

УДК 613.96-049.34

DOI <https://doi.org/10.32782/pub.health.2024.1.8>

Дудаш Габрієлла Василівна,
аспірант освітньо-наукової програми «Громадське здоров'я»
Державного вищого навчального закладу
«Ужгородський національний університет»
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5801-5588>

Брич Валерія Володимирівна,
доктор медичних наук, доцент, професор кафедри наук про здоров'я
Державного вищого навчального закладу
«Ужгородський національний університет»
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3741-6002>

ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТОК ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ ЗБЕРЕЖЕННЯ ЗДОРОВ'Я ТА МОТИВАЦІЇ ДО ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Анотація. Актуальність. Актуальними проблемами сучасної системи освіти є навчання, виховання і розвиток молодого покоління заради розбудови здорового суспільства та формування його здоров'язберігаючого світогляду. Попри застосування у навчально-виховній роботі різних елементів навчання з метою формування основ культури здоров'я, мислення учнів все ще не відповідає потребі, про що свідчить поширення шкідливих звичок та значні порушення здоров'я серед підлітків. Неefективність складників системи освіти щодо формування позитивних переконань та мотивації учнів щодо здорового способу життя зумовлює необхідність дослідити формування та розвиток освітнього компонента стосовно збереження здоров'я та мотивації до здорового способу життя з метою подальшого його вдосконалення.

Мета роботи – на основі аналізу відповідних джерел дослідити формування та розвиток освітнього компонента збереження здоров'я та мотивації до здорового способу життя у підлітковому віці.

Матеріали та методи. Для досягнення мети був використаний бібліосемантичний метод та метод системного аналізу, проаналізовані державні освітні стандарти, шкільні програми та наукова література з проблеми дослідження.

Результати дослідження. Аналіз вітчизняних досліджень показує, що компоненти формування здоров'я почали запроваджувати в освітній процес ще до набуття Україною незалежності. Навчальні дисципліни вказаного спрямування були представлені інтегративним курсом «Основи валеології і медичних знань», шкільними інтегративними курсами «Валеологія», «Основи безпеки життєдіяльності» та «Основи здоров'я». Зараз впроваджено новий інтегрований курс «Здоров'я, безпека та добробут». Все ж недостатню увагу приділено формуванню здорового способу життя для учнів старших класів, студентів професійно-технічних училищ та закладів вищої освіти, адже основні освітні компоненти, які мають формувати в учнів поведінку збереження здоров'я, закінчуються в дев'ятому класі.

Висновки. Компоненти, спрямовані формувати знання, переконання та поведінку молоді, що сприятимуть збереженню здоров'я, вже давно включені у виховний процес, проте в різні періоди свого існування та розвитку вони мали низку недоліків: нерівномірне вивчення матеріалу з певними прогалинами в окремих класах, відсутність інформації щодо здорового способу життя та корисних звичок у старших класах, відсутність у закладах вищої освіти обов'язкових освітніх компонентів, що відповідають за формування у студентів навичок формування здорової поведінки.

Ключові слова: збереження здоров'я, освітній компонент, валеологія, підлітковий вік, здоровий спосіб життя, переконання.

Dudash H. V., Brych V. V. Formation and development of the educational component of health maintenance and motivation for a healthy lifestyle in adolescence

Abstract. Topicality. The urgent problems of the modern education system are the teaching, upbringing and development of the younger generation to build a healthy society and form its health-conscious outlook. Despite the use of various elements of education in teaching and learning to form the basis of a culture of health, students' mindset still does not meet the need, as evidenced by the spread of bad habits and significant health problems among adolescents. The ineffectiveness of the components of the education system in forming positive beliefs and motivation of students for a healthy lifestyle determines the need for the study of the formation and development of the educational component on health and motivation for a healthy lifestyle in order to further improve it.

The goal of the work is to investigate the formation and development of the educational component of health maintenance and motivation for a healthy lifestyle in adolescence based on the analysis of relevant sources.

Materials and methods. The bibliosemantic method and the method of system analysis were used, state educational standards, school curricula and scientific literature on the research problem were analysed.

Research results. An analysis of domestic research shows that health education components began to be introduced into the educational process before Ukraine gained independence. The disciplines of this area were represented by the integrative course “Basics of Valeology and Medical Knowledge”, the school integrative course “Valeology”, “Basics of Life Safety” and “Basics of Health”. A new integrated course “Health, Safety and Wellbeing” is currently being introduced. However, insufficient attention is paid to the formation of a healthy lifestyle for high school students, students of vocational schools and higher education institutions. The main educational components that should form students’ health behaviour end in the ninth grade.

Conclusions. Components aimed at forming knowledge, beliefs and behaviour of young people that will contribute to health preservation have long been included in the educational process, but in different periods of their existence and development they had a number of shortcomings: uneven study of the material with certain gaps in certain classes, lack of information on healthy lifestyles and good habits in high school, lack of mandatory educational components in higher education institutions responsible for developing students’ skills in healthy behaviour.

Key words: health promotion, educational component, valeology, adolescence, healthy lifestyle, beliefs.

Вступ. Попри воєнний стан в Україні, процес реформування національної системи освіти продовжується. Пріоритетним напрямом є інтеграція до європейського освітнього простору. Це зумовлює вивчення науковцями передумов, основ, складників шляхів та засобів розробки послідовного покращення освіти в Україні.

Деякі аспекти розвитку національної освіти в Україні знайшли відображення в працях А.М. Алексюка, С.У. Гончаренка, Л.Г. Коваль, П.П. Кононенка, В.Ю. Майбороди, Т.П. Усатенко та ін. Науковці не тільки зосереджують свою увагу на основних характеристиках інтегративного підходу в освіті, але й спрямовують свою діяльність на створення окремих інтегративних курсів чи їх системи. Однак розробці освітнього курсу з формування здоров’я – як окремого, так і в контексті системи інших курсів – поки приділяється, на жаль, замала увага.

Окреслюючи можливі напрями подальшого просування валеологічних розробок і відіграючи, безумовно, позитивну роль у розвитку науки про здоров’я, вітчизняні медичні і педагогічні праці мають усе ж суто науковий, дослідницький характер, залишаючи поза розглядом власне освітні проблеми валеології [1].

Мета та завдання – на основі аналізу відповідних джерел дослідити формування та розвиток освітнього компоненту збереження здоров’я та мотивації до здорового способу життя у підлітковому віці.

Методи дослідження. Для досягнення мети був використаний бібліосемантичний метод та метод системного аналізу, проаналізовані державні освітні стандарти, шкільні програми та наукова література з проблеми дослідження.

Результати дослідження. Основою формування культури здоров’я школярів в освітньому середовищі стало введення валеології. Впровадження та розвиток такого компоненту в сис-

тему освіти в Україні як предмету, який слугуватиме формуванню знань та навичок збереження здоров’я, можна поділити на два етапи: з 1986 до 2000 р. і з 2001 до сьогодні. Перший етап розвитку валеологічної думки характерний тим, що після техногенної катастрофи на Чорнобильській АЕС вперше почали відкрито говорити про здоров’я. Проте в умовах СРСР даний напрямок у системі освіти не розвивався. І лише після розпаду Радянського Союзу в умовах незалежної України бурхливо почали розвиватись педагогічні науки і, зокрема, педагогічна валеологія [2].

У програмі інтегративного курсу «Основи валеології та медичних знань» учні вивчали питання щодо медицини, засобів формування фізичного здоров’я, питання гігієни тіла, профілактики захворювань, впливу шкідливих звичок на здоров’я людини. Але порядок вивчення цих питань мав недоліки, адже подача матеріалу була дещо нерівномірною, з певними прогалинами в окремих класах. Також у програмі були відсутні матеріали, які б визначили тлумачення поняття «здоровий спосіб життя», його складники та умови. Проте простежувалася низка сильних сторін. Зокрема, ідеться про наявність тем щодо моніторингу здоров’я. Це давало можливість визначати рівень індивідуального здоров’я учнів на початку і в кінці навчального року [3].

Подальшим кроком було створення «Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні», «Базового змісту шкільної валеологічної освіти», програми шкільного інтегративного курсу «Валеологія» та «Програми предмету шкільного компонента «Основи валеології» для учнів 1–10 класів» [4].

Навчальні програми шкільного інтегративного курсу «Валеологія» та предмету шкільного компонента «Основи валеології» для учнів 1–10 класів розроблені на основі базового змісту шкільної валеологічної освіти, який передбачав у школах I–III ступенів, ліцєях, гімназіях, ПТУ та в

навчальних закладах I–II рівнів виховання мотивацію до ведення здорового способу життя. У вказаних навчальних програмах вперше в Україні запропонували готувати учнів до ФЗЗВП (формування, збереження, зміцнення, відтворення і передачі здоров'я), поставили питання про цінність життя і здоров'я, складники здоров'я, залежність здоров'я від способу життя, природні і соціальні умови здоров'я, національні традиції збереження здоров'я. Значне місце у програмах займала тематика визначення індивідуального рівня здоров'я. Необхідно відмітити, що також була зроблена спроба ввести поняття «соціальні умови здоров'я» і «соціальне здоров'я» [2].

Водночас «Базовий зміст шкільної валеологічної освіти», програма шкільного інтегративного курсу «Валеологія» та шкільного компонента «Основи валеології» поряд із значними позитивними сторонами мали низку недоліків. Навчальні програми були зосереджені на викладенні учням теоретичних знань, мало уваги приділялося набуттю практичних навичок щодо формування здоров'я. Не викладались сутність, зміст і складові частини соціального, духовного, психічного й фізичного здоров'я. Для навчальних програм була характерна відсутність цілісної системи формування основ здорового способу життя. Не надавалось значення також добовому та руховому режиму учнів залежно від індивідуального рівня здоров'я, майже не розглядалися питання психологічного захисту та самозахисту в стресових ситуаціях, не враховувались потреба та можливість здійснення оцінки та самооцінки учнями індивідуального здоров'я у процесі його формування.

Відповідно до огляду літературних джерел наступним кроком в утвердженні валеології в загальноосвітній школі була «Концепція неперервного валеологічного виховання та освіти в Україні» (1993 р.) [13], розроблена на базі Інституту змісту і методів навчання Міністерства освіти України, яка була продовженням «Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні» (1994 р.) й водночас оновленим, значно повнішим і багатограннішим її варіантом. Її зміст широко охоплював питання базової валеологічної освіти та виховання. Вона включала десять змістових ліній, зокрема «Фізичне здоров'я», «Психічне здоров'я» і «Духовне здоров'я». Це було значним кроком у розвитку педагогічного спрямування формування здоров'я і у підготовці відповідних кадрів різних освітньо-кваліфікаційних рівнів.

Інтегрований курс «Валеологія» та шкільний компонент «Основи валеології» впроваджувались

у дуже складний для України та системи освіти час, тому мали місце деякі недоліки: відсутність підручників, використання недержавних програм, які спотворено відображали мету і завдання такої освіти, зокрема містили теми «Астрологія і здоров'я», «Здоров'я і заговори», «Очищення душі». Ці теми посібників викликали негативну оцінку з боку релігійних організацій, батьків, педагогів, тому вказані підручники були вилучені з Переліку навчальної літератури. Усе це призвело до того, що валеологія поступово зникла з розкладів загальноосвітніх навчальних закладів [2].

На зміну валеології у 1999 році прийшов новий курс – «Основи безпеки життєдіяльності. 1–11 класи». Такий курс мав на меті формувати моделі безпеки під час надзвичайних ситуацій, здоровий спосіб життя і навички профілактики захворювань та домедичної допомоги. Основну увагу приділяли питанням безпеки життєдіяльності та поведінки учнів у надзвичайних ситуаціях. Позитивним моментом стало введення розділу «Моє здоров'я». Він включав питання особистої гігієни, харчування, впливу шкідливих звичок на розвиток дитячого організму, запобігання отруєння грибами, питання фізичного та емоційного здоров'я, впливу стресу на здоров'я та його подолання. У 8 класі було введено розділ «Здоровий спосіб життя», проте у 9 та 11 класах не зосереджувалася увага на питаннях розвитку знань учнів про формування здоров'я. Навчальна програма включала питання харчування, впливу шкідливих звичок на здоров'я, а також питання статевої стосунків тощо, але вона не розглядала сутності соціального, духовного, психічного складників здоров'я [5].

Як програмовий розділ питання здорового способу життя вміщено у першому класі, проте текстуальне наповнення не повною мірою відображало його сутність і складники. У такий спосіб навчальна програма не забезпечувала підготовку та мотивацію до ведення здорового способу життя, моніторингу здоров'я учнів. Тему профілактики ВІЛ-інфекції/СНІДу починали вивчати лише у 8 класі, що досить пізно. Отже, навчальна програма «Основи безпеки життєдіяльності» була неспроможна виконати завдання щодо формування засад здорового способу життя учнів [2].

У 2000 році згідно з Законом України «Про загальну середню освіту» було розроблено «Державний стандарт початкової загальної освіти» [6], де йшлося про освітню галузь «Здоров'я і фізична культура». Нововведення передбачали, що така освітня галузь буде забезпечувати свідоме ставлення учнів до свого здоров'я, сприя-

тиме фізичному розвитку та допоможе сформувати основи здорового способу життя. Реалізація поставлених завдань передбачалася на уроках фізичної культури за участі відповідного вчителя. Проте ця постановка питання в практиці роботи школи себе не виправдала. У зв'язку з цим розроблену освітню галузь було доповнено. У «Державному стандарті початкової загальної освіти (зі змінами ...)» 2005 року [7] було вказано, що головною метою галузі є розвиток фізичних, соціальних, психічних і духовних якостей особистості. Галузь «Здоров'я і фізична культура» містила такі змістові лінії: «Здоров'я людини», «Фізична складова здоров'я», «Соціальна складова здоров'я» і «Психічна та духовна складові здоров'я», що було достатнім для початкової школи. Водночас цей документ не передбачав моніторингу здоров'я учнів.

Продовженням державного стандарту початкової загальної освіти став «Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти». На основі цих державних стандартів розроблено навчальні програми «Основи здоров'я», які мали на меті вказувати учням на цінність і неповторність життя. На відміну від попередніх програм, вперше почали звертати увагу саме на мотивацію учнів до ведення здорового способу життя та формування позитивних установок на збереження, зміцнення здоров'я та важливу потребу вести здоровий спосіб життя. Навчальна програма забезпечувала багато знань про здоров'я і знайомила із його складниками. Але предмет «Основи здоров'я» обривався у 9-му класі, не виконуючи повністю своєї функції [2].

Наступним кроком для дотримання конституційних прав та свобод дитини, гарантій з охорони дитинства, реалізації прав дітей на освіту, безпеку для життя і здоров'я освітнє середовище, збереження та зміцнення здоров'я молоді було те, що Указом Президента України № 195/2020 була схвалена Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі [8].

Але реалізацію завдання формування в учнів компетентності збереження здоров'я у загальній середній освіті забезпечував і надалі інтегрований предмет «Основи здоров'я» [9]. Його викладання передбачало набуття учнями навичок збереження, зміцнення та відповідального ставлення до особистого здоров'я та здоров'я тих, хто поруч. Зміст тем розгорнуто відповідно до Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти. До кожного розділу програми були визначені обов'язкові результати навчання, спрямовані

на досягнення учнями здоров'язбережувальної, соціальної, загальнокультурної та інших компетентностей.

Зміни та доповнення до програми предмета «Основи здоров'я» були внесені також у 2022 році у зв'язку з російською агресією. Більшість з них були спрямовані на формування компетентностей, які дають змогу знизити ризики від військових дій, зберегти життя та здоров'я на окупованих, звільнених та підконтрольних Україні територіях. З цією метою до навчального матеріалу було додано від 18 до 33 тем та від 3 до 8 тем практичних занять [10].

Наступним кроком у розвитку та формуванні компонентів збереження здоров'я у системі освіти стало введення інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут», програма якого розроблена для закладів загальної середньої освіти на основі Державного стандарту базової середньої освіти (постанова Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898), Типової освітньої програми для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти (наказ МОН України від 19 лютого 2021 р. № 235) з урахуванням Державного стандарту початкової освіти (постанова Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87) та відповідно до положень Концепції Нової української школи (2016 р.).

Мета інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» – виховання в учнів та учениць відповідальності за своє здоров'я, особисту безпеку, власний добробут та добробут своєї родини, етичної поведінки та ціннісного ставлення до особистості та поваги до інтересів інших людей, родини, громади, держави, усвідомлення ролі освіти як важливого чинника успішного майбутнього, розвиток якостей, необхідних для вибору здорового способу життя та адекватної поведінки в небезпечних і надзвичайних ситуаціях [11].

Відповідно до наказу Міністерства освіти України від 02.12.1998 р. № 420 «Про вдосконалення навчання з охорони праці й безпеки життєдіяльності у вищих закладах освіти України» з метою забезпечення виконання «Державної програми навчання та підвищення рівня знань працівників, населення України з питань охорони праці на 1996–2000 роки» (постанова Кабінету Міністрів України від 18.04.1996 р. № 443), Указу Президента України від 18.10.1997 р. № 1166/97 «Про основні напрями соціальної політики на 1997–2000 роки», рекомендації комісії з охорони праці та безпеки життєдіяльності Науково-методичної ради Міносвіти дисципліна «Безпека життєдіяльності» вивчалася студентами в усіх

зкладах вищої освіти на першому чи другому курсі загальним обсягом 54 години при підготовці фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «молодший спеціаліст» і «бакалавр» [12].

На сучасному етапі реалізація фундаментальних оздоровчих систем у закладах вищої освіти полягає в тому, щоб забезпечити студентів необхідними знаннями щодо збереження здоров'я з відповідним психофізіологічним інструментарієм і навичками їхнього практичного застосування, а також розвинути правильне логічне й інтуїтивне вміння здійснювати профілактичні, рекреаційні заходи для збереження власного здоров'я [13].

Формування середовища збереження здоров'я в процесі навчання у закладі вищої освіти – один зі способів вирішення проблеми погіршення стану здоров'я студентів. Під таким середовищем розуміється комплексна програма, яка включає в себе освітні, виховні, медичні, адміністративно-управлінські та інші форми роботи щодо забезпечення здоров'я молодого покоління під час навчання. Мета такої програми полягає у забезпеченні студентської молоді не тільки високим рівнем знань та виховання культури здоров'я, а також у формуванні вміння й навичок для реального застосування у повсякденному житті, що сприятиме покращенню здоров'я [15].

Водночас розвиток оздоровчих систем здійснювався переважно через реалізацію таких понять: «формування фізичної культури», «фізичне виховання», «спортивні результати», «нормативи і вимоги для оцінки фізичної підготовленості», «фізкультурний рух» тощо. На всіх етапах історичного розвитку увагу переважно було зосереджено на становленні саме професійної фізкультурної освіти у вищих навчальних закладах. Недостатньо уваги приділялося проблемам визначення змістовного компонента системи оздоровлення у закладах вищої освіти різного професійного спрямування [15].

Зрозуміло, що нова якість освіти, яка має забезпечувати розвиток сучасного суспільства,

може бути досягнута лише у разі створення певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю молоді і буде спрямований на збереження, зміцнення і формування здоров'я та позитивних переконань. Це вимагає від педагогів застосування своєрідних підходів в освіті на основі потреби збереження здоров'я та відповідних технологій [16].

Система має бути представлена як мінімальний, але досить відкритий і простий механізм, що відображає основні закономірності навчання збереженню здоров'я, сприяє розумінню студентами способів і засобів покращення і зміцнення здоров'я. Результат використання такого підходу – компетентна в питаннях збереження здоров'я, розвинена, творча особистість майбутнього фахівця будь-якої сфери [13].

Висновки. Система освіти в Україні спрямована на європейську інтеграцію та продовжує оновлення змісту навчання та виховання, перебудови структури та збільшення тривалості навчання. Проте цей процес не знімає проблеми збереження здоров'я учнів. Компоненти, спрямовані формувати знання, переконання та поведінку молоді, що сприятимуть збереженню здоров'я, були включені у виховний процес давно та продовжують розвиватися і сьогодні. Проте в різні періоди свого існування та розвитку вони мали низку недоліків. Зокрема, йдеться про нерівномірне вивчення матеріалу з певними прогалинами в окремих класах, відсутність інформації щодо здорового способу життя та корисних звичок у старших класах, відсутність у закладах вищої освіти обов'язкових освітніх компонентів, що відповідають за формування у студентів навичок формування здорової поведінки. Усе це потребує розробки нових підходів до освітніх елементів, які б дозволили мотивувати здобувачів усіх рівнів освіти до свідомого вибору збереження особистого та громадського здоров'я.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Барно О. Фізичне здоров'я молоді – головна проблема держави. *Молода спортивна наука України*, 2008. С. 10–22.
2. Шахненко В.І. Підготовка учнів доведення здорового способу життя у змісті здоров'яформуючих курсів ЗНЗ незалежної України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2008. С. 168–175.
3. Програма інтегративного курсу «Основи валеології та медичних знань» (1-10-ті класи, 332 години).
4. Шкільний курс «Валеологія». Збірник матеріалів. К.: Освіта, 1994. 94 с.
5. Програма з основ безпеки життєдіяльності для загальноосвітніх закладів України. *Інф. Зб. Міністерства освіти і науки України*. 1999. № 22. С. 3–30.
6. Державний стандарт початкової загальної освіти. *Освіта України*. 2000. № 50. С. 1–32.
7. Державний стандарт початкової загальної освіти (зі змінами, затвердженими колегією Міністерства освіти і науки України від 20.10.2005 «Про підсумки переходу початкової школи на новий зміст та структуру навчання»). К.: МОН України. 2005. С. 2–44.

8. Про Національну стратегію розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі. Указ Президента України від 25 травня 2020 року № 195/2020. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/1952020-33789>
9. Здоров'язбережувальні предмети, курси, програми у 2021-2022 навчальному році : методичні рекомендації (у 2-х част.). Суми: ФОП Цьома, 2021. Ч. 1. 96 с.
10. Заплатинський В. Аналіз доповнень та змін у програмі предмету «Основи здоров'я» 6-9 класів у зв'язку з війною. *Освітній дискурс*, 2023. 2(41). С. 57–96.
11. Василенко С.В., Коваль Я.Ю., Колотій Л.П. Модельна навчальна програма «Здоров'я, безпека та добробут». 5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти, 2021. С. 1–29.
12. Желібо Є.П., Заверуха Н.М., Запарний В.В. *Безпека життєдіяльності: навчальний посібник* 2008. Київ: Каравела. С. 6.
13. Завидівська Н. Н., Завидівська О. І. Історичні передумови розвитку оздоровчих систем як засобу оптимізації здоров'язбережувального навчання студентів. *Інноваційна педагогіка*. 2019. № 17. С. 23–27.
14. Рибалка П.Ф. Впровадження здоров'язберігаючого середовища в роботу ЗВО – турбота про здоров'я студентів. *VI Міжнародна науково-практична конференція «Інноваційно-інноваційний розвиток вищої освіти: глобальний, європейський та національний виміри змін»*. 23–24 квітня 2020 р. Суми : СДПУ ім. А. С. Макаренка, 2020.
15. Вербицький В., Бондаренко І. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навч. посіб. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
16. Харченко Р. Методика викладання навчальної дисципліни «Фізичне виховання» у закладі вищої освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2019. № 5. С. 183–195.

REFERENCES:

1. Barno, O. (2008). Fizychnе zdorovia molodi–holovna problema derzhavy [Physical health of young people is the main problem of the state]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy – Young sports science of Ukraine*, 10–22 [in Ukrainian].
2. Shakhnenko, V.I. (2008). Pidhotovka uchniv dovedennia zdorovoho sposobu zhyttia u zmisti zdoroviaformuiuchykh kursiv ZNZ nezaleznoi Ukrainy [Training students to demonstrate a healthy lifestyle in the content of health-forming courses of the National University of Independent Ukraine]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical and biological problems of physical education and sports*, 168–175 [in Ukrainian].
3. Prohrama intehratyvnoho kursu «Osnovy valeolohiyi ta medychnykh znan» (1-10-ti klasy, 332 hodyny) [The program of the integrative course «Fundamentals of valeology and medical knowledge» Basics of valeology and medical knowledge (grades 1-10, 332 hours)] [in Ukrainian].
4. Shkilnyi kurs «Valeolohii» [School course «Valeology»]. (1994). Kyiv: Osvita, 94 [in Ukrainian].
5. Prohrama z osnov bezpeky zhyttiediialnosti dlia zahalnoosvitnikh zakladiv Ukrainy [Program on the basics of life safety for general educational institutions of Ukraine]. (1999). *Inf. Zb. Ministerstva osvity i nauky Ukrainy – Inf. Coll. of the Ministry of Education and Science of Ukraine*, 22, 3–30 [in Ukrainian].
6. Derzhavnyi standart pochatkovoї zahalnoi osvity [State standard of primary education]. (2000). *Osvita Ukrainy – Education of Ukraine*, 50, 1–32 [in Ukrainian].
7. Derzhavnyi standart pochatkovoї zahalnoi osvity (zi zminamy, zatverdzenymy kolehiieiu Ministerstva osvity i nauky Ukrainy vid 20.10.2005 «Pro pidsumky perekhodu pochatkovoї shkoly na novyi zmist ta strukturu navchannia») [State standard of primary general education (with changes approved by the collegium of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated October 20, 2005 «On the results of the transition of primary school to a new content and structure of education»)], 2–44 [in Ukrainian].
8. Pro Natsionalnu stratehiu rozbudovy bezpechnoho i zdorovoho osvitnoho seredovyshecha u novii ukrainskii shkoli. Ukaz Prezidenta Ukrainy vid 25 travnia 2020 roku № 195/2020 [About the National Strategy for Building a Safe and Healthy Educational Environment in the New Ukrainian School. Decree of the President of Ukraine dated May 25, 2020 No.195/2020]. Retrieved from: <https://www.president.gov.ua/documents/1952020-33789> [in Ukrainian].
9. Zdoroviazberezhualni predmeti, kursy, prohramy u 2021-2022 navchalnomu rotsi [Health-preserving subjects, courses, programs in the 2021-2022 academic year]. (2021). Sumy: FOP Tsoma, 1. 96 [in Ukrainian]
10. Analiz dopovnen ta zmin u prohrami predmetu «Osnovy zdorovia» 6-9 klasiv u zviazku z viinoiu. [Analysis of additions and changes in the program of the subject «Basics of health» in grades 6-9 in connection with the war]. (2023). *Osvitnii dyskurs – Educational discourse*. 2(41), 57–96 [in Ukrainian].
11. Vasilenko, S.V., Koval, Ya.Iu., & Kolotiy L.P. (2021). Modelna navchalna prohrama «Zdorovia, bezpeka ta dobrobut». 5-6 klasy (intehrovanyi kurs) dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Model training program «Health, safety and well-being» 5-6 grades (integrated course) for institutions of general secondary education], 1–29 [in Ukrainian].
12. Zhelibko, Y. P., Zaverukha, N. M., & Zaparnyi, V. V. (2008). *Bezpeka zhyttiediialnosti [Life safety]*. Kyiv: Karavela [in Ukrainian].
13. Zavydivska N. N., Zavydivska O. I. (2019). Istorychni peredumovy rozvytku ozdorovchykh system yak zasobu optyimizatsii zdoroviazberezhualnoho navchannia studentiv [Historical prerequisites for the development of health systems as a means of optimizing students' health education]. *Innovatsiina pedahohika – Innovative pedagogy*, 17, 23–27 [in Ukrainian].
14. Rybalka, P.F. (2020). Vprovadzhenia zdoroviazberihaiuchoho seredovyshecha v robotu ZVO – turбота pro zdorovia studentiv [Implementation of a health-preserving learning environment in the work of higher education institutions – care for the health of students]. *VI Mizhnarodna nauково-praktychna konferentsiia «Innovatsiinovatsiyni rozvytok vyshchoї osvity:*

hlobalnyi, yevropeiskyi ta natsionalnyi vymiry zmin» – The Sixth International Scientific and Practical Conference «Innovative Development of Higher Education: Global, European and National Dimensions of Change». Sumy: SDPU named after A. S. Makarenka [in Ukrainian].

15. Verbytskyi, V., & Bondarenko, I. (2014). *Istoriia fizychnoi kultury ta sportu v Ukraini [History of physical culture and sports in Ukraine]*. Mykolaiv: ChDU named after Peter Mohyla, 340 [in Ukrainian].

16. Kharchenko, R. (2019). *Metodyka vykladannia navchalnoi dystsypliny «Fizyчне vykhovannia» u zakladi vyshchoi osvity [Methodology of teaching the subject «Physical Education» in a higher education institution]*. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiyni tekhnolohii – Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*, 5, 183–195 [in Ukrainian].