

Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка  
Навчально – науковий інститут фізичної культури  
Кафедра теорії і методики фізичної культури

**Ругаль Євген Олегович**

**ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ  
КОМПЕТЕНТНОСТІ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО ПРИКЛАДНОЇ  
ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ  
СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

Спеціальність: 014 Середня освіта (Фізична культура)  
Галузь знань: 01. Освіта

Кваліфікаційна робота  
на здобуття освітнього ступеню магістр

**Науковий керівник**

\_\_\_\_\_ Дубинська О. Я.  
к. фіз. вих, доцент кафедри ТМФК  
Сум ДПУ імені А. С. Макаренка  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 року

**Виконавець**

\_\_\_\_\_ Ругаль Є. О.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021 року

Суми 2021

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП.....</b>	<b>3</b>
<b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ.....</b>	<b>7</b>
1.1. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки як педагогічна проблема.....	7
1.2. Сутність і структура здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей .....	13
1.3. Критерії, показники і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.....	17
Висновки до першого розділу.....	22
<b>РОЗДІЛ 2. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....</b>	<b>24</b>
2.1. Методологічні основи формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.....	24
2.2. Моделювання процесу формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей .....	27
2.3. Методичні особливості реалізації моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.....	31
Висновки до другого розділу.....	42
<b>РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ .....</b>	<b>44</b>
3.1. Організація і проведення педагогічного експерименту.....	44
3.2. Аналіз результатів експериментального дослідження.....	51
Висновки до третього розділу.....	56
<b>ВИСНОВКИ.....</b>	<b>58</b>
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>	<b>61</b>

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** У сучасних умовах реформування освітньої системи України однією з нагальних потреб є підготовка висококваліфікованого фахівця, зокрема економічного профілю. Це зумовлює необхідність використання компетентнісного підходу під час їхньої підготовки. Випускники ЗВО повинні бути готовими до професійної діяльності у специфічних умовах, серед яких енергійний характер рухових дій і особливі зовнішні умови діяльності, що вимагає від них високого рівня сформованості таких якостей, як активність, здатність до адаптації в соціальній та професійній сферах, високий рівень фізіологічних та психологічних можливостей.

У контексті формування здоров'язберезувальної компетентності важливими є дослідження, в яких розкриваються концептуальні засади впровадження компетентнісного підходу в освіту та формування професійної компетентності фахівця (Н. Бібик, Ю. Бойчук, М. Гриньова, В. Кремень А. Хуторський та інші); теоретико-методичні засади формування здоров'язберезувальної компетентності майбутніх фахівців у вищих навчальних закладах (Ю. Ажиппо, С. Гаркуша Г. Єдинак, О. Міхеєнко, Л. Сущенко та інші).

Аналіз навчально-методичного забезпечення професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей засвідчив, що у його змісті представлений навчальний матеріал про чинники негативного впливу на здоров'я під час виконання ними професійної діяльності. Крім того, у вищих навчальних закладах обов'язковою є професійно-прикладна фізична підготовка. Разом з тим, у студентів 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'язберезувальна компетентність.

Теоретичний аналіз наукових праць з окресленої проблеми та вивчення практичного досвіду є підставою для виокремлення низки суперечностей між:

– зростаючими вимогами суспільства до професійної підготовки та особистісних якостей майбутніх економістів і наявним станом їхньої професійної підготовки;

– потребою у кваліфікованих фахівцях економічного профілю, які мають високий рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності, та відсутністю технологій її формування під час професійно-прикладної фізичної підготовки, недостатньою розробленістю навчально-методичного забезпечення цього процесу.

Отже, актуальність проблеми, її недостатня дослідженість та необхідність розв'язання зазначених суперечностей зумовили вибір теми дослідження **«Використання здоров'язбережувальної компетентності у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей»**.

**Об'єкт дослідження** – професійно-прикладна фізична підготовка студентів економічних спеціальностей.

**Предмет дослідження** – модель формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.

**Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.

Відповідно до поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. З'ясувати стан дослідженості проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності у педагогічній теорії і практиці.

2. Розробити та експериментально перевірити модель формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.

3. Розробити шляхи формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.

Для розв'язання поставлених завдань та перевірки гіпотези було використано такі **методи дослідження**:

*теоретичні* – аналіз, синтез, систематизація, порівняння та узагальнення для зіставлення різних підходів науковців щодо проблеми формування здоров'язберезувальної компетентності майбутніх економістів у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки; проектування і моделювання для розроблення технології і моделі формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки;

*емпіричні* – спостереження, опитування, анкетування, тестування, педагогічний експеримент для з'ясування наявного стану підготовки студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах;

*статистичні* – для оброблення результатів педагогічного експерименту з метою їх аналізу та перевірки достовірності.

**Наукова новизна одержаних результатів** дослідження полягає в тому, що:

– *уперше*: розроблено модель формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки;

– *уточнено* зміст поняття здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки та її структуру;

– *удосконалено* навчально-методичне забезпечення формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки, зокрема у його зміст включено навчальний матеріал здоров'язбережувальної тематики;

**Практичне значення** одержаних результатів дослідження полягає у розробленні та впровадженні в навчальний процес спецкурсу «Спеціальна фізична підготовка» як складника вибіркової частини навчальних планів підготовки фахівців економічного профілю; робочих програм навчальних дисциплін «Фізичне виховання», що передбачені навчальним планом підготовки фахівців економічного профілю.

Матеріали дослідження можуть бути використані викладачами фізичної культури вищих навчальних закладів у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів споріднених спеціальностей.

**Структура та обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків до кожного з них, загальних висновків, списків використаних джерел. Основний зміст викладено на 70 сторінках. Робота містить 3 рисунки, 8 таблиць.

#### **Апробація і впровадження результатів дослідження.**

1. Ругаль Є. О., Дубинська О. Я. **Сутність і структура здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.** Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення: Матеріали XXI Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених: у2т.- Суми: Сум ДПУ ім. А.С. Макаренка, 2021

2. Євген Ругаль **Критерії та рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців економічних спеціальностей.** I Всеукраїнська науково-практична інтернет-конференція «Наукові дослідження та інновації в галузі суспільно-гуманітарних наук» м. Мелітополь, 24 листопада 2021р.

## РОЗДІЛ 1

### ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

#### **1.1. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки як педагогічна проблема.**

В умовах сучасної соціальної та екологічної кризи надзвичайної актуальності набуває проблема збереження здоров'я. Це пов'язано з тим, що внаслідок соціально-економічних перетворень в Україні, які призвели до зниження життєвого рівня широких верств населення і забруднення навколишнього середовища у більшості регіонів країни, виявилися негативні тенденції у здоров'ї підростаючого покоління.

Статистичні дані переконливо свідчать, що сьогодні в Україні смертність населення значно перевищує народжуваність. Серед молоді поширене куріння, побутове пияцтво, вживання наркотиків. Більше третини молодих людей мають дефіцит або надмірну вагу[7; 8].

Вирішення завдань збереження здоров'я є особливо важливим для такої групи молоді, як студентство. Проблема збереження здоров'я під час професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів, не нова. Різні її аспекти досліджували Ю. Бойчук, О. Дворнікова, А., О. Соколенко, С. Халайджі та інші.

Науковці зазначають, що сучасний фахівець економічного профілю повинен бути не лише високваліфікованим професіоналом, але й мати високий рівень здоров'я. У такому випадку фізична культура і спорт перетворюються на важливі чинники забезпечення нормального функціонального стану організму, оптимальної інтелектуальної працездатності та формування важливих для професійної діяльності особистісних якостей [16, с. 36].

Як правило, під час професійної підготовки зміни в стані здоров'я не мають вираженого характеру. Однак недбале ставлення студентів до свого здоров'я змушують приділяти більше уваги проблемам розвитку у майбутніх фахівців економічного профілю мотивації до охорони здоров'я.

Разом із заходами медичного і соціально-культурного характеру важливу роль у системі охорони здоров'я майбутніх фахівців має просвітницька, навчальна і виховна робота, що проводиться відповідно до нормативних документів в усіх вищих навчальних закладах. Цьому активно сприяють сучасні напрями педагогіки[22; 27].

З початку 90-их років в Україні активно розвивається педагогічна валеологія – наука про закономірності формування, способи оцінки, збереження й зміцнення здоров'я, у тому числі і через спрямованість освіти на формування здорового способу життя. Педагогічну валеологію можна вважати науковим фундаментом здоров'язбереження [49; 50; 53; 60]. Нині також розробляються засади психогігієнічної антропологіки (педагогіка дорослих), що розглядає формування людини як єдність процесів розвитку, соціалізації, суб'єктивізації та індивідуалізації, реалізовуваних освітніми системами. Основним завданням психогігієнічної антропологіки є формування психічних механізмів забезпечення психічного здоров'я [67].

Ще один сучасний напрям педагогіки – це розвиток здоров'язбережувальних технологій навчання.

Під здоров'язбережувальними освітніми технологіями в широкому сенсі розуміють технології, використання яких в освітньому процесі сприяє покращенню здоров'я усіх учасників навчального процесу. У більш вузькому розумінні до здоров'язбережувальних технологій належать педагогічні прийоми, методи, технології, які не завдають прямої або непрямой шкоди здоров'ю учасників навчального процесу, забезпечують безпечні умови перебування, навчання та роботи у навчальному закладі [26, с. 32].

На думку Т. Бойченко, сутність здоров'язбережувальних технологій полягає в проведенні відповідних коригуючих, психолого-педагогічних,

реабілітаційних заходів задля поліпшення якості життя особистості: формування більш високого рівня її здоров'я, навичок здорового способу життя, забезпечення професійної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості» [44, с. 42].

О. Московченко зазначає, що здоров'язбережувальні технології – це сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити функціональні та психофізіологічні параметри здоров'я індивіда; на основі оцінки параметрів здоров'я підібрати адекватне тренувальне навантаження, що дозволяє підвищити функціональні можливості організму для переходу його на новий рівень функціонування, збереження і зміцнення творчого потенціалу, підвищення рівня працездатності і соціальної активності, вирішення завдань спортивної підготовленості [19, с. 21].

У своїх роздумах про педагогічну культуру видатний вітчизняний педагог В. О. Сухомлинський говорив про взаємозв'язок здоров'я і духовного життя дитини: «... треба пам'ятати, що від повноти цього останнього – гордості від успіху, радості виконаного обов'язку, життєрадісних інтелектуальних почуттів – від усього цього величезною мірою залежить здоров'я дитини. Не тільки здоров'я впливає на дух, а й навпаки».

Глобальна актуальність проблеми виникнення нових загроз здоров'ю людства внаслідок зміни природних і соціальних умов життя населення за часів науково-технічної революції зумовила особливо активне розгортання досліджень за цією тематикою приблизно з другої половини ХХ ст.

Одним із найбільш вагомих результатів у сфері охорони і збереження здоров'я того часу стала розробка концепції досягнення здоров'я для всіх людей світу, яка вперше була оприлюднена на Всесвітній асамблеї з охорони здоров'я 1977 р. [42]. З ініціативи ВООЗ розпочалася міжнародна кампанія під назвою «Здоров'я для всіх», у межах якої збиралася, досліджувалася, систематизувалася, узагальнювалася й оприлюднювалася інформація про існуючі загрози здоров'ю і шляхи їх подолання [10, 19].

В Україні за часи незалежності було прийнято низку Національних програм, які визначають цілі та завдання збереження здоров'я дітей, у шкільний курс було введено навчальну дисципліну «Основи здоров'я», метою якої стало формування в учнів свідомого ставлення до свого життя і здоров'я, оволодіння основами здорового способу життя, навичками безпечної для життя і здоров'я поведінки [24; 37]. У 1995 році Україна офіційно приєдналася до участі у міжнародному проекті «Європейська мережа Шкіл сприяння здоров'ю». У 2003 році була створена національна мережа шкіл сприяння здоров'ю, в основу концепції якої покладено ідеї збереження і зміцнення здоров'я на основі забезпечення умов і механізмів реалізації педагогічної ідеї щодо сприяння здоров'ю; здійснення навчання і виховання в інтересах особи і суспільства, створення сприятливих умов для всебічного розвитку окремої особистості [30].

Разом з тим з кожним роком зростає кількість абітурієнтів вищих навчальних закладах з різними відхиленнями у здоров'ї, що в подальшому негативно впливає на якість професійної підготовки фахівців [20, с. 18]. Натомість до формування фахівця економічного профілю нині висуваються нові підвищені вимоги, відбуваються зміни у змісті, методах і технологіях його підготовки [33, с. 12].

Студентам багатьох напрямів підготовки пропонуються до вивчення різні загальноосвітні, спеціальні і фахові дисципліни, що спричиняє неоднорідність підготовки студентів економічних спеціальностей. До підготовки фахівців агропромислового комплексу нині ставляться нові вимоги, одна з яких – формування таких ґрунтовних знань, які максимально сприяли б інтелектуальному розвитку особистості, освоєнню нею цілісною системою знань, зорієнтованих на щонайбільший розвиток майбутнього фахівця, його нахилів, уподобань, соціальну, національну і професійну зрілість [29, с. 146].

Студенти, в період навчання виконують здебільшого розумову роботу. Навчальна праця студента визначається одноманітністю робочої пози,

низькою руховою активністю та значним нервово-психічним напруженням. Це веде до негативних змін в організмі, які нерідко закінчуються послабленням функціонального рівня організму, зниженням працездатності, патологією [72, с. 84]. В кінці робочого дня у студентів виникає:

- гальмування кори великих півкуль головного мозку та порушення балансу нервових процесів;
- зниження функцій серцево-судинної та дихальної систем, загальної інтенсивності циркуляції крові, що призводить до кисневого голодування нервової та м'язової тканини;
- падіння тону мускулатури;
- погіршення сприйняття, пам'яті, мислення, послаблення волі;
- порушення збуджуваності та функціональних можливостей зорового аналізатора;
- перенапруження м'язів пальців та рук[27].

Внаслідок тривалого впливу навчального навантаження, без активного впровадження засобів фізичної культури та спорту всі перераховані зміни можуть привести до стійких патологічних зрушень, розвитку втоми та перевтоми, гострим хронічним порушенням стану здоров'я, а також послабленню серцево-судинної та дихальної систем, підвищенню артеріального тиску, виникненню неврозів та інших психічних захворювань. За даними МОЗ близько 75 % студентів курять. Вони вважають, що нікотин допомагає розслаблюватися, знімати стреси, спілкуватися тощо. Високий відсоток серед студентів і тих, кому не вистачає часу на підтримання здоров'я, зокрема на ранкову зарядку, заняття спортом, загартовування, розслабляючі вправи для очей і спини при тривалій сидячій роботі, відпочинок на повітрі тощо[27].

Провідна роль у здоров'язбереженні, безумовно, належить професійно-прикладній фізичній підготовці. Перед викладачами фізичної культури вищих навчальних закладів постає проблема формування здоров'язберезувальної компетентності студентів у процесі професійно-

прикладної фізичної підготовки. Саме тому, професійно-прикладна фізична підготовка в університетах повинна вирішувати проблеми охорони здоров'я молоді людини та формувати здоров'язбережувальну компетентність майбутніх фахівців економічного профілю, зокрема знання у галузі охорони здоров'я і мотиви збереження здоров'я як психофізіологічну основу успішної діяльності майбутнього фахівця [20, с. 19].

Дослідженню проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки фахівців різного профілю присвячено праці О. Зарічанського, Я. Зорія, Е. Маляра, І. Маріонди, Л. Пилипея, та інших.

У науковій літературі поняття «професійно-прикладна фізична підготовка» (ППФП) трактується неоднозначно. Так, Л. Пилипей трактує це поняття як спеціалізований вид фізичного виховання, спрямований на формування і вдосконалення властивостей та якостей особистості, що мають суттєве значення для професійної діяльності. На думку науковця, такими властивостями та якостями особистості є не лише рухові навички, а й психічні характеристики [24, с. 10].

На думку І. Маріонди, професійно-прикладну фізичну підготовку потрібно розглядати у двох аспектах: як особисту професійно-прикладну фізичну підготовку та як спеціальну професійно-прикладну фізичну підготовку. Особиста професійно-прикладна фізична підготовка орієнтує студента на випереджальне формування фізичних якостей і рухових навичок, необхідних у майбутній діяльності. Спеціальна професійно-прикладна фізична підготовка здійснюється безпосередньо в процесі професійної діяльності та вирішує низку завдань, що забезпечують фізичну готовність до високопродуктивної праці. Саме тому у процесі спеціальної професійно-прикладної фізичної підготовки застосовуються форми фізичного виховання, спрямовані на використання ефекту активного відпочинку, адаптації організму до фізичних впливів та специфічного виду діяльності [17, с. 59].

О. Зарічанський наголошує, що професійно-прикладна фізична підготовка – «це спеціалізований вид фізичного виховання, метою якого є

формування і підтримання необхідного рівня фізичної готовності, що відповідає вимогам конкретного виду професійної діяльності» [10, с. 98].

Таким чином, профілізація фізичної підготовки відповідно до вимог професії зумовила виникнення особливого виду фізичного виховання – професійно-прикладної фізичної підготовки, що є складовою частиною системи фізичного виховання.

## **1.2. Сутність і структура здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.**

Сьогодні інноваційний розвиток освіти пов'язаний з реалізацією компетентнісної парадигми [12, с. 38]. Дослідниками доведено, що компетентнісний підхід передбачає значні перетворення в освітньому процесі [23; 25; 28; 40; 58]. Це стосується і системи вищої освіти.

Сутність професійної компетентності та різні аспекти її формування розглядають Р. Гуревич, Е. Зеер, О. Шемет та інші.

У результаті аналізу їх праць робимо висновок, що професійна компетентність є показником якості підготовки фахівця і визначає його поведінкові якості на ринку праці.

Українські педагоги під поняттям «компетентнісний підхід» розуміють «спрямованість освітнього процесу на формування та розвиток ключових (базових, основних) і предметних компетентностей особистості. Результатом такого процесу є формування загальної компетентності людини як сукупності ключових компетентностей, інтегрованої характеристики особистості. Така характеристика має сформуватися в процесі навчання і містити знання, вміння, ставлення, досвід діяльності й поведінкові моделі особистості» [34, с. 64].

Будь-яка професійна діяльність вимагає сформованості у фахівців здоров'язберезувальної компетентності, яку можна розглядати як один із складників професійної компетентності [39].

Формування здоров'язбережувальної компетентності особливо важливе для такої категорії молоді, як майбутні фахівці економічного профілю, оскільки, як показано у попередньому параграфі, сучасний економіст повинен мати не тільки високий рівень професійної підготовки, але й міцне здоров'я.

Д. Воронін трактує здоров'язбережувальну компетентність як «інтегральну, динамічну рису особистості, що виявляється у здатності організувати здоровий спосіб життя й регулювати здоров'язбережувальну діяльність; адекватно оцінювати свою поведінку, а також вчинки й погляди навколишніх; зберігати та реалізовувати власні здоров'язбережувальні позиції у різних, зокрема несприятливих умовах, виходячи з особисто усвідомлених та засвоєних моральних норм і принципів, а не за рахунок зовнішніх сил; протистояти негативному натиску, протидіяти впливам, що суперечать внутрішнім установкам, поглядам і переконанням, активно їх перетворювати, самостійно приймати моральні рішення» [61]. Науковець зазначає, що поняття «здоров'язбережувальна компетентність» також можна визначити як певний рівень медично-валеологічної грамотності, стан соціального благополуччя, ступінь розвитку творчих сил, фізичних, психічних і розумових здібностей людини, виражених в організації її діяльності та ставленні до самої себе, до інших людей, до природи [28]. Разом з тим здоров'язбережувальна компетентність передбачає не тільки медично-валеологічну інформативність, але й застосування здобутих знань на практиці, володіння методиками зміцнення здоров'я й запобігання захворюванням [16].

Оскільки невід'ємним компонентом здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців є спрямованість на збереження і зміцнення здоров'я, Д. Воронін зазначає, що її формування потребує наявності у студентів стійкої мотивації до здорового способу життя і здійснення здоров'язбережувальних заходів [61, с. 9].

На думку Н. Тамарської, здоров'язбережувальна компетентність виявляється під час проведення профілактичних здоров'язбережувальних заходів і застосування здоров'язбережувальних технологій [26, с. 11].

Е. Вайнер характеризує здоров'язбережувальну компетентність як усвідомлення людиною цінності здоров'я у низці життєвих пріоритетів і дбайливе ставлення до нього [52, с. 70-71]. Разом з тим В. Колбанов визначає здоров'язбережувальну компетентність не лише як обізнаність про збереження здоров'я, але і як динамічний стереотип поведінки, вироблений на основі істинних потреб, що сприяють здоров'язбереженню і визначають дбайливе ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей [30, с. 68].

На думку Н. Анікєєвої, здоров'язбережувальна компетентність – це інтегративне особистісне новоутворення, що забезпечує формування, збереження і зміцнення здоров'я за наявності валеологічних знань, творчого осмислення принципів здорового способу життя, розкриття своїх потенційних здібностей і можливостей [8, с. 6].

Із здоров'язбережувальною компетентністю пов'язане поняття «здоров'язбережувальні технології». Т. Бойченко зазначає, що сутність здоров'язбережувальних технологій полягає в проведенні відповідних коригуючих, психолого-педагогічних, реабілітаційних заходів задля поліпшення якості життя особистості; формування більш високого рівня її здоров'я, навичок здорового способу життя; забезпечення професійної діяльності та її мінімальної фізіологічної «вартості» [44; с. 40-43].

На думку О. Московченко, здоров'язбережувальні технології – це сукупність наукових знань, засобів, методів і прийомів, що дозволяють оцінити функціональні та психофізіологічні параметри здоров'я індивіда; підібрати адекватне тренувальне навантаження, що дозволяє підвищити функціональні можливості організму задля переходу його на новий рівень функціонування, збереження і зміцнення творчого потенціалу, підвищення рівня працездатності і соціальної активності, вирішення завдань спортивної підготовленості [12; с. 21].

На думку Петрова А. О. - здоров'язбережувальні технології – це комплекс засобів, що цілеспрямовано й гарантовано забезпечують формування в суб'єктів педагогічного процесу в ході їхньої взаємодії готовності до здоров'ятворення та сприяють формуванню здоров'язбережувальних компетенцій як мети й результату здорового способу життя. Здоров'язбережувальні технології створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних вимог), відповідності навчального та фізичного навантаження можливостям дитини.

А.М. Мітяєва визначає здоров'язбережувальні технології як комплекс засобів та заходів, спрямованих на зміцнення психофізичного та психологічного здоров'я дітей [18].

Таким чином, здоров'язбережувальні технології створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці, вирішують завдання раціональної організації навчально-виховного процесу з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних вимог. Мета здоров'язбережувальних технологій – сформувати необхідні знання, уміння та навички здорового способу життя, навчити їх використовувати у повсякденному житті.

У результаті аналізу різних тлумачень понять «здоров'язбережувальна компетентність» ми трактуємо *здоров'язбережувальну компетентність майбутнього фахівця економічного профілю як інтегровану характеристику якостей фахівця, що формується у процесі професійної підготовки і відображає рівень його знань про здоров'я, способи і методи його збереження й зміцнення, досвід пізнавальної і практичної діяльності та ціннісні орієнтації до здорового способу життя, що регулюють поведінку під час повсякденної та професійної діяльності.*

### 1.3. Критерії, показники і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.

У енциклопедичних виданнях критерій трактується як ознака, на основі якої робиться оцінка, визначення чи класифікація; мірило для оцінки предмета чи явища [9, с. 149]; підстава для оцінювання або класифікації чогось. У педагогіці під критеріями розуміють «...сукупність ознак, на основі яких складається оцінка умов, процесу і результату навчальної діяльності, що відповідають навчальним цілям» [27, с. 234].

Головними критеріями ефективності навчально-виховного процесу Ю. Бабанський вважає якість розв'язання навчально-виховних завдань та витрати часу в навчально-виховному процесі .

Важливим показником сформованості здоров'язбережувальної компетентності майбутнього фахівця економічного профілю є позитивна мотивація до збереження здоров'я [5, с. 154].

До *мотивів* здоров'язбережувальної діяльності можна віднести такі:

- соціальні мотиви (стосуються охорони здоров'я суспільства в цілому);
- здоров'язбережувальні мотиви (стосуються безпосередньо здоров'язбережувальної діяльності, наприклад, розуміння студентом змісту здоров'язбережувальної діяльності, здатність самостійно формулювати і розв'язувати проблеми здоров'язбереження);
- мотиви особистісного розвитку (володіння собою, можливість реалізувати свій творчий потенціал під час здоров'язбережувальної діяльності).

Під час оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей до стійкої мотивації відносили усвідомлене ставлення до оволодіння нею, професіоналізм у практичній здоров'язбережувальній діяльності, творчий підхід до вирішення проблем здоров'язбереження [40, с. 102].

*Когнітивно-усвідомлюваний* критерій характеризує гносеологічний компонент здоров'язбережувальної компетентності. Показниками цього критерію є обсяг і повнота знань про здоров'я та способи його збереження; здатність використовувати знання, уміння і навички, набуті у період навчання для збереження здоров'я під час професійної діяльності і в повсякденному житті.

*Особистісний* критерій характеризує фізкультурно-оздоровчий компонент здоров'язбережувальної компетентності. Показниками цього критерію є індивідуально-психологічні та фізичні якості, важливі для майбутнього фахівця економічного профілю, зокрема, такі: відповідальність, емоційно-вольова стійкість, вимогливість, дисциплінованість, висока працездатність, високий рівень адаптаційних можливостей організму [15].

Ці якості особистості дозволяють ефективно здійснювати саморозвиток майбутнього фахівця економічного профілю, сприяють творчому підходу до здоров'язбережувальної діяльності та досягненню її максимальної ефективності й результативності [37, с. 94].

Ступінь розвитку показника характеризує рівень. У наукових дослідженнях приділяється значна увага проблемі вивчення рівнів, за якими можна визначити сформованість знань, умінь, компетентностей тощо. Узагальнюючи різні підходи до визначення рівнів сформованості результатів навчання, ми виокремили три рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей: початковий, нормативний і активний.

Для активного рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності характерним є усвідомлення важливості збереження здоров'я, ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей; стійкий інтерес та мотивація до формування здоров'язбережувальної компетентності й подальшого її удосконалення; сформованість системи знань про здоров'я та способи його збереження, міцність і повнота знань, впевненість в їх істинності, ефективне використання знань; ґрунтовне

володіння уміннями і навичками збереження здоров'я під час професійної діяльності і в повсякденному житті, здатність застосовувати відомі способи діяльності у нових умовах; здатність до аналізу та узагальнення досвіду збереження здоров'я, прагнення до оволодіння новими способами й прийомами діяльності, перевага завданням творчого характеру; сформованість таких особистісних якостей, як відповідальність, працездатність, вимогливість, дисциплінованість, усвідомлення їх значення під час професійної діяльності; здатність до самоосвіти та постійне прагнення до самовдосконалення.

Критерії, показники і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей представлені у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

**Критерії, показники і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей**

Критерій	Мотиваційно-ціннісний	Когнітивно-усвідомлюваний	Особистісний	
<b>Показник</b>	<p>Стійкий інтерес і мотивація до збереження здоров'я.</p> <p>Ціннісні орієнтації на збереження свого здоров'я та здоров'я інших</p>	<p>Обсяг і повнота знань про здоров'я та способи його збереження.</p> <p>Здатність використовувати знання, уміння і навички для збереження здоров'я під час професійної діяльності і в повсякденному житті</p>	<p>Індивідуально-психологічні та фізичні якості, важливі для майбутнього фахівця економічного профілю (відповідальність, працездатність, адаптаційні можливості)</p>	
<b>Рівні</b>	<b>Початковий</b>	<p>Відсутність стійкої мотивації до оволодіння здоров'язбережувальною компетентністю та засвоєння норм і правил збереження здоров'я.</p> <p>Несформоване ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей.</p>	<p>Обмежений запас знань про здоров'я, нездатність їх переносити у практичну площину.</p> <p>Несформованість умінь і навичок збереження здоров'я.</p>	<p>Несформованість та неусвідомлення індивідуально-психологічних та фізичних якостей.</p> <p>Нездатність до адаптації.</p> <p>Нерозвиненість працездатності та неадекватна самооцінка своєї діяльності</p>
	<b>Н</b>	Ситуативний інтерес до	Сформованість	Низький рівень

Критерій	Мотиваційно- ціннісний	Когнітивно- усвідомлюваний	Особистісний
	здоров'язбережувальної компетентності. Вибіркове ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей.	знань про здоров'я та способи його збереження, але не усвідомлена здатність їх використовувати.	працездатності та адаптаційних можливостей та недостатнє усвідомлення значущості цих особистісних якостей під час професійної діяльності.
Активний	Стійкий інтерес і мотивація до формування здоров'язбережувальної компетентності та подальшого її удосконалення. Усвідомлення важливості збереження здоров'я, ціннісне ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей.	Сформованість системи знань про здоров'я та способи його збереження. Ґрунтовне володіння вміннями і навичками збереження здоров'я. Здатність до аналізу та узагальнення досвіду збереження здоров'я.	Сформованість відповідальності, дисциплінованості, усвідомлення значення цих якостей під час професійної діяльності. Здатність до самоосвіти та постійне прагнення до самовдосконалення. Розвинутість працездатності та достатній рівень адаптаційних можливостей

Виявлені критерії, показники та рівні, звичайно, не є вичерпними. Їх потрібно вважати умовними, адже формування здоров'язбережувальної

компетентності – це неперервний процес, і заздалегідь передбачити співвідношення різних показників та рівнів її сформованості досить складно.

### **Висновки до першого розділу**

Сьогодні в Україні спостерігаються негативні тенденції у здоров'ї підростаючого покоління. Серед молоді поширене куріння, побутове пияцтво, вживання наркотиків. Значна кількість молодих людей мають хронічні хвороби. Особливо важливим є збереження здоров'я для такої групи молоді, як студентство.

Одним із шляхів вирішення цієї проблеми є формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі їхньої професійно-прикладної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах.

Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей в першу чергу передбачає організацію і здійснення професійної підготовки з урахуванням методологічних положень компетентнісного підходу в освіті.

Аналіз науково-педагогічних досліджень з проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей свідчить, що у них висвітлюються лише окремі аспекти цієї проблеми. У результаті дослідження виявлені недоліки і в практиці формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у вищих навчальних закладах. Зокрема, залишається невирішеним питання розробки навчально-методичного забезпечення професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей, яке б забезпечувало формування знань про здоров'я та шляхи його збереження, переконань у важливості здорового способу життя, умінь і навичок його здійснення. Усе вище зазначене зумовлює необхідність наукового пошуку шляхів удосконалення професійно-прикладної фізичної

підготовки студентів економічних спеціальностей, зокрема розробки змістових та організаційних аспектів формування здоров'язбережувальної компетентності.

Відповідно до цих компонентів виділяються такі критерії сформованості здоров'язбережувальної компетентності: *мотиваційно-ціннісний* (показниками є сформованість у студентів ціннісного ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших людей, наявність стійкого інтересу і мотивації до збереження здоров'я), *когнітивно-усвідомлюваний* (показниками є обсяг і повнота знань про здоров'я та способи його збереження) та *особистісний* (показниками є індивідуально-психологічні та фізичні якості, важливі для майбутнього фахівця економічного профілю).

За їх допомогою можна оцінити ступінь сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей і визначити ефективність процесу професійно-прикладної фізичної підготовки.

## РОЗДІЛ 2

### ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ППФП

#### **2.1. Методологічні основи формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.**

Методологічні підходи визначають загальну логіку організації і здійснення навчального процесу. С. Гончаренко тлумачить методологію її «як систему принципів і способів побудови теоретичної і практичної діяльності, а також вчення про цю систему», «вчення про метод наукового пізнання і перетворення світу».

У контексті нашого дослідження в обов'язковому порядку належить дотримуватися у підготовці студентів економічних спеціальностей диференціювання змісту навчання, засобів, форм і методів організації навчально-виховної діяльності у процесі ППФП, врахування особистісних й індивідуальних фізичних особливостей студентів, рівня їхньої ціннісно-мотиваційної, інтелектуальної та смислової готовності до формування здоров'язбережувальної компетентності, самоосвіти, самовиховання та саморозвитку щодо здоров'язбереження. У професійно-особистісному плані необхідно забезпечити підготовку студентів до майбутньої здоров'язбережувальної діяльності як невід'ємної складової професійного становлення особистості майбутнього фахівця у процесі ППФП у ЗВО.

З огляду на вищезазначене, вважаємо, що результатом здоров'язбережувальної підготовки студентів економічних спеціальностей є сформованість здоров'язбережувальної компетентності.

Під час формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної

підготовки, на нашу думку, потрібно враховувати низку дидактичних принципів. Система принципів є одним з визначальних елементів науково-педагогічного дослідження [12; 26].

До *загально-дидактичних принципів* ми відносимо такі: науковості, доступності, систематичності і послідовності, активності і самостійності, зв'язку навчання з практикою.

Принцип *науковості* передбачає відповідність навчального матеріалу сучасному рівню розвитку наук, а також використання у навчальному процесі методів наукового пізнання. Реалізація цього принципу передбачає вивчення системи важливих наукових положень щодо здоров'язбереження фахівців аграрної галузі у процесі ППФП. Навчальний процес вищої школи динамічний, тому передбачає врахування не лише стану розвитку науки і техніки, а й усіх особливостей і тенденцій розвитку аграрної галузі сучасного суспільства.

Принцип *доступності* полягає у неприйнятності під час навчання інтелектуальних і фізичних перевантажень. Реалізація цього принципу передбачає дотримання правил: від простого – до складного, врахування рівня розвитку студентів, їх індивідуальних особливостей. Він вимагає також визначення норм витрат часу і праці, рівня напруження і культури фізичної праці студентів аграрних університетів, тобто йдеться про диференціацію навчально-виховного процесу ППФП.

Принцип *систематичності і послідовності* вимагає систематичного і послідовного формування знань, умінь і навичок. Кожний новий елемент змісту навчання має опиратися на попереднє і готувати до засвоєння нового навчального матеріалу. Залежно від змісту роботи, її цілей викладач фізичної культури аграрного університету застосовує певну систему професійно орієнтованих методів навчання, ведучи студентів від простого відтворення до самостійних творчих дій. Йдеться, перш за все, про постійну роботу майбутнього фахівця аграрної сфери над собою з метою збереження власного

здоров'я та оточуючих, над власним професійним зростанням в умовах здоров'язбереження.

Принцип *активності і самостійності* передбачає таку організацію навчальної діяльності, коли формування нових знань відбувається внаслідок самостійного пізнання об'єктів, явищ і процесів. Цей принцип визначає спрямування у процесі ППФП пізнавальної діяльності студентів та управління нею. Свідомому засвоєнню здоров'язберігаючих знань сприяють роз'яснення мети і завдань такої діяльності, її значення для подолання життєвих проблем і для професійних перспектив студента; позитивні емоції і мотиви навчання; належний контроль і самоконтроль. Сприяють реалізації цього принципу на практиці формування позитивного ставлення до здоров'язбереження, інтерес до навчального матеріалу, тісний зв'язок навчання з життям, використання на практиці засвоєного матеріалу, диференційований підхід.

Принцип *зв'язку навчання з практикою* полягає в розумінні майбутнім фахівцем того, у яких ситуаціях одержані знання можуть бути використані. Реалізацію цього принципу забезпечують: використання на заняттях життєвого досвіду студентів, застосування набутих знань у практичній діяльності, розкриття практичної значущості знань тощо. Особливої актуальності цей принцип набуває нині через високий рівень доступності інформації, відеоматеріалів, де ілюструють дотримання здорового способу життя та користь від цього для майбутньої професійної діяльності.

Принцип *системності* пов'язаний з принципом науковості і вимагає формування у майбутнього фахівців економічного профілю цілісної системи здоров'язбережувальних знань.

Принцип *інтеграції* передбачає вдосконалення змісту професійно-прикладної фізичної підготовки фахівців економічного профілю на основі включення здоров'язбережувальних знань.

Принцип *творчої спрямованості* забезпечує постійне зростання рівня знань фахівців економічного профілю та адаптацію до розвитку науки і

технологій. Крім того, цей принцип передбачає процеси самоорганізації та самореалізації майбутнього фахівця економічного профілю.

Принцип *орієнтації на інновації* передбачає здійснення навчального процесу у вищому аграрному навчальному закладі з використанням науково-обґрунтованих та експериментально перевірених інноваційних педагогічних технологій.

Принцип *освітньої рефлексії* полягає в рефлексивному усвідомленні освітнього процесу, тобто майбутній фахівець економічного профілю усвідомлює не лише зроблене, а й те, як це було зроблено.

## **2.2. Моделювання процесу формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.**

Модель, як і інші способи абстрагування, «дає можливість спеціально виділити зв'язки чи відношення, які досліджуються» [26, с. 59]. Уміння відмовитися від розгляду несуттєвих у зазначеному аспекті сторін явища, зосереджуючи увагу на найсуттєвішому, є неодмінною умовою будь-якого дослідження і будь-якого моделювання. Для моделей часто є характерним більший або менший ступінь формалізації, тобто перехід від окремих випадків до загальних закономірностей, що лежать в основі цих окремих випадків [14; 20; 24]. Однак найголовніше полягає в тому, що модель дозволяє перенести виявлені відношення на ізоморфні зв'язки у реальному об'єкті. Це означає, що головною функцією моделей у пізнанні є функція евристична: «саме цією функцією виправдовується тимчасове переключення з реального об'єкта на допоміжний (модель)» [20, с. 67]. Згідно з іншою точкою зору, модель – це, перш за все, засіб виділення інформаційно-синтактичної сторони теорії, тобто інформації про способи встановлення логічного зв'язку [9, с. 55].

Для цілісного уявлення про процес формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП розроблено модель (рис. 2.1).

Модель містить такі блоки: цільовий; методологічний; методичний; діагностико-результативний.

Цільовий блок містить соціальне замовлення українського інформатичного суспільства та мету дослідження. Соціальним замовленням сучасного українського інформатичного суспільства є професійно підготовлений фахівець економічного профілю, здатний здійснювати здоров'язберезувальну діяльність. Відповідно до цього було визначено мету – формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП. Досягнення мети передбачає формування гармонійно розвинених, фізично, психічно, соціально та духовно здорових громадян України, які бажають і здатні здійснювати здоров'язберезувальну діяльність у професійній та повсякденній сфері. Відповідно до мети були визначені такі завдання:

- сформувати в студентів економічних спеціальностей ціннісне ставлення до здоров'я, розвивати інтерес і мотивацію до його збереження;
- сформувати в студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП систему знань про здоров'я та здоровий спосіб життя;
- допомогти у процесі ППФП майбутнім фахівцям економічного профілю в оволодінні основними методами діагностики рівня здоров'я та вміннями підтримувати здоровий спосіб життя;
- сформувати в студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП індивідуальні фізичні та психологічні якості, що важливі для майбутньої професійної діяльності.



**Рис. 2.1. Модель формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі**

Методологічний блок відображає методологічні підходи і дидактичні принципи, що враховувалися під час студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

Авторська модель розглядається з позиції професійно особистісного, діяльнісного, холістичного та компетентнісного підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП як сукупності закономірних, функціонально пов'язаних компонентів, які утворюють певну цілісну систему.

У основу моделювання процесу формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей під час ППФП ми поклали загальні дидактичні принципи, систему спеціальних принципів формування здоров'язбережувальної компетентності (системності, інтеграції, творчої спрямованості, орієнтації на інновації, освітньої рефлексії) та систему специфічних ППФП (адекватності педагогічного впливу, формування позитивної мотивації, підвищення активності, удосконалення матеріально-технічного забезпечення).

Методичний блок відображає зміст, форми, методи та засоби ППФП, що забезпечують формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей, які детально розглянуто у п. 2.3.

Діагностико-результативний блок містить складові критерії, показники і рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей, які детально охарактеризовано у п 1.2 та 1.3. Під час створення моделі враховано те, що результатом взаємодії усіх її блоків має бути позитивна динаміка сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

Експериментальне провадження моделі у різних ЗВО показало свою ефективність, про що піде мова у розділі 3.

Отже, розроблена модель формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП – це цілісна система структурних (мета, методологічні підходи, принципи, сутність здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей, структура їх здоров'язбережувальної компетентності, рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей) і функціональних (методика ППФП, оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей) компонентів, що знаходяться у взаємозв'язку та взаємодії і спрямовані на забезпечення освітньої діяльності студентів ЗВО у процесі ППФП з метою вирішення завдань якісної підготовки до здоров'язбережувальної діяльності у професійній чи повсякденній сферах.

### **2.3. Методичні особливості реалізації моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.**

Процес формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей передбачає вдосконалення змісту, методів і засобів навчання та форм організації навчальної діяльності студентів під час ППФП [31; 32; 59; 76].

На нашу думку, *зміст ППФП* студентів економічних спеціальностей має бути доповнено навчальним матеріалом про:

- збереження здоров'я та значення фізичної культури (підготовки) у професійній діяльності фахівців економічного профілю, профілактиці захворюваності й реабілітації;
- особливості фізичної підготовки фахівців економічного профілю різної спеціалізації;
- систему медичних знань для фахівців економічного профілю з оздоровчими технологіями;

– систему ППФП фахівців економічного профілю, що сприяє підвищенню працездатності.

Також студенти вчилися застосовувати методи фізичної культури для покращення здоров'я, підвищення працездатності і вирішення завдань професійної діяльності та самостійно займатися фізичними тренуваннями [12; 25].

Велика увага під час вивчення дисципліни «Фізичне виховання» приділялась морально-психологічній підготовці та мотивації, метою якої є досягнення морально-психологічної готовності виконувати здоров'язберезувальну діяльність у професійній та повсякденній сферах, витримувати значні фізичні навантаження у різних умовах [18, с. 63]. Для цього створювалися відповідні умови, зокрема заняття і тренування насичувались елементами напруженості, раптовості, що забезпечувало формування навичок дотримання вимог безпеки [32, с. 28].

Також під час вивчення дисципліни було розкрито особливості травм і захворювань під час порушень техніки безпеки чи недбалого виконання професійної діяльності. Зміст теми «Долікарська медична допомога» було доповнено навчальним матеріалом про харчування людини у робочий час; профілактику захворювань, зумовлених токсичними речовинами, що потрапляють в організм людини через органи травлення, дихання і шкіру; вплив забруднення навколишнього середовища на здоров'я людини. У зміст теми також включено питання про вплив токсичних речовин на функціональний стан організму людини. Розширено навчальний матеріал про патології клітин, що призводить до таких хвороб, як цукровий діабет і ракові пухлини, включено питання про вплив радіації на здоров'я людини тощо. Зміст дисципліни доповнено темою «Лікування та профілактика вірусних інфекцій», яка ознайомлює студентів з бактеріями і вірусами, що викликають інфекційні хвороби, зокрема грип, гепатит. Тема містить навчальний матеріал про способи зараження і переносників інфекційних та вірусних хвороб, вплив продуктів метаболізму мікроорганізмів на стан здоров'я,

методи і засоби боротьби з вірусами та інфекціями. Особлива увага під час вивчення дисципліни приділена темі «ВІЛ/СНІД» [21].

У зміст навчальної дисципліни також додано тему «Валеологічні технології», що демонструє важливість для студентів загартування, дотримання режиму дня і раціонального харчування [21; 32].

Також розроблений спецкурс «Спеціальна фізична підготовка». Метою вивчення спецкурсу «Спеціальна фізична підготовка» є формування у студентів економічних спеціальностей здатності ефективно і з максимальною безпекою життя та здоров'я виконувати професійні завдання, використовуючи прийоми підвищення фізичної працездатності та адаптаційних можливостей організму, непохитно переносити психологічні і фізичні навантаження без погіршення стану здоров'я та зниження працездатності.

Основні завдання вивчення спецкурсу такі:

- зміцнення здоров'я і підвищення рівня загальної працездатності Студентів економічних спеціальностей;
- розвиток та удосконалення професійно важливих фізичних якостей;
- формування здатності до здійснення самостійної фізичної підготовки і самоконтролю стану здоров'я під час занять фізичними вправами;
- формування у Студентів економічних спеціальностей умінь і навичок самозахисту;
- виховання психічної стійкості, сміливості, рішучості, впевненості у власних силах;
- формування прикладних навичок долаття перешкод.

Зміст спецкурсу містить такі теми: «Фізична підготовка – складник професійної підготовки студентів економічних спеціальностей»; «Організація і методика проведення спеціальної фізичної підготовки», «Заходи та прийоми застосування спеціальних засобів», «Фізичні якості людини», «Розвиток фізичних якостей», «Прийоми самострахування», «Захисні дії та прийоми боротьби».

Крім того, майбутній фахівець економічного профілю повинен уміти:

- здійснювати самоконтроль функціонального стану організму та стану здоров'я;
- підтримувати загально-фізичну і професійну працездатність;
- застосовувати заходи фізичного впливу для самозахисту та захисту громадян;
- впевнено діяти у критичних ситуаціях професійної діяльності;
- кваліфіковано виконувати вправи із загальної фізичної підготовки;
- вживати заходів з профілактики захворювань та запобігання травматизму та на заняттях із спеціальної фізичної підготовки.

Отже, для ефективного формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП вважаємо за необхідне доповнити зміст дисципліни навчальним матеріалом здоров'язбережувальної тематики (окремі питання, теми, модулі). Також упровадити у підготовку Студентів економічних спеціальностей спецкурс «Спеціальна фізична підготовка», який поєднує знання про здоров'я в цілісну систему і забезпечує формування цілісної системи знань про здоров'я та умінь їх використовувати для вирішення професійних завдань.

Під час формування здоров'язбережувальної компетентності Студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП використовувалися такі аудиторні *форми організації навчання та відповідні їм методи навчання*: проблемні лекції, лекції-бінари, лекції-настанови, лекції з помилками, міждисциплінарні семінари, семінари-ділові ігри, семінари-прес-конференції, навчально-тренувальні заняття тощо.

Однією з традиційних форм навчання є лекція. Крім традиційних лекцій [3; 73], ефективному формуванню здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП сприяє використання проблемних лекцій, лекцій-візуалізацій, лекцій-бінарів, лекцій-бесід, лекційпрес-конференцій, лекцій з помилками [24; 25].

Наприклад, під час вивчення курсу була проведена проблемна лекція на тему «Фізична культура і спорт як основа збереження здоров'я суспільства, розвиток фізичної культури і спорту». Лекція розпочиналася з формулювання проблемних запитань: «Які зовнішні фактори можуть впливати на людину?», «Від чого залежить здоров'я людини?». Далі мислення Студентів економічних спеціальностей активізували під час евристичної бесіди. Потім формували здоров'язбережувальні знання студентів, викладаючи основний зміст лекції. На лекції були розглянуті питання залежності здоров'я людини від впливу фізичних навантажень. Задля їх демонстрації наводилися приклади захворювань, що виникають у результаті неналежної фізичної підготовки. Під час лекції студенти дійшли висновку, що для збереження та зміцнення здоров'я необхідно більше займатися спортом. Проблемна лекція передбачала не лише формування знань, але й активізувала мислення студентів економічних спеціальностей, сприяла їх інтелектуальному розвитку та формуванню наукової свідомості, підвищувала мотивацію до здоров'язбережувальної діяльності [20].

Під час лекції-бінару навчальний матеріал проблемного змісту подається студентам у діалогічному спілкуванні викладачів між собою. Така лекція доцільна, коли існують різні підходи до вирішення проблемних питань і кожний з викладачів відстоює власні позиції, або для здійснення міжпредметних зв'язків, коли одна проблема стає інтегрованою для викладачів різних кафедр.

Лекція-бінар є ефективною формою навчання, оскільки висока активність викладачів викликає відповідну розумову й поведінкову реакцію студентів [25, с. 210]. Останні отримують уявлення про способи ведення діалогу, а також беруть безпосередню участь у ньому. Все це забезпечує досягнення мети професійної підготовки, формує пізнавальні мотиви, активізує розумову діяльність. В основу такої лекції може бути покладено принцип взаємодоповнення інформації партнера (міркування вголос) або принцип контрасту, де виявляється плюралізм думок, ведеться дискусія.

Викладачі залишаються на своїх позиціях або приходять до єдиного погляду на проблему. Форма лекції дає можливість студентам дістати правильне уявлення про те, як вести дискусію, виокремлювати правдиву інформацію [25, с. 15].

Нами була підготовлена низка лекцій-бінарів. Наприклад, лекція-бінар на тему «Вплив фізичного виховання на здоровий спосіб життя». Заняття проводили викладач і студент старшого курсу. Сутність лекції полягала у тому, що викладач висвітлював питання фізичного виховання, а студент – здорового способу життя. Такі лекції формували у молоді здатність співпрацювати у процесі вирішення навчальних завдань. На лекції було зроблено акцент на тому, що алкоголь, сигарети і наркотики, які молодь найчастіше використовує для зняття стресу, не вирішують проблеми у випадку виникнення стресу. Студентам були запропоновані реальні засоби допомоги під час стресу. На цьому етапі заняття застосовувався елемент рольової гри в парах.

Для формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей пропонуємо використовувати декілька видів семінарів [27]. Одним із таких видів є міждисциплінарні семінари, під час яких запропонована тема розглядається з погляду різних наук і навчальних предметів. На такий семінар запрошуються викладачі різних дисциплін і лікарі. Це спонукає студентів до розуміння та розв'язання проблем з охорони здоров'я на основі встановлення міжпредметних зв'язків. Доцільним є також використання проблемних семінарів. До такого семінару викладач готує студентів заздалегідь. Підготовка передбачає обговорення проблеми ще до початку вивчення нової теми чи модуля. Це відбувається під час самостійного виконання завдань майбутніми фахівцями економічного профілю. Усі завдання пов'язані із самостійним вибором проблеми і розробленням можливих шляхів її вирішення. На семінарі під час групової дискусії проводиться обговорення проблем. Використання проблемних

семінарів сприяє виробленню у студентів уваги та інтересу до навчального матеріалу теми, модуля, а в подальшому – дисципліни в цілому.

Наприклад, було проведено семінар-прес-конференцію «Проблеми здоров'язбереження у твоєму місті», який дозволив активізувати діяльність Студентів економічних спеціальностей, створити сприятливі умови для розвитку ініціативи, творчості і самовдосконалення [19]. На семінарі студенти виступали з доповідями про проблеми здоров'язбереження та їх вирішення, висловлювали свої думки під час обговорення доповідей. Головною вимогою до доповідей було інтегроване використання валеологічних і медико-санітарних знань.

Навчально-тренувальні заняття забезпечували формування у студентів економічних спеціальностей умінь підтримувати високий рівень фізичної підготовки, упевнено діяти в критичних ситуаціях [18; 24].

Особлива увага приділялася використанню наочних методів навчання. До цієї групи методів під час спеціальної фізичної підготовки відноситься показ фізичної вправи викладачем. Показ завжди поєднується із словесним поясненням. Він може передувати поясненню, супроводжуватися поясненням або здійснюватися після пояснення. Ефективними під час спеціальної фізичної підготовки є такі наочні методи як показ навчальних фільмів та використання ілюстраційного матеріалу (фотографій, схем, малюнків тощо). Показ є ефективним, якщо рух або дія, що демонструються, добре видно усім студентам і виконані технічно правильно. Для того, щоб студенти добре бачили рух або дію, необхідно правильно вибирати місце для їх показу. Залежно від виду руху або дії, їх необхідно демонструвати стоячи лицем або боком до групи. Асиметричні вправи потрібно показувати у дзеркальному відображенні. Деякі технічно складні рухи або дії доцільно демонструвати з різних сторін по декілька разів. Перший показ повинен бути виконаний на високому технічному рівні, у повну силу і швидко. Він повинен скласти у студентів загальне уявлення про дію в цілому. Після цього можна переходити до показу окремих частин дії або показати її уповільнено для детального

розгляду. Іноді, для того щоб уникнути типових помилок, доцільно продемонструвати і неправильні способи виконання рухів або дій, однак зловживати цим прийомом не слід.

Значна увага на навчально-тренувальних заняттях із спецкурсу «Спеціальна фізична підготовка» приділялася виконанню практичних вправ.

Основними способами засвоєння рухових дій є їх вивчення в цілому і частинами.

Вивчення дії в цілому. Елементом рухової діяльності людини є цілісна дія, спрямована на вирішення певного завдання за допомогою системи рухів. Дія може бути простою (наприклад, кидок або ловля м'яча) або складною, тобто такою, що складається з низки часткових рухів, спрямованих на досягнення загальної мети. У складних діях окремі рухи об'єднані в єдине ціле і впливають один на одного, таким чином кожний з них набуває значення тільки у системі цілісної дії. Перевага методу цілісного вивчення дії полягає в тому, що зв'язки між окремими рухами не порушуються. Однак виконання складної фізичної вправи в цілому на початковому етапі її вивчення практично неможливе. Метод вивчення дії в цілому використовується під час удосконалення різних технік.

Вивчення дії частинами. Під час спеціальної фізичної підготовки значні труднощі виникають тому, що студентам доводиться опановувати узгоджені рухи декількома частинами тіла одночасно (наприклад, рухи рук і ніг під час плавання, боксу тощо). Саме тому у процесі навчання, наприклад плаванню, спочатку виконують рухи ногами, потім рухи руками і тільки після цього переходять до їх одночасного виконання. Під час опанування технікою боксу спочатку вивчають пересування у стійках, потім удари руками і тільки після цього нанесення ударів у поєднанні з пересуванням. Дії, що засвоєні роздільно, під час виконання цілісної дії, не змінюються. Багато спортивних дій настільки складні за технікою виконання, що для їх засвоєння доводиться застосовувати допоміжні вправи, які називаються підвідними. Ці вправи прості і легкі у виконанні, порівняно з основною дією, але подібні з нею або

її окремими частинами. Зазвичай підвідні вправи застосовуються для полегшення засвоєння або відпрацювання окремого технічного прийому. При дуже складній техніці рухів застосовують цілу систему підвідних вправ.

Важливе значення для формування здоров'язбережувальної компетентності під час навчально-тренувальних занять має виконання завдань, що відображають найбільш типові здоров'язбережувальні ситуації і пов'язані з діяльністю майбутнього фахівця економічного профілю у галузі збереження свого здоров'я та здоров'я довколишніх людей. Виконання таких завдань активізує мислення студента, сприяє розвитку інтересу до проблем збереження здоров'я та їх вирішення, забезпечує формування відповідних способів діяльності та досвіду прийняття доцільних рішень у проблемних ситуаціях. Прийняття рішення, або здійснення вибору, є характерною ознакою будь-якої діяльності і надає їй цілеспрямованості. Здатність зробити правильний вибір пов'язана з досвідом людини.

У навчальному процесі формуванню досвіду діяльності найбільшою мірою сприяє метод дидактичної гри. Під час дидактичної гри в результаті активного спілкування її учасників обговорюється навчальний матеріал проблемного змісту. Це створює можливість для всебічного розгляду об'єкта, процесу чи явища. Проблемні ситуації переростають у конфліктні, вихід з яких студенти шукають колективно, формулюючи власні думки, відстоюючи їх, а також враховуючи пропозиції й критику інших учасників дидактичної гри. У дидактичній грі тимчасово усуваються бар'єри між сильними та слабкими студентами і навіть між студентом та викладачем. Таким чином, дидактична гра набуває соціальної значущості для її учасників.

Важливе значення у формуванні здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей має поза-аудиторна діяльність.

Основні види поза-навчальних занять, що використовуються в процесі ППФП:

- оздоровче та спортивне тренування, туристичні походи, дні та години здоров'я;

- внутрішні (першість навчальної групи, курсу, факультету тощо) та зовнішні (районні, міські, обласні, регіональні) змагання;

- ранкова гігієнічна гімнастика, профілактичні та відновлювальні вправи, фізкультурні паузи та хвилинки, мікропаузи, оздоровчо-рекреаційні та реабілітаційні заходи після фізичних навантажень (додаток У, додатки Ф).

Майбутні фахівці економічного профілю ЕГ брали участь у спортивних змаганнях. Це одна з найбільш ефективних форм організації оздоровчих та спортивних заходів у ЗВО економічного профілю. Змагання забезпечували не лише досягнення максимально можливого спортивного результату, але й були ефективним засобом розвитку важливих професійних та особистісних якостей студентів економічних спеціальностей. Про спортивні успіхи та досягнення студентів свідчать стенди з кубками і призами, завойованими на змаганнях різних рівнів. Кращі спортсмени ЗВО гідно представляють навчальний заклад на змаганнях. Фізична підготовка і спорт в університетах спрямовані на розвиток і підтримку на належному рівні витривалості, сили, швидкості та спритності; оволодіння навичками пересування по місцевості, подолання природних і штучних перешкод тощо; виховання психічної стійкості, впевненості у своїх силах, цілеспрямованості, сміливості, рішучості, ініціативності, винахідливості і наполегливості; зміцнення здоров'я, загартовування і підвищення стійкості організму до впливу несприятливих чинників професійної діяльності.

Позанавчальна робота з фізичного виховання організовується й проводиться у формі:

- занять у спортивних секціях, клубах, фізкультурно-оздоровчих центрах, групах за інтересами;

- самостійних занять фізичними вправами, спортом, туризмом;

- масових оздоровчих, фізкультурних і спортивних заходів;

– оздоровчо-тренувальних занять протягом дня для забезпечення працездатності, відновлення після певного навантаження, психорегуляції та корекції емоційного стану.

Однією з її форм є також участь студентів у волонтерських організаціях, що виконують здоров'язбережувальні функції. У Законі України «Про волонтерську діяльність» остання трактується як «добровільна, безкорислива, соціально спрямована, неприбуткова діяльність, що здійснюється волонтерами та волонтерськими організаціями шляхом надання волонтерської допомоги. У свою чергу волонтерською допомогою вважаються роботи та послуги, що виконуються або надаються волонтерами безоплатно» [10, 35]. Волонтерство є формою соціальної роботи, здатною подолати уникнення людей від громадських проблем, сформувати модель колективної участі, відтворити людські цінності. Майбутні фахівці економічного профілю також здійснювали просвітницьку роботу з питань здоров'язбереження в умовах підвищеного екологічного навантаження на природне середовище; провели природоохоронні акції, на яких прибирали несанкціоновані сміттєзвалища, розчищали джерела, упорядковували криниці, здійснювали прибирання і благоустрій прибережних смуг, укріплювали береги малих річок, висаджували кущі та дерева в місцях інтенсивного руху транспорту.

Аналіз організації та змісту фізкультурно-оздоровчої роботи у студентських гуртожитках вузів говорить про її низьку ефективність. Причин цього становлення декілька. Це відсутність певного взаємозв'язку з навчальною роботою з фізичного виховання у гуртожитку; недостатні матеріально-технічна база та методичне забезпечення самостійних занять; незадовільна робота з підготовки громадського спортивного активу та керування ним.

Формуванню здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей сприяє їх залучення до науково-дослідницької роботи (участь у наукових гуртках, науково-практичних конференціях тощо).

Усі ці форми і методи навчання застосовуються під час ППФП студентів економічних спеціальностей і спрямовані на формування у них переконаності у важливості здорового способу життя і стійкої мотивації до його здійснення; знань про здоров'я та методи його формування, збереження і зміцнення; умінь здійснювати збереження здоров'я; індивідуально-психологічних якостей, важливих для майбутнього економіста; здатності до виконання завдань професійної діяльності.

### **Висновки до другого розділу**

У розділі представлена авторська модель формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП. Розроблена модель включає взаємопов'язані структурні компоненти (цільовий, методологічний, методичний, діагностико-результативний блоки), форми (проблемна лекція, лекція-бінар, лекція-візуалізація, семінарські заняття, навчально-тренувальні заняття, самостійна робота), методи (словесні, практичні, наочні, проблемні, інтерактивні, імітаційно-ігрові, проектні) й засоби (комплекси фізичних вправ інноваційної спрямованості та ІКТ), що забезпечують формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

У зміст дисципліни «Фізичне виховання» включено навчальний матеріал здоров'язбережувальної тематики (окремі питання, теми, модулі). Також розроблено і впроваджено спецкурс «Спеціальна фізична підготовка», головною метою якого є формування цілісної системи знань про здоров'я та умінь їх використовувати для вирішення професійних завдань.

Формування різних аспектів здоров'язбережувальної діяльності здійснювалося під час аудиторної (проблемні лекції, лекції-бінари, лекції-візуалізації, лекції з помилками, семінари, навчально-тренувальні заняття тощо) та позааудиторної роботи (робота над проектами, написання доповідей

і рефератів, підготовка презентацій; участь у наукових проблемних групах, науково-практичних конференціях «Культура здоров'я», «Валеологія: сучасний стан, напрями та перспективи розвитку».

Використовувалися такі методи навчання: евристична бесіда, метод проектів, тренінг, ділова гра, «мозковий штурм», діалог, дебати, диспут, переконання, демонстрація, вирішення ситуаційних завдань, рефлексивні ситуації, тестування.

Вказані форми і методи навчання забезпечили не лише формування знань, умінь і навичок майбутніх фахівців економічного профілю, а й розвиток їхніх особистісних якостей, зокрема: відповідальності, емоційно-вольової стійкості, вимогливості, дисциплінованості; ціннісного ставлення до свого здоров'я та здоров'я довколишніх.

## РОЗДІЛ 3

# ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

### 3.1. Організація і проведення педагогічного експерименту

Основні положення дисертаційного дослідження перевірялись експериментально протягом 2020-2021 років. Експериментальна робота здійснювалась у два етапи.

На першому етапі (вересень - листопад 2020 р.) проводився *констатувальний експеримент*, метою якого було розглянути стан досліджуваної проблеми та визначити шляхи її вирішення. Відповідно до мети були визначені завдання цього етапу:

1) проаналізувати психолого-педагогічну, науково-методичну та навчальну літературу щодо питання формування здоров'язбережувальної компетентності Студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП, навчальні програми, підручники та посібники, дидактичні матеріали з дисциплін фізкультурно-спортивного циклу для студентів університетів;

2) зібрати та дослідити дані щодо організації здоров'язбережувальної діяльності під час ППФП студентів економічних університетів;

3) визначити показники та критерії сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей;

4) виділити рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.

Методи дослідження, що застосовувалися: аналіз психолого-педагогічної, науково-методичної та навчальної літератури, програм,

підручників та посібників, дидактичних матеріалів щодо проблематики дослідження; анкетування викладачів фізичного виховання університетів, студентів I-VI курсів ЗВО; спостереження процесу ППФП студентів I-VI курсів ЗВО, вивчення досвіду роботи викладачів фізичного виховання і спорту ЗВО та його аналіз.

Слід відзначити, що формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП здійснювалося випадково, епізодично, без належного урахування специфіки та структури цього процесу. Виконувана студентами діяльність була позбавлена внутрішньої мотивації і побуджувалася лише зовнішнім чином. Крім того, перенесення набутих ними теоретичних знань у нові умови практичного заняття часто викликали труднощі.

Для з'ясування наявного стану здоров'язбережувальної підготовки студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП було проведене анкетування викладачів фізичного виховання та студентів ЗВО.

Приклад анкети наведений у додатку В.

На запитання анкети було отримано такі відповіді.

1. Чи погоджуєтесь Ви з твердженням про те, що здоров'я людини значною мірою забезпечує здоровий спосіб життя?

- так, повністю – 46,8 %;
- так, частково – 53,2 %;
- ні – 0 %.

2. Чи погоджуєтесь Ви з твердженням про те, що одним із пріоритетів ППФП студентів економічних спеціальностей має бути збереження та покращення їхнього здоров'я?

- так, повністю – 47,2 %;
- так, частково – 49,3 %;
- ні – 3,5 %.

3. Чи вважаєте Ви необхідною цілеспрямовану роботу щодо здоров'язбереження?

- так, повністю – 17,8 %;
- так, частково – 66,7 %;
- ні – 15,5 %.

4. Чи погоджуєтеся Ви з твердженням про те, що особистісні якості майбутнього фахівця економічного профілю та спосіб життя впливають на його здоров'я?

- так, повністю – 30,9 %;
- так, частково – 56,6 %;
- ні – 12,5 %.

5. Чи вважаєте Ви необхідними для майбутнього фахівця економічного профілю знання про здоров'я?

- так, повністю – 4,7 %;
- так, частково – 27,2 %;
- ні – 68,1 %.

6. Що, на Вашу думку, найбільше сприяє збереженню здоров'я студентів економічних спеціальностей?

- забезпечення у навчальному закладі належних санітарно-гігієнічних умов процесу ППФП – 69,7 %;
- психолого-педагогічний супровід студентів у навчально-виховному процесі – 24,2 %;
- сукупність методів, засобів і форм навчання, спрямованих на підтримку та збереження здоров'я студентів – 6,1 %.

7. Які заходи, на Вашу думку, є найважливішими для збереження здоров'я?

- постійний моніторинг забруднення навколишнього природного середовища – 14,2 %;
- зменшення шкідливих викидів в атмосферу та скидів у водойми – 38,0 %;
- формування системи здоров'язбережувальної просвіти та інформування – 27,3 %;

- насадження лісів – 17,3 %;
- дотримання еколого-гігієнічних нормативів під час діяльності, пов'язаних із забрудненням навколишнього середовища, – 3,2 %.

У результаті аналізу відповідей студентів і викладачів на запитання анкети з'ясовано, що більшість із них не усвідомлюють важливості здоров'язбережувальної підготовки студентів економічних спеціальностей (52,8 %) і підтримання належного рівня здоров'я в основному пов'язують із забезпеченням належних санітарно-гігієнічних умов у навчальному закладі (69,7 %) і зменшенням забруднення навколишнього середовища (52,2 %).

До найбільш значущих шляхів підвищення ефективності навчально-виховного процесу ППФП респонденти віднесли такі:

- використання формувального впливу такої підготовки;
- введення здоров'язбережувального компонента до змісту ППФП;
- використання міжпредметних зв'язків у процесі ППФП та практичну здоров'язбережувальну діяльність;
- активізацію пізнавального інтересу студентів шляхом використання різних форм і методів навчання;
- використання комп'ютерних технологій та мережі Internet;
- залучення студентів до науково-дослідної роботи здоров'язбережувальної тематики;
- здоров'язбережувальну спрямованість культурно-виховної роботи.

Визнаючи ставлення студентів до занять фізичною культурою і спортом і виявляючи фактори, які негативно впливають на стан здоров'я і успішності, було проведено анкетування (приклад анкети наведений у додатку К), яке показує, що:

1) значна кількість студентів-юнаків займалися спортом до вступу у ЗВО, при цьому із тих, що проживають у гуртожитку:

- 63,1% проти 45,5 % студентів, які проживають вдома(різниця становить 17,6%),

– дівчата, які проживають у гуртожитку, більше відвідують заняття (на 23,1%) ніж ті, які проживають вдома (47,5% проти 24,4%);

2) більший інтерес до занять у спортивних секціях за місцем проживання проявили юнаки, що мешкають у гуртожитку (на 18,1%) і дівчата, які живуть вдома (на 6,2%);

3) у середньому 30% студентів, що мешкають у гуртожитках, виявили бажання займатися за індивідуальними оздоровчими програмами;

4) студенти, які проживають в гуртожитку, внесли більше пропозицій щодо покращення фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи у ЗВО (чоловіки на 17,3%, а жінки на 12,1%).

Таким чином, можна сказати, що великий спортивний інтерес до занять фізичною культурою і спортом виявляють студенти, які проживають в гуртожитку. Враховуючи цю важливу обставину, необхідно створити умови для розширення оздоровчо-спортивної роботи саме з цим контингентом студентів. Перш за все, розширити матеріальну базу і забезпечити її спортивним інвентарем, підготувати необхідну кількість громадських інструкторів з видів спорту, розробити програми для самостійних занять фізичною культурою і спортом.

Таким чином, аналіз відповідей респондентів дає можливість зробити висновок про наявність недоліків у здоров'язберезувальній підготовці майбутніх фахівців економічного профілю у процесі ППФП.

У результаті констатувального експерименту нами встановлено, що формування здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП ускладнюється кількома проблемами, які можна узагальнити у таких тезах:

– низький рівень теоретичної підготовленості студентів ЗВО щодо здоров'язбереження;

– недостатній рівень фізичної підготовленості студентів економічних спеціальностей виконання фізичних вправ здоров'язберезувального характеру;

- недостатня кількість аудиторного часу для відпрацювання навичок та вмінь здоров'язбережувальної діяльності майбутніх фахівців економічного профілю у процесі ППФП;
- недостатня увага виконанню індивідуальних тренувальних програм майбутніх фахівців економічного профілю;
- низький рівень мотивації до збереження здоров'я і набуття здоров'язбережувальної компетентності;
- навчальний матеріал здоров'язбережувальної тематики міститься у змісті різних дисциплін, що не забезпечує формування цілісної системи здоров'язбережувальних знань;
- використання традиційних форм і методів навчання та відсутність інноваційних технологій.

Тому доцільним було створення та запровадження авторської моделі формування здоров'язбережувальної компетентності Студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

На цьому етапі було визначено, що в основу вирішення проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності Студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП мають бути покладені активність, зв'язок з майбутньою професійною діяльністю, творчість, інформаційна забезпеченість і безперервність формування здоров'язбережувальної компетентності спеціаліста економічної галузі.

У результаті було уточнено поняття здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП та її формування, визначено показники та критерії сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей (табл. 3.1), виділено рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей, визначено методики, за якими доцільно схарактеризувати визначення описаних рівнів та які обумовили одержані у подальшому результати педагогічного експерименту (табл. 3.2).

Таблиця 3.1

**Критерії та показники сформованості здоров'язберезувальної компетентності Студентів економічних спеціальностей**

<b>Аксіологічна Мотиваційно-ціннісний</b>	Мотивація до збереження здоров'я
	Ціннісні орієнтації
<b>Гносеологічна Когнітивно-усвідомлюваний</b>	Обсяг і повнота знань
	Процедурні навички
<b>Особистісний</b>	Адаптаційні можливості і працездатність

Таблиця 3.2.

**Методики оцінки критеріїв сформованості складових ЗК**

Мотивація до збереження здоров'я	МЗ	Анкетування за темою «Ваше ставлення до здоров'я» та «Ваше ставлення до здоров'язберігаючої діяльності» та аналіз середніх за критерієм Стьюдента
Ціннісні орієнтації	ЦО	Опитування за питальником М. Рокича «Ціннісні орієнтації» та аналіз середніх за критерієм Стьюдента
Обсяг і повнота знань	ОЗ	Тестова перевірка знань та аналіз середніх за критерієм Стьюдента
Процедурні навички	ПН	Системи гімнастичних вправ та аналіз середніх за критерієм Стьюдента
Адаптаційні можливості і працездатність	АМП	Тест $PWC_{170}$ і статистична оцінка середніх за критерієм Стьюдента

На цьому етапі було розроблено модель формування здоров'язберезувальної компетентності спеціаліста економічної галузі у процесі ППФП, що передбачає формування таких знань, умінь і навичок, а також фізичних та особистісних якостей, які будуть необхідні для самостійної здоров'язберігаючої діяльності у майбутній професійній чи повсякденній сферах.

Другий етап експерименту (Листопад 2020-Жовтень 2021 рр.) – формувальний – передбачав упровадження в процес ППФП студентів економічних спеціальностей визначених та обґрунтованих шляхів формування здоров'язбережувальної компетентності.

До контрольних груп (КГ) увійшло 65 студентів, яких навчали у найбільш поширений спосіб. Експериментальну групу (ЕГ) становили 30 студентів, навчання яких здійснювалося за авторською моделлю. Формування контрольної й експериментальної груп здійснювалося на основі результатів попередніх зрізів таким чином, щоб забезпечити статистичну відповідність рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів обох груп.

Дослідження здійснювалося на базах:

- Сумського національного аграрного університету;
- Сумського Державного університету

При цьому досліджувалася взаємодія компонентів моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки для доведення її ефективності, зокрема за допомогою статистичних методів [37; 74].

Опишемо надалі одержані результати більш детально.

### **3.2. Аналіз результатів експериментального дослідження**

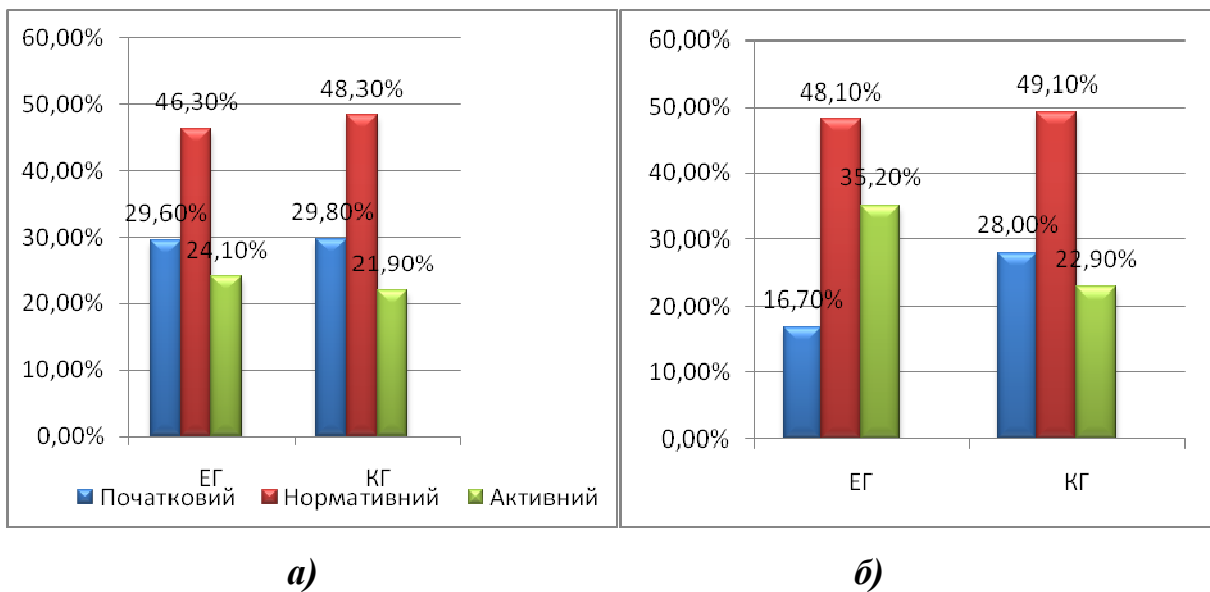
Методика статистичного опрацювання результатів педагогічного експерименту за показником «Мотивація до збереження здоров'я» (МЗ) полягала в організації анкетування за темою «Ваше ставлення до здоров'я» та «Ваше ставлення до здоров'язберігаючої діяльності». Респондентам пропонувалося 20 запитань, відповідь на кожне з яких оцінювалося від 1 до 3 балів, при цьому максимальний бал присвоюється повністю ствердній відповіді (додаток Д). Результати тестування розподіляються за рівнями таким чином (табл. 3.3)

Таблиця 3.3

**Шкала оцінки рівня сформованості за показником МЗ мотиваційно-ціннісного критерію**

Рівні	Початковий	Нормативний	Активний
Бали	0–20	21–40	41–60

Таке тестування проводилося двічі – на початку та в кінці експерименту, на основі чого робляться висновки про ефективність запропонованих підходів стосовно формування аксіологічної складової здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки. Загальні результати розподілилися таким чином (рис. 3.1).



**Рис. 3.1. Діаграма рівнів для ЕГ та КГ на початку експерименту (а) та після експерименту (б)**

Порівняння рівня сформованості здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки в двох студентських групах проводилось з використанням *t*-критерію Стьюдента. При цьому висувалася основна гіпотеза, що на початку було взято однакові вибірки, та альтернативна гіпотеза про

суттєву розбіжність між результатами вибірок. Перевірка на основі критерію Стьюдента для оцінки середніх відбувалася з використанням статистичних функцій MS Excel (табл. 3.4).

За аналізом таблиці 3.5 бачимо, що на початку експерименту на рівні значущості 0,05  $T_{крит.} = 1,97$  і воно більше за  $T_{експ.} = -1,21$  по модулю. Це означає, що вибірки статистично однаковими входять у педагогічний експеримент. Після проведення експерименту спостерігаємо позитивну динаміку в обох групах. Водночас потрібно перевірити статистично, чи різними є результати оцінки середніх. Зафіксуємо рівень значущості 0,05 і побудуємо гіпотези:  $H_0 - \mu_{ЕГ} = \mu_{КГ}$  (тобто середні однакові),  $H_a - \mu_{ЕГ} \neq \mu_{КГ}$  (тобто середні статистично різні). За аналізом таблиці 3.4 бачимо, що на рівні значущості 0,05  $T_{крит.} = 1,97$  і воно по модулю менше за модуль  $T_{експ.} = -3,23$ . Це означає, що на виході з педагогічного експерименту вибірки статистично різні, і це не можна пояснити випадковими причинами.

Таблиця 3.4

#### Оцінка середніх для показника МЗ мотиваційно-ціннісного критерію

Дво вибірковий t-тест з різними дисперсіями	КГ		ЕГ	
	до	після	до	після
Середнє	26,009	45,825	29,414	56,595
Кількість	114	114	108	108
Різниця середніх гіпотези $H_0$	0	0		
t-статистика (експериментальне)	-1,105	-3,232		
t критичне двостороннє	1,972	1,972		

Таким чином, нами підтверджено на рівні значущості 0,05 ефективність формування аксіологічної складової за показником «Мотивація до збереження здоров'я».

Методика статистичного опрацювання результатів педагогічного експерименту за показником «Ціннісні орієнтації» (ЦО) полягала в організації опитування за питальником М. Рокича «Ціннісні орієнтації».

Респондентам пропонувалося два переліки цінностей (по 18 у кожному) та присвоїти кожній цінності у переліку ранговий номер (додаток Е). Результати тестування розподіляються за рівнями таким чином (табл. 3.5)

Таблиця 3.5

**Шкала оцінки рівня сформованості за показником ЦО мотиваційно-ціннісного критерію**

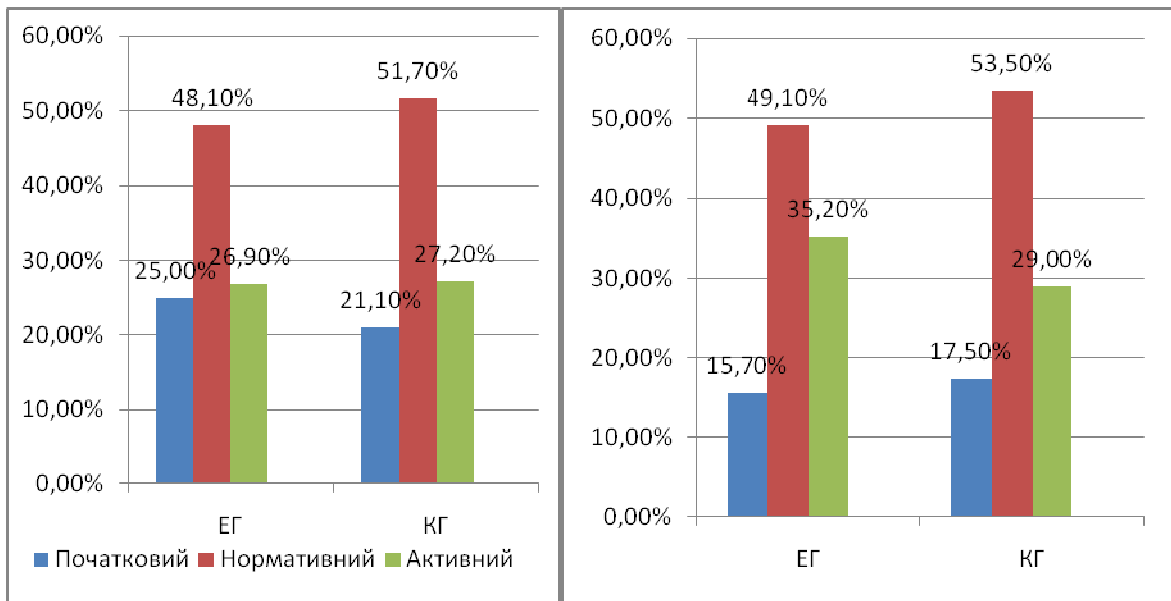
<b>Рівні</b>	<b>Початковий</b>	<b>Нормативний</b>	<b>Активний</b>
<b>Бали</b>	13-18	7-12	1-6

Таке тестування проводилося двічі – на початку та в кінці експерименту, на основі чого робляться висновки про ефективність запропонованих підходів стосовно формування аксіологічної складової здоров'язберезувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки. Загальні результати розподілилися таким чином (табл. 3.6, рис. 3.2).

Таблиця 3.6

**Розподіл учасників за рівнями на початку експерименту та після експерименту**

<b>Групи</b>	<b>Рівні</b>	<b>Початковий</b>		<b>Нормативний</b>		<b>Активний</b>		<b>Разом</b>
		<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	<b>К-ть</b>	<b>%</b>	
<b>ЕГ</b>	до	27	25%	52	48,1%	29	26,9%	108
	після	17	15,7%	53	49,1%	38	35,2%	108
<b>КГ</b>	до	24	21,1%	59	51,7%	31	27,2%	114
	після	20	17,5%	61	53,5%	33	29%	114



**Рис. 3.2. Діаграма рівнів для ЕГ та КГ на початку експерименту (а) та після експерименту (б)**

Порівняння рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки в двох студентських групах проводилось з використанням  $t$ -критерію Стюдента. При цьому висувалася основна гіпотеза, що на початку було взято однакові вибірки, та альтернативна гіпотеза про суттєву розбіжність між результатами вибірок. Перевірка на основі критерію Стюдента для оцінки середніх відбувалася з використанням статистичних функцій MS Excel (табл. 3.7).

*Таблиця 3.7*

#### **Оцінка середніх для показника ЦО мотиваційно-ціннісного критерію**

Двовибірковий $t$ -тест з різними дисперсіями	КГ		ЕГ	
	до	після	до	після
Середнє	11,606	8,743	6,510	5,275
Кількість	114	114	108	108
Різниця середніх гіпотези $H_0$	0	0		
$t$ -статистика (експеримент тальне)	-1,710	-4,763		
$t$ критичне двостороннє	1,972	1,972		

За аналізом таблиці 3.8 бачимо, що на початку експерименту на рівні значущості 0,05  $T_{крит.} = 1,97$  і воно по модулю більше за  $T_{експ.} = -1,71$ . Це означає, що вибірки статистично однаковими входять у педагогічний експеримент. Після експериментальної підготовки спостерігаємо позитивну динаміку в обох групах. Водночас потрібно перевірити статистично, чи різними є результати оцінки середніх. Зафіксуємо рівень значущості 0,05 і побудуємо гіпотези:  $H_0: \mu_{EG} = \mu_{KG}$  (тобто середні однакові),  $H_a: \mu_{EG} \neq \mu_{KG}$  (тобто середні статистично різні). За аналізом таблиці 3.8 бачимо, що на рівні значущості 0,05  $T_{крит.} = 1,97$  і воно по модулю менше за модуль  $T_{експ.} = -4,76$ . Це означає, що на виході з педагогічного експерименту вибірки статистично різні, і це не можна пояснити випадковими причинами.

Таким чином, нами підтверджено на рівні значущості 0,05 ефективність формування аксіологічної складової за показником «Ціннісні орієнтації».

### **Висновки до розділу**

У розділі висвітлено результати експериментально-дослідницької роботи, що проводилася для перевірки ефективності моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

Констатувальний етап педагогічного експерименту дозволив з'ясувати наявний стан сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів вищих аграрних навчальних закладів, що в подальшому дозволило вивчити динаміку зміни її сформованості. Також під час констатувального етапу встановлено причини низького рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей.

Формувальний етап експериментальної роботи передбачав впровадження у процес ППФП студентів економічних спеціальностей визначених та обґрунтованих змісту, форм, методів та засобів навчання, що забезпечують формування здоров'язбережувальної компетентності.

Для цього в ЕГ під час ППФП студентів економічних спеціальностей використовувалися інтерактивні форми і методи навчання. У КГ ППФП студентів економічних спеціальностей здійснювалася традиційно за найбільш поширеними методиками.

Визначення рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей та систематизація одержаних результатів здійснювалися на підсумковому етапі експериментального дослідження. Для оцінювання сформованості компонентів здоров'язбережувальної компетентності були використані запитання для опитування, тестування і практичні завдання.

Якісні й кількісні зміни за кожним із показників відображені у динаміці рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей контрольної та експериментальної груп (аналіз проведено на рівні значущості 0,05), що дозволило виявити такі факти.

1. У групах ЕГ і КГ показник МЗ середніх за мотиваційно-ціннісним критерієм статистично відрізнявся, а саме: у ЕГ відбулося суттєве збільшення активного рівня на 11,1 %, у КГ таке збільшення є суттєво меншим – на 1,0 % відповідно.

2. Порівняння показника ЦО за мотиваційно-ціннісним критерієм у групах ЕГ і КГ виявило, що він суттєво відрізняються на користь групи ЕГ, а саме: на активному рівні для ЕГ на 8,3 %, для КГ – лише на 1,8 % відповідно.

Отже, ефективність запровадженої моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП підтверджено статистичними методами (метод Стьюдента) на рівні значущості 0,05.

## ВИСНОВКИ

Одержані в процесі дослідження позитивні результати дали змогу зробити такі висновки:

1. Результати теоретичного аналізу психолого-педагогічної і науково-методичної літератури свідчать, що формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП є актуальною проблемою педагогіки, яка недостатньо досліджена. Випускники ЗВО повинні бути готовими до професійної діяльності у специфічних умовах, серед яких енергійний характер рухових дій і особливі зовнішні умови діяльності, що вимагає від них високого рівня сформованості таких якостей, як активність, здатність до адаптації в соціальній та професійній сферах, високий рівень фізіологічних та психологічних можливостей.

2. Ми трактуємо здоров'язбережувальну компетентність майбутнього фахівця економічного профілю як інтегровану характеристику якостей фахівця, що формується у процесі професійної підготовки і відображає рівень його знань про здоров'я, способи і методи його збереження й зміцнення, досвід пізнавальної і практичної діяльності та ціннісні орієнтації до здорового способу життя, що регулюють поведінку під час повсякденної та професійної діяльності.

Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутнього фахівця економічного профілю у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки розуміємо як цілеспрямований процес впливу на систему мотивів та цінностей особистості з метою засвоєння студентом сукупності знань про здоров'я як найважливішої цінності життя, набуття вмінь аналізувати, оцінювати, контролювати свою активність зі здоров'язбереження і досвіду оздоровчих дій та розвитку необхідних для збереження здоров'я під час професійної діяльності особистісних якостей.

Здоров'язбережувальна компетентність є складовою професійної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП.

Обґрунтовано, що структурними компонентами здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей є аксіологічний, гносеологічний та фізкультурно-оздоровчий.

3. Під час побудови моделі формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей у процесі ППФП було: враховано сучасні концептуальні підходи та принципи навчального процесу; доцільно поєднані традиційні методи навчання та інноваційні технології, що передбачають використання інновацій не лише в навчально-виховному процесі, а й для професійного зростання та фізичного вдосконалення; широко використано новітні форми організації та проведення навчальних занять зі зростанням ролі інтерактивних форм організації навчального процесу; залучено сучасні технології і засоби контролю; створено відповідний методичний супровід.

Також враховувалися загально-дидактичні принципи (науковості, доступності, систематичності і послідовності, активності і самостійності, зв'язку навчання з практикою) і спеціальні принципи формування здоров'язбережувальної компетентності студентів економічних спеціальностей (системності, інтеграції, творчої спрямованості, орієнтації на інновації, освітньої рефлексії) та специфічні принципи ППФП (адекватності педагогічного впливу, формування позитивної мотивації, підвищення активності, удосконалення матеріально-технічного забезпечення).

Розроблена модель формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців економічного профілю у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки ґрунтується на забезпеченні позитивної мотивації майбутніх аграріїв до набуття здоров'язбережувальної компетентності; доповнення змісту навчальних дисциплін ППФП питаннями здоров'язбережувальної тематики та введення до переліку вибіркових дисциплін інтегрованого спецкурсу; використання інтерактивних форм і методів навчання, що забезпечують формування у студентів ціннісного ставлення до здоров'я та досвіду його збереження.

5. На основі кількісних і якісних показників було проведено порівняльний аналіз одержаних проміжних і кінцевих результатів педагогічного експерименту.

Матеріали дослідження можуть бути використані викладачами фізичної культури ЗВО у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей.

Перспективними напрямками подальших досліджень вважаємо такі: удосконалення навчально-методичного забезпечення формування здоров'язберезувальної компетентності; пошук мотиваційних ресурсів для утвердження в суспільстві цінностей здорового способу життя; розроблення педагогічних засад професійного самовдосконалення та неперервного професійного розвитку майбутніх фахівців економічного профілю.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Ажиппо О. Ю. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної діяльності в загальноосвітніх навчальних закладах (теоретичний і методичний аспекти). Харків : Цифрова друкарня № 1, 2012. 423 с.
2. Алфімов В. М. Феномен обдарованості особистості у наукових дослідженнях. *Духовність особистості*. 2015. Вип. 3. С. 13-20.
3. Андрищенко Т. К. Формування здоров'язбережувальної компетентності як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки. Соціальна педагогіка*. 2012. № 7. С. 123–127.
4. Базильчук В. Б. Організаційні засади активізації спортивно-оздоровчої діяльності студентів в умовах вищого навчального закладу: автореф. дис. ... канд. наук з фіз.вих. і спорту: 24.00.02. Львів, 2004. 18 с.
5. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04. Одеса, 2012. 555 с.
6. Белікова Н. О. Підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації до здоров'язбережувальної діяльності: теорія та методика. Київ : ТОВ «Козарі», 2012. 584 с.
7. Бережна Т. І. Здоров'язбереження – чиїх рук справа? Національна мережа шкіл сприяння здоров'ю як інноваційний освітній процес. *Управління освітою*. 2011. Квітень. № 7 (259). С. 14-17.
8. Біда О. А., Савченко О. П. Сучасні тенденції в організації самостійної роботи студентів ВНЗ. *Педагогічна наука: історія, теорія, практика, тенденції розвитку*. 2010. № 2.
9. Білик Л. І. Екологічна відповідальність студентів : теоретико-методичні аспекти: монографія. Черкаси : Вертикаль, 2005. 340 с.
10. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова освіти України. *Основи здоров'я і фізичної культури*. 2008. № 11–12.

11. Бойченко Т. Формування здоров'яформувальної та здоров'язберезувальної компетентності учнівської молоді. *Профтехосвіта*. 2009. № 1. С. 40–43.
12. Бойчук Ю. Д. Електронний курс «Основи екології» як засіб екологічної та еколого-валеологічної підготовки майбутнього вчителя. *Засоби і методи наукової та навчальної роботи : збірник наукових праць*. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2006. Вип. 25. С. 22–29.
13. Бондаренко В. Психокорекційна робота вчителя як один із напрямів здоров'язбереження учнів. *Початкова школа*. 2014. № 3. С. 44–46.
14. Бондаренко Т. Є. Визначення структури здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів біології. *Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка, 2012. №1(19). С. 214–223.
15. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язберезувальних технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. № 8. С. 1–6.
16. Воронін Д. Є. Формування здоров'язберігаючої компетентності студентів вищих навчальних закладів засобами фізичного виховання : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Херсон, 2006. 20 с.
17. Воропаев В.И., Грибан Г.П., Дзюбалов А.В. и др. Физическое воспитание студентов сельскохозяйственных вузов / под общ. ред. М. М. Чубарова, С.Н. Богданова, В.В. Тимошенко. Москва, 1991. 460 с.
18. Гвоздецька С.В., Рибалко П.Ф., Чередніченко С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка: навчально-методичний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). – Суми: ФОП Цьома С.П., 2017. – 110 с.
19. Грибан Г.П. Аналіз причин і наслідків низького стану здоров'я студентської молоді. *Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт: Науковий часопис НПУ ім. М.П. Драгоманова. Серія № 15.К.:* Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2011. Вип. 10. С. 207–211.

20. Грибан Г.П. Валеологічні засади фізичного виховання студентів. *Людинознавчі студії : збірник наук. праць ДДПУ. Педагогіка*. Дрогобич, ДДПУ ім. І. Франка, 2012. Вип. 25. С. 253–265.

21. Грибан Г.П. Навчальна програма з фізичного виховання для студентів основного навчального відділення аграрних вищих навчальних закладів III–IV рівнів акредитації. Житомир: Видво “Рута”, 2012. 40 с.

22. Долинський Б. Т. Теоретико-методичні засади підготовки майбутніх учителів до формування здоров'язбережувальних навичок і вмінь у молодших школярів у навчально-виховній діяльності. Одеса : Видавець М. П. Черкасов, 2010. 269 с.

23. Дрожик Л. В., Щербак І. М. Інтегративний підхід до формування екологовалеологічної компетентності майбутнього вчителя. *Актуальні проблеми державного управління педагогіки та психології : зб. наук. пр.* Херсон : Херсонський нац. техн. ун-т, 2015. Вип. 1. Т. 3. С. 29–32.

24. Єдинак Г. Деякі теоретико-методичні аспекти посилення мотивації студентів до систематичної фізичної активності оздоровчої спрямованості. *Вісник Чернігівського нац. пед. у-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки*. Чернігів : ЧНПУ, 2014. Вип. 118, Т. 3. С. 109–114.

25. Єжова О. О. Здоров'язбережувальні технології у педагогічній системі формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2011. № 3 (13). С. 73. 4.

26. Єфімова В. М. Здоров'язбережувальні технології у контексті педагогічних досліджень. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 1. С. 57–60.

27. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / НПУ імені М. П. Драгоманова. Київ, 2002. 230 с.

28. Зорій Я. Б. Підвищення професійно прикладної дієвості фізичного виховання у ВНЗ через формування у студентів мотивації до самостійних занять. *Фізична культура і спорт у навчальних закладах східноєвропейських країн* : матеріали II Міжнар. наук.-практ. конференції, м. Чернівці, 22–23 травня 2013 р. Чернівці, 2013. С. 22–25.

29. Ковальов І. М., Рибалко П. Ф., Корж - Усенко Л. В., Красілов А. Д. Жуков В. Л. Реформування системи фізичного виховання у закладах вищої освіти України *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Науковий журнал – Суми: Сум ДПУ ім. А.С.Макаренка, № 2 (106), 2021

30. Корж - Усенко Л. В., Рибалко П. Ф. Нормативно – правові засади розвитку вищої освіти в Україні в умовах євроінтеграції. *Фізико-математична освіта*.2021.№3(29)

31. Кравчук Н. Проблема формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів у сучасних дослідженнях. URL: <http://www.kspu.kr.ua/ua/ntmd/konferentsiy/3-mizhnarodna-internet-konferentsiia2015/sektsiia-4/3593>

32. Ліфінцев І. Д., Харченко Р. М., Рибалко П.Ф. Подолання причин індиферентного ставлення студентів до фізкультурно-спортивної діяльності / Ліфінцев І. Д., Харченко Р. М., Рибалко П.Ф. // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Вип. 149 / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка; – Чернігів : ЧНПУ, 2017. - С. 46 - 50.

33. Левінець Н. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. URL : [http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/VIrd/2011\\_16/Pdf/18.pdf](http://archive.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/VIrd/2011_16/Pdf/18.pdf).

34. Леонов О. З. Основні компоненти позанавчальної фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*.2009. Випуск 13. Т. 2. С. 523-531.

35. Лянной М. О, Рибалко П. Ф. Методика управління фізкультурно – оздоровчою діяльністю в сучасних закладах середньої освіти / М. Лянной,

П. Рибалко, В. Ганчева, А. Красілов // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : наук. Журнал – Суми: 2019., № 4 (88), - С. 280 - 289.

36. Магльований А. В. Динаміка показників психофізіологічних функцій студентів технічних спеціальностей в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки. *Первый независимый научный вестник*. 2015. С. 50–54.

37. Маляр Е. І., Будний В. Є. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів у системі вищої професійної освіти. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 12. С. 120–123.

38. Матлаш В.А., Рибалко П. Ф., Харченко С. М. Динаміка показників психологічної підготовки студентів аграрного університету під впливом секційних занять з шахів / Матлаш В.А., П. Ф. Рибалко, С. М. Харченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка [Текст]. / Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка; гол. ред. Носко М.О. – Чернігів : ЧНПУ, 2016. – (Серія: Педагогічні науки)

39. Матлаш В. А., Харченко Р.М., Рибалко П. Ф. Вдосконалення техніко-тактичних дій студенток першого курсу аграрного університету на секційних заняттях з волейболу / Матлаш В. А., Харченко Р.М., Рибалко П. Ф. // Наукове видання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Випуск 1. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; Житомирський державний університет імені Івана Франка; / гол. ред. В.М. Костюкевич.–Вінниця: ТОВ « Планер», 2017.

40. Міхеєнко, О. Науково-методична система професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2016. № 3 (57). С. 222–229.

41. Новакова Л. В. Формування культури здоров'я студентів як педагогічна проблема. *Всебічний та гармонійний розвиток особистості:*

*актуальні проблеми сучасності* : матеріали Всеукр. наук-практ. конф. студентів, аспірантів та молодих науковців, м. Горлівка, 27 квітня 2012 р. Горлівка, 2012. С. 177–180.

42. Панасенко Т.В. Формування здоров'язберігаючої компетентності майбутніх вчителів початкової школи у ВНЗ I-II р.а. *Молодий вчений*. 2016. № 9.1 (36.1). С. 130-134.

43. Петришин О. В. Методика професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих медичних навчальних закладів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. / Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка. Полтава, 2017. 262 с.

44. Петров А. О. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів фізичної культури в процесі професійної підготовки. *Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. 2014. № 1. С. 203-207.

45. Пилипей Л. П. Систематизація напрямків підготовки спеціалістів у ВНЗ згідно з вимогами до професійно-прикладної фізичної підготовки. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2008. № 1. С. 56-64.

46. Пилипей Л. П. Системний підхід до створення професійно-прикладної підготовки студентів ВНЗ. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2007. № 4. С. 119-124.

47. Пилипей Л. П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів : автореф. дис. ... докт. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Київ, 2011. 40 с.

48. Рибалко П. Ф., Гвоздецька С. В., Прокопова Л. І. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016. № 3 (57). С. 340-347.

49. Рибалко П.Ф. Проблеми і шляхи підвищення ефективності фізичного виховання у вищому навчальному закладі не фізкультурного профілю / Рибалко П.Ф., Гриб Т. О., Клименченко Т. Г // Наукове видання. Фізична

культура, спорт та здоров'я нації. Випуск 1. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; Житомирський державний університет імені Івана Франка; / гол. ред. В.М. Костюкевич.– Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. с 217-221.

50. Рибалко П. Ф. Теорія і практика професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти: дис. ... доктора пед. наук. 13.00.04. ДВНЗ Донбаський державний педагогічний університет. Слов'янськ. 2020. 593 с.

51. Рибалко П. Ф. Професійна підготовка учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти [Текст] : монографія / Рибалко П. Ф.; [наук. ред. О. В. Семеніхіна]. - Суми : Цьома С. П., 2019. - 380 с. : рис., табл. - Бібліогр.: с. 203-246. - 300 прим. - ISBN 978-617-7487-65-3

52. Рибалко П. Ф. Теорія і практика професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти [Текст] : автореф. дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.04 / Рибалко Петро Федорович ; Держ. ВНЗ "Донбас. держ. пед. ун-т". - Слов'янськ, 2020. - 40 с.

53. Степанченко Н. І. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах : дис.... докт. пед. наук : 13.00.04. Луцьк, 2017. 629 с

54. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект) : монографія. Запоріжжя : ЗДУ, 2003. 442 с.

55. Сущенко Л. П. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах: автореф. дис. ... доктора пед. наук : 13.00.04. Київ, 2003. 46 с.

56. Турчинов А. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів національної гвардії України у процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 227 с.

57. Указ Президента «Про Положення про національний заклад (установу) України». URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/451/95> (дата звернення 20.02.2020).

58. Указ Президента України «Про Національну доктрину розвитку освіти»: Доктрина від 17.04.2002 р. № 347/2002. URL : <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/347/2002>(дата звернення 20.02.2020).

59. Указ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 р. URL : <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/42/2016>. (дата звернення 20.02.2020).

60. Урум Н. С. Підготовка майбутніх вчителів до забезпечення здорового способу життя молодших школярів : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти». Київ, 2008. 20 с.

61. Успенська В. М. Здоров'язберігаюча компетентність учителя основ здоров'я як визначальна його професійної компетентності. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2010. № 1 (3). С. 442–452.

62. Формування здорового способу життя молоді : проблеми, перспективи / О. Яременко, О. Балакірева, О. Вакуленко [та ін.]. Київ : Укр. ін-т соц. досліджень, 2010. 207 с.

63. Франчук Т. Й. Феномен „цілісності” в педагогічному процесі, основи формування цілісного освітнього простору. *Вісник Черкаського університету*. Черкаси : вид. відділ ЧНУ, 2007. Вип. 101. С. 51–56.

64. Халайджі С. В. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів енергетичних спеціальностей: дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02. ЛДУФК, 2006. 268 с.

65. Харченко С.М., Ліфінцев І.Д., Рибалко П. Ф. Визначення і зміст атлетизму як складової системи фізичного виховання студентської молоді / Харченко С.М., Ліфінцев І.Д., Рибалко П. Ф. // Наукове видання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Випуск 1. Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського; Житомирський державний університет імені Івана Франка; / гол. ред. В.М. Костюкевич.– Вінниця: ТОВ «Планер», 2017.

66. Хоменко С. В., Рибалко П. Ф., Гудим М. П., Гудим С. В. Особливості методики розвитку фізичних якостей студентів неспортивних спеціальностей на заняттях фізичною культурою / О. Хоменко, П. Рибалко, М. Гудим , С. Гудим // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : наук. Журнал – Суми: 2019., № 6 (90), - С. 343 - 352.

67. Хоменко О. С., Рибалко П. Ф. Ефективність застосування засобів військово-спортивного багатоборства у фізичному вихованні студентів аграрних спеціальностей / О. Хоменко, П. Рибалко // *Спортивна наука України*. 2018, № 4., С. 51–58.

68. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». Київ , 1998. 46 с.

69. Черній В. П. Оздоровча спрямованість фізичного виховання молодчих школярів у 50-ті рр. ХХ ст. *Інтеграція освітньо-виховної та оздоровчої діяльності в навчальних закладах України*: матеріали Всеук. науково-практ. конф., м. Кіровоград, 6-7 листопада 2012 р. Кіровоград: ФОП Олександрова М. В., 2012. 284 с.

70. Шашлов М. І., Приходько П. Е. Методика кількісної експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я студентів технічних ВНЗ. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. Київ: Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2014. Вип. 4 (47). С. 165-170

71. Швиденко М.З. Створення дистанційної аграрної освіти. *Аграрна наука та освіта*. 2001. № 2 (1-2). С. 21-38

72. Шукатка О. В. Компоненти та рівні здоров'язбережувальної компетентності майбутніх економістів в контексті моделі її формування на засадах аксіології. *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія: Педагогіка*. 2012. № 4. С. 25–32.

73. Ягупов В. В. Провідні методологічні характеристики основних видів компетентності майбутніх фахівців, що формуються в системі професійно-технічної освіти. *Модернізація професійної освіти і навчання : зб. наук. праць*. Київ : ІІТО НАПН України, 2012. Вип. 2. С. 45–59.

74. Associations between recommended levels of physical activity and health-reported quality of life: findings from the 2001 Behavioral Risk Factor Surveillance System (BRFSS) survey / D. W. Brown, L. S. Balluz, G. W. Heath [et al.]. *Prev Med*. 2003. V. 37. P. 520–528.

75. Shibata Ai, Koichiro Oka, Yoshio Nakamura Recommended level of physical activity and health-related quality of life among Japanese adults. *Health and Quality of Life Outcomes*. 2007. V. 5. URL : <http://www.hqlo.com/content/5/1/64>.

76. Methods Of Introducing Information Technologies Into The Educational Process Of Higher Education Institutions Of Ukraine Inna Romanchenko , Alona Prokopenko, Iryna Zaichko, liudmyla Prokopenko, Petro Rybalko, Svitlana Bobrovytska, Ol'ga Kyselyova. *IJCSNS International Journal of Computer Science and Network Security*, VOL.21 No.5, May 2021

77. Developing the Competency of Future Physical Education Specialists in Professional Interaction in the Field of Social Communications / V. Redchuk, R. Doroshenko, T. Havryliuk, N. Medynskii, S. Soichuk, R. Petrenko, O. Pavelkiv, R., Rybalko P., Maliar, N., Maliar, E., Chornodon, M., Boretskyi // *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala* 2020; 12(4), Pp. 289-309.