

**Міністерство освіти і науки України
Харківський національний педагогічний
університет імені Г. С. Сковороди**

*Присвячується до 80-річчя від
дня народження
одного з фундаторів вітчизняної дефектологічної науки
доктора педагогічних наук, професора,
дійсного члена НАПН України,
заслуженого працівника народної освіти України
Бондаря Віталія Івановича*

СУЧАСНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ

**Монографія
за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука**

Харків – «Оригінал» – 2018

Рецензенти:

Бондар В. І. – доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, заслужений працівник народної освіти України, професор кафедри спеціальної, інклюзивної і здоров'язбережувальної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди;

Гольцев А. М. – доктор медичних наук, професор, академік НАН України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, заслужений дія науки і техніки України, директор Інституту проблем кріобіології та кріомедицини НАН України;

Гончаренко М. С. – доктор біологічних наук, професор кафедри валеології Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна, голова Всеукраїнської громадської організації «Українська асоціація валеологів»

Затверджено до друку Вченою Радою Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди, протокол № 5 від 26 червня 2018 р.

The monograph considers modern health-saving technologies used for the restoration, strengthening and health development. The theoretical and practical aspects of health-saving technologies application are highlighted, namely: medical, physical-recreational, pedagogical, correctional-developmental ones.

The monograph is intended for scientists, teachers of higher educational establishments, students, postgraduate students, teachers of schools of different types and a wide range of readers who are interested in modern issues of healthcare.

С 91 **Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука.** – Харків : Оригінал, 2018. – 724 с.

ISBN 978-966-649-130-8.

У монографії розглянуто сучасні здоров'язбережувальні технології, які використовуються для відновлення, зміцнення та розвитку здоров'я. Висвітлено теоретичні й практичні аспекти застосування здоров'язбережувальних технологій, а саме: медичних, фізкультурно-рекреаційних, педагогічних, корекційно-розвиткових.

Для викладачів закладів вищої освіти, студентів, аспірантів, учителів шкіл різного типу та широкого кола науковців, які цікавляться сучасними питаннями здоров'язбереження.

УДК 613+37.011.33:613

ISBN 978-966-649-130-8

© ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2018

© Автори статей, 2018

МЕТОДИЧНИЙ ІНСТРУМЕНТАРІЙ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ РІВНЯ СФОРМОВАНOSTІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ СОЦІАЛЬНИХ ПЕДАГОГІВ (Веретенко Т.Г., Лехолетова М.М.)

Соціально-педагогічна робота соціальних педагогів, як один з напрямів їх роботи, включає вирішення завдань соціального виховання підростаючого покоління та створення здоров'язбережувального середовища як чинника розвитку та становлення особистості. Тому, професійна підготовка майбутніх соціальних педагогів, здатних до самореалізації, ефективної взаємодії з клієнтами, пов'язана з розвитком означеного виду діяльності, бажанням фахівця бути компетентним у питаннях культури професійного здоров'я; розробкою наукових основ формування не тільки професійної компетентності, але і здоров'язбережувальної.

У сучасній психолого-педагогічній літературі дослідження необхідності формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців, як важливого чинника їх особистісного розвитку та професійного зростання, є предметом пізнання вітчизняних та зарубіжних науковців (Ю. Абакумова, Л. Акімова, О. Антонова, Н. Башавець, Н. Бібік, Ю. Бойчук, Л. Буйлов, Л. Ващенко, Д. Воронін, Л. Грицюк, В. Ірхін, Г. Мешко, Т. Осадченко, М. Пазиркіна, Н. Поліщук, І. Рибіна, В. Соломін, Г. Сопко, Л. Сущенко, О. Шатрова та ін.).

Проте практично не розроблена проблема методичного інструментарію для діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів.

Виходячи з соціальної значущості проблеми, метою статті є розробка методичного інструментарію для діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у вищих навчальних закладах під час професійної підготовки. Для досягнення поставленої мети було використано наступні методи наукового пошуку: порівняльно-педагогічний – для дослідження та виявлення теоретичних підходів до проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у вищих навчальних закладах; якісної (аналіз, порівняння) та кількісної (групування, таблиці) обробки експериментальних даних для ресстрації результатів застосування методичного інструментарію.

Раніше нами було обґрунтовано та охарактеризовано критерії та показники здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки [4]. Так, першим критерієм здоров'язбережувальної компетентності визначено *ціннісно-мотиваційний критерій* (показниками якого є: визнання цінності власного здоров'я в

системі життєвих цінностей студентів та задоволеність діяльністю, яка спрямована на його збереження і зміцнення; бажання реалізувати здоров'язбережувальну компетентність у власній життєдіяльності та застосовувати її основні елементи у майбутній професійній діяльності); другим, *когнітивно-валеологічний критерій* (що проявляється через: стабільні знання про здоров'я та впливу на нього негативних факторів, причини та наслідки шкідливих звичок їх профілактику; обізнаність стосовно основних напрямів діяльності соціальних педагогів, що спрямовані на створення здоров'язбережувального середовища в професійній діяльності); третім визначено *організаційно-діяльнісний критерій* (показниками якого виступають вміння та навички планування, організації та реалізації здоров'язбережувальної діяльності, як по відношенню до самого себе, так і до оточуючих; вміння та навички соціальної взаємодії); і четвертий критерій – *контрольно-оцінний* (що включає в себе вміння критично оцінювати себе як професіонала та удосконалювати свої професійні знання і навички, реалізовувати рефлексію професійної, здоров'язбережувальної діяльності на основі самоаналізу; наявність об'єктивної самооцінки, самовдосконалення та контролю; особистісних та професійно значущих якостей майбутнього соціального педагога, необхідних для організації та реалізації здоров'язбережувальної діяльності). Вимірювання показників визначених критеріїв здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів здійснювалось на трьох рівнях: високому, середньому та низькому. Для оцінки рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки було запропоновано наступний методичний інструментарій (див. табл. 1).

Таблиця 1

Діагностичний інструментарій для виявлення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів

Критерій	Методика дослідження
Ціннісно-мотиваційний	<ul style="list-style-type: none"> Оцінка мотивації ставлення майбутніх соціальних педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності у процесі професійної підготовки Оцінка професійної ціннісно-мотиваційної сфери соціального педагога
Когнітивно-валеологічний	<ul style="list-style-type: none"> Анкета на вивчення стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів Тест «Ваші знання про основи здоров'язбереження»
Організаційно-діяльнісний	<ul style="list-style-type: none"> Оцінка стану нервово-психічної напруги майбутніх соціальних педагогів Оцінка способів подолання та вирішення конфліктів майбутніх соціальних педагогів
Контрольно-оцінний	<ul style="list-style-type: none"> Оцінка здійснення здоров'язбережувальної рефлексії майбутніми соціальними педагогами на основі самоаналізу Опитувальник на визначення емпатії, як особистісної та професійно значущої якості майбутнього соціального педагога

Розроблений нами методичний інструментарій пройшов попередню апробацію у процесі професійної підготовки майбутніх соціальних педагогів в Київському університеті імені Бориса Грінченка; Черкаському національному університеті імені Богдана Хмельницького; ДВНЗ «Переяслав-Хмельницькому державному педагогічному університеті імені Григорія Сковороди». Загальна вибірка склала 252 особи.

Розглянемо детальніше запропонований методичний інструментарій. Так, однією з методик визначення рівня сформованості ціннісно-мотиваційного критерію була оцінка мотивації ставлення майбутніх соціальних педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності у процесі професійної підготовки (за методикою оцінки мотивації ставлення до професійної діяльності А. Кареліна у модифікації Т. Осадченко [10; 13]), яка допомогла визначити ступінь мотивації студентів до формування здоров'язберігальних навичок і вмінь. Вона включала 15 запитань, які оцінювались в балах від 1 до 5 та виражали позитивне або негативне ставлення до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у майбутніх соціальних педагогів. Ступінь мотивації оцінювався залежно від суми набраних балів: низький – від 15 до 33 балів; середній – від 34 до 54 балів та високий – від 55 до 75 балів.

Для вивчення ціннісно-мотиваційної сфери майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки було використано авторську методику «Оцінка професійної ціннісно-мотиваційної сфери соціального педагога». Вона була складена на основі наукових праць вітчизняних науковців (О. Безпалько [2], Н. Заверико [5], Г. Першко [11], В. Поліщук [12], Л. Мішик [8]), які досліджують проблеми підготовки фахівців соціальної сфери. У методиці представлені два списки цінностей: цінності, що відображають життєву мету майбутнього соціального педагога та ті, що відображають засоби, за допомогою яких можливе досягнення поставленої мети. Студентам необхідно було присвоїти кожній цінності ранговий номер, від найбільш значимої для них цінності, до тієї, що не має для них особливого значення.

Далі, респондентам були запропоновані опитувальники, питання яких дозволили діагностувати сформованість показників когнітивно-валеологічного критерію здоров'язбережувальної компетентності. Першою була анкета складена на основі праць вітчизняних науковців (О. Антонової Н. Поліщук [1], В. Бобрицької [3]; Т. Осадченко [10]), які працюють в системі вищої освіти та досліджують проблеми формування здорового способу життя у майбутніх фахівців та застосування здоров'язбережувальних технологій в закладах освіти. Запитання анкети були спрямовані на визначення рівня знань студентів про здоров'я та впливу на нього негативних факторів (зовнішнього середовища, способу життя, руйнівних чинників у професійній діяльності соціального педагога), причини та наслідки шкідливих звичок їх профілактику. Тест «Ваші знання про основи здоров'язбереження» (модифікований варіант за В. Язловецьким [10; 16] та Н. Криловою [7]) складався з 25-ти запитань на які студенти повинні були дати відповідь обравши один із запропонованих варіантів. Метою запитань було визначення

рівня знань студентів про основи здоров'язбереження необхідні для формування здоров'язбережувальної компетентності у процесі професійної підготовки. Правильна відповідь на одне запитання оцінювалась у 1 бал (чим вища сума балів, тим вищий рівень показника когнітивно-валеологічного критерію).

Визначення рівня сформованості показників організаційно-діяльнісного критерію проводилося за допомогою оцінки стану нервово-психічної напруги майбутніх соціальних педагогів (за методикою визначення нервово-психічної напруги Т. Немчіна [9]). Оцінка відбувалась за допомогою опитувальника, який включав 30 запитань та три варіанти відповідей на кожне, що оцінювались у 1, 2 і 3 бали відповідно. Мінімальна кількість балів за опитувальник – 30, а максимальна – 90 балів. Сума набраних балів свідчила про: слабку чи детензивну нервово-психічну напругу у студентів (30–50 балів); помірну чи інтенсивну нервово-психічну напругу (51–70 балів) та надмірну чи екстенсивну нервово-психічну напругу (71–90 балів).

Також, за допомогою опитувальника проводилась оцінка способів подолання та вирішення конфліктів майбутніх соціальних педагогів (за методикою визначення способів реагування на конфліктні ситуації К. Томаса [14]). Запропонований опитувальник містив 30 пунктів і два варіанти відповідей (А та Б) на кожний пункт. Кожен варіант описував поведінку, властиву людині у більшості життєвих ситуацій. Інтерпретація результатів здійснювалась шляхом підрахунку набраних очок за кожною з 5-ти шкал (домінування, співпраця, компроміс, уникання, пристосування), що дає можливість визначити, який з типів поведінки у ситуації конфлікту переважає у поведінці майбутніх соціальних педагогів.

Визначення рівня сформованості контрольної-оцінної критерію відбувалось шляхом оцінки здійснення здоров'язбережувальної рефлексії майбутніми соціальними педагогами на основі самоаналізу (за методикою рівня сформованості педагогічної рефлексії О. Калашнікової [6]). Студентам був запропонований опитувальник із 34 запитань. У разі позитивної відповіді на запитання студенти повинні були ставити у відповідну колонку знак «+», а у разі негативної відповіді – знак «-». Обробка та інтерпретація результатів полягала у порівнянні результатів відповідей з ключем, де 1 бал ставиться, якщо відповідь співпала, а 0 балів – у протилежному випадку. Оцінка результатів опитування свідчила про низький рівень розвитку здоров'язбережувальної рефлексії майбутніми соціальними педагогами на основі самоаналізу, якщо було набрано від 0 до 11 балів; середній рівень – від 12 до 22 балів; високий рівень здоров'язбережувальної рефлексії, якщо студент набрав від 23 до 34 балів.

Далі, студентам був запропонований опитувальник із 36 тверджень на визначення емпатії, як особистісної та професійно значущої якості майбутнього соціального педагога (за методикою визначення здатності педагога до емпатії І. Юсупова [15]). Відповіді студентів перераховувались в бали згідно з ключем: «не знаю» – 0 балів; «ні, ніколи» – 1 бал; «інколи» – 2 бали; «часто» – 3 бали; «майже завжди» – 4 бали; «так, завжди» – 5 балів. Так, 82–

90 набраних балів свідчить про дуже високий рівень розвитку емпатії; від 63 до 81 балів – високий рівень розвитку емпатії; 37–62 набраних балів – нормальний рівень; 12–36 балів – низький рівень розвитку емпатії та 11 і менше балів свідчить про дуже низький рівень емпатії у студентів.

Запропонований методичний інструментарій був використаний нами на констатувальному етапі експерименту з метою діагностики початкового стану сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів – майбутніх соціальних педагогів. А також на контрольному етапі експерименту, після впровадження у навчально-виховний процес ВНЗ соціально-педагогічних умов здоров'язбережувальної компетентності, з метою простеження динаміки рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів.

Соціально-педагогічні умови розглядаються нами як *сукупність спеціально створених педагогами можливостей (зміст, форми, методи, прийоми, засоби соціально-педагогічної діяльності), реалізація яких забезпечує результативність формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки вищих навчальних закладів.* До їх числа відносимо: 1) підвищення мотивації до здоров'язбережувальної діяльності; 2) забезпечення здоров'язбережувальної спрямованості змісту підготовки майбутніх соціальних педагогів; 3) розробка та реалізація комплексної програми з формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів.

Результати діагностики рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів на констатувальному та контрольному етапах експериментальної роботи, ми отримали за допомогою підрахунку загального кількісного значення показників (див. табл. 2).

Таблиця 2

Узагальнені дані рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів

Рівні	Загальна вибірка	На констатувальному етапі (%)	На контрольному етапі (%)	Динаміка (%)
Високий	252	16,1	32	15,9
Середній	252	36,3	45,3	9
Низький	252	47,6	22,7	-24,9

Узагальнення емпіричних даних експерименту свідчить про загальне підвищення рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів на контрольному етапі експерименту, порівняно з констатувальним. Як видно з даних таблиці, високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів зріс на 15,9% (на констатувальному етапі експерименту його мали 16,1% студентів, а на контрольному – 32% учасників дослідження); середній рівень підвищився на 9% (на констатувальному етапі експерименту його мали

36,3% студентів, а на контрольному вже 45,3% учасників мали середній рівень здоров'язбережувальної компетентності); на констатувальному етапі експерименту студентів з низьким рівнем здоров'язбережувальної компетентності було зафіксовано 47,6%, а на контрольному – 22,7%. Тобто, за період проведення експерименту, низький рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів зменшився на 24,9%.

Отже, використання в освітньому процесі ЗВО спеціально підбраного, удосконаленого методичного інструментарію допомогло діагностувати рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів у процесі професійної підготовки та відстежити динаміку змін на констатувальному та контрольному етапах. Обробка результатів діагностики дає нам підстави стверджувати, що запропонований методичний інструментарій є ефективним та висвітлює всі аспекти оцінки критеріїв та показників здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів.

Список використаних джерел

1. Антонова О.Є., Поліщук Н.М. Підготовка вчителя до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів: Монографія. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2016. 248 с.
2. Безпалько О. В. Компетентнісний спектр майбутнього соціального педагога як основа професіоналізму // Проблеми освіти: збірник наукових праць. Вип. 84, 2015. С. 60–64.
3. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів: монографія. Полтава : Поліграфічний центр «Скайтек», 2006. 432 с.
4. Веретенко Т., Лехолетова М. Змістові характеристики здоров'язбережувальної компетентності майбутніх соціальних педагогів і соціальних працівників // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : науковий журнал. 2017. № 2 (66). С. 20–40.
5. Заверико Н. В. Соціальна педагогіка : навч. посіб. – Київ : Слово, 2011. 240 с.
6. Калашникова О. В. Психологические особенности развития педагогической рефлексии : дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.07 «Педагогическая и возрастная психология». Санкт-Петербург, 1999. 205 с.
7. Крылова Н. Б. Социокультурный контекст образования // Новые ценности образования, 1995. № 2. С.76–103.
8. Мищик Л. И. Профессиональная подготовка социального педагога (педагогический, психологический и управленческий аспекты). Запорожье, 1996. 104 с.
9. Немчин Т. А. Пути и средства управления нервно-психическим напряжением // Экспериментальная и прикладная психология, 1979. № 9. С. 72–86.
10. Осадченко Т. Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи : практичний порадник. Умань : Візаві, 2016. 234 с.
11. Першко Г. О. Професійні особистісні якості соціального педагога як базова умова соціально-педагогічної діяльності // Вісник Черкаського нац. ун-ту імені Богдана Хмельницького. 2008. Вип. 122. С.102–105.
12. Поліщук В. А. Теорія і методика професійної підготовки соціальних педагогів в умовах неперервної освіти : монографія / за ред. Н. Г. Ничкало. Тернопіль : ТНПУ, 2006. 424 с.
13. Психологические тесты в 2 томах / под. ред. А. А. Карелина. Москва : ВЛАДОС-Пресс, 2001. 22 с.
14. Розов В. І. Адаптивні антистресові психотехнології : навч. посіб. К. : Кондор, 2005. 278 с.
15. Юсупов И. М. Психология эмпатии (Теоретические и прикладные аспекты) : дисс. ... д-ра психол. наук. СПб., 1995. 252 с.
16. Язловецький В. С. Основи діагностики функціонального стану та здоров'я : навч. посіб. Кіровоград : РВЦ КДПУ, 2002. 160 с.