бородін, Б. Клименко, Ю. Компанієць, В. Кузьмінський, П. Мельник, П. Приходько та ін.).

Разом з тим, багато проблем лишилися поза увагою дослідників, у тому числі питання професійної підготовки майбутніх офіцерів до застосування здоров'язбережувальних технологій.

Аналіз навчально-методичного забезпечення професійної підготовки майбутніх офіцерів України засвідчив, що у його змісті представлений навчальний матеріал про чинники негативного впливу на здоров'я під час військової служби, безпечну поведінку у військово-бойових ситуаціях, надання невідкладної долікарської допомоги постраждалим тощо. Крім того, у вищих військових навчальних закладах обов'язковою є фізична підготовка. Разом з тим, у курсантів не сформована цілісна система знань про здоров'я та способи його збереження, відсутні навички збереження свого здоров'я та здоров'я інших людей, не сформовані цінності і мотиви здорового способу життя, відповідно у них не сформована здоров'язбережувальна компетентність [10].

Структура відповідального ставлення до здоров'я являє собою єдність таких компонентів, як когнітивно-пізнавальний, емоційно-оцінний, потребнісно-ціннісний, мотиваційно-вольовий, практично-діяльнісний та рефлексивно-результативний [3].

 тже, актуальність здоров'язбережувальних технологій обумовлена об'єктивно існуючими протиріччями на: соціально-педагогічному рівні — між: суспільними потребами у відновленні, збереженні та зміцненні здоров'я військовослужбовців і недостатнім рівнем підготовки до здоров'язбережувальної діяльності; науково-теоретичному рівні — між: необхідністю підготовки курсантів до здоров'язбережувальної діяльності і відсутністю в педагогіці вищої військової школи однозначних теоретичних уявлень про сутність і структуру готовності до здоров'язбережувальної діяльності; існуючими вимогами до професійної підготовки майбутніх офіцерів і недостатньою теоретичною та практичною розробкою педагогічних умов, необхідних для ефективної реалізації процесу їх підготовки до здоров'язбережувальної діяльності; науково-методичному рівні — між: необхідністю ефективної підготовки до професій-

ної діяльності та недостатньою розробкою змісту, форм і методів підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності [3, 4, 5].

Все це підтверджує соціальну значущість процесів відновлення, зміцнення і збереження здоров'я військовослужбовця та необхідність переосмислення сутності, змістових і технологічних підходів до підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності.

**І**снують різні підходи до дослідження проблеми підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності, серед них: *професійно особистісний* — дозволяє забезпечувати підготовку курсантів до здоров'язбережувальної діяльності як невід'ємної складової частини професійного становлення особистості майбутнього офіцера у процесі його професійної підготовки; *системний* — сприяє організації професійної підготовки майбутніх офіцерів як цілісного педагогічного процесу, що характеризується структурністю, ієрархічністю і взаємозалежністю із професійним середовищем, а також дозволяє виділити компоненти готовності майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності та їх структурно-функціональні зв'язки; *акмеологічний* — забезпечує формування у майбутніх офіцерів групи якостей з метою особистісного професійного зростання курсанта, що проявляється в оволодінні ефективними технологіями здоров'язбережувальної діяльності в контексті неперервного особистісно-професійного розвитку для досягнення високого рівня продуктивності і професіоналізму; аксіологічний спрямовує процес підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності на формування у них професійних мотивів і цінностей, базуючись на визнанні цінності здоров'я людини як однієї із базових; *особистісно орієнтований* — сприяє здійсненню диференційованого відбору засобів, форм і методів організації навчально-виховної діяльності у процесі підготовки майбутніх офіцерів

до здоров'язбережувальної діяльності, враховуючи їх особистісні та індивідуальні особливості, рівень інтелектуальної, ціннісно-сислової готовності до навчання, самоосвіти і самовиховання; *діяльнісний* — визначає організацію діяльності головних суб'єктів освітнього процесу (викладачів і курсантів) у єдності її стратегічної, тактичної і операційної складових, сприяє виявленню сукупності педагогічних умов успішної підготовки майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності, а також розробці методики реалізації цих умов; *рефлексивний* — дозволяє сформувати у майбутніх офіцерів уміння і навички для проектування діяльності, направленої на відновлення, зміцнення і збереження здоров'я, а також готовність самостійно вирішувати проблемні ситуації у майбутній професійній діяльності; *компетентнісний* — допомагає сформувати в майбутніх офіцерів спеціальні компетенції у структурі здоров'язбережувальної компетентності для здійснення здоров'язбережувальної діяльності, підготувати їх до застосування своїх знань, умінь і навичок при розв'язуванні професійних задач, а також заохочувати курсантів до саморозвитку, самореалізації та формування особистісного суб'єктивного досвіду здоров'язбережувальної діяльності [1, 2].

Необхідність професійної підготовки майбутніх офіцерів, готових до здійснення здоров'язбережувальної діяльності, визначена пріоритетними напрямками їх роботи. Підготовка майбутніх офіцерів до здоров'язбережувальної діяльності розглядається як цілеспрямований процес набуття курсантами здатності здійснювати на всіх етапах — від планування до реалізації — професійно організовану діяльність щодо відновлення, зміцнення та збереження здоров'я [8].

Здоров'язбережувальна діяльність розглядається як специфічна форма людської активності, яка спрямована на формування здорового способу життя і забезпечує повне біосоціальне функціонування індивіда, його фізичну й інтелектуальну

працездатність, достатню адаптацію до природних впливів і мінливості зовнішнього середовища [4, 5].

У процесі професійної підготовки майбутніх офіцерів формування відповідального ставлення до власного здоров'я відбувається в контексті формування здоров'язберігаючої компетентності, що здійснюється поетапно за допомогою комплексу навчальних дисциплін, спрямованих безпосередньо на розвиток знань, умінь та навичок у галузі охорони, підтримки та збереження здоров'я та наскрізної системи практик.

Значною мірою на формування відповідального ставлення майбутніх офіцерів до власного здоров'я впливають такі дисципліни, як «Безпека життєдіяльності», «Безпека військової діяльності», «Медицина надзвичайних ситуацій» «Фізичне виховання», «Фізична підготовка», «Психологія екстремальної діяльності», «Тактична медицина та екстремальна психологія», «Основи охорони праці», «Спеціальна фізична підготовка».



Формування стійких мотивів до здоров'язбереження здійснювалося під час професійно-прикладної фізичної підготовки, яка забезпечує: профілізацію фізичної підготовки відповідно до вимог військових професій; формування психофізичних якостей, які визначають ефективність майбутньої професійної діяльності; виховання вольових якостей; створення умов для активного відпочинку та профілактики фізичної перевтоми засобами фізичної культури і спорту; зміцнення здоров'я і формування здорового способу життя, гармонійний фізичний і духовний розвиток курсантів. Використовувалися такі форми професійно-прикладної фізичної підготовки: навчально-тренувальні заняття, спортивні змагання, бойова підготовка [10].

Зміст навчальних дисциплін професійної підготовки також доповнювався питаннями здоров'язбережувальної тематики та введення до переліку вибіркового дисциплін інтегрованого спецкурсу. Для реалізації цієї педагогічної умови у зміст

дисциплін «Фізичне виховання», «Фізична підготовка», «Психологія екстремальної діяльності» і «Тактична медицина та екстремальна психологія» включено навчальний матеріал здоров'язбережувальної тематики (окремі питання, теми, модулі). Також розроблено і впроваджено спецкурс «Спеціальна фізична підготовка», який поєднує знання про здоров'я в цілісну систему і, таким чином, усуває предметне вивчення навчальних дисциплін та забезпечує формування інтегрованих знань та умінь встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між явищами і процесами. Головною метою впровадження спецкурсу є формування цілісної системи знань про здоров'я та умінь їх використовувати для розв'язання професійних завдань [10].

**Т**акож важливою умовою формування здоров'язбережувальної компетентності офіцерів є використання інтерактивних форм і методів навчання, що забезпечують формування у курсантів ціннісного ставлення до здоров'я та досвіду його збереження. У підготовку майбутніх офіцерів впроваджено такі *організаційні форми навчання*: аудиторні (проблемна лекція «Фізична культура і спорт як основа збереження здоров'я суспільства», лекція-бінар «Вплив фізичного виховання на здоровий спосіб життя», лекція-настанова «Вплив харчування на здоров'я людини», лекція з помилками «Поняття про адаптацію і стрес», міждисциплінарний семінар «Профілактика суїцидальної поведінки у військовослужбовців: діагностика та кризова допомога», семінар-ділова гра «Служба порятунку», семінар-прес-конференція «Проблеми здоров'язбереження у твоєму місті», практичне заняття творчого змісту «Розвиток емоційно-вольової сфери особистості в екстремальних умовах», тренінги «Формування сприятливого соціально-психологічного клімату в середовищі військовослужбовців» і «Перша медична допомога в умовах бойових дій»); позааудиторні (самостійна робота, науково-дослідницька робота, практики,

спортивні змагання, бойова підготовка, участь у волонтерській і громадській діяльності). Використовувалися такі *методи навчання*: евристична бесіда, метод проектів, тренінг, ділова гра, «мозковий штурм», діалог, дебати, диспут, переконання, демонстрація, вирішення ситуаційних завдань, рефлексивні ситуації, тестування [10].

Технологія формування здоров'язбережувальної компетентності реалізується в декілька етапів: підготовчий, мотиваційно-стимулювальний, змістово-практичний та результативний. На підготовчому етапі розроблено навчально-методичне забезпечення формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів, підібрані найбільш оптимальні форми і методи навчання. Мотиваційно-стимулювальний етап спрямований на формування у курсантів ціннісного ставлення до здоров'я та мотивації до його збереження. На змістово-практичному етапі відбувається формування знань про здоров'я та методи його збереження і зміцнення, умінь їх використовувати, також індивідуально-психологічних якостей майбутнього офіцера. Результативний етап передбачає оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів [10].

**Н**а найбільш результативними в процесі формування мотивації здоров'язбереження були такі прийоми: насичення змісту гуманітарних предметів історичними довідками, а також сучасними уявленнями про валеологічні принципи організації життєдіяльності людини; показ альтернативних підходів у розумінні сутності здоров'язбереження; демонстрування досягнень сучасних медичної і педагогічної наук в галузі оздоровлення людей; формування зацікавленості досліджуваним матеріалом (цікаві наукові дані, парадоксальні факти); розкриття наукової і практичної значущості здоров'я і способів його підтримки; показ необхідності здоров'язбереження для продуктивного навчання у вищому військовому навчальному закладі, для

майбутньої професійної діяльності, для самовдосконалення.

У процесі реалізації здоров'язберезжувальних технологій передбачено: удосконалення навчально-виховного процесу, посилення здоров'язберезжувальних аспектів у його реалізації; розвиток системи інфраструктури військового навчального закладу для активного збереження, відновлення і зміцнення здоров'я курсантів; поліпшення якості життя, стимулювання розвитку адаптаційних механізмів [6].

Під час розробки здоров'язберезжувальних технологій ми взяли за основу вивчення фізичних, психічних, соціальних, духовно-моральних складових здоров'я людини.

При успішній реалізації процесу здоров'язбереження в освітньому просторі можна говорити про підвищення ефективності навчання, по-перше, через зниження здоров'явитрат, і, отже, підвищення цінності отриманих результатів освітньої діяльності; по-друге, через підвищення результативності навчання, оскільки здоровий курсант може максимально реалізувати себе в освітній і майбутній професійній діяльності, розкрити свій інтелектуальний і творчий потенціал [7, 8].

Організаційно-педагогічне забезпечення реалізації здоров'язберезжувальних технологій в освітньому процесі військовослужбовців повинне бути побудоване з урахуванням виділеного комплексу педагогічних умов.

**В**ивчення ряду дисциплін та проходження різних видів практики протягом усього часу навчання у вищому військовому навчальному закладі позитивно вплинуло на формування відповідального ставлення курсантів до власного здоров'я та здорового способу життя. У рамках підвищення загального рівня здоров'язберігаючої компетентності, що є невід'ємною складовою професіоналізму військового, курсанти отримали знання про складну систему саморегуляції організму і ту значну роль, яку відіграє

здоров'я у житті кожної людини, інформацію про професійні ризики в роботі військовослужбовця, уміння і навички щодо охорони, підтримки, збереження та зміцнення власного фізичного, психічного та соціального здоров'я, шляхи захисту від небезпек різного роду походження при здійсненні ними професійної діяльності і таким чином ставлення курсантів до власного здоров'я набуло більш відповідального і усвідомленого характеру, зорієнтованого на здоровий спосіб життя та використання методів здоров'язбереження не лише при виконанні професійних завдань, але й у повсякденному житті.

## Література

1. *Белікова, Н. О.* Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до здоров'язберезжувальної діяльності : автореф. дис ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Наталія Олександрівна Белікова. — Київ : Б.в., 2012. — 45 с.
2. *Бойчук, Ю. Д.* Сутність здоров'язберезжувальної компетентності в контексті валеологічної парадигми / Ю. Д. Бойчук, А. В. Турчинов // Проблеми інженерно-педагогічної освіти : зб. наук. праць. — Харків : УІПА, 2015. — Вип. 48/49. — С. 180–186. (міжнар. база: Index Copernicus).
3. *Бойчук, Ю. Д.* Педагогічні умови розвитку культури здоров'я студентів в освітньому середовищі вищого навчального закладу / Ю. Д. Бойчук, І. М. Авдєєнко, А. В. Турчинов // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. — Суми : Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2015. — № 9. — С. 141–149. (міжнар. бази: Index Copernicus, Master List та CEJSH)
4. *Гусак, П. М.* Відповідальне ставлення до здоров'я : теорія та технології : монографія / П. М. Гусак, Н. В. Зимівець, В. С. Петрович ; М-во освіти і науки України, Волинський нац. ун-т ім. Л. Україн-

ки. — Луцьк : Волинська обласна друкарня, 2009. — 219 с.

5. *Зимівець, Н. В.* Соціально-педагогічні технології формування відповідального ставлення до здоров'я в учнівській молоді: соціальна педагогіка / Наталія Володимирівна Зимівець. — Луганськ, 2008. — 22 с.

6. *Митяева, А. М.* Здоровьесберегающие педагогические технологии : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / А. М. Митяева. — М. : Академия, 2008. — 192 с. С. 100.

7. *Міхєєнко, О. І.* Професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій у контексті компетентнісного підходу / О. І. Міхєєнко // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи : зб. наук. праць / за заг. ред. В. І. Євдокимо-

ва і О. М. Микитюка. — Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. — Вип. 42. — С. 85–97.

8. *Палічук, Ю. І.* Застосування здоров'язбережувальних технологій у вищих навчальних закладах економічного профілю: монографія / Ю. І. Палічук. — Вишніця: Черемош, 2014. — 260 с.

9. *Сериков, Г. Н.* Здоровьесбережение в гуманном образовании / Г. Н. Сериков, С. Г. Сериков. — Екатеринбург ; Челябинск : ЧГПУ, 1999. — 242 с.

10. *Турчинов, А. В.* Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів Національної гвардії України у процесі професійної підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 — теорія і методика професійної освіти / Артем Васильвич Турчинов. — Хмельницький, 2017. — 23 с.

15.01.2017