

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ТЕРНОПІЛЬСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВОЛОДИМИРА ГНАТЮКА**

**МІХЕСНКО ОЛЕКСАНДР ІВАНОВИЧ**

УДК 378.14:371.134:613/614:371.72(043.5)

**ТЕОРЕТИЧНІ І МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ  
ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ  
ЗІ ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ ДО ЗАСТОСУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗМІЦНЮВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ**

13.00.04 – теорія і методика професійної освіти

**Автореферат**

дисертації на здобуття наукового ступеня  
доктора педагогічних наук



Тернопіль – 2016

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди, Міністерство освіти і науки України.

**Науковий консультант** – доктор педагогічних наук, професор  
**Бойчук Юрій Дмитрович,**  
Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди,  
завідувач кафедри здоров'я людини і корекційної освіти.

**Офіційні опоненти:** доктор педагогічних наук, професор  
**Башавець Наталія Андріївна,**  
Одеський інститут фінансів Українського державного університету  
фінансів та міжнародної торгівлі, професор  
кафедри соціально-гуманітарних дисциплін;

доктор педагогічних наук, професор  
**Бєлікова Наталія Олександрівна,**  
Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки,  
завідувач кафедри теорії фізичного виховання, фітнесу та рекреації;

доктор педагогічних наук, професор  
**Воскобойнікова Галина Леонідівна,**  
Київський Міжнародний Університет, професор кафедри психології і  
педагогіки.

Захист відбудеться 11 березня 2016 р. о 10.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 58.053.03 у Тернопільському національному педагогічному університеті імені Володимира Гнатюка (зала засідань, вул. М. Кривоноса, 2, м. Тернопіль, 46027).

З дисертацією можна ознайомитись на офіційному сайті <http://www.tnpu.edu.ua> та в бібліотеці Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка за адресою: вул. М. Кривоноса, 2, м. Тернопіль, 46027.

Автореферат розіслано 10 лютого 2016 р.

Учений секретар спеціалізованої  
вченої ради



Г.М. Мешко

## ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

**Актуальність дослідження.** Розбудова України на демократичних засадах вимагає переходу до нового типу гуманістично орієнтованої освіти, яка передбачає утвердження людини та її здоров'я як найвищих загальнолюдських цінностей. Здоров'я – одна з фундаментальних категорій людського буття, яка є найважливішим пріоритетом усіх розвинених країн світу, а ставлення до здоров'я, усвідомлення його значущості вважається атрибутом національної культури, критерієм і запорукою благополуччя суспільства. Утім, протягом останніх десятиліть проблема здоров'я особливо загострилася: зростає кількість захворювань, тривалість життя як один з основних показників здоров'я населення стрімко знижується. В Україні стан здоров'я населення, особливо молоді, дедалі більше набуває загрозливого характеру з погляду життєздатності та безпеки нації.

В умовах загострення оздоровчих і демографічних проблем суспільства виникла нагальна потреба введення у вищих навчальних закладах нової спеціальності “Здоров'я людини”, метою якої є забезпечення системи охорони здоров'я кваліфікованими фахівцями, здатними опікуватися розвитком різних напрямів зміцнення здоров'я, підвищення дієздатності людей, попередженням хвороб, збільшенням загальної тривалості життя та активного довголіття через спеціально організовані фізкультурно-оздоровчі, освітні, реабілітаційні, дієтотерапевтичні, рекреаційні, корекційно-розвивальні та інші заходи. З огляду на широкий спектр професіоналізації підготовки фахівців зі здоров'я людини виникає потреба пошуку і впровадження відповідних концептуальних та інституційних засад, спроможних забезпечити потрібні умови для оволодіння необхідними знаннями, вміннями і навичками й успішну їх реалізацію в професійній діяльності.

На сучасному етапі розвитку суспільства проблема здоров'я людини є об'єктом дослідження в багатьох галузях науки і практики. Зокрема, фундаментальну основу у вирішенні проблем здоров'я людини становлять дослідження, що здійснювалися за такими основними напрямками: *філософським* – формування філософського світогляду про феномен людини як діалектичну єдність матеріального і духовного, біологічного і соціального, особистого і суспільного та роль здоров'я в житті людини (І. Валітов, В. Волков, В. Давидович, В. Казначеев, Е. Кудрявцева, В. Кулініченко та ін.); *медико-біологічним* – еволюційний погляд на природу здоров'я, створення цілісної картини формування здоров'я людини з урахуванням її зв'язків з довкіллям (М. Амосов, М. Безруких, Ю. Бойчук, К. Бутейко, Г. Воскобойнікова, С. Ґеник, А. Ерєт, О. Залманов, І. Калиниченко, Ю. Лісіцин, Л. Лук'янова, І. Мечников, О. Мікулін, І. Неумивакін, Ю. Ніколаєв, К. Ніші, М. Оганян, І. Павлов, О. Уголев, Н. Уокер, І. Цебржинський, Г. Шаталова, Г. Шелтон, А. Antonovsky, D. Gieck, S. Juvva, C. Campbell та ін.); вивчення феномену людини як біоенергоінформаційної системи (А. Акімов, А. Васильчук, В. Волченко, М. Гончаренко та ін.); розгляд закономірностей фізичного розвитку як важливого чинника здоров'я, умови нормального функціонування організму, складника здорового способу життя людини (М. Агаджанян,

І. Аршавський, М. Амосов, Н. Белікова, Е. Булич, М. Віленський, Е. Вільчковський, Е. Дойзер, О. Дубогай, М. Дутчак, С. Євсєєв, Г. Єднак, Н. Завидівська, І. Ляхова, І. Мурахов, В. Мурза, М. Носко, С. Омельченко, В. Платонов, Є. Приступа, І. Рожков, М. Солопчук, Л. Сущенко, М. Філіппов, Б. Шиян, Ю. Шкрєбтій, К. Соорег та ін.); *валеологічним* – інтегративна галузь знань про індивідуальне здоров'я людини та здоровий спосіб життя (Г. Апанасенко, В. Белов, І. Брехман, Е. Вайнер, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Грибан, В. Колбанов, Н. Коцур, І. Кривич, Ф. Михайлович, В. Петленко, І. Поташнюк, Б. Чумаков, В. Язловецький та ін.); *психологічним* – вивчення психоемоційних аспектів та чинників здоров'я людини та практичних оздоровчих методик (Л. Гримак, М. Литвак, А. Маслоу, А. Менегетті, Г. Нікіфоров, Е. Чарлтон та ін.); *педагогічному* – пошук і обґрунтування форм та методів професійного викладання науки про здоров'я, а також дослідження різних аспектів сприятливого для здоров'я освітнього середовища (Т. Андрущенко, Н. Башавець, І. Бердніков, Н. Белікова, В. Бобрицька, Т. Бойченко, Ю. Бойчук, Г. Воскобойнікова, С. Гаркуша, М. Гриньова, П. Джуринаський, Б. Долинський, О. Єжова, В. Єфімова, О. Іонова, В. Лободин, Н. Малярчук, Г. Мешко, В. Оржеховська, Ю. Палічук, О. Плахотнік, К. Роджерс, О. Савченко, С. Страшко, В. Сухомлинський, Л. Татарникова, С. Шмалей, J. Barton, C. Currie, G. Kok, D. Stears, W. Wyle та ін.).

Утім, результати аналізу теоретичного та практичного досвіду підготовки професійних кадрів свідчать, що в педагогічній науці залишаються недостатньо дослідженими теоретико-методологічні аспекти професійної підготовки фахівців оздоровчої галузі, професійно-прикладна діяльність яких не обмежується лише засобами фізичної культури чи медицини, а охоплює комплекс напрямів та засобів оздоровлення з урахуванням чинників і процесів, що є визначальними для здоров'я людини. Водночас питання професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій взагалі залишаються поза увагою науковців.

Дослідження сучасного стану розробленості зазначеного напрямку дало змогу виявити наявні суперечності:

*1) на концептуальному рівні сучасної освіти:*

- між об'єктивною потребою утвердження людини та її здоров'я як найвищих загальнолюдських цінностей і відсутністю обґрунтованих шляхів практичної реалізації освітніх стратегій, які сприяли б широкому впровадженню в навчальний процес вивчення здоров'язміцнювальних технологій;

- між потенційними можливостями вищої педагогічної школи у забезпеченні якісної професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини і недостатньою їх реалізацією через відсутність теоретико-методичного забезпечення навчального процесу;

*2) на соціально-педагогічному рівні:*

- між потребами у вихованні здорового покоління і недостатнім рівнем усвідомлення молоддю цінності здоров'я та власної відповідальності за його стан;

- між наявним оздоровчим потенціалом, який мають здоров'язміцнювальні технології, і відсутністю їх широкого застосування в професійно-практичній діяльності фахівців зі здоров'я людини;

- між соціальним замовленням суспільства на збереження та зміцнення здоров'я громадян і недостатнім залученням до цього процесу належним чином підготовлених фахівців;

*3) на науково-методичному рівні:*

- між потребами суспільства у фахівця, здатних кваліфіковано здійснювати оздоровчу діяльність, і недостатньою розробленістю концептуальних, теоретичних та методичних засад їх підготовки згідно з сучасними вимогами до кваліфікації професійних кадрів.

Актуальність дослідження, виявлені недоліки, суперечності, соціально-педагогічне значення та недостатній рівень теоретичної та практичної розробленості питань оздоровчої практики дали змогу виявити проблему і зумовили вибір теми дисертації ***“Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій”***.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами.**

Тема дисертації є частиною науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики професійної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди “Підвищення ефективності педагогічного процесу в середніх загальноосвітніх і вищих навчальних закладах” (№ 0111U008880). Тему дисертаційного дослідження затверджено на засіданні вченої ради Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (протокол № 8 від 21.12.2012 р.) та узгоджено у Міжвідомчій раді з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 3 від 26.03.2013 р.).

**Об'єкт дослідження** – професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини.

**Предмет дослідження** – теорія і практика підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій у професійній діяльності.

**Мета дослідження** полягає в обґрунтуванні та експериментальній перевірці дієвості та якості науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Для досягнення поставленої мети вирішувалися такі **завдання**:

1. Обґрунтувати концептуальні засади професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

2. Визначити сутність здоров'язміцнювальних технологій, класифікувати їх за напрямками оздоровчої дії.

3. З'ясувати сутність та структуру інтегральної компетентності як узагальненого показника готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

4. Уточнити критерії, показники та рівні сформованості інтегральної компетентності й готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

5. Побудувати модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій та експериментально перевірити її дієвість.

6. Розробити навчально-методичний супровід процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

**Провідною ідеєю концепції** є розуміння професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій як складної, цілеспрямованої, динамічної системи, яка віддзеркалює об'єктивні тенденції розвитку вищої освіти, нормативні вимоги до підготовки фахівців, закономірності розвитку галузі професійної діяльності, як процес має свою мету, завдання, принципи і передбачає оволодіння студентами знаннями, вміннями й практичними навичками стосовно відновлення, збереження та зміцнення здоров'я людини в умовах професійної та особистісної діяльності, необхідних для успішного виконання професійних обов'язків і подальшого розвитку професійно важливих та особистісних якостей як фахівця оздоровчої галузі.

**Концепція дослідження** визначає теоретичні положення, методологічні підходи та принципи системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій відповідно до сутності професійної діяльності фахівців зі здоров'я людини з урахуванням усієї складності й різноманіття біологічних, психологічних, соціально-економічних, екологічних, морально-етичних, побутових, професійних, суспільно-політичних та інших умов і чинників, що визначають життєдіяльність і зумовлюють здоров'я людини. Структура концепції охоплює такі положення:

1. Система професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини становить комплекс взаємопов'язаних елементів теоретико-методологічного блоку (нормативні вимоги до підготовки фахівців, методологічні підходи, принципи) та структурних блоків навчально-виховного процесу (цільового, змістового, процесуального і діагностичного), які забезпечують оволодіння студентами необхідними знаннями, вміннями, навичками, розвиток особистісних якостей, що сприяють формуванню компетентності та готовності до виконання професійних завдань, визначають професійну майстерність фахівців.

2. Концептуальною основою системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є сукупність філософських, психолого-педагогічних, медико-біологічних, екологічних, оздоровчих ідей, поглядів, явищ з проблем формування, збереження, відновлення й зміцнення здоров'я людини, результатів наукових досліджень у галузі педагогічної валеології, корекційної педагогіки, фізіології, профілактичної медицини, реабілітології, ортобіотики, психосоматики, геронтології, гігієни, соціології, культурології, які дають змогу термінологічно окреслити коло наукового дослідження, сформуванню базовий понятійний апарат, спроєктувати професійний статус фахівця, розробити об'єктивний зміст навчальної програми, визначити основні принципи та умови побудови й оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини.

3. Методологічним підґрунтям концептуальних засад системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є взаємозв'язок і взаємодія різних наукових підходів, зокрема, холістичного, синергетичного, гуманістичного, аксіологічного, культурологічного, компетентнісного та діяльнісного. Зазначені підходи зумовлюють особливості організації навчально-виховного процесу підготовки студентів як у соціально-педагогічній площині, так і в плані професійно-прикладної здоров'язміцнювальної діяльності фахівців зі здоров'я людини.

4. Процес професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій потребує форм і методів навчання (лекції-дискусії, мультимедійні лекції, проблемний виклад матеріалу, складання індивідуальних оздоровчих програм, виконання тестових, навчально-пізнавальних і творчих завдань та їх регулярна перевірка й оцінювання, виконання завдань-фрагментів майбутньої професійної діяльності, участь у науково-дослідній роботі, евристичні бесіди, підготовка презентацій, відеопродукції тощо), спрямованих на активізацію пізнавального інтересу до засвоєння знань про здоров'я, формування позитивного ставлення студентів до оздоровчої діяльності, розвиток творчої індивідуальності, гнучкості суджень, уяви, прагнення генерувати ідеї, шукати альтернативні рішення, вміння використовувати свої позитивні якості і нейтралізувати недоліки, стимулювання самопізнання, набуття досвіду професійної діяльності в індивідуально-неповторному стилі.

Положення концепції дали можливість сформулювати **гіпотезу дослідження**, яка полягає в тому, що ефективність підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини визначається відповідною науково-методичною системою, системотвірним чинником якої є об'єднане функціонування комплексу взаємопов'язаних складників науково-теоретичного та функціонально-прикладного характеру, які забезпечують формування емерджентних здатностей особистості майбутнього фахівця, розвиток її творчості й духовного світу на основі позитивних інтересів, потреб, усвідомленого, ціннісного й відповідального ставлення до здоров'я, прагнення до збереження й зміцнення як власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих та довкілля.

Гіпотезу дослідження конкретизують положення, згідно з якими професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій буде успішною, якщо:

1) обґрунтувати наукову концепцію професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини, яка відображатиме методологічне підґрунтя системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій з урахуванням тенденцій розвитку вищої освіти та також практичного досвіду закладів працевлаштування фахівців зі здоров'я людини: фізкультурно-оздоровчих та реабілітаційних центрів, дошкільних, навчальних та спортивних закладів, фізкультурних диспансерів, санаторіїв тощо;

2) визначити сутнісні характеристики, принципи, організаційні і методичні особливості застосування здоров'язміцнювальних технологій згідно із напрямками їх оздоровчого впливу на організм людини;

3) залучити студентів до активного, цілеспрямованого й свідомого пошуку індивідуально доцільних способів зміцнення здоров'я й практичного застосування здоров'язміцнювальних технологій у повсякденному житті, що дасть змогу краще пізнати глибинні механізми дії на організм людини того чи іншого оздоровчого засобу завдяки власному практичному досвіду, а отже, оволодіти необхідними професійно-практичними знаннями, які неможливо набути лише в теорії;

4) розробити комплекс організаційних і психолого-педагогічних заходів, які забезпечують опанування студентами знань, умінь, практичних навичок, розвиток особистісних якостей, що визначають ефективність професійної діяльності, сприяють формуванню професійної компетентності та їхньої готовності до виконання професійних завдань з оздоровлення організму людини;

5) в основу проектування змісту процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини покласти змістові модулі пізнавальної інформації, спрямовані на формування професійної самосвідомості, розвиток творчого оздоровчого мислення, емоційно-ціннісного ставлення до здоров'я та культури здоров'я, формування мотивації до оздоровчої діяльності.

**Методологічною основою дослідження** є діалектичний взаємозв'язок, взаємозумовленість і цілісність явищ об'єктивної дійсності; філософські, психологічні та педагогічні положення про особистість як найвищу цінність суспільства, діяльність і спілкування особистості як основні чинники її розвитку, про суть пізнання та активності суб'єкта в цьому процесі; концептуальні положення про зв'язок свідомості й поведінки людини; осмислення застосування здоров'язміцнювальних технологій та фізреабілітаційної діяльності майбутніх фахівців зі здоров'я людини в контексті концепції сучасної науки про людину як цілісну, складну і багатогранну, здатну до самоорганізації біоенергоінформаційну систему, єдність духовного, психічного і фізичного; сучасні психолого-педагогічні теорії щодо пізнання і проектування освітньої діяльності; взаємозв'язок і взаємодія різних підходів загальнонаукової і конкретно-наукової



методології у процесі формування особистості, розвитку індивідуальності, соціальної відповідальності та забезпечення готовності до професійної діяльності.

**Теоретичними джерелами дослідження** є: фундаментальні положення філософії освіти (В. Андрущенко, С. Гончаренко, І. Зязюн, В. Кремень та ін.); теорії професійної освіти та педагогічної майстерності (А. Богуш, А. Бойко, С. Гончаренко, В. Гриньова, М. Євтух, І. Зязюн, О. Іонова, Н. Кузьміна, В. Лозова, О. Попова, І. Прокопенко, Г. Терещук, В. Чайка та ін.); особистісно орієнтованого виховання (Г. Балл, І. Бех та ін.), теорії про діяльність і розвиток особистості (Л. Виготський, П. Гальперін, Д. Ельконін, О. Леонтєв, Г. Костюк, Б. Ломов, С. Рубінштейн, В. Семіченко, Д. Узнадзе та ін.); теорії змісту освіти (В. Краєвський, В. Ледньов, І. Лернер, М. Скаткін, В. Сластьонін, А. Хуторської та ін.); культури й освіти, формування загальної культури особистості (К. Альбуханова-Славська, А. Арнольдов, В. Біблер, В. Давидович, Є. Маркарян, В. Межуєв, Л. Сохань, О. Савченко, О. Сухомлинська та ін.); професійно-педагогічної діяльності, використання педагогічних технологій у вищій школі (В. Безпалько, В. Гузеєв, В. Євдокимов, Я. Кодлюк, В. Кравець, А. Кудренко, О. Пехота, О. Савченко, С. Сисоєва, А. Степанюк та ін.); професійно-педагогічні аспекти підготовки фахівців з фізичного виховання, фізичної реабілітації, корекційної педагогіки (О. Ажиппо, Н. Белікова, О. Вацеба, Г. Верич, А. Вовканич, С. Гаркуша, П. Джуринський, М. Дутчак, С. Євсєєв, С. Єрмаков, Л. Іванова, А. Конох, Т. Круцевич, Ж. Козіна, В. Кукса, Ю. Лянной, О. Марченко, В. Мухін, М. Носко, Л. Пилипей, С. Попов, В. Синьов, О. Тимошенко, А. Шевцов, М. Шеремет та ін.), теоретичних аспектів валеологічної концепції природи здоров'я, формування здорового способу життя, профілактики хвороб і чинників ризику (Н. Башавець, В. Бобрицька, Ю. Бойчук, І. Брехман, М. Гончаренко, М. Гриньова, В. Горашук, Г. Зайцев, І. Калиниченко, Н. Коцур, Ю. Лісіцин, Г. Мешко, С. Омельченко, В. Оржеховська, С. Страшко, Л. Татарникова, С. Шмалей та ін.); вивчення вітчизняного і зарубіжного досвіду професійної підготовки фахівців з фізичної реабілітації та фізичної культури (Н. Белікова, А. Герцик, С. Гук, М. Дутчак, А. Antonovsky, J. Barton, S. Juvva та ін.).

**Методи дослідження.** Для досягнення мети, вирішення поставлених завдань і перевірки гіпотези використано такі методи дослідження:

- *теоретичні*: науковий аналіз основних понять дослідження; теоретичний аналіз і синтез філософської, психолого-педагогічної, навчально-методичної, наукової літератури, нормативно-правових документів у галузі освіти та охорони здоров'я, словників, енциклопедій, інтернет-ресурсів, дисертацій для комплексного вивчення різних наукових поглядів щодо досліджуваної проблеми, осмислення вітчизняного та зарубіжного досвіду підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини; системний і функціональний аналіз, систематизація й узагальнення теоретичних і методичних засад для визначення концепції підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини;

моделювання цілісного процесу підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій;

- *емпіричні*: педагогічне спостереження, опитування, бесіда, анкетування, тестування, комплексна діагностика стану здоров'я людини, метод експертних оцінок, аналіз стану досліджуваної проблеми у навчально-практичній діяльності вищих навчальних закладів; педагогічний експеримент для перевірки ефективності науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій;

- *методи математичної статистики*: кількісний та якісний аналіз результатів педагогічного експерименту, визначення t-критерію Стьюдента для виявлення достовірності відмінностей експериментальних показників до і після експерименту.

**Експериментальна база дослідження.** Дослідження здійснювалося впродовж 2006–2015 років. Основна експериментальна робота проводилася в Сумському державному педагогічному університеті імені А.С. Макаренка, Харківському національному педагогічному університеті імені Г.С. Сковороди і Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка. Всього дослідженням було охоплено 823 студенти, 35 викладачів вищевказаних навчальних закладів.

**Наукова новизна і теоретичне значення отриманих результатів** полягає в тому, що *вперше*:

- розроблено концепцію професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, яка відображає методологічне підґрунтя системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, об'єктивні тенденції розвитку вищої освіти, вимоги до професійної підготовки студентів та її теоретико-методологічні особливості як у соціально-педагогічній площині, так і в плані професійно-прикладної діяльності фахівців зі здоров'я людини;

- обґрунтовано науково-методичну систему професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, розроблено її модель, яка відображає теоретико-методологічний блок (нормативні вимоги до професійної підготовки фахівців, наукові методологічні підходи, загальнодидактичні та специфічні принципи навчання) та структурні блоки навчально-виховного процесу (цільовий, змістовий, процесуальний, діагностичний); розкрито сутність специфічних принципів навчання (професійної спрямованості; міждисциплінарності; єдності навчально-наукової діяльності кафедр і викладачів; стимулювання здоров'язміцнювальної діяльності; інноваційності; емоційності) та педагогічні умови, які забезпечують ефективність навчально-виховного процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій (удосконалення когнітивного компонента змісту професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до

застосування здоров'язміцнювальних технологій як підґрунтя для формування професійної компетентності, цінностей і мотивів здоров'я, професійної самосвідомості та самоствердження; залучення студентів до оздоровчої діяльності як засобу формування творчого оздоровчого мислення, стимулювання до практичного застосування здоров'язміцнювальних технологій під час навчання та виконання професійних завдань; створення відповідного професійно-педагогічного освітнього середовища (наукового, навчально-методичного, організаційного, кадрового забезпечення), яке сприяє формуванню у студентів професійної спрямованості, свідомого, емоційно-ціннісного, відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих).

*Уточнено:*

- сутність здоров'язміцнювальних технологій та їх класифікацію за напрямками оздоровчої дії;

- сутність та структуру інтегральної компетентності як узагальненого показника готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій;

- критерії (знання, уміння, комунікація, автономність і відповідальність) показники (диференціюються залежно від компетенцій) та рівні (високий, достатній, задовільний, елементарний) сформованості готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

*Подальшого розвитку набули:*

- зміст понять “здоров'я”, “здоров'язміцнювальні технології”, “оздоровча галузь”, “професійна підготовка фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій”, “здоровий спосіб життя”, “культура здоров'я”, “творче оздоровче мислення”, базовий поняттєво-термінологічний апарат професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій;

- положення про зміст, форми і методи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій в умовах вищого навчального закладу.

**Практичне значення** дослідження визначається тим, що запропоновано змістове й організаційно-методичне забезпечення системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Розроблено комплексну методикку оцінки рівня здоров'я організму людини, яка передбачає оцінювання стану здоров'я за широким спектром показників і дає змогу не лише достатньо об'єктивно діагностувати стан здоров'я організму людини, а й орієнтує на комплексне застосування широкого спектру засобів оздоровлення під час реалізації індивідуальної оздоровчої програми, формує мотивацію на дотримання правил і норм здорового способу життя. Самостійну практичну цінність мають

програма та методика вивчення інтегрованого спецкурсу “Здоров’язміцнювальні технології”. Також запропоновано такі авторські розробки: навчальні посібники для студентів вищих навчальних закладів “Валеологія: Основи індивідуального здоров’я людини” (гриф МОН); навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів “Основи раціонального та оздоровчого харчування” (гриф МОН); навчально-методичні посібники “Діагностика рівня здоров’я, психосоматичного стану та якості життя у студентської молоді”, “Щоденник здоров’я”; навчально-методичні комплекси на паперових та електронних носіях з дисциплін “Загальна теорія здоров’я”, “Основи раціонального та оздоровчого харчування”, “Основи здорового способу життя”, “Основи індивідуального здоров’я людини”, “Валеологія”; навчальні і робочі програми, матеріали для лекцій і практичних занять, тестові завдання для контролю знань, самостійної роботи та виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань.

Матеріали дисертаційного дослідження можуть бути використані у навчально-виховному процесі вищих навчальних закладів, загальноосвітніх закладах та системі післядипломної підготовки фахівців зі здоров’я людини під час викладання дисциплін оздоровчого спрямування.

Результати дослідження *впроваджено* в навчально-виховний процес Сумського державного педагогічного університету імені А.С.Макаренка (довідка № 1734 від 29.10.2013 р.), Кам’янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (довідка № 266 від 06.11.2013 р.), Луганського національного університету імені Тараса Шевченка (довідка № 1/4455 від 19.11.2013 р.), Херсонського державного університету (довідка № 01-22/3401 від 19.12.2013 р.), Харківського національного педагогічного університету імені Г.С.Сковороди (довідка № 01/10-359 від 25.04.2014 р.), а також у лікувально-оздоровчий процес санаторію “Київ” (м. Алушта) (довідка № 74 від 12.11.2013 р.).

**Особистий внесок здобувача.** Усі наведені в дисертації результати отримані автором самостійно. У спільних публікаціях: [18] – автором обґрунтовано шляхи формування здорового способу життя студентів; [19] – розроблено модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій; [22] – запропоновано валеологічний супровід студентської молоді із патологією хребта; проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій, розкриття її сутності; [27; 28; 31; 36; 38; 41; 43-47; 60; 61] – визначено шляхи формування здорового способу життя, культури здоров’я населення; [34; 39; 67] – розроблено комплексну методику оцінки рівня здоров’я організму людини; [68] – підготовлено розділи “Формування здорового способу життя як комплексна проблема”, “Основи індивідуальної конституції людини (за Аюрведою)”, “Харчування як засіб оздоровлення”, “Рухова активність і здоров’я”. Ідеї та розробки співавторів у роботі не використовувалися.

**Апробація результатів дисертаційного дослідження.** Основні положення та результати дисертаційного дослідження обговорювалися на науково-практичних конференціях, зокрема, *міжнародних*: “Наука. Освіта. Здоров’я. Реабілітація” (Луганськ, 2005) “Здоров’я у житті та спорті: фактори ризику та зберігаючі технології” (Київ, 2007); “Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів” (Суми, 2013); “Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення” (Суми, 2014; 2015); “Гармонізація культурно-освітнього простору вищої школи: соціально-педагогічні аспекти” (Мелітополь, 2014); *всеукраїнських*: “Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту” (Суми, 2005); “Сучасні проблеми медичної та фізичної реабілітації” (Суми, 2005); “Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку” (Кіровоград, 2004; 2005; 2006; 2007; 2008); “Сучасні проблеми логопедії та реабілітації” (Суми, 2012; 2013; 2014); “Освіта і здоров’я: формування здоров’я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу” (Суми, 2008); “Освіта і здоров’я: формування здоров’я дітей, підлітків та молоді у закладах освіти” (Суми, 2010; 2012; 2014); “Педагогіка здоров’я” (Харків, 2011; 2012; 2013; 2014; 2015); “Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України” (Суми 2002; 2003; 2005; 2006; 2007; 2008; 2009; 2011); “Українська освіта і наука в XXI столітті: погляд молоді” (Харків, 2014); *регіональних*: “Сучасні проблеми медичної та фізичної реабілітації” (Суми, 2003; 2004); “Формування здоров’я дітей, підлітків та молоді в умовах навчально-виховного закладу” (Суми, 2005); “Пріоритети фізкультурно-оздоровчої роботи влітку у сучасному дошкільному навчальному закладі” (Суми, 2008); “Розвиток фізичного потенціалу дошкільників за допомогою різних форм роботи” (Суми, 2009); “Сучасні проблеми логопедії та реабілітації” (Суми, 2010); щорічних підсумково-звітних конференціях Інституту фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка.

Матеріали дисертаційного дослідження обговорювалися і були схвалені на засіданнях кафедри здоров’я людини та фізичної реабілітації Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка; засіданнях кафедри теорії і методики професійної освіти Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди (2011–2015 рр.).

Дисертацію на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук “Валеологічна підготовка майбутніх фахівців з фізичної реабілітації у вищому педагогічному навчальному закладі” захищено у 2004 році в Південноукраїнському державному педагогічному університеті імені К.Д. Ушинського. Матеріали кандидатської дисертації в тексті докторської дисертації не використано.

**Публікації.** Основні наукові положення дисертаційного дослідження опубліковано в 70 наукових і навчально-методичних працях (серед яких 48 – одноосібних), у тому числі: одна монографія, 22 статті у наукових фахових виданнях України (з них 9 у виданнях, віднесених до

міжнародних наукометричних баз даних), 9 навчальних посібників, 38 статей, тез конференцій та інших видань.

**Структура та обсяг дисертації.** Дисертація складається зі вступу, п'яти розділів, висновків, списку використаних джерел і додатків. Повний обсяг дисертації викладено на 491 сторінці, із них основного тексту – 385 сторінок. Робота містить 31 таблицю, 11 рисунків, 12 додатків на 45 сторінках. У списку використаних джерел 480 найменувань, з яких 32 іноземними мовами.

## ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано актуальність теми, визначено об'єкт, предмет, мету та завдання дослідження, сформульовано основні положення концепції, гіпотезу, методологічні та теоретичні основи, схарактеризовано методи дослідження, розкрито наукову новизну, теоретичне і практичне значення отриманих результатів, подано відомості щодо апробації, впровадження результатів наукового пошуку, структури та обсягу дисертаційної роботи.

У **першому розділі** – **“Теоретико-методологічні аспекти професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини”** – подано концептуальні засади професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій; розглянуто методологічні підходи (холістичний, синергетичний, гуманістичний, аксіологічний, культурологічний, компетентнісний, діяльнісний), розкрито їх взаємозв'язки, роль та значення у контексті професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини; конкретизовано сутність та дефініції понять “здоров'я”, “здоров'язміцнювальні технології”, “оздоровча галузь”, проаналізовано основні поняття професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини.

Аналіз законодавчих актів, наукових досліджень, пов'язаних з різними аспектами професійної підготовки (Н. Белікова, Ю. Бойчук, В. Бобрицька, Ю. Войнар, П. Джуринський, В. Єфімова, Є. Захаріна, Г. Мешко, Н. Ничкало, С. Омельченко, І. Поташнюк, Л. Сущенко та ін.), проблеми здоров'язбереження (М. Амосов, Г. Апанасенко, І. Аршавський, Н. Башавець, В. Белов, Т. Бойченко, І. Брехман, Е. Булич, Е. Вайнер, Е. Вільчковський, Г. Воскобойнікова, М. Гончаренко, В. Горащук, В. Грибан, М. Гриньова, В. Колбанов, Ю. Лісцин, І. Муравов, В. Мурза, І. Неумивакін, В. Оржеховська, В. Петленко, В. Платонов, С. Страшко, Б. Чумаков, В. Язловецький та ін.), дав змогу визначити загальні положення наукової концепції професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

У розділі обґрунтовано взаємозв'язок і взаємодію наукових методологічних підходів до проблеми підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Так, *холістичний підхід* у широкому сенсі є філософським аспектом щодо співвідношення частини й цілого і в контексті нашого дослідження розглядається як методологічна основа процесу оздоровлення. Організм утворюється завдяки взаємозв'язкам між клітинами, органами і функціями органів, злагоджена взаємодія яких визначає гармонію функціонування інформаційної структури і всіх клітин фізичного тіла, що є першою та головною умовою життя і здоров'я людини. Результатом інформаційного перебою є відсутність гармонії, тобто хвороба. І хвороба, і здоров'я – явища, пов'язані зі станом людини в цілому, а не окремих органів і частин тіла. Отже, холістичний підхід ґрунтується не на деталізації, а на цілісному уявленні про організм людини, в якому все взаємопов'язане і взаємообумовлене, що передбачає вирішення оздоровчих завдань із залученням комплексу різноманітних засобів, спрямованих на оздоровлення як тілесності, так і психічної, соціальної та духовної сфер життєдіяльності людини. Якщо лікар констатує наявність або відсутність хвороб тільки в межах своєї компетенції, психолог абсолютизує психічне здоров'я, а вчитель фізичної культури шлях до здоров'я вбачає у фізкультурному процесі, відбувається ігнорування холістичного підходу до проблеми здоров'я людини через надмірне подрібнення предмета дослідження, що в практичному аспекті унеможлиблює досягнення результату.

Загальнонауковий характер синергетики дає можливість застосовувати її як у педагогічній сфері, так і для розв'язання оздоровчих завдань. Для *синергетичного підходу* в педагогіці характерно опора на евристичний метод навчання, ненав'язливе керування процесом пізнання, відмова від дріб'язкової опіки, заохочення самостійності, підтримка ініціативи, пробудження інтересу до розвитку своїх здібностей, створення умов для самовиховання, самоосвіти, саморозвитку, самовдосконалення учнів. Сутність синергетичного підходу в процесі оздоровлення полягає в побудові правильної конфігурації оздоровчого впливу, яка передбачає відновлення гармонії в організмі людини через цілеспрямовану стимуляцію слабких інформаційно-енергетичних елементів, і досягнення високої ефективності процесу оздоровлення за порівняно невеликих зусиль.

У межах *гуманістичного підходу* людина становить собою неповторну унікальну цілісність, яка потенційно має необмежені можливості для розвитку своєї творчості та особистісно-професійної майстерності. Гуманістичний підхід покликаний допомогти людині у визначенні її місця у світі, у житті суспільства, сформувати власне ставлення до людей та природи, сприяє вирішенню проблем та суперечностей через діалог, толерантність, знаходження консенсусу.

*Аксіологічний підхід* не тільки проголошує людину як найвищу цінність суспільства та самоціль суспільного розвитку, а й дає можливість вивчати явища (у тому числі й педагогічні) з погляду їх можливостей щодо задоволення вітально-духовних потреб людини. Сучасний період людської історії характеризується якісно новими процесами, пов'язаними з переосмисленням багатьох екзистенційних цінностей, передусім цінностей життя та здоров'я.

*Культурологічний підхід* розглядає феномен культури як основу розуміння людини, її свідомості, життєдіяльності, культуротворчості, здоров'ятворення, розкриває зв'язок загальної культури з культурою здоров'я, сприяє вивченню її властивостей. Сучасний кризовий стан суспільства, його фізична та духовна деградація зумовлюють необхідність формування культури здоров'я, засвоєння необхідних знань, коли вони набувають особистісного змісту, стають мотивом поведінки, формують здоровий спосіб життя.

Розгляд професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій з позицій *компетентнісного підходу* дав змогу запропонувати шляхи формування готовності, яка визначається сформованістю інтегральної компетентності, розробити окремі компетенції, якими має оволодіти студент. Готовність майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є складним інтегрованим утворенням, комплексом відповідних знань, цінностей, мотивів, особистісних та професійно значущих якостей, формування якого забезпечується оволодінням сукупністю компетенцій, які є складниками інтегральної компетентності.

*Діяльнісний підхід*, розглядаючи діяльність як головне джерело формування особистості і фактор її розвитку, є умовою для виявлення й розкриття потенціалу студентів, основою і засобом формування готовності майбутніх фахівців до виконання професійних завдань.

Успішність оздоровлення організму людини залежить від розуміння сутності здоров'я, чинників і процесів, які формують цей стан. Конкретизація сутності індивідуального здоров'я є однією з найголовніших методологічних проблем, відповідь на яку дає змогу наблизитися до розв'язання питання про шляхи та можливості оздоровчої практики. Здоров'я як понятійна категорія містить як об'єктивні, так і суб'єктивні ознаки. У філософських, психолого-педагогічних, медико-біологічних та валеологічних дослідженнях здоров'я розглядається і як стан, і як процес, і як здатність. Цей феномен дослідники визначають як філософську, соціальну, економічну, біологічну, медичну, психологічну, педагогічну категорію, як ресурс, об'єкт споживання, вкладання капіталу, як індивідуальну і суспільну цінність, динамічне явище системного характеру, що постійно взаємодіє з довкіллям, яке, у свою чергу, постійно змінюється.

Аналіз різних трактувань такого складного, інтегративного, всеохопного поняття, як "здоров'я", в якому синкретично поєднуються абсолютно різнорідні площини, смисли, дискурси та аспекти буття, а також творчо-критичне осмислення найважливіших ознак і чинників здоров'я дали змогу сформулювати таку дефініцію: *здоров'я* – це динамічний стан життєдіяльності людини, який визначається: здатністю організму до саморегуляції, підтримання гомеостазу, самозбереження та самовдосконалення соматичного і психічного статусу за оптимальної та гармонійної взаємодії всіх різнорівневих систем фізичного тіла; адекватним і гармонійним інформаційним, енергетичним, речовинним обміном між організмом людини і навколишнім середовищем, між людиною і суспільством; можливостями резервно-компенсаторних механізмів;



ступенем чистоти внутрішнього середовища організму; рівнем виконання біологічних та соціальних функцій.

У контексті предмета дослідження проаналізовано й уточнено основні поняття професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини, запропоновано авторське визначення понять “здоров'язміцнювальні технології” (сукупність засобів, способів, методик, спрямованих на формування, відновлення, покращення здоров'я, підвищення його рівня, збільшення функціонального потенціалу та резервів захисних сил організму людини з використанням знань, відомостей, які розкривають сутність і механізм їх оздоровчої дії, організаційні й методичні особливості застосування); “оздоровча галузь” (сукупність послуг та заходів, спрямованих на формування, відновлення, збереження та зміцнення як індивідуального, так і громадського здоров'я, виховання культури здоров'я населення, формування здорового способу життя з використанням можливостей різних соціальних інституцій та інфраструктури оздоровчих, спортивних, навчальних та інших закладів й установ); “професійна підготовка фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій” (комплекс організаційних і психолого-педагогічних заходів, які забезпечують опанування студентами знань, умінь, практичних навичок, розвиток особистісних якостей, що визначають ефективність професійної діяльності, сприяють формуванню професійної компетентності та готовності до виконання професійних завдань з оздоровлення організму людини); “культура здоров'я” (система світоглядних настанов, переконань, життєвих цінностей, основою яких є знання про здоров'я, що зумовлює свідоме, відповідальне, ціннісне ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих та довкілля, формує стереотип мислення, поведінки та діяльності, спрямованих на збереження й зміцнення здоров'я). Удосконалено зміст категорій “здоровий спосіб життя” (форми та способи життєдіяльності людини, спрямовані на формування, збереження, відновлення та зміцнення здоров'я, досягнення активного довголіття); “творче оздоровче мислення” (професійна здатність мислення аналізувати, порівнювати, узагальнювати, оцінювати оздоровчо-виховну практику, створювати оздоровчі теорії і концепції, творчо і ефективно застосовувати засоби оздоровлення).

У другому розділі – **“Феномен здоров'я людини в історичному та сучасному культурно-освітньому просторі”** – проаналізовано історичні аспекти розвитку науки про здоров'я, висвітлено філософські, медико-біологічні, психолого-педагогічні та соціально-економічні аспекти здоров'я людини в сучасних умовах, розглянуто зарубіжний та вітчизняний досвід розбудови науки про здоров'я та підготовки фахівців зі здоров'я людини.

З метою вдосконалення змісту професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини здійснено аналіз історичних аспектів розвитку науки про здоров'я. Ідеї формування, відновлення, збереження й зміцнення здоров'я привертали увагу людства протягом всього свого

існування, а певні напрацювання щодо розуміння феномену здоров'я з'явилися за кілька тисячоліть до нашої ери. Про це свідчать Аюрведа, витоки філософії та практики йогів, манускрипти єгипетських жерців тощо, тексти яких містять прості, але ефективні способи підтримання та відновлення здоров'я людини за допомогою природних засобів.

Вивчення напрацювань видатних учених та особистостей минулого й сучасності, таких як Авіценна, М. Амосов, Г. Апанасенко, І. Аршавський, О. Богомолець, І. Брехман, К. Бутейко, Гален, Гіппократ, А. Ерет, В. Казначеев, І. Мечников, І. Муравов, Ю. Ніколаєв, І. Саркізов-Серазіні, І. Сеченов, Г. Шаталова і багатьох інших, дав змогу краще розкрити фундаментальні закономірності функціонування людського організму, розібратися в конкретиці, знайти раціональні елементи, необхідні для розроблення ефективних засобів оздоровлення, окреслити коло знань, якими має оволодіти фахівець, чия діяльність пов'язана зі здоров'ям людини. Сьогодні наука про здоров'я знаходиться на особливому етапі розвитку, який характеризується переосмисленням принципів здоров'ятворення, зміною пріоритетів від аналізу атрибутів хвороби і реалізації переважно технократичних завдань до вивчення феномену людини та її здоров'я з урахуванням духовних аспектів, взаємодії людини і природи тощо.

Як показує досвід деяких держав, зупинити тенденцію до зниження рівня здоров'я населення не можна без зміни способу життя людей. Відомо, що найбільш потужним чинником здоров'я є спосіб життя людини, який залежить, перш за все, від рівня загальної культури особистості і культури здоров'я як її складника. Цей факт є принципово важливим для освітньо-виховної й оздоровчої практики і визначальним з погляду стратегії професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини, оскільки переконливо свідчить про те, що порушення в стані здоров'я зумовлені, насамперед, поведінкою людини, її способом життя, а отже, розв'язання проблеми як індивідуального здоров'я, так і здоров'я населення в цілому з медичної площини дедалі більше переміщується в площину освіти. Характерною рисою суспільної свідомості є низький рівень поінформованості й компетентності в питаннях здоров'я і, як наслідок, відсутність готовності індивіда взяти на себе відповідальність за своє здоров'я, неспроможність протидіяти найменшим нездужанням. На державному рівні пересічна людина розглядається як об'єкт реалізації лікувальних технологій, а не як суб'єкт, який здатен творити своє здоров'я і відповідати за нього. З погляду оздоровчої практики поняття власної відповідальності за стан здоров'я набуває ключового значення, оскільки здоров'ятворення є індивідуальною діяльністю.

На основі психолого-педагогічних досліджень (Л. Гримак, М. Литвак, В. Колбанов, О. Лісова, А. Менегетті, Г. Нікіфоров, Е. Чарлтон та ін.) було з'ясовано, що формуванню здорового способу життя перешкоджає низка різноманітних чинників, головними серед яких є: феномен "нереалістичного оптимізму" (психологічні чинники, серед яких відсутність особистого досвіду хвороби, невиправдана переконаність у тому, що якщо захворювання ще немає, то воно не

виникне і в майбутньому, безпідставна впевненість, що в разі виникнення хвороби з нею можна буде легко впоратися); інертність і неочевидність зворотних зв'язків (результат праці над власним здоров'ям не відразу стає помітним, так само, як і дія шкідливих чинників); брак необхідних знань про здоров'я або невміння чи небажання реалізувати їх практично (володіння інформацією про загальні принципи здорового способу життя не дає гарантій зміцнення здоров'я, а ступінь змістово-якісної досконалості підручників, програмних вимог і методичних рекомендацій є необхідною, але недостатньою умовою для забезпечення здорового способу життя; науку про здоров'я, як і фізичну культуру, доцільно розглядати як творчо-практичну діяльність, спрямовану на активне, свідоме і цілеспрямоване використання знань, розвиток уміння їх застосовувати); рівень загальної культури особистості; “могутній рефлекс лінощів” (М. Амосов); соціальний тиск (роль референтних груп у підлітків як фактор залучення їх до тютюнопаління, вживання алкоголю чи наркотиків); схильність до наслідування (приклад батьків, поведінка інших дорослих або однолітків та копіювання поведінки, яка схвалюється оточенням); відсутність задоволеності життям (втрата сенсу життя, духовний дискомфорт, відсутність можливостей для самореалізації).

Аналіз зарубіжного досвіду професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини (країн Європи, Америки, Канади, Австралії, Російської Федерації) засвідчив різноманітність структури вищої освіти, назв спеціалізацій та процесу їх опанування згідно з національними системами освіти, метою яких є формування розвиненої, багатогранної функціональної системи освіти, здатної задовольнити вимоги світової громадськості щодо здобуття належного рівня кваліфікації фахівців. Водночас у свідомості населення більшості країн проблема здоров'я асоціюється переважно або з медициною, або фізичною культурою, тобто галузями, які мають опосередковані зв'язки зі здоров'ям, але не розглядають здоров'я на рівні предмета дослідження (предмет дослідження медицини – хвороба і хворий, а фізичного виховання – розвиток фізичних якостей). Такі погляди екстраполюються на сферу професійної підготовки фахівців, навчання яких здійснюється, відповідно, або у сфері компетенції медицини, або фізичного виховання. Звідси практика підготовки таких фахівців має відмінності в завданнях, змісті, методах та засобах досягнення мети.

Історично так склалося, що провідним напрямом забезпечення здоров'я населення як у світі, так і в Україні тривалий час був санітарно-просвітницький. Відтак останні висновки науковців змінили акценти й стимулювали розробку нових проєктів, підходів і моделей зміцнення здоров'я, які успішно реалізуються в Україні. Аналіз праць вітчизняних науковців з проблем здоров'я (Н. Башавець, Н. Белікова, Т. Бойченко, Ю. Бойчук, Г. Воскобойнікова, М. Гончаренко, М. Гриньова, П. Джуринський, О. Єжова, В. Єфімова, Є. Захаріна, О. Іонова, Г. Мешко, В. Оржеховська та ін.) свідчить про значні напрацювання й творчі здобутки у сфері здоров'язбереження, формування культури здоров'я, ціннісного ставлення до здоров'я,

валеологічного виховання, підготовки фахівців до оздоровчої діяльності, що є актуальним і перспективним в контексті нашого дослідження.

У третьому розділі – **“Змістове наповнення процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій”** – визначено зміст професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій, розглянуто й обґрунтовано основні чинники здоров’я, напрями оздоровлення, механізм підвищення/зниження функціонального потенціалу і резервів здоров’я людини, розкрито сутність здоров’язміцнювальних технологій, подано їх класифікацію за напрямками оздоровчого впливу на організм людини.

На етапі становлення науки про здоров’я не вдалося уникнути певних суперечностей під час розгляду окремих питань, дискусійність вирішення яких обумовлена складністю предмета дослідження – здоров’я людини. Зазначене спонукало до вдосконалення змісту навчання, “професіоналізації” наявної інформації через виокремлення необхідних професійно значущих знань, якими має володіти фахівець зі здоров’я людини.

У процесі дослідження проаналізовано зміст чинного Галузевого стандарту вищої освіти України, освітньо-кваліфікаційної характеристики та освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань 0102 “Фізичне виховання, спорт і здоров’я людини” напряму підготовки 6.010203 “Здоров’я людини” щодо їх потенційних можливостей підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій. Нормативна частина освітньо-професійної програми охоплює дисципліни різних циклів, які спроможні забезпечити необхідний досвід пізнавальної діяльності студентів і сприяти формуванню в майбутніх фахівців зі здоров’я людини готовності до застосування здоров’язміцнювальних технологій. Серед таких дисциплін виокремлено: цикл гуманітарної та соціально-економічної підготовки – філософія; цикл природничо-наукової (фундаментальної) підготовки – біологія, анатомія людини, біохімія, фізіологія людини, гігієна, екологія, безпека життєдіяльності; цикл загально-професійної підготовки – загальна теорія здоров’я, основи здорового способу життя, теорія і методика фізичного виховання, педагогіка; цикл професійної і практичної підготовки – теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності, методика навчання основ здоров’я, основи раціонального харчування, діагностика і моніторинг стану здоров’я, психологія здоров’я та здорового способу життя.

Розгляд основних характеристик змістового наповнення процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій дав змогу обґрунтувати структурні компоненти змісту, визначити їх взаємозв’язки та конкретизувати зміст підготовки фахівців за двома основними напрямками (рівнями) оздоровчого впливу на

організм людини, а саме: психічний (свідомість, психоемоційна активність, розумова діяльність) та фізичний (тілесний).

Запропоновано класифікацію здоров'язміцнювальних технологій, яка відповідає меті й завданням професійної діяльності фахівців зі здоров'я людини і розкриває зміст найефективніших напрямів оздоровчого впливу на організм людини, а саме: *фізкультурних* (фізкультурно-спортивні заняття, фітнес, реабілітація, лікувальна гімнастика, аеробіка, рекреація, лікувальний та оздоровчий масаж, санаторно-курортне оздоровлення тощо, спрямованих на розвиток фізичних якостей, врівноваження процесів збудження й гальмування, підвищення резистентності організму), *дієтотерапевтичних* (режим, якісний та кількісний склад харчування, яке визначає пластичне, енергетичне та інформаційне забезпечення й пристосування організму до умов довкілля, врівноважує та гармонізує психофізіологічні процеси, зумовлює стан внутрішнього середовища організму на клітинному рівні, впливає на імунітет тощо), *ендоекологічних* (детоксикація життєво важливих органів і систем організму для нормалізації перебігу фізіологічних процесів, покращення функціонального стану організму), *дихальних практик* (вплив на кровообіг, харчування, обмін речовин, терморегуляцію, зміна стану свідомості і багато інших процесів у їх природному взаємозв'язку з процесом дихання), *процедур загартовування* (удосконалення системи терморегуляції, захисних можливостей, підвищення стійкості організму до дії різних метеорологічних факторів: холоду, тепла, вологості, коливань атмосферного тиску та інших кліматичних умов), *поведінкових* (зміна поведінкових актів, стереотипів поведінки, керування звичками з метою розширення функціональних резервів та можливостей, самовдосконалення людини, нівелювання й усунення чинників ризику), *психоемоційних* (свідома регуляція нервово-психічних процесів для покращення самопочуття, досягнення душевного комфорту через використання образно-вольових налаштувань, аутотренінгу, медитації, адекватного реагування на ситуацію тощо), *арт-терапевтичних* (терапевтично-оздоровчий вплив засобів мистецтва та самовираження в мистецтві, що дає змогу трансформувати психотравму, вивести пов'язані з нею переживання у зовнішню форму через продукт художньої діяльності, створити нові позитивні почуття, креативні потреби й засоби їх задоволення за допомогою художньо-творчої діяльності), *духовних* (еволюція духовних орієнтирів у предметній і соціальній дійсності, зміни у свідомості, способі мислення та поведінці, які забезпечують корекцію інформаційно-енергетичних структур, створюють психічну та душевну гармонію, визначають фізіологічні функції організму і фізичне здоров'я людини).

У четвертому розділі – **“Науково-методична система професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій”** – розкрито зміст загальнодидактичних та специфічних принципів навчання у контексті професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних

технологій; розглянуто форми, засоби й методи навчально-виховного процесу; розроблено модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій; виявлено педагогічні умови, які визначають якість та ефективність професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Концептуальне бачення науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій подано в авторській моделі (рис. 1).

Запропонована модель відображає концептуальні та методологічні аспекти дослідження, а також ланки організації та планування навчально-виховного процесу, у структурі якого є: цільовий блок (мета і завдання); змістовий блок (зміст навчального матеріалу, навчальні дисципліни); процесуальний блок (методи, форми й засоби навчальної діяльності викладача та студентів, організація навчального процесу, педагогічні умови); діагностичний блок (програма оцінювання, комплекс моніторингово-контрольних процедур, рівні готовності).

*Метою* навчально-виховного процесу є підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до оздоровчої діяльності із застосуванням здоров'язміцнювальних технологій. Для досягнення мети визначено *завдання*, а саме: оволодіння знаннями, вміннями, навичками, розвиток особистісних якостей, які визначають ефективність та успішність професійної діяльності з оздоровлення людини через застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Окрім розгляду загальнодидактичних принципів у контексті підготовки фахівців зі здоров'я людини, нами визначено й специфічні принципи як найбільш адекватні щодо професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій та окреслено шляхи їх реалізації. Зокрема, *принцип професійної спрямованості* навчально-пізнавальної діяльності студентів реалізується через формування своєрідного іміджу професіонала оздоровчої діяльності, розвитку професійно значущих якостей, фахових здібностей особистості майбутнього фахівця. Чітка професійна спрямованість процесу підготовки сприяє актуалізації важливих професійних мотивів фахівця зі здоров'я людини. *Принцип міждисциплінарності* передбачає інтегративний вплив сукупності міждисциплінарних зв'язків, які зумовлюють формування системи професійних знань, умінь і навичок та якостей фахівця зі здоров'я людини та їх використання у майбутній професійній діяльності. *Принцип єдності навчально-наукової діяльності кафедр і викладачів* зумовлений передусім специфікою вищої освіти, яка полягає в єдності наукових досліджень, навчальної і професійної діяльності.



Рис. 1. Модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров’я людини до застосування здоров’язміцнювальних технологій

*Принцип стимулювання здоров'язміцнювальної діяльності* студентів передбачає створення організаційно-методичних, морально-психологічних умов, які підвищують інтерес до практичного використання здоров'язміцнювальних технологій як щодо себе, так і в професійній діяльності. *Принцип інноваційності* передбачає інваріативність розв'язання професійних завдань, багатокритеріальність контролю й оцінки досягнутих результатів і реалізовується через динамічність змісту, варіативність форм і методів підготовки, формування у студентів здатності до творчого проектування та застосування здоров'язміцнювальних технологій. *Принцип емоційності* покликаний вплинути на формування емоцій, які активізують навчально-пізнавальну та практично-оздоровчу діяльність, і запобігти появі таких, що негативно позначаються на ній. Процес опанування знань про здоров'я супроводжується формуванням понятійно-інформаційного апарату оздоровчої галузі, оперування яким позитивно впливає на психофізіологічні процеси, змінює систему цінностей і, відповідно, спосіб життя, а отже, сприяє зміцненню здоров'я.

Основу навчально-виховного процесу становить *змістовий блок* як чинник формування не тільки інформаційних компетенцій, а й професійної самосвідомості, культури здоров'я, емоційно-ціннісного й свідомого ставлення до здоров'я, мотивації до оздоровчої діяльності, творчого оздоровчого мислення фахівця зі здоров'я людини. Питання про змістові характеристики, які є ключовим чинником освітнього процесу, постає перед розробленням кожної навчальної програми підготовки фахівця як основне питання дидактики. Метою вдосконалення змісту було приведення його у відповідність до фахових вимог, перехід від вузькоспрямованого викладання розрізнених знань до їх подання як предмета навчальної діяльності, спрямованої на вивчення дисциплін, об'єднаних метою та завданнями оздоровчої практики.

*Процесуальний блок* охоплює педагогічні умови, методи, форми й засоби організації навчально-виховної діяльності викладача та студентів.

На успішність та якість підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій впливають педагогічні умови, а саме: вдосконалення когнітивного компонента змісту професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій як підґрунтя для формування професійної компетентності, цінностей і мотивів здоров'я, професійної самосвідомості та самоствердження; залучення студентів до оздоровчої діяльності як засобу формування творчого оздоровчого мислення, стимулювання до практичного застосування здоров'язміцнювальних технологій під час навчання та виконання професійних завдань; створення відповідного професійно-педагогічного освітнього середовища (наукового, навчально-методичного, організаційного, кадрового забезпечення), яке сприяє формуванню у студентів професійної спрямованості, свідомого, емоційно-ціннісного, відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих.



Перша педагогічна умова реалізовувалася в процесі викладання професійно орієнтованих навчальних дисциплін та спецкурсу “Здоров’язміцнювальні технології”. Для оздоровчої освіти, незважаючи на її тісні зв’язки зі сферою охорони здоров’я та фізичною культурою, актуальною є проблема визначення спектру знань, необхідних саме фахівцеві з оздоровлення, враховуючи специфіку його професійної діяльності. З метою цілеспрямованої підготовки студентів до застосування здоров’язміцнювальних технологій розроблена авторська програма спецкурсу “Здоров’язміцнювальні технології”, що містить переважно теоретичний матеріал, якого бракує в інших навчальних дисциплінах. Дидактичним навантаженням спецкурсу є формування системності знань, а також нівелювання когнітивного дисонансу, можливість виникнення якого зумовлена наявністю значної кількості суперечливої інформації щодо проблеми здоров’я людини.

Оздоровчу діяльність ми характеризуємо як фізичну та психічну форми активності фахівця, спрямовану на використання природних засобів, методів і систем оздоровлення у процесі здоров’ятворення як власного, так і суб’єктів своєї професійної діяльності. Залученню студентів до оздоровчої діяльності сприяли різні форми допомоги, проведення консультацій, бесід з питань оздоровлення, планування і втілення у практику власної програми здорового способу життя, застосування здоров’язміцнювальних технологій на практиці. З метою формування культури здоров’я, усвідомлення важливості й необхідності практичного застосування здоров’язміцнювальних технологій, дотримання правил і норм здорового способу життя, корекції власної оздоровчої програми та контролю її ефективності запропоновано студентам вести “Щоденник здоров’я”. Це індивідуальний документ, який відображає якісні та кількісні характеристики здоров’я, результати самооцінки і самоконтролю, елементи програми здорового способу життя, дані про заплановані режими та їх дотримання, програму корекції поведінки, успішність повсякденної діяльності з побудовою кругової діаграми та графічного зображення динаміки показників рівня здоров’я. Одним із важливих аспектів спецкурсу є виконання індивідуального навчально-дослідного завдання (ІНДЗ), яке полягає у визначенні рівня здоров’я організму людини за розробленою нами комплексною методикою. Запропонована методика дає змогу не лише оцінити стан здоров’я людини, а й мати уявлення про головні чинники здоров’я, шляхи його зміцнення, орієнтує на дотримання здорового способу життя, застосування широкого спектру засобів оздоровлення та реалізацію комплексної індивідуальної оздоровчої програми. Аналіз діаграм і графіків динаміки показників рівня здоров’я дав змогу виявити недоліки побудови індивідуальної оздоровчої програми, скорегувати її, а отже, забезпечити ситуацію успіху.

Ідея створення відповідного наукового, навчально-методичного, організаційного та кадрового забезпечення знайшла своє відображення в реалізації скоординованих зусиль багатьох викладачів, фахівців-практиків, методистів, колективна праця яких узгоджувалася на основі

змістовної взаємодії, що дало змогу внести корективи у черговість викладання окремих дисциплін і підвищити якість та ефективність навчально-виховного процесу.

Спонукаючи до самостійної пізнавальної діяльності як найбільш розвивальної форми організації навчального процесу, студентам пропонувалося підготувати доповіді за проблемою з подальшим їх обговоренням, акцентуючи увагу на творчих елементах, оригінальних методичних розробках, своєрідності окремих оздоровчих підходів. Складність, багатовимірність, унікальність феномену здоров'я людини зумовлює необхідність розвитку творчості. З метою формування творчої особистості студенти залучалися до навчання через дослідництво у вигляді написання курсових та дипломних робіт як одного з найкращих способів здобуття якісної освіти. До розгляду пропонувалася тематика за різними напрямками оздоровлення з можливістю варіативного вибору. Таким чином відбувався процес накопичення та систематизації знань, спрямований на вибір власного творчого підходу до виконання оздоровчих завдань, розвиток майстерності, що передбачає індивідуальний стиль професійної діяльності, вміння людини компенсувати слабкі сторони своєї особистості за рахунок сильних якостей.

З метою формування інформаційних компетенцій, демонстрації значення здоров'я, переваг здорового способу життя вивчався досвід видатних особистостей, знайомство з методами оздоровлення яких сприяло формуванню мотивації, вселяло впевненість в можливість покращення здоров'я та якості життя.

Під час практики майбутні фахівці набували досвіду щодо вирішення реальних професійних завдань. Водночас практика допомагала студентам визначити як позитивні, так і негативні сторони майбутньої професії, глибше усвідомити необхідність розвитку своїх професійних та особистісних якостей.

*Діагностичний блок* становить собою комплекс моніторингово-контрольних процедур, що здійснюються впродовж всього навчання під час підведення підсумків. Головним критерієм ефективності професійної підготовки є рівень сформованості в студентів здатностей вирішувати завдання професійної діяльності. Формування здатностей забезпечується через оволодіння системою умінь із розв'язання задач професійної діяльності фахівця, що є відображенням наявності цих здатностей.

У п'ятому розділі – **“Експериментальна перевірка ефективності науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій”** – розглянуто організаційні та методичні аспекти експериментального дослідження; визначено складники інтегральної компетентності, оволодіння якими забезпечує готовність майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій; сформульовано якісні характеристики рівнів професійної готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних

технологій; подано результати експериментального дослідження, проведено їх аналіз; проаналізовано прогностичні аспекти й запропоновано шляхи оптимізації професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

З метою експериментальної перевірки ефективності розробленої науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій було здійснено сукцесивний педагогічний експеримент. Дослідження охоплювало три етапи науково-педагогічного пошуку: констатувальний, формувальний і контрольний. Констатувальний етап експерименту дав змогу визначити рівень сформованості інтегральної компетентності й готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій та отримати необхідні експериментальні дані. Метою формувального етапу експериментальної роботи була апробація науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. На контрольному етапі експерименту визначалася динаміка формування інтегральної компетентності та готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, здійснювався їх аналіз.

Діагностика рівня професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я до застосування здоров'язміцнювальних технологій передбачала оцінювання інтегральної компетентності (ІК), яка складалася з 12 компетенцій, що поділяються на три групи: соціальні ( $K_1$ ), загальнонаукові ( $K_2$ ) та фахові ( $K_3$ ). Кількість компетенцій визначено з тих позицій, що вони мають охоплювати весь спектр здатностей, оволодіння якими забезпечує готовність майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, водночас вони не повинні перетинатися й дублювати одна одну, імовірність чого зростає зі збільшенням їх кількості.

Для теоретичного розгляду кожної компетенції визначено зміст її структурних компонентів. Згідно з описом кваліфікаційного рівня бакалавр зі здоров'я людини має володіти певними знаннями, уміннями, комунікаціями, бути автономним і відповідальним. Відповідний приклад схематичного розгляду фахової компетенції наведено у табл. 1.

Таблиця 1

Фахова компетенція “Здатність здійснювати оцінку раціону харчування, консультувати з питань оздоровчого харчування” ( $K_{3.2}$ )

Структура компетенції	Зміст
Знання	Знання принципів і правил оздоровчого харчування, особливостей впливу різних продуктів на організм людини. Базова дисципліна – “Основи раціонального харчування”
Уміння	Аналізувати та складати раціон харчування з урахуванням віку, режиму трудової діяльності, рухової активності й інших індивідуальних особливостей
Комунікація	Здатність пропагувати основні положення та принципи оздоровчого харчування, консультувати з питань раціонального харчування
Автономність і відповідальність	Активність та ініціативність у пізнавальній діяльності й самоосвіті з питань оздоровчого харчування, відповідальність за реалізацію рекомендованого раціону харчування

Комунікація визначається здатністю ефективно формувати комунікативну стратегію, доносити до фахівців і нефахівців інформацію, ідеї, проблеми, рішення та власний досвід у галузі професійної діяльності.

Автономність є однією з характеристик рівня розвитку фахівця, яка визначається здатністю виявляти внутрішню цілісність, умінням самостійно розвивати професійну самосвідомість та майстерність відносно незалежно від різноманітних зовнішніх чинників і джерел.

Узагальнені результати експериментальної перевірки науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини наведені в табл. 2.

Таблиця 2

Узагальнені результати експериментальної перевірки  
науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців  
зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій

Компетенції та інтегральна компетентність		Динаміка рівнів сформованості компетенцій/компетентності
<b>К<sub>1</sub></b>	<b>Соціальні компетенції</b>	
К <sub>1.1</sub>	Здатність оцінювати стан здоров'я, здійснювати моніторинг рівня індивідуального та громадського здоров'я	24/+65 (89)
К <sub>1.2</sub>	Здатність аналізувати спосіб життя особи, його вплив на здоров'я, консультувати та надавати рекомендації з питань здорового способу життя	26/+64 (90)
К <sub>1.3</sub>	Здатність дотримуватися правил і норм здорового способу життя, пропагувати його	28/+59 (87)
<b>К<sub>2</sub></b>	<b>Загальнонаукові компетенції</b>	
К <sub>2.1</sub>	Здатність до розуміння сутності та принципів побудови оздоровчої діяльності з позицій холистичного підходу, аналізувати здоров'я як системну категорію	24/+65 (89)
К <sub>2.2</sub>	Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про будову та функції організму людини в цілому та його окремих органів і систем	26/+62 (88)
К <sub>2.3</sub>	Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про основні фактори навколишнього середовища та їх вплив на здоров'я людини	29/+61 (90)
К <sub>2.4</sub>	Здатність до розуміння чинників, закономірностей формування, умов збереження й зміцнення індивідуального здоров'я людини, визначення перспективних шляхів управління здоров'ям	27/+65 (92)
<b>К<sub>3</sub></b>	<b>Фахові компетенції</b>	
К <sub>3.1</sub>	Здатність здійснювати оцінку рухової активності особи, надавати рекомендації, складати індивідуальну програму оздоровлення із застосуванням фізичних вправ	26/+68 (94)
К <sub>3.2</sub>	Здатність здійснювати оцінку раціону харчування, консультувати з питань оздоровчого харчування	27/+69 (96)
К <sub>3.3</sub>	Здатність надавати рекомендації з питань ендоекології, складати індивідуальну програму детоксикації організму	25/+68 (93)

К <sub>3,4</sub>	Здатність аналізувати психоемоційний стан, консультувати та надавати рекомендації щодо профілактики та усунення наслідків психоемоційного стресу, покращення психоемоційного стану людини	28/+63 (91)
К <sub>3,5</sub>	Здатність упроваджувати процедури загартування повітрям, водою та сонячними променями	29/+61 (90)
<b>ІК</b>	<b>Інтегральна компетентність у застосуванні здоров'язміцнювальних технологій</b>	<b>26,58/+64,17 (90,75)</b>

Процедура вимірювання рівня сформованості окремих компетенцій передбачала застосування тестових завдань у поєднанні з традиційними засобами, як-от: усне та письмове опитування, написання есе на визначену тему, виконання запропонованих практичних завдань. Відповідно до визначених компетенцій, їх кількісних і якісних характеристик схарактеризовано чотири рівні готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій (високий, достатній, задовільний, елементарний) і сформульовано їх якісні характеристики.

Для оцінки сформованості готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій використано шкалу аналогічну тій, що застосовується нині у вищих навчальних закладах України ( $0 < ІК \leq 59$  – рівень сформованості компетентності є елементарним;  $60 < ІК \leq 74$  – рівень сформованості компетентності є задовільним;  $75 < ІК \leq 89$  – рівень сформованості компетентності є достатнім;  $90 < ІК \leq 100$  – рівень сформованості компетентності є високим).

Під час вимірювання рівня сформованості інтегральної компетентності на констатувальному етапі експерименту було з'ясовано, що вихідний рівень був у межах елементарного ( $ІК = 26,58$ ). Упродовж періоду проведення дослідження сформованість всіх компетенцій мала позитивну динаміку, забезпечивши на контрольному етапі високий показник ( $ІК = 90,75$ ). Середнє арифметичне значення збільшення +64,17.

На рис. 2 подано графічне зображення динаміки формування зазначених компетенцій протягом експерименту.

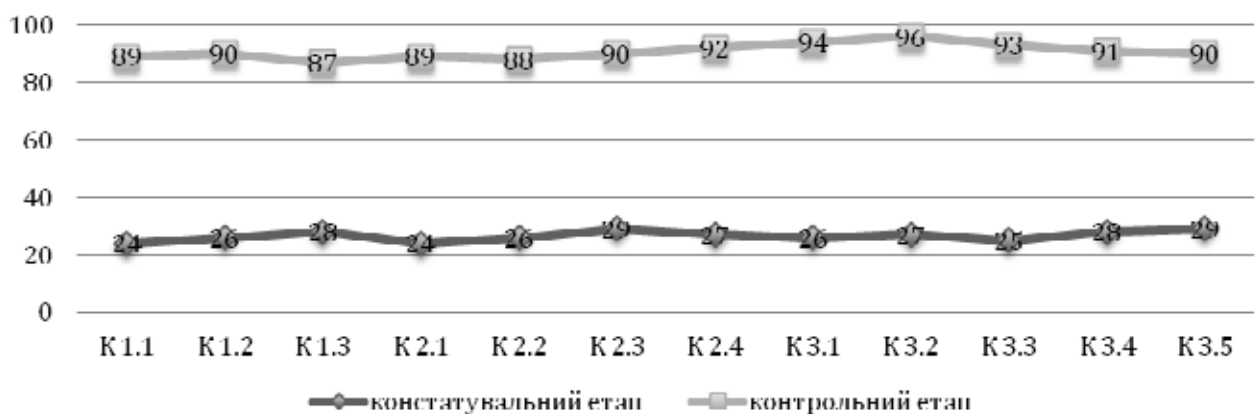


Рис. 2. Динаміка формування компетенцій майбутніх фахівців зі здоров'я людини щодо застосування здоров'язміцнювальних технологій

Таким чином, експериментально доведено достовірність гіпотези дослідження. На констатувальному етапі експерименту ІК = 26,58 (у тому числі за рівнями: елементарний – 85%, задовільний – 12%, достатній 3%, високий – 0%); на контрольному ІК = 90,75 (у тому числі за рівнями: елементарний – 0%, задовільний – 5%, достатній – 39%, високий – 56%). Показники сформованості компетенцій у студентів до і після експерименту мають статистично значущу відмінність ( $p < 0,05$ ). Результати дослідження свідчать про доцільність упровадження у навчальний процес вищого навчального закладу запропонованої науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Визначення та обґрунтування методологічних, концептуальних, прогностичних аспектів розвитку оздоровчої галузі, а також дослідно-експериментальна практика дали можливість сформулювати пропозиції щодо оптимізації процесу підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, а саме: вдосконалення змісту професійної підготовки, оновлення навчальних програм як основних чинників ефективності педагогічного процесу, забезпечення їх варіативності й гнучкості; проектування змісту і стандартів освіти на основі компетентнісного підходу з урахуванням професійних та соціально значущих чинників; використання різних видів і форм здоров'язміцнювальної діяльності, яка сприяє формуванню необхідних компетенцій, конкретизує уявлення про функції та відмінності між оздоровчою і медичною галузями, розмежує поле їх професійної діяльності; формування теоретичної бази для здійснення індивідуально-особистісної професійної діяльності з урахуванням певних психологічних, інтелектуальних, емоційних та інших якостей кожного студента, що дає змогу компенсувати слабкі сторони особистості за рахунок сильних, розширює можливості для вирішення професійних завдань внаслідок збільшення спектра вибору різних оздоровчих засобів; розширення переліку вибіркових дисциплін з метою забезпечення можливості отримати додаткові спеціалізації; удосконалення системи оцінювання й контролю знань як чинника управління, корекції і підвищення продуктивності та якості процесу навчання.

Здійснене дослідження підтвердило основні положення висунутої гіпотези і дало змогу сформулювати такі **висновки**.

1. Проблема здоров'я людини є однією з найскладніших комплексних валеологічних, медико-біологічних, соціально-філософських, психолого-педагогічних проблем сучасної науки. За нинішніх умов здоров'я людського організму як ланки соціоприродної системи виходить за межі компетенції сучасної медицини і значною мірою залежить від способу життя людини, що, у свою чергу, визначається рівнем культури здоров'я, яка передбачає опанування на особистісному рівні концепції здоров'я, на основі якої формується здоровий спосіб життя, розвивається творче оздоровче мислення. Нинішнє суспільство потребує системи вищої освіти, здатної забезпечити високу якість професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини, які володіють

вміннями використовувати весь потенціал природних засобів та методів відновлення, збереження та зміцнення здоров'я, продовження активного довголіття, вести серед населення валеопросвітницьку роботу, виховувати відповідальне ставлення до власного здоров'я, залучати громадян до здорового способу життя.

Професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є складною, цілеспрямованою, динамічною системою, яка становить собою комплекс взаємопов'язаних елементів, що забезпечують формування готовності фахівців зі здоров'я людини до виконання професійних завдань, визначають професійну компетентність фахівця.

Концептуальною основою системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій є низка філософських, психолого-педагогічних, медико-біологічних, екологічних та валеологічних ідей, поглядів, явищ з проблем формування, збереження, відновлення й зміцнення здоров'я людини, результатів наукових досліджень у галузі педагогіки здоров'я, гігієни, природокористування, психосоматики, соціології, культурології, ортобіотики, геронтології тощо, які дають можливість термінологічно окреслити поле наукового дослідження, сформуванню базовий понятійний апарат, спроектувати професіограму фахівця, розробити об'єктивний зміст навчальної програми, визначити основні принципи та умови побудови й оптимізації процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

Методологічною основою концепції професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини є холістичний, синергетичний, гуманістичний, аксіологічний, культурологічний, компетентнісний та діяльнісний підходи, які мають тісні взаємозв'язки та важливе значення в контексті професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.

2. Серед головних напрямів оздоровлення, які є основою здоров'язміцнювальних технологій, ми виокремлюємо рухову активність, харчування, ендоекологію, дихання, загартування, корисні звички, психоемоційну активність, морально-вольові, ціннісно-мотиваційні та духовні якості людини. Запропонована класифікація здоров'язміцнювальних технологій відповідає меті й завданням професійної діяльності фахівців зі здоров'я людини і розкриває зміст найбільш ефективних напрямів оздоровчого впливу на організм людини, а саме: фізкультурних, дієтотерапевтичних, ендоекологічних, дихальних практик, процедур загартовування, поведінкових, психоемоційних, арт-терапевтичних та духовних. Здоров'язміцнювальні технології діють за принципом віталістичної концепції природовідповідності, згідно з якою відновлення й зміцнення здоров'я відбувається шляхом усунення адаптаційно-компенсаторних комплексів, які зменшують резерви здоров'я організму та погіршують якість життя людини.

3. Готовність майбутнього фахівця зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій визначається сформованістю інтегральної компетентності, яка складається з 12 компетенцій, що поділяються на три групи, а саме: соціальні (здатність оцінювати стан здоров'я, здійснювати моніторинг рівня індивідуального та громадського здоров'я; здатність аналізувати спосіб життя особи, його вплив на здоров'я, консультувати та надавати рекомендації з питань здорового способу життя; здатність дотримуватися правил і норм здорового способу життя, пропагувати його), загальнонаукові (здатність до розуміння сутності та принципів побудови оздоровчої діяльності з позицій холистичного підходу, аналізувати здоров'я як системну категорію; здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про будову та функції організму людини в цілому та його окремих органів і систем; здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання про основні фактори навколишнього середовища та їх вплив на здоров'я людини; здатність до розуміння чинників здоров'я, формування умов збереження й зміцнення індивідуального здоров'я людини, визначення перспективних шляхів управління здоров'ям) та фахові (здатність здійснювати оцінку рухової активності особи, надавати рекомендації, скласти індивідуальну програму оздоровлення із застосуванням фізичних вправ; здатність здійснювати оцінку раціону харчування, консультувати з питань оздоровчого харчування; здатність надавати рекомендації з питань ендоекології, скласти індивідуальну програму детоксикації організму; здатність аналізувати психоемоційний стан, консультувати та надавати рекомендації щодо профілактики та усунення наслідків психоемоційного стресу, покращення психоемоційного стану людини; здатність впроваджувати процедури загартування повітрям, водою та сонячними променями).

4. Для теоретичного розгляду кожної компетенції визначено зміст її структурних компонентів, уточнено критерії (знання, уміння, комунікація, автономність і відповідальність), показники (диференціюються залежно від компетенцій) та рівні сформованості інтегральної компетентності й готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини щодо застосування здоров'язміцнювальних технологій. Відповідно до визначених компетенцій, їх кількісних і якісних характеристик схарактеризовано чотири рівні готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій (високий, достатній, задовільний, елементарний) і сформульовано їх якісні характеристики.

5. Модель науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій систематизує та формалізує уявлення про цілісний навчально-виховний процес в умовах вищого навчального закладу. Як теоретична конструкція модель відображає концептуально-методологічні аспекти та найважливіші ланки організації і планування навчально-виховного процесу, у структурі якого виокремлено: цільовий блок (мета і завдання); змістовий блок (зміст навчального матеріалу, навчальні



дисципліни); процесуальний блок (методи, форми й засоби навчальної діяльності викладача та студентів, організація навчального процесу, педагогічні умови); діагностичний блок (програма оцінювання, комплекс моніторингово-контрольних процедур, рівні готовності).

Процес професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій потребує форм і методів навчання (лекції-дискусії, мультимедійні лекції, проблемний виклад матеріалу, складання індивідуальних оздоровчих програм, виконання тестових, навчально-пізнавальних і творчих завдань та їх регулярна перевірка й оцінювання, виконання завдань-фрагментів майбутньої професійної діяльності, участь у науково-дослідній роботі, евристична бесіда, підготовка презентацій, відеопродукції тощо), спрямованих на активізацію пізнавального інтересу до засвоєння знань про здоров'я, формування позитивного ставлення студентів до оздоровчої діяльності, розвиток творчого мислення, уміння використовувати свої позитивні якості і нейтралізувати недоліки, стимулювання самопізнання, набуття досвіду професійної діяльності в індивідуально-неповторному стилі. У процесі професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини формується емоційно-ціннісне, усвідомлене ставлення до здоров'я, що ґрунтується на позитивних інтересах і потребах, прагненні до вдосконалення власного здоров'я і дбайливого ставленні до здоров'я оточуючих.

Успішність та якість професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій визначають педагогічні умови, а саме: вдосконалення когнітивного компонента змісту професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій як підґрунтя для формування професійної компетентності, цінностей і мотивів здоров'я, професійної самосвідомості та самоствердження; залучення студентів до оздоровчої діяльності як засобу формування творчого оздоровчого мислення, стимулювання до практичного застосування здоров'язміцнювальних технологій під час навчання та виконання професійних завдань; створення відповідного професійно-педагогічного освітнього середовища (наукового, навчально-методичного, організаційного, кадрового забезпечення), яке сприяє формуванню у студентів професійної спрямованості, свідомого, емоційно-ціннісного, відповідального ставлення як до власного здоров'я, так і здоров'я оточуючих.

Результати дослідно-експериментальної роботи свідчать про ефективність розробленої науково-методичної системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Визначення сформованості інтегральної компетентності та рівня готовності майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій охоплює застосування тестових завдань у поєднанні з традиційними засобами, як-от: усне та письмове опитування, написання есе на визначену тему, виконання запропонованих практичних завдань. Під час вимірювання вихідного рівня готовності

майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій на констатувальному етапі експерименту було з'ясовано, що рівень її сформованості був у межах елементарного як в контрольній, так і експериментальній групі. Динаміка позитивного приросту за всіма компетенціями в експериментальній групі доводить достовірність висунутої у дослідженні гіпотези.

6. Для оздоровчої освіти актуальною є проблема визначення спектру знань з урахуванням специфіки професійної діяльності фахівців означеного напрямку підготовки. Аналіз переліку навчальних дисциплін нормативної частини освітньо-професійної програми дав змогу виявити комплекс дисциплін різних циклів (філософія, біологія, анатомія людини, біохімія, фізіологія людини, гігієна, екологія, безпека життєдіяльності, загальна теорія здоров'я, основи здорового способу життя, теорія і методика фізичного виховання, педагогіка, теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності, методика навчання основ здоров'я, основи раціонального харчування, діагностика і моніторинг стану здоров'я, психологія здоров'я та здорового способу життя), спроможних сприяти формуванню в майбутніх фахівців зі здоров'я людини інтегральної компетентності та готовності до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Розгляд основних характеристик змістового наповнення процесу професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, а також обґрунтування структурних компонентів змісту та їх взаємозв'язків дали змогу конкретизувати зміст за двома основними напрямками (рівнями) оздоровчого впливу, а саме: психічний (свідомість, психоемоційна активність, розумова діяльність) та фізичний (тілесний). Серед структурних компонентів змісту досвід пізнавальної діяльності (когнітивний компонент) є базовим для всіх інших, оскільки він визначає професійну спрямованість фахівця, ефективність та успішність його праці, формує професійну самосвідомість та ціннісне ставлення до здоров'я, виховує культуру здоров'я, мотивує до оздоровчої діяльності, розвиває творче оздоровче мислення.

Здійснене дослідження не претендує на вирішення всіх питань, пов'язаних із підготовкою майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Перспективи подальших наукових пошуків ми вбачаємо у вивченні теоретико-методологічних засад удосконалення підготовки фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій в системі післядипломної освіти та їхнє професійне самовдосконалення упродовж життя з метою забезпечення конкурентоспроможності фахівця в сучасних умовах ринкової економіки.

## СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

### *Наукові праці, в яких опубліковані основні результати дисертації*

#### *Монографія*

1. Міхеєнко О. І. Підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій: теоретико-методичні аспекти : [монографія] / О. І. Міхеєнко. – Суми : Університетська книга, 2015. – 316 с.

#### *Статті в наукових фахових виданнях*

2. Міхеєнко О. І. Духовність як ключова складова здоров'я / О. І. Міхеєнко // Педагогіка і психологія формування творчої особистості: проблеми і пошуки : зб. наук. праць / редкол. : Т.І. Сущенко (відп. ред.) [та ін.]. – Київ; Запоріжжя, 2005. – Вип. 34. – С. 144–150.

3. Міхеєнко О. І. Оздоровлення організму людини в контексті валеологічної парадигми / О. І. Міхеєнко // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К.Д. Ушинського : зб. наук. праць / редкол. : А. М. Богуш (головн. ред.) [та ін.]. – Одеса, 2005. – № 11/12. – С. 186–192.

4. Міхеєнко О. І. До проблеми діагностики стану здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2006. – № 3. – С. 66–69.

5. Міхеєнко О. І. Валеологія: сутність, методологія, перспективи / О. І. Міхеєнко // Педагогічні науки : зб. наук. праць / редкол. : М. О. Лазарєв (відп. ред.) [та ін.]. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2006. – С. 64–70.

6. Міхеєнко О. І. Формування культури здоров'я населення як нагальна потреба сучасності / О. І. Міхеєнко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : зб. наук. праць / редкол. : А. А. Сбруєва (гол. ред.) [та ін.]. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2010. – № 1. – С. 82–91.

7. Міхеєнко О. І. Складові культури здоров'я в контексті валеологічної парадигми / О. І. Міхеєнко // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи : зб. наук. праць / за заг. ред. В. І. Євдокимова і О. М. Микитюка. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. – Вип. 36. – С. 88–96.

8. Міхеєнко О. І. Принципи побудови оздоровчого фізичного тренування / О. І. Міхеєнко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. праць / гол. ред. М. О. Носко. – Чернігів, 2012. – Вип. 98. – Т. 3. – С. 219–222.

9. Міхеєнко О. І. Холістичний підхід до оцінки рівня здоров'я організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : зб. наук. праць /

редкол. : А. А. Сбруєва (гол. ред.) [та ін.]. – Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2012. – № 1. – С. 36–45.

10. Міхеєнко О. І. Основні дефініції системи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. праць / гол. ред. М. О. Носко. – Чернігів, 2013. – Вип. 107. – Т. 1. – С. 239–242.

11. Міхеєнко О. І. Зміст професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Теорія та методика навчання та виховання : зб. наук. праць / за заг. ред. А. В. Троцько. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2013. – Вип. 34. – С. 96–106.

12. Міхеєнко О. І. Професійна підготовка майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій у контексті компетентнісного підходу / О. І. Міхеєнко // Засоби навчальної та науково-дослідної роботи : зб. наук. праць / за заг. ред. В. І. Євдокимова і О. М. Микитюка. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. – Вип. 42. – С. 85–97.

13. Міхеєнко О. І. Психолого-педагогічні аспекти формування здоров'язміцнювальної поведінки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології : зб. наук. праць / гол. ред. А. А. Сбруєва. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2014. – № 2. – С. 471–479.

14. Котелевський В. І. Реабілітаційний та валеологічний супровід студентської молоді із патологією хребта / В. І. Котелевський, О. І. Міхеєнко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Сер.: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт : зб. наук. праць / гол. ред. М. О. Носко. – Чернігів : ЧНПУ, 2014. – Вип. 118. – Т. III. – С. 151–154.

*Статті у виданнях, віднесених*

*до міжнародних наукометричних баз даних*

15. Міхеєнко О. І. Культура харчування як складова культури здоров'я людини (валеологічний аспект) / О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2011. – № 3. – С. 116–121.

16. Міхеєнко О. І. Комплексна методика оцінки рівня здоров'я організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2011. – № 6. – С. 93–101.

17. Міхеєнко О. І. Конкретизація сутності поняття “здоров'я” як методологічне підґрунтя практики оздоровлення організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. проф. С. С. Єрмакова. – Харків, 2013. – № 2. – С. 42–46.

18. Міхеєнко О. І. Сутність здоров'язміцнювальних технологій у контексті професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія : зб. ст. – Ялта : РВВ КГУ, 2014. – Вип. 42. – Ч. 2. – С. 141–150.

19. Котелевський В. І. Актуальні проблеми фізичної реабілітації студентської молоді із патологією хребта / В. І. Котелевський, Ю. О. Лянной, О. І. Міхеєнко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2014. – № 3. – С. 37–42.

20. Міхеєнко О. І. Модель професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій / О. І. Міхеєнко, В. І. Котелевський // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Харків, 2014. – № 9. – С. 41–46.

21. Міхеєнко О. І. Підвищення якості професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини на засадах компетентнісного підходу / О. І. Міхеєнко // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія : зб. ст. – Ялта : РВВ КГУ, 2014. – Вип. 45. – Ч. IV. – С. 201–210.

22. Міхеєнко О. І. Теоретико-методологічні аспекти формування змісту професійної освіти майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія : зб. ст. – Ялта : РВВ КГУ, 2014. – Вип. 46. – Ч. 3. – С. 107–111.

23. Міхеєнко О. І. Феномен здоров'я у сучасному культурно-освітньому просторі / О. І. Міхеєнко // Проблемы современного педагогического образования. Сер.: Педагогика і психологія : зб. ст. – Ялта : РІО КГУ, 2014. – Вип. 46. – Ч. 6. – С. 135–142.

#### ***Опубліковані праці апробаційного характеру***

24. Міхеєнко О. І. Фізична реабілітація як оздоровча галузь педагогічної освіти / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми медичної та фізичної реабілітації : І Сумська обл. наук.-практ. конф. (Суми, 19 червня 2003 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2003. – С. 87–93.

25. Міхеєнко О. І. Синергетичний підхід у процесі оздоровлення організму людини / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми медичної та фізичної реабілітації : II Сумська обл. наук.-практ. конф. (Суми, 27 травня 2004 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2004. – С. 156–159.

26. Міхеєнко О. І. Сутність валеологічного підходу в сфері фізичної реабілітації / О. І. Міхеєнко // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку : X Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 20-22 травня 2004 р.) : зб. наук. пр. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2004. – С. 193–197.

27. Міхеєнко О. І. Формування здорового способу життя як комплексна проблема / О. І. Міхеєнко, Ю. О. Лянной // Формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчально-виховного закладу : II обласна наук.-практ. конф. (Суми, 24-25 березня 2005 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2005. – С. 112–119.
28. Міхеєнко О. І. Валеологія: сутність, методологія, перспективи / О. І. Міхеєнко, Ю. О. Лянной // Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту : II Всеукр. наук. конф. (Суми, 14-15 вересня 2005 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2005. – С. 117–127.
29. Міхеєнко О. І. Духовність як ключова складова здоров'я / О. І. Міхеєнко // Біосоціокультурні та педагогічні аспекти фізичного виховання і спорту : II Всеукр. наук. конф. (Суми, 14-15 вересня 2005 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2005. – С. 127–136.
30. Міхеєнко О. І. Фізична реабілітація і валеологія: точки дотику / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми медичної та фізичної реабілітації : I Всеукр. наук. конф. (Суми, 27-28 жовтня 2005 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2005. – С. 182–186.
31. Міхеєнко О. І. Валеологія та фізична реабілітація як оздоровчі галузі професійно-прикладної діяльності / О. І. Міхеєнко, Ю. О. Лянной // Наука. Освіта. Здоров'я. Реабілітація : IV Міжнар. наук.-метод. конф. (Луганськ, 23-24 листопада 2005 р.) : матеріали конф. – Луганськ : Знання. – 2005. – Вип. 4. – С. 106–111.
32. Міхеєнко О. І. Формування здорового способу життя у контексті валеологічної парадигми / О. І. Міхеєнко // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 19-21 травня 2005 р.) : зб. наук. пр. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2005. – С. 49–55.
33. Будняк О. М. Комплексний підхід до визначення стану здоров'я людини / О. М. Будняк, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : VI Всеукр. студ. конф. (Суми, 20-21 квітня 2006 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2006. – С. 248–255.
34. Міхеєнко О. І. Холістичний підхід до здоров'я як методологічне підґрунтя валеології / О. І. Міхеєнко // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку : XII Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 25-26 травня 2006 р.) : зб. наук. пр. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2006. – С. 77–82.
35. Карга О. М. Деякі питання профілактики гіпертонічної хвороби / О. М. Карга, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : VII Всеукр. студ. конф. (Суми, 26-27 квітня 2007 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2007. – С. 335–340.

36. Міхеєнко О. І. Аналіз головних причин недотримання правил і норм здорового способу життя / О. І. Міхеєнко // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку : XIII Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 24-25 травня 2007 р.) : зб. наук. пр. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2007. – С. 38–42.

37. Левченко А. О. Фізична реабілітація хворих похилого віку на деформуючий остеоартроз ліктьового суглобу / А. О. Левченко, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : VIII Всеукр. студ. конф. (Суми, 24-25 квітня 2008 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. – С. 252–256.

38. Міхеєнко О. І. Оцінка рівня здоров'я людини як методологічна проблема валеології / О. І. Міхеєнко, Ю. О. Лянной // Освіта і здоров'я: формування здоров'я дітей, підлітків та молоді в умовах навчального закладу : II Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 25-26 вересня 2008 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2008. – С. 230–242.

39. Міхеєнко О. І. Підготовка фахівців з валеології як важливий напрямок розвитку сучасної системи охорони здоров'я населення України / О. І. Міхеєнко // Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективи розвитку : XIV Всеукр. наук.-практ. конф. (Кіровоград, 22-23 травня 2008 р.) : зб. наук. пр. – Кіровоград : КДПУ ім. В. Винниченка, 2008. – Ч. 1. – С. 79–83.

40. Рябік В. М. Фізична реабілітація дітей молодшого шкільного віку з порушеннями постави / В. М. Рябік, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : IX Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 23-24 квітня 2009 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2009. – С. 329–332.

41. Міхеєнко О. І. Головні причини недотримання правил і норм здорового способу життя / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми логопедії та реабілітації : I обл. наук.-практ. конф. (Суми, 4 лютого 2010 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2010. – С. 234–239.

42. Михайлов І. С. Фізична реабілітація хворих на ішемічну хворобу серця / І. С. Михайлов, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 28-29 квітня 2011 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – С. 309–311.

43. Овчаренко А. В. Ефективність застосування Су-Джок терапії в комплексній реабілітації дітей дошкільного віку з плоскостопістю / А. В. Овчаренко, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 28-29 квітня 2011 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – С. 323–325.

44. Семигук Н. О. Застосування природних чинників у процесі оздоровлення дітей з харчовою алергією / Н. О. Семигук, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і

спорту школярів та студентів України : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 28-29 квітня 2011 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – С. 361–363.

45. Трегуб Н. В. Використання апарату для фототерапії в комплексній реабілітації хворих на бронхіальну астму / Н. В. Трегуб, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 28-29 квітня 2011 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – С. 382–385.

46. Холіна О. А. Оздоровлення дитячого організму з використанням природних засобів / О. А. Холіна, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів України : XI Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 28-29 квітня 2011 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2011. – Т. 1. – С. 387–390.

47. Міхеєнко О. І. Свідоме та відповідальне ставлення до власного здоров'я як умова формування культури здоров'я особистості / О. І. Міхеєнко // Педагогіка здоров'я : Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 7 квітня 2011 р.) : зб. наук. пр. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2011. – С. 152–158.

48. Міхеєнко О. І. Думка і слово як чинники впливу на організм людини / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми логопедії та реабілітації : I Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 7 лютого 2012 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2012. – С. 158–163.

49. Міхеєнко О. І. “Щоденник здоров'я” як засіб формування культури здоров'я студентів / О. І. Міхеєнко // Педагогіка здоров'я : II Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 7 квітня 2012 р.) : зб. наук. пр. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2012. – С. 217–219.

50. Міхеєнко О. І. Ендоекологія як чинник здоров'я / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми логопедії та реабілітації : II Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 7 лютого 2013 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2013. – С. 173–178.

51. Міхеєнко О. І. Рухова активність як засіб оздоровлення / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту школярів та студентів : XIII Міжнар. наук.-практ. конф. (Суми, 18-19 квітня 2013 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2013. – Т.1. – С. 387–392.

52. Міхеєнко О. І. Синергетичний підхід у процесі оздоровлення організму людини / О. І. Міхеєнко, Ю. Д. Бойчук // Педагогіка здоров'я. Здоров'я людини в умовах ноосферогенезу : III Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 12 березня 2013 р.) : зб. наук. пр. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2013. – С. 189–193.

53. Міхеєнко О. І. Постаць Арнольда Ерета в історії розвитку науки про здоров'я / О. І. Міхеєнко // Педагогіка здоров'я : IV Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 7 квітня 2014) : зб. наук. пр. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. – С. 356–360.



54. Міхеєнко О. І. Аналіз детермінант здоров'я організму людини як підґрунтя для профілактичної та здоров'язміцнювальної діяльності / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми логопедії та реабілітації : III Всеукр. наук.-практ. конф. (Суми, 4 квітня 2014 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2014. – С. 207–212.

55. Міхеєнко О. І. Принцип комплексного застосування засобів різної спрямованості в оздоровчому фізичному тренуванні / О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення : XIV Міжнар. наук.-практ. конф. молодих учених (Суми, 24-25 квітня 2014 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2014. – Т. II. – С. 168–173.

56. Міхеєнко О. І. Компетентнісний підхід як чинник підвищення якості професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини / О. І. Міхеєнко // Українська освіта і наука в XXI столітті: погляд молоді : Всеукр. наук.-практ. конф. молодих учених (Харків, 22-23 травня 2014 р.) : матеріали конф. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2014. – С. 48–49.

57. Міхеєнко О. І. Гармонія як умова здоров'я / О. І. Міхеєнко // Гармонізація культурно-освітнього простору вищої школи: соціально-педагогічні аспекти : Міжнар. наук.-практ. конф. (Мелітополь, 12-13 червня 2014 р.) : матеріали конф. – Мелітополь : МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2014. – С. 208–210.

58. Міхеєнко О. І. Життєвий шлях та наукова спадщина І. І. Мечникова в аспекті вивчення феномену здоров'я організму людини / О. І. Міхеєнко // Педагогіка здоров'я : V Всеукр. наук.-практ. конф. (Харків, 15 травня 2015 р.) : зб. наук. пр. – Харків : ХНПУ ім. Г.С. Сковороди, 2015. – С. 356–360.

59. Голінко М. В. Фізична реабілітація при хронічному гастриті у дітей / М. В. Голінко, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення : XV Міжнар. наук.-практ. конф. молодих учених (Суми, 23-24 квітня 2015 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2015. – Т. II. – С. 31–34.

60. Карпенко А. Г. Теоретико-методичні засади фізичної реабілітації людей середнього віку з остеохондрозом поперекового відділу хребта / А. Г. Карпенко, О. І. Міхеєнко // Сучасні проблеми фізичного виховання і спорту різних груп населення : XV Міжнар. наук.-практ. конф. молодих учених (Суми, 23-24 квітня 2015 р.) : матеріали конф. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2015. – Т. II. – С. 48–52.

***Опубліковані праці, які додатково відображають  
наукові результати дисертації***

61. Міхеєнко О. І. Валеологія і фізична реабілітація як спільна основа професійно-прикладної діяльності при підготовці фізичного реабілітолога / О. І. Міхеєнко, Ю. О. Лянной // Український вісник реабілітології : зб. наук. праць / за ред. В. В. Купини. – Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2005. – С. 148–154.

62. Міхеєнко О. І. Оздоровчий вплив плавання на організм людини // О. І. Міхеєнко. – Суми: СДПУ ім. А. С. Макаренка, 2001. – 36 с.
63. Міхеєнко О. І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: Курс лекцій / О. І. Міхеєнко. – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2005. – 280 с.
64. Міхеєнко О. І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини: Курс лекцій / О. І. Міхеєнко. – Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2006. – 328 с.
65. Міхеєнко О. І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини : [навч. посіб.] / О. І. Міхеєнко. – Суми: ВТД “Університетська книга”, 2009. – 400 с. (Гриф МОН України).
66. Міхеєнко О. І. Валеологія: Основи індивідуального здоров'я людини : [навч. посіб.] / О. І. Міхеєнко. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Суми : Університетська книга, 2010. – 448 с.
67. Котелевський В. І. Діагностика рівня здоров'я, психосоматичного стану та якості життя у студентської молоді / В. І. Котелевський, Ю. О. Лянной, О. І. Міхеєнко. – Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. – 117 с.
68. Міхеєнко О. І. Щоденник здоров'я : [навч.-метод. посіб.] / О. І. Міхеєнко, В. І. Котелевський. – Суми : Університетська книга, 2011. – 157 с.
69. Міхеєнко О. І. Основи раціонального та оздоровчого харчування : [навч. посіб.] / О. І. Міхеєнко. – Суми : Університетська книга, 2013. – 184 с. (Гриф МОН України).
70. Михеєнко А. И. Рациональное и оздоровительное питание / А. И. Михеєнко. – Ростов н/Д : Феникс, 2015. – 191 с.

## АНОТАЦІЇ

**Міхеєнко О.І. Теоретичні і методичні основи професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій.** – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора педагогічних наук зі спеціальності 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, Міністерство освіти і науки України. – Тернопіль, 2016.

У дисертації здійснено обґрунтування і запропоновано шляхи вирішення комплексної соціально-педагогічної проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Розглянуто основні характеристики, ознаки й чинники здоров'я людини, конкретизовано дефініцію поняття “здоров'я” в контексті професійної підготовки фахівців зі здоров'я людини, удосконалено базовий понятійний апарат, методичні положення змісту, форм і методів професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій. Розкрито сутність здоров'язміцнювальних технологій, запропоновано їх класифікацію за напрямками оздоровчого впливу на організм.

Обґрунтовано концепцію і науково-методичну систему професійної підготовки майбутніх фахівців зі здоров'я людини до застосування здоров'язміцнювальних технологій, розроблено її модель, яка відображає взаємодію і взаємозв'язок теоретико-методологічного блоку та структурних блоків навчально-виховного процесу (цільового, змістового, процесуального, діагностичного), експериментально перевірено її ефективність.

**Ключові слова:** здоров'я людини, професійна підготовка, майбутні фахівці зі здоров'я людини, здоров'язміцнювальні технології, науково-методична система професійної підготовки, готовність до виконання здоров'язміцнювальної діяльності.

**Михеенко А.И. Теоретические и методические основы профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьесохраняющих технологий.** – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени доктора педагогических наук по специальности 13.00.04 – теория и методика профессионального образования. – Тернопольский национальный педагогический университет имени Владимира Гнатюка, Министерство образования и науки Украины. – Тернополь, 2016.

В диссертации осуществлено обоснование и предложены пути решения комплексной социально-педагогической проблемы профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьесохраняющих технологий. Рассмотрены основные характеристики, признаки и факторы здоровья человека, конкретизирована дефиниция понятия “здоровье” в контексте профессиональной подготовки специалистов по здоровью человека, усовершенствован базовый понятийный аппарат, методические положения содержания, форм и методов профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьесохраняющих технологий. Раскрыта сущность здоровьесохраняющих технологий, предложена их классификация по направлениям оздоровительного воздействия на организм. Обоснована концепция и научно-методическая система профессиональной подготовки будущих специалистов по здоровью человека к применению здоровьесохраняющих технологий, разработана ее модель, которая отражает взаимодействие и взаимосвязь теоретико-методологического блока и структурных блоков учебно-воспитательного процесса (целевого, содержательного, процессуального, диагностического), экспериментально проверена ее эффективность.

**Ключевые слова:** здоровье человека, профессиональная подготовка, будущие специалисты по здоровью человека, здоровьесохраняющие технологии, научно-методическая система профессиональной подготовки, готовность к выполнению здоровьесохраняющей деятельности.

**Mikheienko O.I. Theoretical and methodical bases for training future human health specialists to use health-strengthening technologies.** – Manuscript.

Thesis for the Doctor Degree in Pedagogy, Speciality 13.00.04 – Theory and Methodology of Professional Education. – Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University, Ministry of Education and Science of Ukraine. – Ternopil, 2016.

The dissertation grounds the theoretical foundations and provides a solution to the complex social and pedagogical problem of training future human health specialists to use health-strengthening technologies. The basic notions of the concept, the methodological and methodical bases of training future human health specialists reflecting the implementation of the strategy to meet the needs of the society in preserving and strengthening the health of the citizens are formulated.

The meanings of the notions of “health”, “health-strengthening technologies”, “health-improving sphere”, “training future human health specialists to use health-strengthening technologies”, “healthy lifestyle”, “health culture”, and “creative health-improving thought” are specified and concretized. The basic notional apparatus of training future human health specialists to use health-strengthening technologies is upgraded.

The concept of training future human health specialists to use health-strengthening technologies is developed. The concept reflects the methodological basis of the system of training future human health specialists to use health-strengthening technologies, current tendencies in higher education, the requirements to the students’ training and its theoretical and methodological peculiarities both in social and pedagogical sphere and in professional activity of human health specialists.

The scholarly methodical system of training future human health specialists to use health-strengthening technologies is grounded, and the model of the above-mentioned system is developed. The model reflects the theoretical and methodical set (regulatory requirements to the professional training, scholarly methodological approaches, general didactic and specific principles of learning) and the structural sets of the educational process (target, content, procedure, and diagnostic sets); the essence of the specific principles of learning (principle of professional direction, interdisciplinary principle, principle of the unity of educational and scholarly activity of departments and staff; principle of stimulating health-strengthening activity; innovative principle; emotional principle) is revealed; the pedagogical conditions that ensure the efficiency of educational process of training future human health specialists to use health-strengthening technologies (development of the cognitive component of the content of training future human health specialists to use health-strengthening technologies as a basis for forming professional competence, values and motifs of health, professional self-consciousness and self-affirmation; attracting students to the health-improving activities as a means of forming creative health-improving thought, stimulating the practical use of health-improving technologies in learning and when accomplishing

professional tasks; creating proper professional and pedagogical educational surroundings (scholarly, educational and methodical, organizational, staff provision) that facilitates forming students' professional direction, conscious, emotional, valuable and responsible attitude both to their own health and the health of people around) are revealed.

Based on a comprehensive analysis of the phenomenon of health, the content of health-strengthening technologies is revealed, their classification is offered in the course of health-improving effects on the organism. The complex methods of assessing the level of human health is developed, that makes it possible not only to diagnose human health, but also focuses on taking an integrated approach in the implementation of individual health programme, generates motivation to live a healthy lifestyle.

The set of competences (social, general scholarly and professional) is defined, which are the components of integral competence, their contents are revealed, the qualitative characteristics of the level of formation of readiness of future human health specialists to use health-strengthening technologies are formulated. Methods for assessing the level of competences formation in the process of training future human health specialists to use health-strengthening technologies are developed, that allow determining the level and dynamics of the formation of integral competence.

The principles and pedagogical conditions that ensure the efficiency of the educational process of training future human health specialists to use health-strengthening technologies are formulated. The methodical regulations of content, forms and methods of training future human health specialists to use health-strengthening technologies in higher education conditions are specified.

Educational and methodical support is provided (programs, manuals, educational and methodical complexes, tests) for the process of training future human health specialists to use health-strengthening technologies. The program of an integrative elective course "Health-strengthening technologies" is developed, the main didactic load of which is the formation of systematic knowledge and minimization of the occurrence of cognitive dissonance caused by the presence in the modern theory and practice of a significant number of conflicting views on the issue of human health.

The following authorings are offered: tutorials for the students of higher educational establishments "Valeology: basics of individuals' health"; tutorial for the students of higher educational establishments "Basics of rational and healthy diet"; methodical tutorials "Diagnostics of the level of health, psychosomatic condition and life quality among students", "The Diary of Health"; methodical tutorials (software and paperback) of the disciplines "General Theory of Health", "Basics of Rational and Health-Improving Diet", "Basics of Healthy Lifestyle", "Basics of Individuals' Health", "Valeology"; syllabuses and working programmes, materials for lectures and practical lessons, tests for assessment, individual work and individual tasks.

**Keywords:** human health, professional training, future human health specialists, health-strengthening technologies, scholarly methodical system of training future human health specialists to use health-strengthening technologies, readiness to conduct health-strengthening activity.

Підписано до друку 26.01.2016 р.  
Формат 60x84/16.  
Папір друк. Друк офсетний.  
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.  
Наклад 100 прим. Зам. № 01/16/2-9

Віддруковано у видавничому центрі "Вектор"  
46018, м. Тернопіль, вул. Львівська, 12,  
Тел. 8 (0352) 40-08-12

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи  
до державного реєстру видавців, виготівників  
і розповсюджувачів видавничої продукції  
серія ТР № 46 від 07 березня 2013 р.  
ФО Осадца Ю.В.