

Здоров'язберігаюча компетентність особистості // Магістр медсестринства: український науково-практичний журнал. – Житомир: Житомирський інститут медсестринства, 2013. С. 10-17. (Поліщук Н.М.)

УДК 378. 637.233

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ ЯК
НАУКОВА ПРОБЛЕМА (АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ)**

О.Є. Антонова,

доктор педагогічних наук, професор

(Житомирський державний університет імені Івана Франка, м. Житомир);

e-mail: antonova_elena@mail.ru

Н.М. Поліщук,

здобувач кафедри педагогіки

*(Житомирський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти,
м. Житомир)*

Реформування освіти в Україні є частиною процесів оновлення освітніх систем, що відбуваються останні двадцять років у європейських країнах і пов'язані з визнанням значимості знань як рушія суспільного добробуту та прогресу. Ці зміни передбачають створення нових освітніх стандартів, оновлення та перегляд навчальних програм, змісту навчально-дидактичних матеріалів, підручників, форм і методів навчання.

Провідним у модернізації системи освіти України проголошується компетентнісний підхід як одне з важливих концептуальних положень оновлення змісту освіти. При цьому підкреслюється, що в розумінні компетентнісного підходу закладено ідеологію інтерпретації змісту освіти, що формується "від результату" ("стандарт на виході"). У цілому мета компетентнісного підходу пролягає у забезпеченні якості освіти. При цьому компетентність виступає як найважливіший критерій якості освіти, його відповідності сучасним умовам і є сукупністю конкретних вимог до рівня підготовленості фахівця.

У вітчизняній педагогіці й психології компетентнісний підхід виразно позначений у працях вітчизняних дослідників Т. Браже, Г. Вертохвостової, П. Гальперіна, Б. Гершунського, Є. Горностай, В. Давидова, А. Деркача, І. Єрмакова, І. Зимньої, С. Краснокрутської, Н. Кузьміної, О. Лебедева, А. Маркової, Н. Мілованової, А. Новікова, О. Овчарук, В. Сєрікова, Ю. Татура, А. Хуторського, В. Шадрікова, В. Циби, І. Якиманської та ін.

Під поняттям „компетентнісний підхід в освіті” вітчизняні дослідники, зокрема О.І. Пометун розуміють спрямованість освітнього процесу на формування й розвиток основних базових і предметних компетентностей особистості, результатом чого має бути формування загальної компетентності, що є сукупністю ключових компетентностей, інтегрованою характеристикою особистості [21].

Компетентність є багатофакторною якістю особистості. Вона припускає не лише наявність певного обсягу знань, умінь, навичок, досвіду та особистих якостей, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у професійній діяльності, а й ціннісних орієнтацій фахівця, усвідомлення ним свого місця в суспільстві і розуміння світу навколо нього, відповідного стилю взаємодії з іншими людьми, загальної культури особистості, а також здібностей та можливостей до постійного вдосконалення власного творчого потенціалу [21].

Універсальні компетентності широкого спектру використання, які називають ключовими, охоплюють основи сучасного наукового знання, принципи і закономірності безлічі предметів і явищ дійсності. Ці компетентності багатофункціональні, надпредметні й міждисциплінарні, оскільки включають пізнавальні, операційно-технологічні, емоційно-вольові і мотиваційні компоненти.

Автори стратегії модернізації змісту загальної освіти, ґрунтуючись на зарубіжному досвіді, наводять базові компетентності у сферах: самостійної пізнавальної, цивільно-суспільної, соціально-трудової, культурно-дозвілєвої діяльності, у побутовій сфері (включаючи аспекти власного здоров'я, родинного буття і інш) [27].

Таким чином, до базових компетентностей належить комплекс універсальних знань, що відрізняються широким рівнем узагальнення, включають загальнонаукові і загальнопрофесійні категорії, поняття, закони, принципи і закономірності функціонування науки, техніки і суспільства.

За результатами діяльності робочої групи з питань запровадження компетентнісного підходу, створеної в рамках проекту ПРООН "Освітня політика та освіта "рівний – рівному", запропоновано такий перелік ключових компетентностей: **уміння вчитись (навчальна), громадянська, загальнокультурна, компетентність з інформаційних та комунікаційних технологій, соціальна, підприємницька, здоров'язберігаюча** [20].

Ідеї збереження найбільшої цінності, якою є здоров'я і життя людини, певною мірою привертали увагу суспільства на різних етапах його розвитку. Сучасні дослідження феномена "здоров'я людини" виявили обмеженість суто медичного підходу, що визначає здоров'я як відсутність хвороби [4]. Більш того, комплекс суто медичних питань складає лише малу частину феномена здоров'я. Так, узагальнені підсумки досліджень залежності здоров'я людини від різних чинників переконують, що стан системи охорони здоров'я зумовлює в середньому лише близько 10% всього комплексу впливів. Решта 90% припадає на екологію (близько 20%), спадковість (близько 20%) і найбільше – на умови і спосіб життя (близько 50%). Тобто, суто медичний аспект не є головним серед різноманітності впливів на здоров'я людини, а відтак медичне визначення здоров'я як відсутність хвороби не відповідає життєвим реаліям.

Сучасні наукові дані свідчать, що здоров'я людини є складним феноменом, який можна розглядати як філософську, соціальну, економічну, біологічну, медичну категорії; як об'єкт споживання, внесення капіталу [28]; як індивідуальну і суспільну цінність; динамічне явище системного характеру,

що постійно взаємодіє з довкіллям, яке, у свою чергу, постійно змінюється. Аналіз наукових джерел засвідчив, що у науковій літературі пропонується понад 200 дефініцій поняття "здоров'я людини" [8]. Загальноприйняте в міжнародному вживанні наступне визначення здоров'я, викладене в преамбулі Статуту ВООЗ (1948): "Здоров'я це стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад" [9]. Однак будь-яке визначення здоров'я, включаючи й це, не може претендувати на абсолютну точність, воно змінюється, розвивається, удосконалюється відповідно до прогресу суспільства, науки й культури.

Поняття "здоров'я" розкривали у своїх працях такі вчені як М. Амосов, Г. Апанасенко, Т. Бойченко, І. Брехман, Б. Бутенко, Д. Венедиктов, О. Ізуткін, В. Ліщук, Ю. Лисицин, Л. Попова, Л. Сущенко, А. Царенко та ін.

Однак на сьогоднішній день не існує сталого загальноприйнятого визначення поняття "здоров'я". Саме тому виникла необхідність аналізу різних підходів до розуміння і визначення змісту поняття "здоров'я людини".

Так М. Амосов здоров'я порівнює зі щастям, оскільки воно згадується як щастя тільки тоді, коли його вже немає. Здоров'я, на його думку, – це резервні потужності клітин, органів, усього організму. Цінність його в тому, що воно забезпечує необхідні умови для ефективної діяльності, завдяки якій досягається щастя [1].

Багато вчених, подібно до М. Амосова, характеризують здоров'я не тільки з якісної, але й з кількісної сторони. Вони вказують, що поняття "здоров'я" має характеризувати не лише моментальний стан організму, але і його потенційні можливості, резерв яких визначає напрямок зміни стану здоров'я. У зв'язку з цим поняття "здоров'я" пропонується розглядати як "рівень здоров'я". Під цим терміном розуміється кількісна характеристика функціонування й резервів фізіологічних, біологічних і психічних систем, а також ступінь напруги регуляторних механізмів, що дають змогу підтримувати гомеостаз організму при оптимальному рівні різнобічної фізичної підготовленості, що забезпечує високу соціальну дієздатність. Так, за визначенням В. Соболевського, здоров'я – це запас міцності організму, тобто відношення максимальної безпечної потужності організму до робочого процесу [24].

У суспільстві проблема здоров'я не існує окремо від проблеми людини, вона виникає разом з людиною і видозмінюється відповідно до розвитку людської культури. Російський учений, основоположник валеології І. Брехман під здоров'ям розуміє не тільки відсутність хвороб, а, насамперед, фізичну, соціальну, психологічну гармонію людини, доброзичливі, спокійні стосунки людини з людьми, природою, самою собою [6]. Як зазначає І. Брехман. "здоров'я людини – це її здатність зберігати відповідно до віку стійкість в умовах різних змін кількісних і якісних параметрів триєдиного потоку сенсорної, вербальної і структурної інформації" [4].

Цікавим є визначення поняття "здоров'я", сформульоване Д. Венедиктовим, оскільки він розглядає здоров'я як системне поняття, яке носить інтегрований характер. Тому здоров'я людини визначається ним як "динамічна рівновага організму з навколишнім середовищем, коли всі

закладені в біологічній та соціальній сутності людини фізичні, духовні та інші здібності виявляються найбільш повно і гармонійно, всі життєво важливі підсистеми людського організму функціонують з максимально можливою інтенсивністю, а загальне поєднання підтримується на рівні, оптимальному для збереження цілісності організму, його працездатності, а також швидкої адаптації до природного й соціального середовища, що безперервно змінюється" [10]. Він стверджує, що здоров'я – такий стан організму, що дає можливість зберігати здоров'я і є довгостроковим збереженням здатності до відновлення після хімічних, фізичних, інфекційних, психологічних або соціальних впливів [11].

Г. Апанасенко також робить акцент на тому, що здоров'я є дуже складною категорією, підкреслює біосоціальний аспект явища, відповідно до якого здоров'я являє собою результат взаємодії індивіда з навколишнім середовищем, умовами його існування, провідними мотивами його життєдіяльності й світовідчуття в цілому [2].

Як вважає Г. Апанасенко, "здоров'я – динамічний стан людини, що визначається резервами механізмів самоорганізації її системи (стійкістю до впливу патогенних чинників і здатністю компенсувати патологічний процес), характеризується енергетичним, пластичним й інформаційним (регуляторним) забезпеченням процесів самоорганізації, а також є основою прояву біологічних (виживання – збереження особи, репродукція – продовження роду) і соціальних функцій. Інтеграція всіх рівнів організації людини дає можливість індивідові виконувати свої біологічні й соціальні функції, що можна трактувати як прояв здоров'я. Чим вище здатність індивіда реалізувати свої біологічні й соціальні функції, тим вище рівень його здоров'я" [3].

Не можна визначити поняття "здоров'я", не беручи до уваги особливості середовища та діяльності людини, його соціальне значення. На думку Є. Кудрявцевої, "здоров'я індивіда може бути визначене як стан організму людини, який забезпечує повноцінне й ефективне виконання нею соціальних функцій" [16]. Продовжуючи цю думку, Г. Зайцев, А. Зайцев визначають здоров'я як важливу складову професійної готовності особистості до діяльності [12].

На думку Л. Сущенко, сьогодні дедалі більше стверджується погляд, відповідно до якого здоров'я визначається взаємодією біологічних, соціальних і психологічних чинників, оскільки зовнішні впливи завжди опосередковані особливостями функцій організму та їх регуляторних систем [26, с. 10]. Так, зокрема, О. Савченко розглядає здоров'я людини як цілісний і багатовимірний феномен у поєднанні його фізичної, психічної, соціальної та духовної складових [22]. Цю думку продовжують Є. Стальков та В. Панін, зазначаючи, що здоров'я є поєднанням біологічного (генетична програма, спадковість і конституція), фізіологічного (функціонування і характер адаптації органів і систем), психічного (емоційні реакції) та соціального (орієнтація у суспільстві) формування організму [25].

Як зазначає Н. Лебедева [17, с. 50-61], наукове розуміння здоров'я включає також своєчасний і гармонійний тілесний і психічний розвиток,

нормальне функціонування всіх органів і систем, високу працездатність при різних видах діяльності, відсутність захворювань, здатність легко адаптуватися до незвичних умов середовища й стійкість до несприятливих впливів. Визначаючи сутність поняття "здоров'я", вона пропонує враховувати чотири критерії, що характеризують рівень здоров'я: наявність або відсутність хронічних захворювань, рівень функціонального стану основних систем організму, ступінь резистентності організму, рівень досягнутого фізичного розвитку й ступінь його гармонійності.

Е. Буліч, І. Муравов також визначають здоров'я як динамічний стан найбільшого фізичного й психоемоційного добробуту, в основі якого знаходиться гармонійне співвідношення взаємопов'язаних функцій і структур, що забезпечують високий енергетичний рівень організму за найменшої вартості його адаптації до умов життєдіяльності [7].

Водночас представляє інтерес визначення здоров'я, яке сформулювала В. Климова: "Здоров'я – міра життєвиявлення людини, гармонійна єдність фізичних, психічних, трудових функцій, що зумовлює повноцінну участь людини в різних галузях суспільної діяльності. Тому власником гарного здоров'я вважають не просто того, хто не хворіє, але хто фізично міцний, духовно сильний, зберігає високу працездатність" [14, с. 44]. Згідно з підходом В. Климової, "філософськи здоров'я визначається як така форма вільного прояву життя, що охоплює велике коло різноманітної предметно-чуттєвої діяльності" [14, с. 45]. Так, у своєму дослідженні Н. Зимівець визначає зміст здоров'я наступним чином: здоров'я – це жити довго („наповнити життя роками”); бути здоровим якомога довше („наповнити роки життям”); розвивати впродовж життя свій потенціал („наповнити життя життям”) [13, с. 9].

Здоров'я також розглядається як результат самопізнання, оскільки від стану здоров'я залежить зміст відповідей на запитання про роль особистості у світі та суспільстві, а також ставлення до власного тіла, знання законів функціонування організму та ступінь їх вольової регуляції, ставлення до хвороби як ступеня здатності до пошуку, наявності особистісних настанов під час одужування [23].

Важливим, вважаємо й аксіологічний підхід до розуміння сутності здоров'я, запропонований Н. Башавець. Дослідник зазначає, що здоров'я – це власна цінність людини, що дозволяє повноцінно проявляти себе за допомогою стійкого біологічного, соціального, психологічного станів у будь-якому виді діяльності (навчальній, професійній, спортивній тощо) [5].

П. Калью, розглядаючи понад 80 визначень поняття "здоров'я людини", сформульованих представниками різних наукових дисциплін у різний час і в різних країнах світу, зазначає, що вражає не тільки розмаїття трактувань, а й різноманітність ознак, що використовують учені у визначенні цього поняття [9, с. 35-52].

Узагальнюючи результати аналізу характеристик поняття "здоров'я", що використовуються різними авторами, можна зазначити, що все їх розмаїття може бути представлено декількома категоріальними ознаками, а саме:

медичні ознаки і характеристики здоров'я; біологічні й соціальні ознаки, що розглядаються в єдності; відсутність у людини органічних порушень і суб'єктивних відчуттів нездоров'я; здоров'я як цінність для людини, необхідна передумова повноцінного життя, задоволення її матеріальних і духовних потреб.

Для того, щоб оцінювати здоров'я, необхідно дуже точно представляти сутність цього поняття. Автори різних дефініцій "здоров'я" використовують безліч критеріїв, що характеризують, з їхнього погляду, поняття "здоров'я людини". Це "певний стан органічного існування", "оптимальне функціонування організму", "процес збереження і розвитку", "динамічний феномен", "можливість людини" тощо. Усе це свідчить про відсутність єдиної точки зору на проблему критеріїв поняття "здоров'я".

Узагальнення матеріалів категоріального аналізу поняття "здоров'я", дозволяють нам спиратися на твердження О. Ізуткіна та Г. Царегородцева, що "здоров'я – це стан оптимальної саморегуляції організму та його динамічної взаємодії із середовищем, сукупність відносно врівноважених психосоматичних станів, що забезпечують можливість оптимального функціонування людини у різних сферах життя. Здоров'я – це не тільки відсутність захворювань, а й здатність організму швидко й своєчасно пристосовуватися до змінюваного соціально-психологічного та природного оточення, виконання видоспецифічних функцій, властивих людині. Здоров'я – це така форма життєдіяльності, що включає біологічні та соціальні ознаки" [9, с. 40].

Зважаючи на вищезазначене, дослідники (Г. Апанасенко, Д.Д. Венедиктов, О. Ізуткін, С. Кириленко, О.В. Коган, В. Оржеховська, В. Пономаренко, Д.М. Солопчук, Л. Сущенко) наголошують на цілісному погляді на здоров'я, яке інтегрує чотири його складові: фізичну, психічну, духовну, соціальну.

Фізичне здоров'я – це правильне функціонування організму людини і кожної з його систем. Його визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму.

До сфери *психічного здоров'я* належать індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей людини, наприклад збудливість, емоційність, чутливість. Психічне здоров'я індивіда складається з його потреб, інтересів, мотивів, стимулів, настанов, цілей, уявлень, почуттів тощо. Воно пов'язано з особливостями мислення, характеру, здібностей.

Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, його сприйняття складових духовної культури людства – освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. На думку В. Оржеховської, "духовному здоров'ю належить особлива роль. Його можна визначити як прагнення до любові, правди, істини, добра, до відкриття нового; спроможність діяти в любові до ближнього, причетність до живої і неживої природи. Духовне здоров'я є головним джерелом життєвої сили й енергії" [18, с. 37].

Соціальне здоров'я індивіда залежить від економічних чинників, його стосунків із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, через які відбуваються соціальні зв'язки – праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування тощо. У реальному житті всі чотири складових – фізична, психічна, духовна й соціальна – діють одночасно, їхній інтегрований вплив визначає стан здоров'я людини як цілісного, складного феномена.

Зіставлення понять "компетентність", "здоров'я", "здоров'язбереження" дозволяють нам дати визначення поняття **"здоров'язберігаюча компетентність"**, під якою слід розуміти *інтегральну якість особистості, яка проявляється у загальній здатності та готовності до здоров'язберігаючої діяльності, що ґрунтується на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення* [15, с. 87-89], [29]. Вона охоплює низку життєвих навичок (компетентностей), що сприяють здоровому способу життя.

Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю: *навички раціонального харчування* (дотримання режиму харчування; уміння складати харчовий раціон, враховуючи реальні можливості та користь для здоров'я; вміння визначати й зберігати високу якість харчових продуктів); *навички рухової активності* (виконання ранкової зарядки; регулярні заняття фізичною культурою, спортом, руховими іграми, фізичною працею); *санітарно-гігієнічні навички* (навички особистої гігієни; уміння виконувати гігієнічні процедури: догляд за шкірою, зубами, волоссям тощо); *режим праці та відпочинку* (вміння чергувати розумову та фізичну активності; вміння знаходити час для регулярного харчування й повноцінного відпочинку).

Життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю: *навички ефективного спілкування* (уміння слухати; уміння чітко висловлювати свої думки; уміння відкрито виражати свої почуття, без тривоги та звинувачень; володіння невербальною мовою (жести, міміка, інтонація тощо); адекватна реакція на критику; уміння просити про послугу або допомогу); *навички співчуття* (уміння розуміти почуття, потреби і проблеми інших людей; уміння висловити це розуміння; уміння зважати на почуття інших людей; уміння допомагати та підтримувати); *навички розв'язування конфліктів* (уміння розрізняти конфлікти поглядів і конфлікти інтересів; уміння розв'язувати конфлікти поглядів на основі толерантності; уміння розв'язувати конфлікти інтересів за допомогою конструктивних переговорів); *навички поведінки в умовах тиску, погроз, дискримінації* (навички впевненої (адекватної) поведінки, зокрема й застережливих дій щодо ВІЛ-СНІДу; уміння розрізняти прояви дискримінації, зокрема щодо людей з особливими потребами, ВІЛ-інфікованих і хворих на СНІД; уміння обстоювати свою позицію та відмовлятися від небажаних пропозицій, зокрема й пов'язаних із залученням до куріння, вживання алкоголю, наркотичних речовин; уміння уникати небезпечних ситуацій і діяти при загрозі насилля); *навички спільної діяльності та співробітництва* (уміння бути "членом команди"; уміння визнавати внесок

інших у спільну роботу; уміння адекватно оцінювати свої здібності та свій внесок у спільну діяльність).

Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю: самоусвідомлення та самооцінка (уміння усвідомлювати власну унікальність; позитивне ставлення до себе, інших людей, до життєвих перспектив; адекватна самооцінка: уміння реально оцінювати свої здібності й можливості, а також адекватно сприймати оцінки інших людей); *аналіз проблем і прийняття рішень* (уміння визначати суть проблеми та причини її виникнення; здатність сформулювати декілька варіантів розв'язання проблеми; уміння передбачати наслідки кожного з варіантів для себе та інших людей; уміння оцінювати реальність кожного варіанта, враховуючи власні можливості та життєві обставини; здатність вибирати оптимальні рішення); *визначення життєвих цілей та програм* (уміння визначати життєві цілі, керуючись своїми потребами, нахилами, здібностями; уміння планувати свою діяльність, враховуючи аналіз можливостей і обставин; уміння визначати пріоритети й раціонально використовувати час); *навички самоконтролю* (уміння правильно виражати свої почуття; уміння контролювати прояви гніву; уміння долати тривогу; уміння переживати невдачі; уміння раціонально планувати час); *мотивація успіху та тренування волі* (віра в те, що ти є господарем свого життя; установка на успіх; уміння зосереджуватися на досягненні мети; розвиток наполегливості та працьовитості).

Дослідження проблеми здоров'я та здорового способу життя в галузі шкільної освіти наголошують на необхідності виховання свідомого ставлення до власного здоров'я у школярів, створенні здоров'язбережувального освітнього та виховного середовища і широкому застосуванні здоров'язбережувальних технологій.

ЛІТЕРАТУРА

1. Амосов М.М. Роздуми про здоров'я [Пер. з рос.] / М.М. Амосов. - К.: Здоров'я, 1990. – 168 с.
2. Апанасенко Г.Л. Медична валеологія (вибрані лекції) / Г.Л. Апанасенко, Л.О. Попова. – К.: Здоров'я, 1998. – 248 с.
3. Апанасенко Г.Л. Превентивная медицина. Ч. I: Начала валеологии / Г.Л. Апанасенко // Медичний всесвіт. – 2002. – № 1-2. – Т. 2.
4. Апанасенко Г.П. Валеологія як наука / Г.П. Апанасенко, Л.А. Попова // Валеологія. – 1996. – № 1. – С.4-9.
5. Башавець Н.А. Історія розвитку проблеми здоров'язбереження молоді // Народна освіта : Електронне наукове фахове видання. – Вип. №3 (9). – 2009. [Електронний ресурс]: <http://www.narodnaosvita.kiev.ua/vupysku/9/statti/bashavec.htm>.
6. Брехман И.И. Валеология - наука о здоровье. - Изд. 2-е, доп., перераб. / И.И. Брехман. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 208 с.
7. Булич Е.Г. Здоровье человека: Биологическая основа жизнедеятельности и двигательная активность в её стимуляции / Е.Г.Булич, И.В. Муравов. – К. : Олимпийская литература, 2003. – 414 с.

8. Булич Е.Г. Теоретические основы валеологии / Е.Г.Булич, И.В.Муравов. – К. : ІЗМН, 1997. – 224 с.
9. Валеологія. Теоретичні основи валеології : Навч. посібник / Е.Г. Булич, І.В. Муравов. – К.: ІЗМН, 1997. – 224 с.
10. Венедиктов Д.Д. Социально-философские проблемы здравоохранения / Д.Д. Венедиктов // Вопросы философии. – 1980. – № 4.
11. Венедиктов, Д. Д., Глобальные проблемы здравоохранения и пути их решения / Д. Д. Венедиктов, А. И. Чернух, Ю. П. Лисицын, В. И. Кричагин // Вопр. философии. – 1979. – № 7. – С. 102–113.
12. Зайцев Г.К. Валеология. Культура здоровья / Г.К. Зайцев, А.Г. Зайцев. – Самара : Издат. дом „Бахрах-М”, 2003. – 272 с.
13. Зимівець Наталія Володимирівна Соціально-педагогічні технології формування відповідального ставлення до здоров'я в учнівської молоді : Автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спеціальність - 13.00.05 – соціальна педагогіка. – Луганськ, 2008. – 21 с.
14. Климова В.И. Человек и его здоровье / В.И. Климова. – М.: Знание, 1985. – 192 с.
15. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О.В. Овчарук. – К.: "К.І.С.", 2004. – 112 с.
16. Кудрявцева Е.Н. Здоровье человека: проблемы, суждения / Е.Н. Кудрявцева // Вопросы философии. – 1987. – № 12.
17. Лебедева Н.Т. Профилактическая физкультура для здоровых детей: Справочное пособие / Н.Т. Лебедева. – Минск: ИПП Госэкономплана Республики Беларусь, 1993. – 208 с.
18. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції з валеології, 22-24 жовтня 1996 р., м. Дніпропетровськ. – К., 1997. – 295 с.
19. Обушак С.И. Коммуникативная компетентность как составляющая профессионального образования менеджера : автореф. дис. ... кандидата педагогических наук : спец. 13.00.08 – теория и методика профессионального образования (педагогические науки) / Светлана Ивановна Обушак. – СПб., 2006. – 22 с.
20. Пометун О.І. Дискусія українських педагогів навколо питань запровадження компетентнісного підходу в українській освіті // Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О.В. Овчарук. – К.: "К.І.С.", 2004. – 112 с.
21. Пометун О.І. Теорія і практика послідовної реалізації компетентнісного підходу в досвіді зарубіжних країн // Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи: Бібліотека з освітньої політики / Під заг. ред. О.В. Овчарук. – К.: "К.І.С.", 2004. – 112 с.
22. Савченко О. Я. Виховний потенціал початкової освіти / О. Я. Савченко. – К. : СПД «Цудзинович Т.І.» – 2007. – 204 с.

23. Сластенин В.А. Введение в педагогическую аксиологию : учеб. пособие [для студ. высш. пед. учеб. заведений] / В.А. Сластенин, Г.И. Чижакова. – М. : Академия, 2003. – 192 с.
24. Соболевский В.В. Азбука здоровья: правила эксплуатации организма / В.В. Соболевский. – Днепропетровск : Монолит, 2003. – 95 с.
25. Стальков Е.А. Валеология / Е.А. Стальков, В.А. Панин. – Калининград : ФГУИПП „Янтар. сказ”, 2001. – 284 с.
26. Сущенко Л.П. Здоровий спосіб життя людей як об'єкт соціального пізнання: автореф. дис. ... канд.пед.наук. – Запоріжжя, 1997. – 20 с.
27. Управление школой // Учительская газета. - 2001. - № 32.
28. Урум Наталія Степанівна Підготовка майбутніх учителів до забезпечення здорового способу життя молодших школярів : Автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : спеціальність - 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. – К., 2008. – 19 с.
29. Шатрова Е.А. Моделирование здоровьезберегающей компетентности педагога. - <http://nkras.ru/doc/seminar09/Shatrova.pdf>.