

технології. Заняття хореографією мають велике значення у вихованні фізично та психічно здорової дитини. Рухлива діяльність дитини обумовлена її фізіологічними потребами, необхідна умова існування та важлива умова для розумового та фізичного розвитку. Виховуючи у дітей потребу рухатися регулярно, виконувати фізичні вправи, танцювати з дитинства, можна закласти основи міцного здоров'я, гармонійного розвитку дитини.

Література

1. Вавилова Е.Н. Укрепляйте здоровье детей: пособие для воспитателей дет. сада. – М.: Просвещение, 1986. – 128 с.
2. Вільчковський Е.С. Заняття з фізичної культури в дитячому садку. – К.: Рад. шк., 1985. – 224 с.
3. Качашкин В.М. Физическое воспитание в начальной школе: пособие для учителей. – Изд.2-е, доп. и перераб. М.: Просвещение, 1978. – 207 с.
4. Статут Всесвітньої організації охорони здоров'я. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/995_599

Лехолетова М.М.

Київський університет імені Бориса Грінченка

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ – СТРАТЕГІЧНА МЕТА ПІДГОТОВКИ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ/ПРАЦІВНИКІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Однією з найважливіших особливостей вищої освіти є зростання значення компетентності майбутнього фахівця. Сьогодні важливо бути не лише кваліфікованим фахівцем, а й, передусім, компетентним, здатним ефективно вирішувати різноманітні завдання у професійній діяльності; вміти орієнтуватися в соціальних ситуаціях, правильно визначати особливості інших людей, обирати способи спілкування з різними категоріями населення.

В ієрархії чинників творчого потенціалу, кар'єрного росту, активної життєдіяльності соціального педагога/працівника важливе місце належить його здоров'язбереженню, яке позначається як на результатах навчання студентів так і на всій професійній діяльності в майбутньому.

Соціальний педагог/працівник у професійному відношенні є представником однієї з основних груп ризику. Особлива відповідальність і пов'язане з нею нервово-емоційне напруження, необмежена тривалість робочого часу, висока щільність міжособистісних контактів, постійне проникнення в проблеми інших людей, надання їм допомоги та підтримки, особливий контингент вихованців, велика кількість стресових ситуацій – усі ці та інші чинники негативно впливають на здоров'я соціального педагога. Вони є причиною погіршення його фізичного та психологічного самопочуття, появи емоційного виснаження, професійних деформацій, виникнення професійних захворювань.

Тривалий час здоров'я педагога не виокремлювалось із контексту загального здоров'я людини, а вивчалось у його загальній структурі. Але у

сучасній психолого-педагогічній літературі проблеми необхідності формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів/працівників вивчають такі вчені, як В. Карвасарський, В. Пономаренко, Г. Мешко, Е. Зеєр, Є. Іванов, О. Крайнюк, Т. Сущенко.

Необхідність з'ясування причин виникнення "професійного стресу", професійної дезадаптації, синдрому "емоційного вигорання" досліджені такими науковцями, як В. Водоп'янова, К. Масlach, Л. Карамушка, Н. Булатевич, Н. Самоукіна, О. Баранов, О. Вороніна, Я. Юрків. Сутнісні аспекти психологічної стійкості соціальних педагогів та умови її збереження є предметом дослідження Е. Журавльової, Л. Аболіна, Н. Бакланової та ін.

Висока емоційна напруженість зумовлена постійною наявністю великої кількості факторів ризику, стрес-факторів, які впливають на самопочуття соціального педагога/працівника, його працездатність, здоров'язбереження і якість роботи. У соціально-педагогічній діяльності поряд із загальними факторами ризику для здоров'я працівників соціальної сфери (наприклад, нервово-емоційне напруження, інформаційні перевантаження, гіпокінезія) є і специфічні: переважання в процесі трудової діяльності статичного навантаження, великий обсяг зорової роботи, порушення режиму праці і відпочинку тощо. Професія соціального педагога / працівника нині фемінізована, тому фактором ризику є ще й завантаженість роботою вдома, дефіцит часу для сім'ї та дітей [3].

Проблема формування здоров'язбережувальної компетентності в майбутніх соціальних педагогів/працівників потребує дослідження дієвого набору індикаторів сформованості зазначеної компетентності, детального вивчення змісту, форм і методів формування здоров'язбережувальної компетентності. Розпочинати цю роботу необхідно у вищих навчальних закладах: - проблема здоров'я як в особистому, так й у професійному вимірі набула великого значення і розглядається як така, що становить небезпеку подальшій ефективній діяльності фахівців, перш за все через недбале ставлення до себе; - формування здоров'язбереження – складний процес, який досягається шляхом установок, мотивації та компетентності; - на формування й розвиток у майбутнього фахівця здоров'язбережувальної компетентності, безсумнівно, впливає оточення його культура, рівень добробуту, суспільна свідомість тощо. Настала потреба проводити у вищих навчальних закладах таку соціально-педагогічну політику і формувати такі життєві норми і цінності, які б стали підґрунтям у прагненні студентів підвищувати рівень своєї не тільки професійної компетентності, але і здоров'язбережувальної.

Вищий навчальний заклад має взяти на себе роль ініціатора і організатора формування здоров'язбережувальної компетентності у студентів, урахувати інтереси, рівень інтелектуального і фізичного розвитку та їхні особистісні особливості; розкривати особистий і суспільний сенс зміцнення здоров'я, підготовку трудової діяльності та досягнення високих результатів в майбутньому [1].

У результаті багаторічних досліджень особливостей формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів / працівників, факторів виникнення стресу, дезадаптації, синдрому емоційного згорання, боротьби зі стресом, шляхів усунення синдрому емоційного згорання такі науковці, як В. Бобрицька, В. Шепель, Г. Зайцев, Г. Зайчикова, Г. Никифоров, Е. Рутман, Л. Смик, Л. Карамушка, Л. Мітіна, М. Лейтер, М. Беребін, Н. Самоукіна, С. Масlach, С. Максименко, Т. Форманюк, Ю. Щербатих, стверджують, що стан здоров'язбережувальної компетентності соціального педагога/працівника залежить від трьох основних чинників [4, с. 364]: 1) *особистісного*. Характерним для особистісного чинника вчені вважають невміння знаходити вихід зі стресових ситуацій. Найбільш уразливими в професійній діяльності є ті працівники, які поведуться в стресових ситуаціях агресивно, нестримано, схильні до суперництва. Така поведінка, як правило, призводить до стану пригніченості, розчарування, депресії. Також до категорії людей, котрі легко піддаються професійному стресу, науковці відносять "трудоголиків", гуманних, ідеалістів, нестійких, інтравертних, схильних до фанатизму, "м'яких", здатних до співчуття людей, а також тих, хто відзначається низьким рівнем емпатії та схильністю до авторитаризму; 2) *рольового*. Важливого значення вчені надають і рольовим стрес-чинникам, що особливо помітно проявляються в тих ситуаціях, у яких загальні дії працівників погано узгоджені, немає інтеграції зусиль, наявна конкуренція в ситуаціях, коли результат залежить від злагодженості й координації дій усіх працівників колективу. Вплив організаційних стрес-чинників спостерігаємо в ситуаціях, пов'язаних із виконанням працівниками складних за своїм характером доручень, недостатньою організованістю процесу праці, необ'єктивною оцінкою трудової діяльності, а характер керівництва може не відповідати змісту роботи; 3) *організаційного*. Організаційний чинник, який негативно впливає на професійну діяльність соціального педагога, також пов'язаний із неможливістю кар'єрного росту, відсутністю творчої автономії, надмірним контролем зі сторони керівництва, непрофесійністю управління тощо.

Безумовно, на рівень здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів/працівників впливають такі фактори як: - несприятливі соціальні та екологічні умови; - шкідливі звички; - неправильна організація навчання та відпочинку; - недотримання режиму дня тощо. Перед вищим навчальним закладом і педагогами постає завдання орієнтувати студентів на особистісне несприйняття антисоціальних форм задоволення своїх психофізіологічних потреб, щоб уникнути втягнення молоді в пагубну залежність (пияцтво, куріння, наркоманію). Родина і вищий навчальний заклад – вирішальні чинники формування у студентів здоров'язбережувальної компетентності. Перед ними постає завдання надати освітні та виховні послуги, давати

можливість виявити свої здібності, зорієнтувати на добрі життєві перспективи.

Виховні ситуації мають забезпечити розвиток такого рівня свідомості, який би спонукав студента до самопізнання фізичного стану і фізичної самоактивності з тим, щоб він міг стати творцем власного здоров'язбереження. Для досягнення зазначених завдань і подоланні проаналізованих негативних факторів необхідно пам'ятати про роль навчально-виховного процесу у формуванні здоров'язбережувальної компетентності під час професійної підготовки майбутніх фахівців. Подолання труднощів стало можливим при виділенні напрямів у системі підготовки й організації оздоровчо-виховної роботи студентів: фізичний розвиток студентів і зміцнення їхнього здоров'я, проблеми залежності студентів від способу життя; взаємозв'язок здоров'я людини й екологічної обстановки, психологічний самозахист особистості; правильне та здорове харчування; особиста гігієна; профілактика шкідливих звичок; поведінка в екстремальних ситуаціях; культура здоров'я людини.

Соціальний педагог/працівник у якого низький рівень здоров'язбережувальної компетентності не може забезпечити своїм клієнтам необхідну допомогу, а саме: індивідуальний підхід, сформувати в них культуру здоров'я, усвідомлення важливості власного здоров'язбереження, оскільки для цього необхідний особистий приклад. Тому необхідно акцентувати увагу студентів на суспільній значимості професії соціального педагога/працівника; розвиток в нього особистісного інтересу, формування професійно-мотивованої настанови на майбутню діяльність та важливість власного здоров'язбереження; труднощі цієї професії, необхідність великих зусиль для засвоєння, розвитку потрібних якостей і подолання негативних рис [2, с.129].

Отже, постала проблема розробки та впровадження нових здоров'язбережувальних заходів у вищий навчальний заклад, в центрі уваги яких – інтереси, потреби, мотиви та здоров'я конкретної людини. Реалізація такого завдання вимагає формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців.

Література

1. Здоров'я та поведінкові орієнтації української молоді: соціологічний вимір (за результатами національного соціологічного опитування підлітків та молоді 10-22 років) / О. Балакірева, Ю. Галустян, Р. Левін та ін. – К.: Укр. ін-т соц. дослідж., 2005. – 256 с.
2. Ляшенко А.И. Профессиональное становление социального работника: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.13. – Москва, 1994. – 144 с.
3. Мешко Г. М. Вступ до педагогічної професії: навч. посіб. – К.: Академвидав, 2010. – 200 с.
4. Психология здоровья : учеб. для вузов / под. ред. Г.С. Никифорова. – СПб: Питер, 2003. – 607 с.