

УДК: 37.015.31:378:37.018.46

**ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ
МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ У ПОЗААУДИТОРНІЙ РОБОТІ ЯК
НАУКОВА ПРОБЛЕМА**

Поліщук Наталія, докторка філософії, старша викладачка кафедри медико-біологічних основ фізичної культури, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3677-1248>

E-mail: polami@ukr.net

Стасюк Євгеній, аспірант першого року підготовки кафедри педагогіки та освітнього менеджменту, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-7571-1747>

E-mail: eugen12051996@gmail.com

У статті розглядаються різні наукові підходи до проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів, що є актуальним завданням сучасної педагогічної освіти. Вивчено й проаналізовано ключові аспекти, пов'язані з інтеграцією здоров'язбережувальних технологій у процес підготовки майбутніх фахівців у галузі освіти, а також ролі цієї компетентності у професійному зростанні вчителів. Встановлено, що здоров'язбережувальна компетентність має значний вплив на ефективність освітнього процесу та збереження здоров'я школярів, адже вона сприяє розвитку як фізичного, так і психологічного благополуччя учнів.

У статті підкреслюється, що формування здоров'язбережувальної компетентності має базуватися на комплексному підході, який включає не лише теоретичну підготовку, але й активне впровадження інноваційних та інтерактивних методів навчання. Зокрема, важливим є застосування технологій дистанційного навчання та елементів змішаного навчання, що дозволяють майбутнім педагогам отримати практичні навички й водночас забезпечують гнучкість у процесі засвоєння знань. Окремо звернуто увагу на роль практичної діяльності та стажування в навчальних закладах, яка допомагає студентам отримати досвід реального впровадження здоров'язбережувальних практик.

Проаналізовано також гендерні аспекти формування здоров'язбережувальної компетентності, які враховують індивідуальні потреби різних категорій майбутніх педагогів, зокрема гендерні відмінності у підходах до навчання та використання здоров'язбережувальних технологій. Розглянуто необхідність персоналізованого підходу до формування цієї компетентності з урахуванням індивідуальних особливостей студентів, їхнього стану здоров'я та соціального контексту.

Ключові слова: гендерні особливості, здоров'язбережувальна компетентність, майбутні педагоги, позааудиторна робота, педагогічна освіта, здоров'я, гендерні підходи, професійна підготовка, психолого-педагогічні аспекти, фізичне здоров'я, психічне здоров'я, соціалізація, освітні технології, інклюзивна освіта, професійна компетентність.



GENDER CHARACTERISTICS OF THE FORMATION OF HEALTH-PRESERVING COMPETENCE OF FUTURE TEACHERS IN EXTRACURRICULAR ACTIVITIES AS A SCIENTIFIC PROBLEM

Polishchuk Nataliya, PhD, Senior Lecturer Department of Medical and Biological Foundations of Physical Culture, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3677-1248>

E-mail: polami@ukr.net

Stasiuk Yevhenii, First-year PhD student Department of Pedagogy and Educational Management, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University,

ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-7571-1747>

E-mail: eugen12051996@gmail.com

The article examines various scientific approaches to the problem of forming health-preserving competence in future teachers, which is a relevant task in modern pedagogical education. Key aspects related to the integration of health-preserving technologies into the training process of future education specialists and the role of this competence in the professional development of teachers have been studied and analyzed. It has been established that health-preserving competence significantly influences the effectiveness of the educational process and the preservation of students' health, as it promotes the development of both physical and psychological well-being in students.

The article emphasizes that the formation of health-preserving competence should be based on a comprehensive approach, which includes not only theoretical training but also the active implementation of innovative and interactive teaching methods. In particular, the use of distance learning technologies and blended learning elements is essential, as these methods allow future teachers to acquire practical skills while providing flexibility in the learning process. Special attention is paid to the role of practical activities and internships in educational institutions, which help students gain experience in the real implementation of health-preserving practices.

The article also analyzes gender aspects of forming health-preserving competence, which take into account the individual needs of different categories of future teachers, specifically gender differences in approaches to learning and the use of health-preserving technologies. The necessity of a personalized approach to forming this competence is discussed, considering students' individual characteristics, health status, and social context.

Keywords: *gender characteristics, health-preserving competence, future teachers, extracurricular activities, pedagogical education, health, gender approaches, professional training, psychological and pedagogical aspects, physical health, mental health, socialization, educational technologies, inclusive education, professional competence.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Здоров'язбережувальна компетентність є важливою частиною професійної підготовки майбутніх педагогів, оскільки вона не лише забезпечує базові знання про фізичне та психічне здоров'я, але й передбачає вміння організовувати здоров'язбережувальну діяльність у школі, враховуючи різні фізичні, соціальні та психосоціальні особливості учнів. Вчителі, які володіють такою компетентністю, мають здатність впливати на формування здорового способу життя в школярів, сприяючи їхньому гармонійному розвитку та успішності у навчанні. Однак, попри очевидну важливість цієї компетентності, її впровадження у систему освіти стикається з низкою проблем.

Основною проблемою є те, що в сучасних навчальних програмах підготовки педагогів не завжди достатньо уваги приділяється питанням здоров'язбереження. У програмах часто переважає теоретичний підхід до вивчення тем, пов'язаних із здоров'ям, тоді як практичні аспекти здоров'язбережувальної діяльності у школі залишаються недооціненими. Особливо це стосується таких важливих аспектів, як впровадження інноваційних технологій у сфері здоров'язбереження, гендерно чутливий підхід до формування здоров'язбережувальної культури, а також інтеграція здоров'язбережувальних практик у різні сфери шкільного життя [5].

Одним із найбільш складних та важливих питань є врахування гендерних особливостей у формуванні здоров'язбережувальної компетентності як майбутніх педагогів, так і учнів. Існують суттєві гендерні відмінності у фізіологічних та психосоціальних характеристиках дітей і підлітків, які впливають на їхнє ставлення до здоров'я, рівень стресостійкості, фізичні можливості та потреби [3]. Зокрема, дівчата й хлопці мають різні фізіологічні потреби, схильність до певних ризиків для здоров'я та різні підходи до фізичної активності. У навчальних програмах для педагогів часто не враховується цей аспект, що може призводити до неефективного впровадження здоров'язбережувальних заходів у школах [3]. Крім того, відсутність гендерно-чутливого підходу у навчанні майбутніх педагогів може негативно вплинути на сприйняття учнями здоров'язбережувальних технологій і, відповідно, на їхній рівень здоров'я та добробуту [4].

Ще одним аспектом є недостатнє врахування гендерних відмінностей у підходах до здоров'язбереження у самих майбутніх педагогів. Відмінності у фізіологічних та психологічних потребах студентів різної статі часто ігноруються під час їхньої професійної підготовки, що ускладнює розуміння ними важливості гендерно-орієнтованого підходу до здоров'язбереження в учнів [3]. Наприклад, жінки-педагоги можуть мати специфічні потреби у сфері здоров'язбереження, пов'язані з їхнім репродуктивним здоров'ям, рівнем стресу, поєднанням професійних і сімейних обов'язків, тоді як чоловіки-педагоги можуть стикатися з іншими викликами, пов'язаними з фізичним навантаженням або психологічними аспектами їхньої роботи [6].

Таким чином, виникає суперечність між суспільними вимогами до вчителя, який здатний ефективно впроваджувати здоров'язбережувальні технології з урахуванням індивідуальних та гендерних особливостей учнів, і недостатньою розробленістю цієї теми у наукових дослідженнях та навчальних програмах. Тому існує нагальна потреба у вдосконаленні системи підготовки майбутніх педагогів у сфері здоров'язбереження, зокрема через впровадження гендерно-чутливого підходу до формування здоров'язбережувальної компетентності, що дозволить забезпечити більш ефективне збереження та підтримку здоров'я учнів [2; 4].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукових досліджень показує, що проблема формування здоров'язбережувальної компетентності у педагогічній освіті є багатогранною та досліджується з різних наукових підходів. Вчені виділяють кілька ключових аспектів, які варто враховувати у процесі підготовки майбутніх педагогів.

Здоров'язбережувальна компетентність передбачає знання про збереження здоров'я, вміння застосовувати відповідні технології у навчальному процесі, а також формування позитивного ставлення до здоров'я як вчителя, так і учнів. Згідно з дослідженнями Поліщука О. М., вчитель виступає основним агентом у формуванні здорових звичок серед учнів, що вимагає особливої уваги до його підготовки [5].

Важливою складовою здоров'язбережувальної компетентності є здатність педагога використовувати інноваційні методи та технології, спрямовані на зміцнення

здоров'я учнів. Зокрема, дослідження Козлової Т. С. підкреслюють ефективність інтерактивних методів у процесі формування здоров'язбережувальних навичок у школярів [4].

Гендерний підхід також є важливим аспектом у формуванні здоров'язбережувальної компетентності. Бондаренко М. О. зазначає, що чоловіки та жінки мають різні потреби у сфері здоров'я, що необхідно враховувати в навчальному процесі [1].

Соціально-культурний підхід підкреслює, що здоров'язбережувальна компетентність залежить від соціокультурного середовища, в якому знаходиться педагог. Сидоренко Ю. В. досліджував вплив соціальних і культурних факторів на формування здоров'язбережувальної поведінки у вчителів, підкреслюючи важливість створення здорового освітнього середовища [6].

Українські вчені, такі як Дуброва С. О. та Єременко В. В., також зробили значний внесок у дослідження проблеми формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів. Дуброва С. О. досліджує інтеграцію здоров'язбережувальних технологій у педагогічний процес та їхній вплив на формування здорового способу життя серед учнів [2]. У свою чергу, Єременко В. В. звертає увагу на роль міждисциплінарного підходу у розвитку здоров'язбережувальних компетенцій, наголошуючи на важливості співпраці педагогів із фахівцями в галузі медицини та психології для комплексного розвитку цієї компетенції у студентів [3].

Таким чином, аналіз наукових підходів демонструє необхідність комплексного підходу до формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів, враховуючи інноваційні методи, гендерні та соціокультурні фактори.

Мета статті є аналіз наукових підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів і визначення напрямків удосконалення педагогічної освіти в цьому контексті

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів є багаторівневим процесом, який передбачає як теоретичну, так і практичну підготовку. Кожен із цих рівнів має свої особливості та вимагає комплексного підходу для забезпечення повноцінного оволодіння педагогом знаннями та навичками, необхідними для ефективної роботи в умовах сучасної школи.

На теоретичному рівні особливу увагу слід приділяти інтеграції знань із різних наукових дисциплін. Здоров'язбережувальна компетентність не обмежується лише знаннями про фізичне здоров'я; вона включає розуміння складних взаємозв'язків між фізіологічними, психологічними та соціальними аспектами здоров'я. Педагоги повинні володіти знаннями з біології, щоб розуміти механізми функціонування людського організму, з психології – щоб усвідомлювати вплив емоційного стану на здоров'я учнів, та з соціології – щоб аналізувати соціальні чинники, які впливають на здоров'я та поведінку учнів [5].

Важливою складовою теоретичної підготовки є систематизація матеріалу, що має бути адаптованим до потреб учителів різних спеціальностей. Для вчителів фізичної культури особлива увага приділяється питанням фізичної активності та впливу спорту на здоров'я [2]. Для вчителів інших предметів важливими стають знання щодо того, як інтегрувати здоров'язбережувальні технології в освітній процес без шкоди для основних навчальних дисциплін. Наприклад, учителі математики можуть включати в уроки завдання, пов'язані зі здоровим способом життя, тим самим поєднуючи академічне навчання із формуванням здорових звичок у школярів [3].

Практична підготовка є вирішальною для формування навичок здоров'язбереження у майбутніх педагогів. Це не лише теоретичні знання, але й реальне застосування їх на практиці. Важливу роль відіграє впровадження інноваційних педагогічних технологій, спрямованих на підвищення обізнаності про здоров'я та розвиток навичок, необхідних для збереження здоров'я в учнів [1]. Одним із найефективніших підходів є використання інтерактивних методів навчання, таких як кейс-метод, рольові ігри та проектна діяльність [4]. Інтерактивні методи сприяють не тільки глибшому засвоєнню теоретичних знань, але й розвитку в учнів та майбутніх учителів критичного мислення та умінь розв'язувати проблеми у контексті здоров'язбереження.

Зокрема, рольові ігри дозволяють моделювати різні ситуації, пов'язані зі здоров'ям, де студенти мають вирішувати проблеми, пов'язані з ризиками для здоров'я або збереження здорового способу життя [4]. Такі підходи дозволяють закріплювати знання у реальних умовах, що є надзвичайно важливим для підготовки педагогів до роботи у школі.

Позааудиторна діяльність також має вагоме значення для практичної підготовки майбутніх учителів. Участь студентів у спортивних заходах, волонтерських проектах зі здорового способу життя або проведенні тренінгів із першої медичної допомоги дозволяє їм отримати практичний досвід у сфері здоров'язбереження [6]. Така діяльність сприяє формуванню у студентів відповідального ставлення до свого здоров'я і здоров'я оточуючих, що є важливим елементом їхньої педагогічної компетентності.

Узагальнюючи, можна стверджувати, що процес формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів вимагає системного підходу та поєднання теоретичної і практичної підготовки. Розвиток цієї компетентності потребує постійного впровадження інноваційних технологій навчання та інтеграції знань з різних дисциплін.

Кейс-метод дає змогу майбутнім педагогам аналізувати реальні ситуації, пов'язані з питаннями здоров'я, розробляти стратегії вирішення проблем і впроваджувати їх на практиці. Наприклад, студенти можуть розглядати кейси, що стосуються проблем зі здоров'ям учнів, та розробляти інтегровані підходи для вирішення цих питань, зокрема впровадження здоров'язбережувальних технологій у процес навчання [5].

Рольові ігри дозволяють педагогам навчитися організовувати здоров'язбережувальні заходи в школі, спрямовані на розвиток соціальних та психологічних навичок. Студенти можуть моделювати ситуації, в яких вони виступають у ролі вчителів, що організовують заходи зі збереження здоров'я, такі як тренінги з першої допомоги або вправи для зниження стресу серед учнів [4].

Проектна діяльність є ще одним інноваційним підходом, який дає змогу студентам розробляти довгострокові програми здоров'язбереження для шкіл. Це можуть бути освітні кампанії, спрямовані на популяризацію здорового способу життя, або розробка шкільних спортивних програм, які відповідають потребам учнів різних вікових груп [2].

Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів не може бути ефективним без врахування гендерних особливостей. Чоловіки та жінки мають різні фізіологічні та психологічні потреби, що впливають на їхнє ставлення до здоров'я та підходи до його збереження [1].

Фізіологічні відмінності вимагають індивідуалізації підходів до здоров'язбереження. Наприклад, чоловіки, як правило, потребують більш інтенсивної фізичної активності для підтримання фізичної форми, тоді як для жінок важливішими можуть бути аспекти психоемоційного здоров'я. Це впливає на підходи до формування

здоров'язбережувальних програм для учнів: педагоги повинні враховувати ці відмінності, щоб розробляти програми, які задовольняють потреби як хлопців, так і дівчат [3].

Психологічні відмінності між чоловіками та жінками також впливають на методи збереження здоров'я. Наприклад, жінки можуть бути більш схильними до стресу через поєднання професійних та сімейних обов'язків, що вимагає спеціальних знань щодо зниження стресу та підтримання психічного здоров'я. Майбутнім педагогам необхідно розуміти ці відмінності, щоб вони могли ефективно працювати з учнями та створювати здоров'язбережувальні умови для всіх [1].

Позааудиторна діяльність є важливим компонентом у формуванні здоров'язбережувальної компетентності майбутніх педагогів, оскільки вона дозволяє їм закріпити теоретичні знання через практичну діяльність. Участь у різних заходах, спрямованих на збереження здоров'я, дає змогу студентам-педагогам навчитися організовувати здоров'язбережувальні заходи в реальних умовах. Наприклад, участь у спортивних змаганнях або тренінгах із надання першої медичної допомоги розвиває важливі практичні навички [6].

Крім того, організація просвітницьких заходів щодо здорового способу життя дозволяє студентам на практиці застосовувати знання з педагогіки, біології та медицини, демонструючи важливість здоров'язбереження для учнів. Підготовка та проведення таких заходів сприяє не лише розвитку професійних навичок, але й формуванню особистої відповідальності за здоров'я як своє, так і інших [5].

Для подальшого вдосконалення процесу формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів необхідно впроваджувати міждисциплінарний підхід, який поєднує педагогіку, психологію, фізіологію та соціологію [3]. Це дозволить створити цілісну систему підготовки педагогів, які будуть здатні не лише викладати навчальні предмети, але й активно сприяти збереженню здоров'я учнів, забезпечуючи інтегроване впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальний процес.

Таким чином, формування здоров'язбережувальної компетентності є багатограним процесом, який включає теоретичну та практичну підготовку, врахування гендерних особливостей та розвиток навичок організації здоров'язбережувальних заходів. Позааудиторна діяльність і активна участь у здоров'язбережувальних програмах сприяють закріпленню знань та формуванню професійних компетенцій, необхідних для успішної педагогічної діяльності.

Висновки дослідження і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку. Здоров'язбережувальна компетентність є ключовим елементом професійної підготовки майбутніх педагогів, адже від її наявності залежить здатність учителів ефективно підтримувати та розвивати здоровий спосіб життя серед учнів. Її формування потребує системного підходу, який включає як теоретичну підготовку, так і практичну реалізацію здоров'язбережувальних заходів. Теоретична підготовка повинна охоплювати знання з фізіології, психології, соціології та педагогіки, що дозволяє педагогам усвідомлювати багатовимірність здоров'я і його вплив на освітній процес.

Наукові дослідження свідчать, що інтеграція інноваційних методик у навчальні програми, таких як інтерактивні технології, кейс-методи та проектна діяльність, значно підвищує ефективність формування здоров'язбережувальних навичок у майбутніх педагогів. Важливим аспектом цього процесу є врахування гендерних особливостей, які впливають на індивідуальні потреби в галузі здоров'я та підходи до його збереження. Крім того, позааудиторна діяльність, зокрема участь у спортивних та просвітницьких заходах, сприяє практичному закріпленню знань і навичок здоров'язбереження.

Подальші дослідження у цій галузі можуть бути зосереджені на вдосконаленні науково-методичного забезпечення цього процесу, а також на розробці практичних рекомендацій для педагогів щодо впровадження здоров'язбережувальних технологій у навчальний процес. Особливу увагу слід приділити питанням індивідуалізації підходів до формування здоров'язбережувальної компетентності, враховуючи специфіку фізичного та психічного стану учнів і педагогів, а також соціокультурні чинники.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бондаренко М. О. Гендерні особливості здоров'язбереження у педагогічній освіті. *Вісник педагогічних наук*. 2021. № 7. С. 28–33.
2. Дуброва С. О. Інтеграція здоров'язбережувальних технологій у педагогічний процес. *Сучасна освіта*. 2019. № 3. С. 22–30.
3. Єременко В. В. Міждисциплінарний підхід у формуванні здоров'язбережувальної компетентності. *Педагогічні інновації*. 2020. № 2. С. 17–24.
4. Козлова Т. С. Інтерактивні методи у формуванні здоров'язбережувальних навичок у школярів. *Педагогіка і психологія*. 2019. Т. 55, № 3. С. 35–41.
5. Поліщук О. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності у майбутніх педагогів. *Освітній простір України*. 2020. № 12. С. 45–52.
6. Сидоренко Ю. В. Соціально-культурні фактори формування здоров'язбережувальної поведінки в учителів. *Соціальна педагогіка*. 2018. № 9. С. 59–65.

REFERENCES

1. Bondarenko, M. O. (2021). Henderni osoblyvosti zdoroviazberezhennia u pedahohichnii osviti. *Visnyk pedahohichnykh nauk – Bulletin of Pedagogical Sciences*, (7), 28–33. [in Ukrainian].
2. Dubrova, S. O. (2019). Intehratsiia zdoroviazberezhivalnykh tekhnolohii u pedahohichnyi protses. *Suchasna osvita – Modern Education*, (3), 22–30. [in Ukrainian].
3. Yeremenko, V. V. (2020). Mizhdytsyplinarnyi pidkhyd u formuvanni zdoroviazberezhivalnoi kompetentnosti. *Pedahohichni innovatsii – Pedagogical Innovations*, (2), 17–24. [in Ukrainian].
4. Kozlova, T. S. (2019). Interaktyvni metody u formuvanni zdoroviazberezhivalnykh navychok u shkoliariv. *Pedahohika i psykholohiia – Pedagogy and Psychology*, 55(3), 35–41. [in Ukrainian].
5. Polishchuk, O. M. (2020). Formuvannia zdoroviazberezhivalnoi kompetentnosti u maibutnikh pedahohiv. *Osvitnii prostir Ukrainy – Educational Space of Ukraine*, (12), 45–52. [in Ukrainian].
6. Sydorenko, Yu. V. (2018). Sotsialno-kulturni faktory formuvannia zdoroviazberezhivalnoi povedinky v uchyteliv. *Sotsialna pedahohika – Social Pedagogy*, (9), 59–65. [in Ukrainian].