

УДК 37.091.217:613

[https://doi.org/10.52058/2786-6025-2024-12\(40\)-559-574](https://doi.org/10.52058/2786-6025-2024-12(40)-559-574)

Гулько Тетяна Юрївна старший викладач кафедри фізичної культури та спорту, Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», м. Полтава, тел.: (095) 382-05-82, <https://orcid.org/0009-0009-5108-6362>

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕТНОСТІ У МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ ЯК ПЕДАГОГІЧНА І СОЦІАЛЬНА ПРОБЛЕМА

Анотація. У статті порушено питання збереження і зміцнення здоров'я людини як педагогічну та водночас соціальну проблему, вирішення якої забезпечує збереження генофонду нації, підвищення наукового і економічного потенціалу суспільства. Аналіз науково-педагогічної літератури показав, що проблема здоров'язбереження напряму пов'язана з поняттям «здоров'я», яке досліджують різні науки: філософія, медицина, біологія, екологія, економіка, етнологія, культурологія, психологія, педагогіка тощо і тому воно має значну кількість трактувань і дефініцій. Зміст даного поняття постійно наповнюється різними сутнісними відтінками в залежності від науки, яка його досліджує.

Розкрито сутність і зміст поняття «культура здоров'я», яке пояснюємо як невід'ємну складову загальної культури особистості, що забезпечує сформованість відповідного рівня знань, умінь і навичок, а, отже, компетентностей, з питань формування, збереження, зміцнення здоров'я та характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Поняття «здоров'язбереження» сучасними науковцями тлумачиться як процес, що сприяє формуванню, зміцненню і збереженню здоров'я учнів у загальноосвітніх навчальних закладах. Водночас поняття «здоров'язбереження» не обмежується уявленнями про збереження та зміцнення лише фізичного (тілесного) здоров'я молоді. Важливе значення надається збереженню психічного, духовного та соціального здоров'я, що вимагає створення у закладі освіти особливої комфортної атмосфери, яка б сприяла формуванню позитивного простору для особистісного зростання кожного суб'єкта освітнього процесу в інтелектуальній, духовній та соціальній сферах виокремлюємо поняття «здоров'язбережувальна компетентність», яке трактуємо як здатність застосовувати здоров'язбережувальні компетенції, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей. Здоров'язбережувальні компетенції пояснюємо як відповідний рівень

знань, умінь, навичок, ставлень до здоров'ю у всіх сферах життєдіяльності людини.

Ключові слова: здоров'язбереження, здоров'язбережувальна компетентність, здоров'я, здоров'язбережувальна компетенція.

Hulko Tetiana Yuryivna senior teacher of the Department of Physical Culture and Sports, National University Yury Kondratyuk Poltava Polytechnic, Poltava, tel.: (095) 382-05-82, <https://orcid.org/0009-0009-5108-6362>

FORMATION OF HEALTHCARE COMPETENCE IN THE FUTURE SPECIALISTS OF PHYSICAL CULTURE AND SPORT AS A PEDAGOGICAL AND SOCIAL PROBLEM

Abstract. The article raises the issue of preserving and strengthening human health as a pedagogical and, at the same time, social problem, the solution of which ensures the preservation of the nation's gene pool, increasing the scientific and economic potential of society. The analysis of scientific and pedagogical literature showed that the problem of health preservation is directly related to the concept of "health", which is studied by various sciences: philosophy, medicine, biology, ecology, economics, ethnology, cultural studies, psychology, pedagogy, etc., and therefore it has a significant number of interpretations and definitions. The content of this concept is constantly filled with various essential nuances depending on the science that investigates it.

The essence and content of the concept of "health culture" is revealed, which is explained as an integral component of the general culture of the individual, which ensures the formation of the appropriate level of knowledge, abilities and skills, and, therefore, competences, in matters of health formation, preservation, strengthening and is characterized by a high level of culture of behavior regarding one's own health and the health of others. The concept of "health care" is interpreted by modern scientists as a process that contributes to the formation, strengthening and preservation of the health of students in general educational institutions. At the same time, the concept of "health care" is not limited to ideas about preserving and strengthening only the physical (bodily) health of young people. Important importance is attached to the preservation of mental, spiritual and social health, which requires the creation of a special comfortable atmosphere in the educational institution, which would contribute to the formation of a positive space for the personal growth of each subject of the educational process in the intellectual, spiritual and social spheres, we distinguish the concept of "health" health-preserving competence", which is interpreted as the ability to apply health-preserving competences, to treat one's own health and health with care other people We explain health-preserving competences as the appropriate level of knowledge, abilities, skills, and attitudes towards health in all areas of human life.

Keywords: health care, health care competence, health, health care competence.

Постановка проблеми. Збереження і зміцнення здоров'я людини є актуальною педагогічною проблемою, вирішення якої забезпечує збереження генофонду нації, підвищення наукового і економічного потенціалу суспільства. І якщо на початкових етапах розвитку здоров'язбережувальної педагогіки інтерес до проблеми в більшій мірі проявлявся з боку фахівців вузьких спеціальностей, то в даний час ініціатива збереження здоров'я належить системі освіти.

Ще у далекому 2003 році Всесвітня Організація Охорони Здоров'я (ВООЗ) визначила стратегічні напрями поліпшення здоров'я і розвитку дітей і підлітків. У додатку 1 «Практичні дії для охорони здоров'я дітей і підлітків за етапами з моменту народження до віку 19 років» визначено, що пріоритетним напрямом для здійснення практичних дій у підлітковому віці (до 19 років) є сприяння фізичному розвитку та формування здорового способу життя, що включає: рухову активність, здорове харчування; регулярне фізичне навантаження; гігієну порожнини рота, гігієну статевого життя [29, с. 361].

На засіданні уряду України 11 листопада 2020 р. була схвалена Національна стратегія державної молодіжної політики до 2030 року, де одним із пріоритетних напрямів є здоров'я, що включає: формування навичок здорового способу життя, розвиток та збереження фізичної культури, культури здорового харчування та психогігієни. Також у стратегії зазначається, що молодь у віці 14–18 років є найбільш активною, амбіційною, підприємливою та орієнтованою на високі досягнення. У цей період відбуваються визначення сфери професійних інтересів, а також перші спроби взаємодії із системою врядування, суспільними інститутами. Тому метою стратегії є створення можливостей для молоді, яка проживає в Україні, бути конкурентоспроможною, брати участь у житті суспільства, свідомо робити свій внесок у подальший його розвиток [11, с. 97].

Питання здоров'язбереження постало нині досить актуальним, що спричинено нестабільним соціально-економічним розвитком, а також воєнним станом в Україні. Здебільшого проблема здоров'язбереження у теорії і практиці сучасної педагогічної науки розглядається як педагогічний процес, спрямований на збереження і зміцнення здоров'я тих, хто навчається, формування мотивації на дотримання здорового способу життя, свідомого, відповідального ставлення до власного здоров'я та здоров'я інших. Проте, здозоров'язбереження доцільно розглядати і як соціальну проблему.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Різні її аспекти досліджували: Н. Башавець [2], О. Безкопильний [4], Т. Бережна І., Мезенцева О., Павлович [5], Б. Долинський В., Борщенко [12], Н. Завидівська [14], О. Іонова, Лукьянова [15], О. Кабацька [16; 17] та інші.

Аналіз науково-педагогічної літератури показав, що проблема здоров'я-збереження напряму пов'язана з поняттям «здоров'я», яке досліджують різні науки: філософія, медицина, біологія, екологія, економіка, етнологія, культурологія, психологія, педагогіка тощо і тому воно має значну кількість трактувань і дефініцій. Зміст даного поняття постійно наповнюється різними сутнісними відтінками в залежності від науки, яка його досліджує. До того ж, автори різних дефініцій здоров'я використовують безліч критеріїв, які характеризують сутність здоров'я. Звідси поняття «здоров'я» вважається багатоплановим і багатовимірним явищем системного характеру – інтегративною категорією.

Мета статті – дослідження сутності та змісту поняття «здоров'язберувальна компететність» та розкриття його як педагогічну та соціальну проблему.

Виклад основного матеріалу. У дослідженні спираємося на визначення поняття «здоров'я», яке дає ВООЗ: «здоров'я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб, або фізичних вад [30, с. 488].

Водночас сучасні вчені стверджують, що нова концепція здоров'я, розроблена робочою групою ВООЗ, дещо по іншому трактує цей феномен: «Здоров'я – це ступінь здатності індивіда чи групи, з одного боку, реалізувати свої прагнення і задовольняти потреби, а з іншого, змінювати середовище чи кооперуватися з ним. Тому здоров'я розглядається як ресурс, а не мета життя» [9, с. 178]. Як бачимо, у визначенні ВООЗ здоров'я містить три складові.

У вітчизняній науці закріпився 4-компонентний склад змісту поняття «здоров'я»: фізичне здоров'я, психічне здоров'я, соціальне здоров'я та духовне здоров'я, які взаємообумовлені між собою. На базі фізичного здоров'я розвивається соціальне здоров'я, а на основі фізичного і соціального формується психічне і, як вершина, духовне здоров'я людини [13, с. 80-81].

Світова наука (а слідом за нею і українська) передбачає цілісний погляд на здоров'я як феномен, що інтегрує чотири його складові: фізичну, психічну, соціальну і духовну. Всі ці складові є невід'ємними одна від одної, вони тісно взаємопов'язані і лише разом, у сукупності, визначають стан здоров'я людини [7, с. 302].

Сучасна наука розглядає здоров'я як: вищу універсальну, першочергову цінність людини та суспільства [34, с. 172]; системну якість [10, с. 67]; динамічний стан фізичного, духовного, психологічного, інтелектуального, соціального благополуччя [31, с. 137]. При цьому більшість учених вважають, що найголовніша роль в збереженні та формуванні здоров'я, збагачення резервних можливостей належить самій людині. Ключовим напрямом в зміцненні здоров'я повинна бути свідома, цілеспрямована робота самої людини по розширенню функціональних можливостей, прийняття на себе

відповідальності за власне здоров'я, коли здоровий спосіб життя стає звичкою [31, с. 136].

Аналіз психолого-педагогічної літератури дає підстави стверджувати, що здоров'я людини – поняття багатоаспектне. Це гармонійне поєднання фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я як результат самодисципліни, самопізнання, самореалізації, на основі стійкої потреби бути здоровим [8, с. 35].

Значна роль у здоров'язбереженні підростаючого покоління та формуванні цінності здоров'я належить закладам освіти та зокрема вчителю / викладачу фізичної культури, який досконало знає здоров'язберезувальні технології, різні засоби, методи й форми рухової активності та здатний формувати позитивне ставлення до занять фізичною культурою й організувати здорове дозвілля. В сучасній школі є значний потенціал для вирішення завдань, пов'язаних із збереженням здоров'я учнів, шляхом створення здоров'язберезувального освітнього середовища та формування культури здоров'я учнів [4, с. 10].

Чаплигін В. і Терещенко В. вважають, що фізичне здоров'я наука пов'язує з індивідуальними особливостями анатомічної будови тіла, фізіологічними функціями організму, рівнями фізичного розвитку його органів і систем, відсутністю хвороб і інше; психічне здоров'я виявляється в індивідуальних особливостях рекреацій людини на різні життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів, що обумовлюється особливостями характеру людини, її мисленням; соціальне здоров'я – наслідок відносин особистості в різних структурних одиницях соціуму – сім'ї, навчальних закладах, місцях праці, відпочинку, що виявляється в її станах задоволення, захищеності або незахищеності, на що діють різні впливи (економічні політичні, духовні, соціальні) притаманні головним сферам суспільного життя; духовне здоров'я невіддільне від загальної духовної культури особистості, впливу на неї освіти, науки, мистецтва, етики, релігії, ставлення до сенсу життя. Ці види здоров'я тісно пов'язані і становлять єдиний інтегрований комплекс, що визначає поняття «здоров'я» [34, с. 172].

У сучасній літературі можна зустріти й інші пояснення змісту понять «здоров'я», які можна зустріти у працях С. Горденко, Б. Долинського та В. Борщенко, Л. Избаш, Ю. Лісневської, О. Пахолока.

Поняття «здоров'язбереження» крім дефініції «здоров'я» включає дефініцію «культура здоров'я», які тісно пов'язані між собою та мають аксіологічну природу.

Культура здоров'я – це досить усталений напрям у педагогіці здоров'я, що вивчає теорію й розробляє практику формування, збереження й зміцнення здоров'я людини і є складовою загальної культури особистості.

У сучасних умовах, як стверджує Кошель А. і Кошель В., культура здоров'я функціонує як складна динамічна система й всебічно впливає на виховання особистості [19, с. 35].

У науковій літературі поняття «культура здоров'я» розглядається як невід'ємна складова загальнолюдської культури, яка характеризується свідомим ставленням до свого здоров'я, веденням здорового способу життя, піклуванням про власне здоров'я й здоров'я оточуючих. При цьому культура здоров'я учнівської молоді являє собою наявність в особистості необхідних знань, умінь та навичок з питань зміцнення та збереження здоров'я, характеризується способом життя особистості, тобто коли отримані знання й уміння застосовуються на практиці у повсякденному житті з метою оздоровлення та всебічного розвитку особистості [6, с. 13].

Поняття «культура здоров'я» досліджується різними науками. У філософських, педагогічних та соціологічних працях поняття «культура здоров'я» розглядається відповідно до предмету і завдань дослідження філософії, педагогіки і соціології відповідно.

Так, філософські дослідження простежують витoki культури здоров'я із загальної культури людства і розглядають культуру здоров'я як її складову.

В соціології основний акцент визначення «культури здоров'я» ставиться на прийнятті того, що формування культури здоров'я людини відбувається в процесі активної взаємодії всіх учасників розвитку і становлення особистості. Культуру здоров'я вони визначають як систему штучно створених засобів для регуляції психофізичних сил людини і вважають, що рівень культури здоров'я проявляється у здатності людини управляти своїми життєвими силами, забезпечувати їх самовідновлення. Саме в соціологічних дослідженнях вчені (спираючись) використовують діяльнісний підхід [13, с. 79].

У вітчизняних педагогічних дослідженнях основну увагу приділяють важливості формування культури здоров'я особистості в процесі виховання і навчання. Тому культуру здоров'я визначають як систему знань, вмінь, навичок, яка характеризується і проявляється в способі життя і ставленні до власного здоров'я і здоров'я інших.

Близькою до педагогічного трактування культури здоров'я є думка валеологів: «культура здоров'я – це динамічний стереотип мислення, поведінки та діяльності, який сприяє збереженню і зміцненню здоров'я людини та визначає дбайливе ставлення до здоров'я оточуючих» [13, с. 80].

Кириленко С. та інші вчені вважають, що культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь, навичок формування, збереження і зміцнення здоров'я. Рівень культури здоров'я визначається знанням резервних можливостей організму (фізичних, психічних, духовних) і вмінням правильно їх використовувати [18, с. 49].

Горденко С. культуру здоров'я розглядає як невід'ємну складову загальної культури особистості, що забезпечує певний рівень знань, умінь і навичок з питань формування, відтворення, зміцнення здоров'я та характеризується

високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Від рівня культури здоров'я людини залежить збереження і відтворення її власного здоров'я. Культура здоров'я включає не лише певну систему знань про здоров'я, а й відповідну поведінку щодо його збереження і зміцнення. Саме тому культура здоров'я входить до системи найважливіших людських цінностей [10, с. 66].

Аналіз наукової педагогічної літератури засвідчує, що культура здоров'я, з одного боку – це інтегративна якість особистості, а з іншого – показник її вихованості. Отже, культуру здоров'я можна розглядати як невід'ємну складову загальної культури особистості, що забезпечує сформованість відповідного рівня знань, умінь і навичок, а, отже, компетентностей, з питань формування, збереження, зміцнення здоров'я та характеризується високим рівнем культури поведінки стосовно власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Впевнені, що від рівня культури здоров'я людини залежить збереження і зміцнення її власного здоров'я. Культура здоров'я включає не лише певну систему знань про здоров'я, а й забезпечує відповідну поведінку щодо його збереження і зміцнення. Саме тому культуру здоров'я можна вважати складовою системи найважливіших людських цінностей.

Баштан С. та Шапкіна Т. вважають, що культура здоров'я молоді – поняття багатопланове, яке охоплює принципи здорового способу життя, екологічну грамотність, знання й раціональне використання можливостей свого організму, вміле застосування народних методів оздоровлення, популяризацію здорового способу життя та прагнення до самовдосконалення. При цьому вчені дослідили, що критеріями оцінки культури здоров'я є: соціальна відповідальність за своє здоров'я, медико-валеологічна грамотність, стан фізичного здоров'я, стан психічного здоров'я, спосіб життя, творча активність особистості [3, с. 64-65].

Бабич В. під культурою здоров'я школяра розуміє інтегрований феномен особистості, що проявляється в його мотиваційній, теоретичній і практичній підготовці до формування, збереження та зміцнення свого здоров'я в усіх його аспектах (духовному, психічному й фізичному) та розумінні здоров'я як цінності [1, с. 54-55].

Вакуленко О. вважає, що культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження й зміцнення її здоров'я. Високий рівень культури здоров'я людини передбачає її гармонійне спілкування з природою й оточуючими людьми [7, с. 303].

Як бачимо, чимало науковців, розглядаючи дефініцію «культура здоров'я», називають найбільш суттєві (з їхньої точки зору) її компоненти, або

складові. Натомість Мойсеюк В. зауважує, що культура здоров'я – це не лише сума знань, обсяг відповідних умінь і навичок, але й здоровий спосіб життя гуманістичної орієнтованості. Рівень культури здоров'я визначається знанням резервних можливостей організму (фізичних, психічних, духовних) і вмінням правильно використовувати їх [24, с. 37].

Культура здоров'я сприяє формуванню в особистості здоров'язбережувальної компетентності. Сутність і зміст поняття «здоров'язбережувальна компетентність» походить від терміна «здоров'язбереження», яке нині досить часто вживається науковцями.

Так, Шурхал І. трактує здоров'язбереження в освітньому процесі як діяльність, спрямовану на збереження та зміцнення фізичного і психічного здоров'я його суб'єктів, що є результатом впливу педагогічних чинників освітнього процесу на збереження здоров'я його суб'єктів [35, с. 281].

Завдання здоров'язбереження у закладах освіти іноді покладають на вчителів фізичної культури та викладачів фізичного виховання. Водночас усі суб'єкти освітнього процесу мають володіти здоров'язбережувальною та здоров'язрозвивальною компетентностями, що передбачає збереження та зміцнення здоров'я [4, с. 107; 17, с. 193; 31, с. 136].

О. Безкопильний та А. Матусевич наголошують, що вчитель/викладач, зважаючи на соціальну природу поняття «здоров'я», мають вплив на здоров'язбереження на різних рівнях: на макрорівні (вакцинація, щеплення та виявлення небезпечних для суспільства захворювань); на мезорівні (об'єктом здоров'язбережувальних практик є групи та спільноти, вчитель/викладач, будучи членом робочого колективу, є відповідальним за безпечні умови праці, здоровий спосіб життя, поширення хвороб, а також психологічний клімат у колективі та позитивну взаємодію з іншими); на мікрорівні (індивідуальне здоров'я вчителя/викладача, як фізичне так і ментальне, що залежить від того, яких здоров'язбережувальних практик він дотримується, не вдаючись до девіантних форм і стилів життя, що згубно впливають на здоров'я молоді). Тут доцільно згадати ще нові залежності, що з'явилися в епоху цифровізації і впливають на стан здоров'я людини [4, с. 109]. Головними ознаками, що засвідчують про дану ситуацію, є зниження рухової активності учнівською і студентською молоддю, синдром хронічної втоми, емоційне та психологічне перенавантаження, та головне – небажання вчитися [33, с. 314-315].

Саме тому нині однією з ключових проблем сучасної освіти є підвищення ефективності навчання, яке необхідно розглядати з позицій здоров'язбереження.

Аналіз психолого-педагогічної та методичної літератури, нормативних документів показав, що орієнтація на здоров'язбереження закладена на рівні особистісних результатів оволодіння студентами основною освітньою програмою і передбачає формування ціннісних орієнтацій на здоровий спосіб

життя, становлення вмінь протистояти негативним зовнішнім впливам. При цьому здоров'язбережувальна організація освітнього процесу передбачає, насамперед, урахування динаміки працездатності здобувачів освіти, що запобігає розумовому стомленню і перевантаженню [15, с. 69].

Рибалко Л., аналізуючи педагогічний досвід вітчизняних науковців, виокремлює три проблеми ефективного впровадження в педагогічну практику ідей здоров'язбереження, а саме:

а) зміна ставлення вчителя / викладача до учнів / студентів. Педагог має приймати учнів / студентів такими, якими вони є, і на цій основі намагатися зрозуміти, які їх особливості, схильності, можливості та здібності, а також можливий шлях розвитку;

б) зміна світогляду педагога, його ставлення до себе, свого життєвого досвіду в бік усвідомлення власних почуттів, переживань з позиції здоров'язбереження;

в) зміна ставлення до завдань навчального / освітнього процесу, реалізуючи позиції здоров'язбережувальної педагогіки, яка передбачає не лише досягнення дидактичних цілей, а й розвиток у суб'єктів освітнього процесу максимального збереження здоров'я [30, с. 488].

У педагогічній науці склалися певні напрями дослідження проблеми здоров'язбереження: філософський; методологічний і теоретико-методичний як основи формування валеологічної культури і здоров'язбережувальної компетентності дітей і молоді; формування в них ціннісного ставлення до здоров'я; формування культури здоров'я.

Термін «здоров'язбереження», а також синонімічні категорії «збереження здоров'я», «охорона здоров'я», «здоров'язбережувальна або здоров'я-спрямувальна діяльність» «зміцнення здоров'я» та ін. достатньо часто використовуються в наукових працях. Разом з тим термін «здоров'язбереження» на сьогодні не має однозначного визначення.

У педагогічному аспекті здоров'язбереження особистості більшість науковців (Іонова О. [15], Башавець Н. [2], Безкопильний О. [4], Бережна Т., Мезенцева І., Павлович О. [5], Долинський Б., Борщенко В. [12], Малишева Л. [22], Марченко К. [23]) пояснюють як процес навчання й виховання, що не наносить прямої або опосередкованої шкоди здоров'ю, створює безпечні й комфортні умови перебування дітей у школі, а студентів в університеті, забезпечує індивідуальну траєкторію навчання й виховання молоді, запобігання стресів, перевантаження, втоми вихованців і тим самим сприяє збереженню й зміцненню їх здоров'я.

Безкопильний О. у своїй монографії поняття «здоров'язбереження» розглядає як спеціально організований процес, побудований на науково обґрунтованих нормах роботи та відпочинку, спрямований на збереження здоров'я та включає в себе фізкультурно-оздоровчі, санітарно-гігієнічні, лікувально-профілактичні та освітні заходи в процесі життєдіяльності людини» [4, с. 52].

Завидівська Н. терміном «здоров'язбереження» пояснює як «процес навчання й виховання в дитини навичок здорового способу життя, створення комфортних і безпечних умов перебування учнів в освітньому закладі, запобігання перевантаженню, стресам, втомі, сприяння зміцненню здоров'я дитини» [14, с. 11].

Кравчук Н. поняття «здоров'язбереження» трактує так: це «педагогічний феномен, що характеризує системну спрямованість зусиль усіх суб'єктів освітнього процесу на забезпечення фізичного, духовного, психічного й соціального благополуччя дитини [20, с. 25].

Проаналізувавши наукові праці вітчизняних і зарубіжних вчених, Малишева Л. дійшла висновку, що поняття «здоров'язбереження» – це процес, що сприяє формуванню, зміцненню і збереженню здоров'я учнів у загально-освітніх навчальних закладах [22, с. 21].

З погляду науковців навчання в умовах здоров'язбережувальної педагогіки містить у собі передачу знань, умінь і навичок, які сприяють формуванню уяви про здоров'язбереження, гармонійне поєднання духовного та фізичного розвитку, що допоможе надалі учасникам освітнього процесу зберігати і зміцнювати як своє власне здоров'я, так і здоров'я оточуючих людей [28, с. 125].

Ефективність процесу формування, збереження і зміцнення здоров'я всіх учасників освітнього процесу залежить від рівня і якості суб'єкт-суб'єктної взаємодії всіх його структурних елементів. З цієї позиції Оніпко В. пропонує розглядати організацію здоров'язбережувальної роботи в закладах освіти як паралельний зустрічний процес, з одного боку, передачі здоров'язбережувального досвіду від педагогів до учнів і, іншого боку, процес активного сприйняття учнями вказаних знань з подальшим формуванням відповідних здоров'язбережувальних навичок і умінь [26, с. 67].

Як засвідчує аналіз науково-педагогічної літератури, основний акцент у наведених вище визначеннях робиться на тому, що це спеціально організований педагогічний процес, спрямований на формування, зміцнення і збереження здоров'я суб'єктів освітнього процесу.

Водночас вчені наголошують, що поняття «здоров'язбереження» не обмежується уявленнями про збереження та зміцнення лише фізичного (тілесного) здоров'я молоді. Важлива роль збереження в аспекті психічного, духовного та соціального здоров'я, що вимагає створення у закладі освіти особливої комфортної атмосфери, яка б сприяла формуванню позитивного простору для особистісного зростання кожного суб'єкта освітнього процесу в інтелектуальній, духовній та соціальній сферах [11, с. 96].

Крім цього у науковій педагогічній літературі є поняття «здоров'язбережувальна діяльність», яка трактується вченими (Башавець Н., Долинська Б., Борщенко В., Кабацька О., Кравчук Н.) як діяльність, спрямована на формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей, підлітків та молоді.

На думку Н. Завидівської «здоров'язбережувальна діяльність являє собою поєднання характеристик (знання, вміння їх застосовувати та навички як діяти, покладаючи відповідальність винятково на самого себе, з урахуванням особистісних принципів, позиції, потреб), які визначають рівень або ступінь можливостей особистості до продовження років здорового життя» [14, с. 214].

Слушними є погляди Кузнецової О. щодо сутності терміну «здоров'язбережувальна діяльність», яке науковиця трактує як вид діяльності людини, яка спрямована на формування, збереження та зміцнення здоров'я як свого власного, так і інших людей, формування культури здоров'я, екології здоров'я, цілісної (холістичної) формули здорового способу життя, а також здатність вносити зміни в довкілля, спосіб власного життя та оточуючих людей, використовуючи та поєднуючи оптимальні методи навчання і виховання та вміння прогнозувати очікуваний результат» [21, с. 62.]. Тоді як Мондич О. стверджує, що здоров'язбережувальна діяльність ґрунтується лише на інтеграції знань, умінь, навичок, ціннісних ставлень особистості, спрямованих на збереження фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я – свого та оточення [25, с. 184].

При цьому дослідники зазначають, що основна роль здоров'язбережувальної діяльності будь-якого освітнього закладу – це правильно організований освітній процес.

Науковці стверджують, що заклад освіти повинен бути за моделлю здоров'язбережувального середовища, компонентами якого є: комфортні умови навчання; застосування оздоровчих методик, які забезпечують рухову активність і відновлення розумової працездатності [27, с. 11].

Проблема здоров'язбереження охоплює широке коло медико-біологічних, педагогічних, психологічних, соціальних та інших наук, що визначають різні погляди на підходи, організацію та технології збереження здоров'я. Складне і неоднозначне поняття «здоров'язбереження» у своєму змісті включає різні компоненти (дефініції): здоров'я; культура здоров'я; здоровий спосіб життя; формування здорового способу життя; культура здорового способу життя; умови формування, зміцнення і збереження здоров'я; здоров'язбережувальні технології та інші.

Аналізуючи думки науковців щодо здоров'язбереження як педагогічної проблеми виокремлюємо поняття «здоров'язбережувальна компетентність», яке трактуємо як здатність застосовувати здоров'язбережувальні компетенції, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей. Здоров'язбережувальні компетенції пояснюємо як відповідний рівень знань, умінь, навичок, ставлень до здоров'я у всіх сферах життєдіяльності людини.

Висновки. Формування здоров'язбережувальної компетентності є нагальною потребою сьогодення, адже від стану здоров'я залежать можливості та здібності людини. З урахуванням сутності та змісту поняття

«здоров'я», «культура здоров'я» приходимо до висновку, що в кожній людині має бути здоров'язбережувальна діяльність, яка й передбачає формування впродовж життя здоров'язбережувальної компетентності.

Література:

1. Бабич В.І. Підготовка майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Бабич В'ячеслав Іванович. – Луганськ. 2006, 314 с.
2. Башавець Н.А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. д-ра пед. наук : 13.00.04. Одеса. 2012, 554 с.
3. Баштан С., Шапкіна Т. Проблема формування культури здоров'я студентів у педагогічній теорії. Освітологічний дискурс. № 3-4 (26-27) 2019, с. 61-72.
4. Безкопильний О.О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі: теорія та методика: монографія. Черкаси: ЧНУ імені Б. Хмельницького. 2020, 552 с.
5. Бережна Т., Мезенцева І., Павлович О. Проблема забезпечення здоров'язбереження суб'єктів освітнього середовища вищої школи // Актуальні питання гуманітарних наук. Вип. 52. Том 1. 2022, с. 168-173.
6. Бермудес Д.В. Формування культури здоров'я студентської молоді // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Вип. 1 (129) 2021, с. 11- 14.
7. Вакуленко О.В. Теоретико-методологічні засади формування здорового способу життя. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження: колективна монографія. За заг. ред. проф. Ю.Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г. 2017, с. 301-308.
8. Ващенко О.М. Методика організації здоров'язбережувального освітнього середовища початкової школи // Науковий вісник Ужгородського національного університету. Вип. 32 2014, с. 34-36.
9. Галімска І.І. Формування культури здоров'я молоді засобами фізичного виховання // Наукові записки. Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка. Вип. 173 2018, с. 177-181.
10. Горденко С.І. Педагогічні умови ефективного формування здорового способу життя учнівської молоді // Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». Вип. 27 2012, с. 65-70.
11. Гулько Т.Ю. Формування здатності застосовувати сучасні здоров'язбережувальні технології у сфері фізичної культури та спорту у здобувачів вищої освіти // Теорія і практика фізичної культури і спорту. № 2/2023 2023, с. 96-101.
12. Долинський Б.Т., Борщенко В.В. Здоров'язбережувальна парадигма в педагогічному процесі вищої школи // Формування компетентності індивідуального збереження: теорія і практика в освітніх процесах. Монографія. Київ: «Майстерні магістеріуму». 2020, с. 122-134.
13. Єжова О.О. Феномен культури здоров'я в педагогічних дослідженнях // Наука і освіта . № 6 2010, с.79-83.
14. Завидівська Н.Н. Педагогічні новації у системі фізкультурної освіти студентів: концепт здоров'язбережувального навчання // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Вип. 3К(97) 2018, с. 213-217.
15. Іонова О.М., Лукьянова Ю.С. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: наукова монографія. За ред. С. С. Єрмакова. Харків: ХДАДМ (ХХІІІ). № 1 2009, с. 69-72.

16. Кабацька О.В. Вивчення підходів до роботи викладачів закладу вищої освіти в напрямку здоров'язбереження студентів // Педагогіка та психологія. Вип. 63 2020, с. 60-68.
17. Кабацька О.В. Методика формування культури здоров'я старшокласників у позакласній роботі // Педагогічні науки. Вип. 56 2010, с. 192-198.
18. Кириленко С.В. Проблема формування культури здоров'я в історії теоретичної думки та в сучасній практиці // Педагогіка і психологія. Вісник АПН України. №1(42) 2004, с. 48-56.
19. Кошель А.П., Кошель В.М. Здоровий спосіб життя як ціннісна складова формування культури здоров'я майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти // Формування компетентності індивідуального здоров'язбереження: теорія і практика в освітніх процесах. Монографія. Київ: «Майстерні магістеріуму». Ч.І 2020, с. 33-42.
20. Кравчук Н.П. Здоров'язбережувальна діяльність та її функції в процесі формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів // Наукова думка сучасності і майбутнього. Вип. 3 2016, с. 25-28.
21. Кузнецова О. Педагогічні умови формування готовності студентів до використання оздоровчих технологій у процесі фізичного виховання і життєдіяльності // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. № 3 2017, с. 59-67.
22. Малишева Л. Феномени здоров'я та здоров'язбереження молоді в контексті сучасних наукових поглядів // Педагогічний часопис Волині. № 4 (7) 2017, с. 18-23.
23. Марченко К.О. Здоров'язберігаючі аспекти сучасного уроку // Формування здоров'язбережувальних компетентностей сучасної молоді: реалії та перспективи. 2017, с. 115-116.
24. Мойсеюк В.П. Сучасні підходи до вивчення феномену культури здоров'я. Тернопіль: Богдан. 2012, 125с.
25. Мондич О.В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців – вчителів початкової школи // Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету. Вип. 56 2021, с. 182-192.
26. Оніпко В.В. Генезис проблеми здоров'язбереження у вітчизняній і зарубіжній педагогічній теорії й практиці // Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія. За заг. ред. Л. М. Рибалко. Тернопіль: Осадца В. М. 2019, с. 53-93.
27. Плачинда Т.С., Рибалко Л.М., Гулько Т.Ю. Дотримання здорового способу життя майбутніми фахівцями фізичної культури та спорту як необхідна умова якості життя // Педагогічний альманах. № 55 2024, с. 10-16.
28. Помещикова І.П., Чуча Ю.І., Ломан С.Л. Здоров'язбережувальні компетентності учнівської та студентської молоді // Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та однокорств у закладах вищої освіти. 2020, с. 124-128.
29. Рибалко Л.М., Йопа Т.В. Проектування освітнього здоров'язбережувального середовища на засадах педагогічної ергономіки // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Вип. 3К(123)20 2020, с. 361-365.
30. Рибалко Л.М. Світовий досвід фізкультурно-оздоровчої діяльності у закладах вищої освіти // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Вип. 3К(110)19 2019, с. 487-491.
31. Самокиш І. Значення способу життя у зміцненні здоров'я та розширенні функціональних резервів студентської молоді // Здоров'я людини: теорія і практика: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Суми: Сумський державний університет. 2017, с. 135-142.
32. Халайцян А.П. Культура здоров'я особистості як складова частина її фізичної культури // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 3 2014, с. 79-84.

33. Хольченкова Н.М. Роль та місце позашкільної освіти у формуванні здоров'язбереження учнів // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. № 144 2017, с. 314-319.

34. Чаплигін В.П., Терещенко В.І. Методолого-теоретичні засади формування здорового способу життя студентів засобами фізичного виховання // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 5(99) 2018, с. 171-173.

35. Шурхал І.А. Компоненти готовності майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності учнів // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Вип. 5К(61) 2015, с. 280-282.

References:

1. Babych, V.I. (2006). Pidhotovka maybutnikh uchyteliv fizychnoho vykhovannya do formuvannya kul'tury zdorov'ya shkolyariv [Preparation of future teachers of physical education for the formation of the health culture of schoolchildren], 314 s [in Ukrainian].

2. Bashavets', N.A. (2012). Teoretyko-metodychni zasady formuvannya kul'tury zdorov'yazberezheniya yak svitohlyadnoyi oriyentatsiyi studentiv vyshchyykh ekonomichnykh navchal'nykh zakladiv [Theoretical and methodological foundations of the formation of a culture of health care as a worldview orientation of students of higher economic educational institutions]: dys. d-ra ped. nauk: 13.00.04. Odesa., 554 s [in Ukrainian].

3. Bashtan, S., Shapkina, T. Problema formuvannya kul'tury zdorov'ya studentiv u pedahohichniy teorii [The problem of forming the health culture of students in pedagogical theory]. *Osvitolohichnyy dyskurs. 3-4 (26-27)*, 61-72 [in Ukrainian].

4. Bezcopyl'nyy, O.O. (2020). Pidhotovka maybutnikh uchyteliv fizychnoyi kul'tury do zdorov'yazberezhuval'noyi diyal'nosti v osnovnoyi shkoli: teoriya ta metodyka: monohrafiya [Preparation of future physical education teachers for health-preserving activities in primary school: theory and methodology], 552 s [in Ukrainian].

5. Berezna, T., Mezentseva, I., Pavlovych, O. Problema zabezpechennya zdorov'yazberezheniya sub'yektiv osvith'oho seredovyscha vyshchoyi shkoly [The problem of ensuring the health of subjects of the educational environment of the higher school]. *Aktual'ni pytannya humanitarnykh nauk. 52(1)*, 168-173 [in Ukrainian].

6. Bermudes, D.V. (2021). Formuvannya kul'tury zdorov'ya student-s'koyi molodi [Formation of the health culture of student youth // Scientific journal of the National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov] *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Dragomanova. 1(129)*, 11-14 [in Ukrainian].

7. Vakulenko, O.V. (2017). Teoretyko-metodolohichni zasady formuvannya zdorovoho sposobu zhyttya. Zahal'na teoriya zdorov'ya ta zdorov'yazberezheniya [Theoretical and methodological foundations of healthy lifestyle formation], 301-308 [in Ukrainian].

8. Vashchenko, O.M. (2014). Metodyka orhanizatsiyi zdorov'yazberezhuval'noho osvith'oho seredovyscha pochatkovoyi shkoly [The method of organizing a health-preserving educational environment of an elementary school]. *Naukovyy visnyk Uzhhorods'koho natsional'noho universytetu. 32*, 34-36 [in Ukrainian].

9. Halims'ka, I.I. (2018). Formuvannya kul'tury zdorov'ya molodi zasobamy fizychnoho vykhovannya [Formation of youth health culture by means of physical education]. *Naukovi zapysky. Tsentral'noukrayins'kyy derzhavnyy pedahohichnyy universytet imeni Volodymyra Vynnychenka. 173*, 177-181 [in Ukrainian].

10. Hordenko, S.I. (2012). Pedahohichni umovy efektyvnoho formuvannya zdorovoho sposobu zhyttya uchniv's'koyi molodi [Pedagogical conditions for the effective formation of a healthy lifestyle of student youth]. *Humanitarnyy visnyk DVNZ «Pereyaslav-Khmel'nyts'kyy derzhavnyy pedahohichnyy universytet imeni Hryhoriya Skovorody»*. 27, 65-70 [in Ukrainian].

11. Hul'ko, T.YU. (2023). Formuvannya zdatsnosti zastosovuvaty suchasni zdorov'yazberezhival'ni tekhnolohiyi u sferi fizychnoyi kul'tury ta sportu u zdobuvachiv vyshchoyi osvity [Formation of the ability to apply modern health-preserving technologies in the field of physical culture and sports among students of higher education]. *Teoriya i praktyka fizychnoyi kul'tury i sportu*. 2/2023, 96-101 [in Ukrainian].

12. Dolyns'kyi, B.T., Borshchenko, V.V. (2020). Zdorov'yazberezhival'na paradyhma v pedahohichnomu protsesi vyshchoyi shkoly [Health-saving paradigm in the pedagogical process of a higher school]. *Formuvannya kompetentnosti indyvidual'noho zberezheniya: teoriya i praktyka v osvityakh protsesakh*, 122-134 [in Ukrainian].

13. Yezhova, O.O. (2010). Fenomen kul'tury zdorov'ya v pedahohichnykh doslidzhennyakh [The phenomenon of health culture in pedagogical studies]. *Nauka i osvita*. 6, 79-83 [in Ukrainian].

14. Zavydivs'ka, N.N. (2018). Pedahohichni novatsiyi u systemi fizkul'turnoyi osvity studentiv: kontsept zdorov'yazberezhival'noho navchannya [Pedagogical innovations in the system of physical education of students: the concept of health-preserving training]. *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 3K(97), 213-217 [in Ukrainian].

15. Ionova, O.M., Luk'yanova, YU.S. (2009). Zdorov'yazberezhennya osobystosti yak psykholoho-pedahohichna problema [Personal health preservation as a psychological and pedagogical problem]. *Pedahohika, psykholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. 1, 69-72 [in Ukrainian].

16. Kabats'ka, O.V. (2020). Vyvchennya pidkhodiv do roboty vykladachiv zakladu vyshchoyi osvity v napryamu zdorov'yazberezhennya studentiv [The study of approaches to the work of teachers of a higher education institution in the direction of student health]. *Pedahohika ta psykholohiya*. 63, 60-68 [in Ukrainian].

17. Kabats'ka, O.V. (2010). Metodyka formuvannya kul'tury zdorov'ya starshoklasnykiv u pozaklasniy roboti [The method of forming the health culture of high school students in extracurricular work]. *Pedahohichni nauky*. 56, 192-198 [in Ukrainian].

18. Kyrylenko, S.V. (2004). Problema formuvannya kul'tury zdorov'ya v istoriyi teoretychnoyi dumky ta v suchasniy praktytsi [The problem of health culture formation in the history of theoretical thought and in modern practice]. *Pedahohika i psykholohiya*. 1(42), 48-56 [in Ukrainian].

19. Koshel', A.P., Koshel', V.M. (2020). Zdorovyiy sposib zhyttya yak tsinnisna skladova formuvannya kul'tury zdorov'ya maybutnikh vykhovateliv zakladiv doshkil'noyi osvity A healthy lifestyle as a valuable component of the formation of the health culture of future teachers of preschool education institutions]. *Formuvannya kompetentnosti indyvidual'noho zdorov'yazberezhennya: teoriya i praktyka v osvityakh protsesakh*, 33-42 [in Ukrainian].

20. Kravchuk, N.P. (2016). Zdorov'yazberezhival'na diyal'nist' ta yiyi funktsiyi v protsesi formuvannya zdorov'yazberezhival'noyi kompetentnosti maybutnikh vykhovateliv doshkil'nykh navchal'nykh zakladiv [Health-preserving activity and its functions in the process of forming the health-preserving competence of future teachers of preschool educational institutions]. *Naukova dumka suchasnosti i maybutn'oho*. 3, 25-28 [in Ukrainian].

21. Kuznetsova O. (2017). Pedahohichni umovi formuvannya hotovnosti studentiv do vykorystannya ozdorovchikh tekhnolohiy u protsesi fizychnoho vykhovannya i zhyttyedyal'nosti [Pedagogical conditions for the formation of students' readiness to use health technologies in the process of physical education and life activities]. *Naukovi zapysky Ternopil's'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Hnatyuka*. № 3, 59-67 [in Ukrainian].

22. Malysheva, L. (2017). Fenomeny zdorov'ya ta zdorov'yazberezhennya molodi v konteksty suchasnykh naukovykh pohlyadiv [Health phenomena and health care of youth in the context of modern scientific views]. *Pedahohichnyy chasopys Volyni*. 4(7), 18-23 [in Ukrainian].

23. Marchenko, K.O. (2017). Zdorov"yazberihayuchi aspekty suchasnoho uroku [Health-preserving aspects of the modern lesson]. *Formuvannya zdorov"yazberezhival'nykh kompetentnostey suchasnoyi molodi: realiyi ta perspektyvy*, 115-116 [in Ukrainian].

24. Moyseyuk, V.P. (2012). Suchasni pidkhody do vyvchennya fenomenu kul'tury zdorov"ya. Ternopil' [Modern approaches to the study of the phenomenon of health culture], 125 s [in Ukrainian].

25. Mondych, O.V. (2021). Formuvannya zdorov"yazberezhival'noyi kompetentnosti maybutnikh fakhivtsiv – vchyteliv pochatkovoyi shkoly [Formation of health-preserving competence of future specialists - primary school teachers]. *Naukovyy visnyk Izmayil's'koho derzhavnoho humanitarnoho universytetu*. 56, 182-192 [in Ukrainian].

26. Onipko, V.V. (2019). Henezys problemy zdorov"yazberezhennya u vitchyznnyaniy i zarubizhniy pedahohichniy teoriyi y praktytsi [The genesis of the problem of health conservation in domestic and foreign pedagogical theory and practice]. *Zdorov"yazberezhival'ni tekhnolohiyi v osviti'omu seredovys'chi*, 53-93 [in Ukrainian].

27. Plachynda, T.S., Rybalko L.M., Hul'ko T.Yu. (2024). Dotrymannya zdorovoho sposobu zhyttya maybutnimy fakhivtsyamy fizychnoyi kul'tury ta sportu yak neobkhidna umova yakosti zhyttya [Adherence to a healthy lifestyle by future physical culture and sports specialists as a necessary condition for quality of life]. *Pedahohichnyy al'manakh*. 55, 10-16 [in Ukrainian].

28. Pomeshchikova, I.P., Chucha YU.I., Loman S.L. (2020). Zdorov"yazberezhival'ni kompetentnosti uchniv's'koyi ta student's'koyi molodi [Health-saving competences of pupils and students]. *Problemy i perspektyvy rozvytku sportyvnykh ihor ta odnobarstv u zakladakh vyshchoyi osvity*, 124-128 [in Ukrainian].

29. Rybalko, L.M., Yopa, T.V. (2020). Proyektuvannya osviti'oho zdorov"yazberezhival'noho seredovys'cha na zasadakh pedahohichnoyi erhomiky [Designing an educational health-preserving environment based on the principles of pedagogical ergonomics]. *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 3K(123), 361-365.

30. Rybalko, L.M. (2019). Svitovyy dosvid fizkul'turno-ozdorovchoyi diyal'nosti u zakladakh vyshchoyi osvity [World experience of physical culture and health activities in institutions of higher education]. *Naukovyy chasopys Natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova*. 3K(110), 487-491.

31. Samokysh, I. (2017). Znachennya sposobu zhyttya u zmitsnenni zdorov"ya ta rozshyrenni funktsional'nykh rezerviv student's'koyi molodi [The importance of lifestyle in strengthening health and expanding the functional reserves of student youth]. *Zdorov"ya lyudyny: teoriya i praktyka*, 135-142 [in Ukrainian].

32. Khalaytsan, A.P. (2014). Kul'tura zdorov"ya osobystosti yak skladova chastyna yiyi fizychnoyi kul'tury [The culture of personal health as a component of physical culture]. *Pedahohika, psyholohiya ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannya i sportu*. 3, 79-84 [in Ukrainian].

33. Khol'chenkova, N.M. (2017). Rol' ta mistse pozashkil'noyi osvity u formuvanni zdorov"yazberezhennya uchniv [The role and place of out-of-school education in the formation of students' health care]. *Visnyk Chernihiv's'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka*. 144, 314-319.

34. Chaplyhin, V.P., Tereshchenko, V.I. (2018). Metodoloho-teoretychni zasady formuvannya zdorovoho sposobu zhyttya studentiv zasobamy fizychnoho vykhovannya [Methodological and theoretical foundations of the formation of a healthy lifestyle of students by means of physical education]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova*. 5(99), 171-173 [in Ukrainian].

35. Shurkhal, I.A. (2015). Komponenty hotovnosti maybutnikh uchyteliv fizychnoyi kul'tury do zdorov"yazberezhival'noyi diyal'nosti uchniv [Components of the readiness of future physical education teachers for the health-preserving activities of students]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova*. 5K(61), 280-282 [in Ukrainian].