

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ОСОБИСТОСТІ У РЕАЛІЗАЦІЇ ТЕХНОЛОГІЙ СОЦІАЛЬНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ ПІДЛІТКОВОГО ТА ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

THE FORMING OF THE HEALTH SUFFICIENT COMPETENCE OF PERSONALITY IN REALIZATION OF TECHNOLOGY OF SOCIAL EDUCATION OF TEENAGERS

У статті обґрунтовано сутність здоров'язбережувальної компетентності як здатності активізувати, мобілізувати, ефективно застосувати інтегровану сукупність здоров'язбережувальних компетенцій у визначених умовах задля досягнення повного фізичного, психічного, духовного, соціального благополуччя особистості. Формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку має здійснюватися на основі переконання, що здоров'я – це: 1) пріоритетна цінність у загальній системі цінностей людини; 2) гармонійне поєднання фізичного, психічного, духовного, соціального складників; 3) особиста відповідальність за його розвиток, зміцнення, збереження; 4) ресурс, який визначає здатність особистості реалізувати свої потреби, здібності, можливості задля досягнення особистого, професійного, сімейного благополуччя; 5) один з найважливіших показників якості життя особи.

Визначено етапи формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку:

1. Формування цінності здоров'я, ціннісної орієнтації на розвиток, зміцнення, збереження здоров'я, знань про складники (фізичне, психічне, духовне, соціальне), рівні, фактори, критерії, показники здоров'я, складники, норми, правила ведення здорового способу життя особистості.
 2. Формування відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших людей.
 3. Формування переконання розвивати, зміцнювати, зберігати власне здоров'я в здійсненні різних видів життєдіяльності особистості.
 4. Формування умінь, навичок ведення здорового способу життя, відповідальної, безпечної поведінки особистості щодо власного здоров'я та здоров'я інших людей.
 5. Формування здатності особистості застосувати інтегровану сукупність здоров'язбережувальних компетенцій у визначених умовах.
- Обґрунтовано об'єкт, суб'єкт, мету, завдання, структуру, зміст, форми, методи

реалізації технологій соціального виховання «Сходинки до твого здоров'я» дітей підліткового та юнацького віку на основі компетентнісного підходу.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність, фізичне, психічне, духовне, соціальне здоров'я, здоровий спосіб життя, технологія соціального виховання особистості.

In this article explained essence health sufficient competence as an ability to activate, mobilize and effectively apply integrated essence of health sufficient competence in realization of technology of social education of teenagers has an ability to describe that health is: 1) prioritized value in general system of values of the individual; 2) the combination of physical, psychiatric, spiritual, social components; 3) personal responsibility of its development, grows, maintenance; 4) the resources, that determines the ability of personality to meet their needs, skills, abilities in order to achieve of personal, professional, family well being; 5) one of the most valid marks of quality of life.

Identified steps of forming of health sufficient competence of personality in realization of technology of social education of teenagers.

1. Forming of the focus on development, maintenance of health, knowledge of the ingredients (physical, psychological, spiritual, social), levels, factors and criteria, data, norms, rules of healthy way of life of personality.
2. Development of the responsible way of treating ones health.
3. Forming of personal development, responsible and safe behavior of personality to the personal health and the health of others.
4. Development of the ability of personality use the integrating essence of health sufficiency. Determined the object, subject, structure, content, goals of realization of technology of social education "Steps to personal health" of teenagers.

Key words: health sufficient competence, physical, psychiatric, spiritual, social health, healthy way of life, technology of social education of personality.

УДК 37.035-053.6:613

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085/2021/32-1.39>

Сушик Н.С.,

канд. пед. наук, доцент,
доцент кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи
Волинського національного
університету імені Лесі Українки

Постановка проблеми в загальному вигляді.

Кожна людина бере на себе особисту відповідальність за власне життя, здоров'я, рішення, дії, їх наслідки. Відповідальне ставлення до життя, здоров'я характеризується цілісністю, усвідомленістю, активністю, стійкістю, значимістю, вибірковістю, зумовлює спрямованість поведінки та діяльності особистості на досягнення благополуччя.

Формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку має здійснюватися на основі переконання, що здоров'я – це: 1) пріоритетна цінність у загальній системі цінностей людини; 2) гармонійне поєднання фізичного, психічного, духовного, соціального складників; 3) особиста відповідальність за

його розвиток, зміцнення, збереження; 4) ресурс, який визначає здатність особистості реалізувати свої потреби, здібності, можливості задля досягнення особистого, професійного, сімейного благополуччя; 5) один з найважливіших показників якості життя особи [1, с. 10–13].

Технології соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку, які спрямовані на розвиток, формування фізично, психічно, духовно, соціально здорової особистості, відповідно до мети та завдань виховної діяльності поділяються на:

1) *технології комплексного призначення* для досягнення декількох цілей (наприклад, технологія формування здорового способу життя дітей підліткового та юнацького віку з використанням методу «рівний – рівному», спрямована на розвиток, формування інтегрованої сукупності компетентностей (здоров'язбережувальної, комунікативної, життєвої, правової) особистості [2, с. 93–95];

2) *технології односпрямованого призначення* для досягнення однієї цілі (наприклад, технологія соціального виховання «Сходинки до твого здоров'я» дітей підліткового та юнацького віку передбачає розвиток, формування здоров'язбережувальної компетентності особистості (див. табл.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Із метою обґрунтування сутності, змісту, етапів формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку нами було проаналізовано наукові та навчально-методичні публікації в таких аспектах: формування здорового способу життя молоді [1]; програма факультативного курсу «Сприяння просвітницькій роботі «рівний – рівному» серед молоді України щодо здорового способу життя» [3]; просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я [4].

Мета статті – обґрунтувати сутність, зміст, етапи формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Згідно з нашою науковою позицією термін «**здоров'язбережувальна компетентність**» ми трактуємо як *здатність активізувати, мобілізувати, ефективно застосувати інтегровану сукупність здоров'язбережувальних компетенцій у визначених умовах задля досягнення повного фізичного, психічного, духовного, соціального благополуччя особистості.*

На нашу думку, формування здоров'язбережувальної компетентності особистості у реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку передбачає такі послідовні етапи:

1. Формування **цінності здоров'я, ціннісної орієнтації на розвиток, зміцнення, збереження здоров'я, знань про** складники (фізичне, психічне, духовне, соціальне), рівні, фактори, критерії, показники **здоров'я, складники, норми, правила ведення здорового способу життя особистості.**

2. Формування **відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших людей.**

3. Формування **переконання розвивати, зміцнювати, зберігати власне здоров'я** в здійсненні різних видів життєдіяльності особистості.

4. Формування **умінь, навичок ведення здорового способу життя, відповідальної, безпечної поведінки особистості** щодо власного здоров'я та здоров'я інших людей.

5. Формування **здатності особистості застосувати інтегровану сукупність здоров'язбережувальних компетенцій** у визначених умовах.

Технологія соціального виховання «Сходинки до твого здоров'я» дітей підліткового та юнацького віку – це технологія соціального виховання особистості, спрямована на розвиток, формування фізично, психічно, духовно, соціально здорової особистості. Завданнями цієї технології є формування здоров'язбережувальної компетентності дітей підліткового та юнацького віку. Визначена технологія характеризується такими особливостями:

1) модульна (складається з трьох блоків (модулів): перший – чотири, другий – вісім, третій – п'ять занять);

2) групова (проводиться тренінг з групою дітей підліткового та юнацького віку);

3) інтерактивна (використовуються інтерактивні форми та методи соціального виховання особистості).

Із метою ефективного формування здоров'язбережувальної компетентності особистості в реалізації технології соціального виховання «Сходинки до твого здоров'я» дітей підліткового та юнацького віку фахівцями із соціальної роботи, соціальними педагогами, педагогами закладів загальної середньої освіти пропонуємо її характеристику на основі компетентнісного підходу (див. табл. 1).

Висновки. Результати розвитку, формування здоров'язбережувальної компетентності особистості в реалізації технологій соціального виховання дітей підліткового та юнацького віку фахівцями із соціальної роботи, соціальними педагогами, педагогічними працівниками показують, що цей процес ґрунтується на глибокому усвідомленні цінності, комплексності здоров'я та особистої відповідальності за його стан.

Перспективи подальших розвідок передбачають розроблення технології соціального

**Характеристика технології соціального виховання «Сходинок до твого здоров'я»
дітей підліткового та юнацького віку на основі компетентнісного підходу**

№ з/п	Компоненти технології	Характеристика компонентів технології	
1	2	3	
1	Об'єкт технології	учні 9–11 класів (діти підліткового та юнацького віку) закладів загальної середньої освіти	
2	Суб'єкти реалізації технології	фахівці із соціальної роботи, соціальні педагоги, педагогічні працівники закладів загальної середньої освіти	
3	Мета технології	розвиток, формування фізично, психічно, духовно, соціально здорової особистості	
4	Завдання технології	формування здоров'язбережувальної компетентності дітей підліткового та юнацького віку	
5	Структура технології	<p>Блок I. «Ти і твоє здоров'я»</p> <p>Заняття 1. Перша сходинка «Твоє уявлення про здоров'я»</p> <p>Заняття 2. Друга сходинка «Багатогранність і цілісність здоров'я»</p> <p>Заняття 3. Третя сходинка «Фактори, які впливають на твоє здоров'я»</p> <p>Заняття 4. Четверта сходинка «Твоя відповідальність за здоров'я»</p> <p>Блок II. «Взаємостосунки, сексуальність і репродуктивне здоров'я»</p> <p>Заняття 5. П'ята сходинка «Міжособистісні взаємини. Сексуальність: як її розуміти та сприймати»</p> <p>Заняття 6. Шоста сходинка «Твоє репродуктивне здоров'я»</p> <p>Заняття 7. Сьома сходинка «Реалізація сексуальності»</p> <p>Заняття 8. Восьма сходинка «Статева поведінка та твоє здоров'я»</p> <p>Заняття 9. Дев'ята сходинка «Твої рішення щодо статевої поведінки»</p> <p>Заняття 10. Десята сходинка «Твоя безпечна статевая поведінка»</p> <p>Заняття 11. Одинадцята сходинка «Відповідальність у сексуальних взаєминах»</p> <p>Заняття 12. Дванадцята сходинка «Твоя поведінка й соціально керовані / зумовлені інфекції»</p> <p>Блок III. «Здоров'я – твоя цінність»</p> <p>Заняття 13. Тринадцята сходинка «Життєві цінності»</p> <p>Заняття 14. Чотирнадцята сходинка «Здоров'я як найвища індивідуальна та громадська цінність»</p> <p>Заняття 15. П'ятнадцята сходинка «Сім'я, родина – найвищі моральні цінності»</p> <p>Заняття 16. Шістнадцята сходинка «Твоє майбутнє»</p> <p>Заняття 17. Сімнадцята сходинка «Твої дії задля благополуччя»</p>	
6	Зміст технології	формування здоров'язбережувальної компетентності дітей підліткового та юнацького віку:	
	<i>Блок I. «Ти і твоє здоров'я».</i> <i>Блок III. «Здоров'я – твоя цінність».</i>	цінність	здоров'я людини
		ціннісна орієнтація	розвиток, зміцнення, збереження здоров'я людини
		знання	сутність, рівні, фактори, складники, критерії, показники, здоров'я (фізичне, психічне, духовне, соціальне), здорового способу життя; відповідальна, безпечна поведінка особистості
		переконання	відповідальне ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших людей
		уміння, навички	ведення здорового способу життя (раціональне планування режиму дня, здоровий сон, збалансоване харчування, активна рухова діяльність тощо); відповідальної, безпечної поведінки в ситуаціях ризику для здоров'я
		здатність	досягнути повного фізичного, психічного, духовного, соціального благополуччя особистості
	<i>Блок II. «Взаємостосунки, сексуальність і репродуктивне здоров'я»</i>	цінність	репродуктивне здоров'я людини
		ціннісна орієнтація	розвиток, зміцнення, збереження репродуктивного здоров'я людини
		знання	сутність, складники, критерії, показники репродуктивного здоров'я; дружба, любов, кохання; сексуальність, сексуальна поведінка; способи передачі ІПСШ, ВІЛ; відповідальна, безпечна статевая поведінка особистості
		переконання	відповідальне ставлення до репродуктивного здоров'я
		уміння, навички	відповідальної, безпечної статевої поведінки в ситуаціях ризику для здоров'я
		здатність	зберегти репродуктивне здоров'я в ситуаціях ризику

Закінчення табл. 1

1	2	3
7	Форми реалізації технології	Групові форми соціального виховання особистості: соціально-просвітницький тренінг, тренінгові заняття
8	Методи реалізації технології	Методи соціального виховання особистості: бесіда, інформаційне повідомлення, мозковий штурм, дискусія, переконання, приклад, метод вправ, кейс-метод
9	Тривалість реалізації технології	17 занять по 2 академічні години (34 академічні години) із періодичністю 1–2 рази на тиждень упродовж півріччя або навчального року
10	Навчально-методичне забезпечення технології Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я (2010): навч.-метод. посіб. / Н.В. Зимівець, В.С. Петрович, О.Ю. Закусило; за заг. ред. Н.В. Зимівець. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 360 с. URL: https://childfund.org.ua/Uploads/Files/books_pdf/book_navchanya_zdirovia.pdf (дата звернення: 28.01.2021).	

виховання, спрямованої на розвиток, формування інтегрованої сукупності компетентностей (здоров'язбережувальної, життєвої, комунікативної, правової, соціальної, економічної, дозвілленої) дітей підліткового та юнацького віку.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Формування здорового способу життя молоді (2005) : навч.-метод. посіб. для працівників соц. служб для сім'ї, дітей та молоді / Т.В. Бондар, О.Г. Карпенко, Д.М. Дикова-Фаворська та ін. Київ : УІСД, 116 с. (Форм. здорового способу життя молоді; Кн. 13.).

2. Сушик Н. Компетентнісний підхід у реалізації технології формування здорового способу життя дітей підліткового та юнацького віку з використанням методу «рівний – рівному». Нова педагогічна думка.

Рівне : РОІППО, 2019, № 4 (100). С. 91–95. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npd_2019_4_21 (дата звернення: 28.01.2021).

3. Лещук Н.О., Савич Ж.В. Програма факультативного курсу «Сприяння просвітницькій роботі «рівний – рівному» серед молоді України щодо здорового способу життя»: навч.-метод. посіб. Київ : Наш час, 2007. 52 с. URL: <http://khodosivka.edukit.kiev.ua/Files/downloads/facultativ.pdf> (дата звернення: 28.01.2021).

4. Навчання здоров'я: просвітницька робота з підлітками щодо збереження, розвитку та зміцнення репродуктивного здоров'я : навч.-метод. посіб. / Н.В. Зимівець, В.С. Петрович, О.Ю. Закусило; за заг. ред. Н.В. Зимівець. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. 2010. 360 с. URL: https://childfund.org.ua/Uploads/Files/books_pdf/book_navchanya_zdirovia.pdf (дата звернення: 28.01.2021).