4. Kononko O.L. (2003) Komentar do Bazovoho komponenta doshkilnoi osvity v Ukraini. Naukovo-metodychnyi posibnyk [Commentary on the Basic component of preschool education in Ukraine. scientific methodological manual] Kyiv, Red. zhurn. “Doshkilne vykhovannia”, 243 s. [in Ukrainian]
5. Kompetentnosti dlia kultury demokratii. Zhyvemo razom yak rivnopravni hromadiany v kulturno bahatomanitnomu demokratychnomu suspilstvi [Competencies for the culture of democracy. We live together as equal citizens in a culturally diverse democratic society.] Vydavnytstvo Rady Yevropy F-67075 Strasbourg Cedex 2016. URL: https://rm.coe.int/version-ukrainienne-240418/16807c886e [in Ukrainian]
6. Shkarleta S.M. (2022) Osvita Ukrainy v umovakh voiennoho stanu. Innovatsiina ta proiektna diialnist: Naukovo-metodychnyi zbirnyk [Education of Ukraine under martial law. Innovative and project activity : Scientific and methodical collection] Kyiv-Chernivtsi “Bukrek”, 140 s. [in Ukrainian]

Vistyzenko K., Chagovets A. Theoretical foundations of the formation of speech competence of an individual in a bilingual environment

The article examines the process of forming a child's speech competence in a bilingual environment. The meaning of the concepts "language", "speech competence", their place in the system of general competences of the individual is clarified; "broadcast environment"; "bilingualism". A theoretical review of the main definitions, which act as criteria of speech competence, is carried out. The importance of not only a quantitative, but also a qualitative approach to the use of language in the educational process and everyday life of an individual is considered. The peculiarities of the formation of a child's speech competence in the conditions of bilingualism are determined.

The meaning of preschool age is revealed as important and more favorable to the formation of speech competence, the development of the communicative abilities of the individual and the formation of the basis for the effective acquisition of a second language. Attention is focused on the main indicators of the child's speech competence.

A theoretical review of scientific works devoted to the issue of speech development, which was studied and constantly discussed by a number of outstanding classical and modern researchers, was carried out.

The peculiarities of the organization and functioning of the educational process during the period of martial law are considered. The importance of fostering speech competence for the individual as a whole is emphasized. The impact of increased attention to language and speech as a component of the country's culture and education is emphasized.

The main aspects of the speech development process are given. The concept of "language" and a number of functions that are vital for society, social groups and every person are considered.

A number of markers are proposed, provided that they are observed, it is possible to support and further develop the child's native language, based on the peculiarities of the influence of languages on the child's speech development.

On the basis of the theoretical analysis, conclusions were made regarding the formation of the child's speech competence in the conditions of bilingualism.

Key words: *competences, speech competence, bilingualism, language, speech, speech environment.*

УДК 355.233.2:796:356.13(043.3)
DOI https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2022.90.08

Гнидюк О. П.

РОЗВИТОК ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ-ПРИКОРДОННИКІВ: ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті представлено практичні аспекти розвитку здоров’язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників у процесі фізичного виховання.

З’ясовано, що різноманітні аспекти збереження здоров’я військовослужбовців і представників сектору безпеки та оборони були предметом уваги вчених, які наголошують на актуальності формування і розвитку здоров’язбережувальної компетентності майбутніх фахівців у процесі їхньої професійної підготовки.

У дослідженні запропоновано формувати і розвивати здоров’язбережувальну компетентність майбутніх офіцерів, їхню мотивацію до здоров’язбережувальної діяльності, розширити уявлення про сутність здоров’язбережувальної компетентності та значення її фізичної, соціальної і психічної складових в особистому та професійному житті засобами факультативних занять. При цьому у дослідженні використано підхід, який враховує, що компетентність формується на основі опанування курсантами змісту освіти, знаннями про вимоги здорового способу життя, тобто специфіку здоров’язбережувальної діяльності. У статті також пропонується за допомогою інтерактивних методів навчання вчити курсантів визначатися з життєвими цінностями, пріоритетами в роботі й особистому житті, формувати здатність до оптимістичного сприйняття життя. Для формування у курсантів навичок здоров’язбереження пропонується також використовувати потенціал дослідницьких завдань, оскільки вивчаючи, систематизуючи та аналізуючи факти, курсанти зможуть більше дізнатись про історію становлення поглядів на здоров’я, особливості різних систем оздоровлення. Це означає, що курсанти засвоюватимуть новий матеріал про здоровий спосіб життя не через запам’ятовування, а шляхом дослідження і вирішення складних проблем здоров’язбереження.

Доцільність запропонованих заходів підтвердили результати педагогічного експерименту. Вони засвідчили, що курсанти – учасники експерименту більше мотивовані до здоров'язбережувальної діяльності, більш ґрунтовно орієнтуються у різних аспектах здоров'язбережувальної компетентності, зокрема щодо особливостей здорового способу життя.

Ключові слова: *офіцери-прикордонники, фізична підготовка, фізичне виховання, розвиток здоров'язбережувальної компетентності, військовослужбовці, здоровий спосіб життя.*

Професія офіцера-прикордонника досить часто має екстремальний характер. Захисники українського кордону виконують завдання, що пов'язані з ризиком для життя, вимагають максимальної віддачі всіх душевних і фізичних сил. Ці фактори потребують від офіцерів-прикордонників не тільки належної професійної підготовленості, але й відмінної фізичної форми, належного рівня сформованості усіх складових здоров'язбережувальної компетентності. Саме тому проблема її формування і розвитку в майбутніх офіцерів Державної прикордонної служби України у процесі неперервної фізичної підготовки є актуальною і потребує дослідження.

Різноманітні аспекти збереження здоров'я військовослужбовців і представників сектору безпеки та оборони досліджували Ю. Давигора [1], Г. Єдинак [2], О. Лаврут [3], А. Мельников [4], К. Пантелєєв [5], Є. Потапчук [6], А. Турчинов [7], О. Шеремета [8] та ін. Учені одностайні щодо того, що здоров'я є важливим чинником ефективності професійної діяльності офіцера-прикордонника, основою його професійної продуктивності, передумовою суспільного благополуччя. Їхні дослідження свідчать про актуальність формування і розвиток здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців у процесі їхньої професійної підготовки. На відміну від медичної сфери знань, що більше покладає відповідальність за боротьбу з хворобами на лікаря, представники педагогічної науки орієнтовані на недопущення, мінімізацію виникнення та впливу хвороб на організм. Вони досліджують можливості задіяння ресурсів самої людини для відновлення здоров'я, шляхи підвищення ефективності фізичного виховання, формування в молоді відповідальності за своє здоров'я.

Мета статті – представити авторське визначення чинників покращення здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів-прикордонників у процесі неперервної фізичної підготовки.

Для дослідження використано теоретичні методи, зокрема аналіз літератури з проблеми та з'ясування наукового апарату, ретроспективний та порівняльний аналіз практики здоров'язбереження. За результатами аналізу наукових джерел з'ясовано, що здоров'язбережувальна компетентність офіцера-прикордонника є специфічною особистісною властивістю, що охоплює усвідомлення важливості здоров'я для особистого життя та професійної діяльності, вміння і навички організації здорового способу життя у фізичній, соціальній та психічній (духовній) сферах.

В експериментальному дослідженні взяли участь курсанти, що навчалися за напрямом підготовки "Безпека державного кордону", "Правоохоронна діяльність", "Філологія". Усього в дослідженні взяли участь 132 курсанти 2-го курсу. Змінними умовами, які було перевірено під час формувального етапу експерименту, стала організація навчання і, відповідно, педагогічні впливи на курсантів.

Педагогічний експеримент тривав з вересня 2020 року до квітня 2021 року. Його було проведено на базі Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. За цей час також було зібрано емпіричні дані та проведено велику кількість спостережень. Усі характеристики здоров'язбережувальної компетентності курсантів дослідники фіксували відповідно до даних її структури, дотримуючись етичних принципів та вимог конфіденційності роботи з приватною інформацією.

Для визначення стану сформованості складових здоров'язбережувальної компетентності було використано різні діагностичні методики. Зокрема для вивчення стану сформованості у курсантів мотиваційного компонента здоров'язбережувальної компетентності було використано методи анкетування, спостереження та експертного оцінювання. Питання авторської анкети містили питання про важливість для офіцерів-прикордонників здоров'язбережувальної компетентності, про зацікавлення курсантів проблематикою збереження здоров'я, про те, як курсанти працюють над формуванням здоров'язбережувальної компетентності та ін. Метод експертного оцінювання передбачав вивчення ставлення курсантів до свого здоров'я, турботу про належний фізичний стан (фізичне здоров'я), відносини з одногрупниками, викладачами, вміння розв'язувати конфлікти, навички спільної діяльності та співробітництва (соціальне здоров'я), а також задоволеність вибором своєї професії, бачення життєвих перспектив, навички самоконтролю.

Своєю чергою рівень сформованості когнітивного компонента здоров'язбережувальної компетентності було визначено за допомогою методу незакінчених речень, виконання курсантами тестових завдань та за результатами бесід. Зокрема метод незакінчених речень передбачав доповнення курсантами речень щодо сутності здоров'язбережувальної компетентності, її складових, специфіки її прояву. Окрім цього, з урахуванням вимог модальності та мінімізації середньоквадратичних відхилень було проведено тестування, що охоплювало три серії по 20 завдань. Кожна серія стосувалась однієї складової здоров'я: фізичного, соціального здоров'я чи психічного (духовного). Авторські методики передбачали з'ясування того, як курсанти знають умови збереження здоров'я, тобто значення фізичної культури та занять спортом, сутність соціального здоров'я, якими є їхні життєві цілі та програми, як вони дбають про своє духовне здоров'я, насамперед

як здійснюють самоконтроль чи переживають невдачі. У тестах було передбачено однакову кількість простих завдань і завдань підвищеної складності, що передбачали перевірку знань курсантів про специфіку збереження здоров’я. Важливе значення мали також бесіди з курсантами щодо різних аспектів здоров’язбережувальної діяльності, насамперед щодо особливостей здорового способу життя. Курсанти пояснювали значення здоров’я в житті людини та суспільства, сутність методів визначення рівня фізичного, соціального і психічного здоров’я, значення оздоровчого тренування. Значну увагу звертали на знання курсантами факторів позитивного впливу здорового способу життя на загальний стан організму, загальних характеристик індивідуального й суспільного здоров’я, сутності поняття “здоровий спосіб життя”, основ соціального та психічного здоров’я, позитивного мислення й оптимістичного погляду на світ.

Для визначення рівня сформованості діяльнісного компонента здоров’язбережувальної компетентності курсантам було запропоновано три спеціальні завдання. Зокрема курсанти повинні були оцінити стан свого здоров’я за допомогою різних методів, скласти програму фізичного самовдосконалення, визначити перспективні цілі для саморозвитку, розробити просвітницькі дії у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів щодо значення занять фізичною культурою та з питань фізичного і психічного самовдосконалення.

Під час формувального етапу експерименту було передбачено розширити уявлення майбутніх офіцерів про сутність здоров’язбережувальної компетентності та значення її фізичної, соціальної і психічної складових в особистому та професійному житті. Для цього було організовано факультатив “Здоров’язбережувальна компетентність: значення для офіцера-прикордонника”, який охоплював лекційні, семінарські та практичні заняття. Під час факультативу курсанти вивчали історію становлення та теоретичні основи здоров’язбереження, окремі аспекти здорового способу життя прикордонника. Вони дослідили історію уявлень про здоров’я як найвищу цінність, як суспільну, економічну та особистісну категорію, а також трактування здоров’я в альтернативній медицині.

Для досягнення мети дослідження використовувалися інтерактивні методи навчання. Зокрема під час занять було організовано обговорення з курсантами висловлювань відомих філософів, письменників, що допомагали з’ясувати сутність здорового способу життя. Великі можливості для формування навичок соціального здоров’я давали методи дискусії та аналізу ситуацій. Серед форм використовували роботу в малих групах, індивідуальну роботу з подальшим обговоренням та роботу за методом “мозкового штурму”.

У такий спосіб курсанти вчились визначати життєві цінності, пріоритети в роботі й особистому житті, позитивно ставитись до змін, дізнавались про елементи психологічної грамотності, технології позитивного мислення, набували здатності до оптимістичного сприйняття життя та орієнтації на успіх. Курсанти також ознайомились з правилами здорового способу життя, визначались з пріоритетами здоров’я серед інших цінностей, вчилися займати активну життєву позицію. Викладачі також звертали увагу на мотивування до збереження власного здоров’я, небезпеку вживання алкоголю, недоречності психотропних речовин. Предметами обговорення були сутність залежності та причини залежної поведінки, механізми маніпулювання, роль реклами в набутті залежностей.

Важливими були питання про рольову боротьбу, управління почуттями, внутрішні стимули контролю, способи конструктивної і деструктивної відповідальності за своє життя. Серед рекомендацій щодо того, як кинути палити, головну увагу викладачі приділяли тому, як виразити свої почуття. Для цього вони вчили курсантів вербальних й невербальних технік вираження негативних емоцій, покращення свого фізичного та психічного стану.

Велике значення для формування здоров’язбережувальної компетентності мало виконання курсантами дослідницьких завдань. У такий спосіб курсанти набували навичок вирішення складних проблем здоров’язбереження. Для виконання завдань, теоретичних й практичних досліджень викладачі пропонували курсантам завдання, які передбачали спостереження і вивчення фактів, аналіз і систематизацію результатів. Виконання дослідницьких робіт допомогло майбутнім офіцерам навчитися вирішувати складні проблеми професійної діяльності та здоров’язбереження. Особливе значення мало вивчення курсантами таких проблем, як фактори формування фізичного здоров’я, особливості формування соціального здоров’я, заходи з підтримання психологічного здоров’я. Курсанти досліджували зв’язок між властивостями характеру, терпимістю, інтелектом та психічним здоров’ям, факторами служби і здоров’ям офіцера, вивчали методи відновлення здоров’я, основні шляхи підтримання фізичного і психологічного здоров’я. З використанням дослідницького підходу новий матеріал про здоровий спосіб життя курсанти засвоювали не через запам’ятовування, а через дослідження і вирішення складних проблем здоров’язбереження.

Загалом експериментальна робота мала комплексний характер і передбачала системні заходи педагогічного впливу для формування в майбутніх офіцерів здоров’язбережувальної компетентності. Для цього було організовано спеціальний факультатив для ознайомлення курсантів із сутністю здоров’язбережувальної компетентності та основними вимогами здорового життя. Важливе значення мало використання інтерактивних і дослідницьких методів навчання для набуття курсантами досвіду здоров’язбереження, розширення їхніх уявлень про здоровий спосіб життя.

Результати анкетування, спостереження та опитування засвідчили, що у курсантів, які брали участь в експерименті, значно зросли показники сформованості мотиваційного компонента здоров’язбережувальної компетентності. Серед них виявилось на 19,64% більше тих, хто підтримує необхідність належного

рівня її сформованості. Ці курсанти вважають, що знання про здоров'язбережувальну компетентність їм потрібні для більш продуктивної організації свого життя, "відчуття повноти життя". Вони розуміють, що "турбуватися про своє здоров'я потрібно не тоді, коли вже захворів чи коли вже будеш на пенсії", а завчасно. Курсанти – учасники дослідження стали більше цікавитися проблемами здорового способу життя та здоров'язбереження, переглядати пов'язану з цим інформацію в Інтернеті та пресі. Вони готові докладати зусиль для збереження свого здоров'я, не хочуть легковажити своїм здоров'ям. Серед тих, хто не брав участь у дослідженні виявлено лише 12,52%, у кого мотиваційний компонент здоров'язбережувальної компетентності сформований на високому рівні (для порівняння – серед учасників експерименту таких 23,41%).

На основі аналізу результатів формувального етапу з'ясовано, що курсанти – учасники експерименту почали більш відповідально ставитись до свого здоров'я та здоров'я інших людей, уважніше працювати з інформацією про здоровий спосіб життя, покращення, збереження та зміцнення здоров'я, застосовувати комплекс технологій для зняття психоемоційної напруги, оволоділи навичками самоаналізу, самооцінки та елементами фізичного й емоційного самовдосконалення. Значно посилилась когнітивна складова їхньої здоров'язбережувальної компетентності.

Під час експерименту курсанти навчились визначати перспективні плани свого професійного становлення, бачити позитивні аспекти різних життєвих ситуацій. Організація дослідницької роботи дозволила навчити курсантів знаходити і опрацьовувати великі масиви необхідної інформації, знаходити необхідні варіанти вирішення проблем здоров'язбереження. Загалом результати формувального етапу педагогічного експерименту підтвердили доцільність запропонованих шляхів формування здоров'язбережувальної компетентності, змісту і засобів навчання, що засвідчено розбіжністю у результатах сформованості здоров'язбережувальної компетентності, отриманих після експерименту.

Висновки. Для формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів, їхньої мотивації до здоров'язбережувальної діяльності необхідно засобами факультативу розширити уявлення про сутність здоров'язбережувальної компетентності та значення її фізичної, соціальної і психічної складових в особистому та професійному житті. У цьому випадку важливо враховувати, що компетентність формується на основі опанування змісту освіти, знань про вимоги здорового способу життя, тобто специфіку здоров'язбережувальної діяльності. Своєю чергою за допомогою інтерактивних методів навчання доцільно вчити курсантів визначатися з життєвими цінностями, пріоритетами в роботі й особистому житті, формувати здатність до оптимістичного сприйняття життя. Для формування у курсантів і курсанток навичок здоров'язбереження необхідно також використовувати потенціал дослідницьких завдань. Вивчаючи, систематизуючи та аналізуючи факти, курсанти зможуть більше дізнатись про історію становлення поглядів на здоров'я, особливості різних систем оздоровлення, тобто засвоюватимуть новий матеріал про здоровий спосіб життя не через запам'ятовування, а через дослідження і вирішення складних проблем здоров'язбереження.

Доцільність запропонованих заходів підтвердили результати педагогічного експерименту. Вони засвідчили, що курсанти – учасники експерименту більше мотивовані до здоров'язбережувальної діяльності, більш ґрунтовно орієнтуються у різних аспектах здоров'язбережувальної компетентності, зокрема щодо особливостей здорового способу життя.

Використана література:

1. Давигора Ю. І. Психологічні особливості формування у майбутніх офіцерів відповідального ставлення до збереження особистого здоров'я : автореф. дис. … канд. психол. наук : 19.00.09 / Нац. акад. Держ. прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. Хмельницький, 2012. 16 с.
2. Єдинак Г. А. Деякі теоретико-методичні аспекти посилення мотивації студентів до систематичної фізичної активності оздоровчої спрямованості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Пед. науки. Фіз. виховання та спорт*. 2014. Вип. 118 (3). С. 109–113.
3. Лаврут О. О., Лаврут Т. В. Здоров'я військовослужбовців та рівень їх фізичної підготовки як запорука національної безпеки України. *Збірник наукових праць Харківського університету Повітряних сил*. 2009. Вип. 1. С. 169–171. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS_2009_1_43
4. Мельніков А. (2020). Ефективність моделі у формуванні готовності майбутніх офіцерів Державної прикордонної служби України до фізичного виховання за теоретичною підготовленістю. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія: педагогічні науки*, 18(3), 228-236. https://doi.org/10.32453/pedzbirnyk.v18i3.82
5. Пантелєєв К. В. Формування культури здоров'язбереження майбутніх офіцерів-прикордонників : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Хмельницький, 2018. 159 с.
6. Потапчук Є. М. Соціально-психологічні основи збереження психічного здоров'я військовослужбовців : автореф. дис. … д-ра психол. наук : 19.00.09 / Нац. акад. Держ. прикордонної служби України ім. Б. Хмельницького. Хмельницький, 2004. 32 с.
7. Турчинов А. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів Національної гвардії у процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Харків, 2016. 180 с.
8. Шеремета О. П. Формування здоров'язбережувальної компетентності в майбутніх офіцерів кримінально-виконавчої служби : навч.-метод. посіб. Чернігів : Академія ДПтС, 2020. 87 с.

References:

1. Davyhora Yu. I. Psykholohichni osoblyvosti formuvannia u maibutnikh ofitseriv vidpovidalnoho stavlennia do zberezhennia osobystoho zdorovia [Psychological peculiarities of the formation of future officers’ responsible attitude to the preservation of personal health] : avtoref. dys. … kand. psykhol. nauk : 19.00.09 / Nats. akad. Derzh. prykordonnoi sluzhby Ukrainy im. B. Khmelnytskoho. Khmelnytskyi, 2012. 16 s. [in Ukrainian]
2. Yedynak H. A. Deiaki teoretyko-metodychni aspekty posylennia motyvatsii studentiv do systematychnoi fizychnoi aktyvnosti ozdorovchoi spriamovanosti [Some theoretical and methodological aspects of strengthening students’ motivation to systematic physical activity of health-improving orientation]. Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu. Seriia : Ped. nauky. Fiz. vykhovannia ta sport. 2014. Vyp. 118 (3). S. 109–113. [in Ukrainian]
3. Lavrut O. O., Lavrut T. V. Zdorovia viiskovosluzhbovtsiv ta riven yikh fizychnoi pidhotovky yak zaporuka natsionalnoi bezpeky Ukrainy [Servicemen’s health and the level of their physical fitness as a guarantee of national security of Ukraine]. Zbirnyk naukovykh prats Kharkivskoho universytetu Povitrianykh syl. 2009. Vyp. 1. S. 169–171. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/ZKhUPS_2009_1_43 [in Ukrainian]
4. Melnikov A. (2020). Efektyvnist modeli u formuvanni hotovnosti maibutnikh ofitseriv Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy do fizychnoho vykhovannia za teoretychnoiu pidhotovlenistiu [Effectiveness of the model in forming the readiness of future officers of the State Border Guard Service of Ukraine for physical education in terms of theoretical preparedness]. Zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy. Seriia: pedahohichni nauky, 18(3), 228-236. https://doi.org/10.32453/pedzbirnyk.v18i3.82 [in Ukrainian]
5. Pantelieiev K. V. Formuvannia kultury zdoroviazberezhennia maibutnikh ofitseriv-prykordonnykiv [Formation of health preservation culture to future border guard officers]: dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. Khmelnytskyi, 2018. 159 s. [in Ukrainian]
6. Potapchuk Ye. M. Sotsialno-psykholohichni osnovy zberezhennia psykhichnoho zdorovia viiskovosluzhbovtsiv [Social and psychological bases for preservation of mental health of servicemen] : avtoref. dys. … d-ra psykhol. nauk : 19.00.09 / Nats. akad. Derzh. prykordonnoi sluzhby Ukrainy im. B. Khmelnytskoho. Khmelnytskyi, 2004. 32 s. [in Ukrainian]
7. Turchynov A. V. Formuvannia zdoroviazberezhuvalnoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi hvardii u protsesi profesiinoi pidhotovky [Formation of health-preserving competence to future officers of the National Guard in the process of professional training]: dys. ... kand. ped. nauk : 13.00.04. Kharkiv, 2016. 180 s. [in Ukrainian]
8. Sheremeta O. P. Formuvannia zdoroviazberezhuvalnoi kompetentnosti v maibutnikh ofitseriv kryminalno-vykonavchoi sluzhby [Formation of health preserving competence to future officers of the penitentiary service]: navch.-metod. posib. Chernihiv : Akademiia DPtS, 2020. 87 s. [in Ukrainian]

Hnydiuk O. Development of health-preserving competence of future border guard officers: practical aspects of physical education

The article presents practical aspects of the development of health-preserving competence of future border guard officers in the process of physical education.

It has been found out that various aspects of health preservation of servicemen and representatives of the security and defence sector have been the subject of attention of scientists who emphasize the relevance of the formation and development of health-preserving competence of future specialists in the process of their professional training.

The study proposes to form and develop the health-preserving competence of future officers, their motivation for health-preserving activities, to expand the understanding of the essence of health-preserving competence and the importance of its physical, social and mental components in personal and professional life by means of optional classes. At the same time, the study uses the approach that takes into account the fact that competence is formed on the basis of mastering the content of education by cadets, knowledge about the requirements of a healthy lifestyle, that is, the specifics of health-preserving activities. The article also proposes to use interactive teaching methods to teach cadets to determine life values, priorities in work and personal life, to form the ability to optimistically perceive life. It is also proposed to use the potential of research tasks for the formation of health saving skills to cadets, since by studying, systematizing and analyzing the facts, cadets will be able to learn more about the history of the formation of views on health, the features of various health improvement systems. This means that cadets will learn new material about a healthy lifestyle not by memorizing, but by researching and solving complex health problems.

The expediency of the proposed measures was confirmed by the results of the pedagogical experiment. They have shown that the cadets – the participants of the experiment are more motivated to health-saving activities, more thoroughly oriented in various aspects of health-saving competence, in particular on the features of a healthy lifestyle.

Key words: *border guard officers, physical training, physical education, development of health-preserving competence, servicemen, healthy lifestyle.*