

13. Neljak, B. (2013). Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu (Kinesiological Methodology in primary and Secondary Education). Zagreb: Gopal d.o.o.
14. Starosta, W. (2002). Selected bio-social conditions determining the effectiveness of sport training of children and youth. Invited lecture, Scientific Symposium "Sport in the Youth". Faculty of Sport and Physical Education, Belgrade.
15. Zemková Erika. (2016). Differential contribution of reaction time and movement velocity to the agility performance reflects sport-specific demands. Human movement, 17 (2), 94-101. doi: 10.1515/humo-2016-0013
16. Zimmerman, K. (1988). Coordination abilities in sport game. Theorie und Praxis der Körperkultur, 4, 251 – 253. (in German)

References

1. Bernshtein N.A. (1991) O lovkosty y ee razvytyy. M.: Fyzkultura y sport, 228 s.
2. Volkov L.V. (2002) Teoryia y metodyka detskoho y yunosheskoho sporta. K.: Olympyiskaia lyteratura, 294 s.
3. Ivanyshyn Yu.I. (2018) Vplyv zaniat ekstremalnymy vydamy rukhovoï aktyvnosti na rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei pidlitkiv [avtoreferat]. Kyiv; 24 s.
4. Kashuba V, Hordeeva M, Zhuk A, Ryzatdynova A, Lytvynenko Yu. (2017) Prohramma povysheniya efektyvnosti tekhniky dvyhatelynykh deistviy v vydakh sporta so slozhnokoordinatsyonnoi strukturoï dvyzheniya. Revistă teoretico-tiințifică "Știința culturii fizice"; 27(1): 93-8.
5. Kolumbet O.M. (2014) Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei molodi: monohrafiia. Kyiv: Osvita Ukrainy, 420 s.
6. Liakh V. Y. (1989) Koordinatsyonnye sposobnosti shkolnykov. Mynsk: Polymia, 160s.
7. Matveev L. P. (1991) Teoryia y metodyka fizycheskoi kul'tury: Uchebnyk dlia yn-tov fiz.kul'tury. M.: Fyzkultura y sport, 543s.
8. Petrenko H.K. (2002) Rozvytok koordynatsiinykh zdibnostei uchniv 5–6 klasiv u protsesi navchannia: Avtoref. dys...kand. nauk z fiz.vykh. ta sportu: 24.00.02. Rivne, 19 s.
9. Skalii T. V. (2006) Pedagogichnyi kontrol rozvytku koordynatsiinykh zdibnostei ditei i pidlitkiv: avtoref. dys... kand. nauk z fiz. vykhovannia i sportu: 24.00.02 Kherson, 21s.
10. Teoryia y metodyka fizycheskoho vospitytaniia. T. -1 /pod red. Krutsevych T. Yu. – K.: Olympyiskaia lyteratura, 2003. – 423s.
11. Gierczuk, D., & Sadowski, J. (2015). Dynamics of the development of coordination motor abilities in freestyle wrestlers aged 16-20. Archives of Budo, 11, 79-85
12. Jovanović, S., Ljubojević, A. (2020). Koordinaci-ja pokreta u estetskim sportovima (Coordination abilities in aesthetic sports). University of Banja Luka. Faculty of Physical Education and Sport.
13. Neljak, B. (2013). Kineziološka metodika u osnovnom i srednjem školstvu (Kinesiological Methodology in primary and Secondary Education). Zagreb: Gopal d.o.o.
14. Starosta, W. (2002). Selected bio-social conditions determining the effectiveness of sport training of children and youth. Invited lecture, Scientific Symposium "Sport in the Youth". Faculty of Sport and Physical Education, Belgrade.
15. Zemková Erika. (2016). Differential contribution of reaction time and movement velocity to the agility performance reflects sport-specific demands. Human movement, 17 (2), 94-101. doi: 10.1515/humo-2016-0013
16. Zimmerman, K. (1988). Coordination abilities in sport game. Theorie und Praxis der Körperkultur, 4, 251 – 253. (in German)

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2022.11K(156).14
УДК 37.015.31:613]-057.87-055.2

Шнит І. С.

аспірантка кафедри теорії фізичного виховання та рекреації ВНУ імені Лесі Українки
ORCID: 0000-0003-1266-9206

СТРУКТУРНИЙ АНАЛІЗ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТАРШОКЛАСНИЦЬ

У статті надано авторське розуміння поняття «здоров'язбережувальна компетентність»; уточнено структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць. Здоров'язбережувальну компетентність визначаємо як динамічну комбінацію знань, умінь, навичок, цінностей, мотивацій та інших особистісних якостей, що визначає здатність учня відповідально ставитися до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, організовувати здоровий спосіб життя та реалізовувати власні здоров'язбережувальні дії у різних умовах. Структуру здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць складають наступні компоненти: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-поведінковий і особистісний. Ціннісно-мотиваційний компонент характеризує наявність у старшокласниць цінностей, що мотивують до здорового способу життя, їх вплив на життєві плани та потребу в збереженні й зміцненні здоров'я. Когнітивний компонент характеризує наявність у старшокласниць системи знань про закономірності збереження і зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя. Діяльнісно-поведінковий компонент характеризує наявність у старшокласниць необхідних умінь і навичок самоудосконалення власного здоров'я; готовність до пропаганди здорового способу життя та здоров'язбережувальної організації своєї життєдіяльності. Особистісний компонент характеризує наявність у старшокласниць особистісних якостей, які спонукають до здоров'язбережувальної діяльності та прагнення до підвищення рівня здоров'я свого та оточуючих. В основі здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць лежить вмотивованість до ведення здорового способу життя і володіння необхідними життєвими навичками, які

забезпечують здатність прийняття правильних рішень стосовно здоров'язбереження власного та оточуючих, вміння розв'язувати проблеми і керувати стресами.

Ключові слова: здоров'язбережувальна компетентність, структурні компоненти, старшокласниці, цінності, життєві навички.

Shnyt I. Structural analysis of health-saving competence formation of high school students. The article the author's understanding of the concept of "health-saving competence" is given; the structural components of health-saving competence of high school students are specified. Health-saving competence is defined as a dynamic combination of knowledge, skills, abilities, values, motivations, and other personal qualities that determine the student's ability to take responsibility for their own health and the health of others, organize a healthy lifestyle and implement their own health-saving actions in different conditions. The structure of health-saving competence of high school students consists of the following components: value-motivational, cognitive, activity-behavioral, and personal. The value-motivational component characterizes the presence of values in high school students that motivate a healthy lifestyle, their impact on life plans, and the need to maintain and strengthen health. The cognitive component characterizes the presence of the system of knowledge about the patterns of maintaining and strengthening health and leading a healthy lifestyle in high school students. The activity-behavioral component characterizes the presence of the necessary skills and abilities to self-improve their own health in high school students; the readiness to promote a healthy lifestyle and healthy organization of their lives. The personal component characterizes the presence of personal qualities in high school students that encourage healthy activities and the desire to improve the health of themselves and others. The basis of health-saving competence of high school students is a motivation to lead a healthy lifestyle and have the necessary life skills, which provide the ability to make the right decisions regarding the saving of their own health and the health of others, the ability to solve problems and manage stress.

Keywords: health-saving competence, structural components, high school students, values, life skills.

Постановка проблеми. Наразі в Україні тенденція погіршення здоров'я населення набула загрозового рівня. Крім того, відслідковується тенденція його зниження у школярів з віком, особливо у дівчат [4].

Доведено, що в розвиненому суспільстві рівень здоров'я значною мірою пов'язаний із рівнем освіти. Чим вищий освітній рівень певного соціального середовища, тим кращі, як правило, у ньому узагальнені показники здоров'я. Розвиток сучасної системи освіти визначається інноваційними перетвореннями, в основі яких лежить використання компетентнісного підходу. При цьому підкреслюється, що в розумінні компетентнісного підходу закладено ідеологію інтерпретації змісту освіти, що формується «від результату» («стандарт на виході»). У цілому мета компетентнісного підходу пролягає у забезпеченні якості освіти. При цьому компетентність виступає як найважливіший критерій якості освіти, його відповідності сучасним умовам [2].

Науковці визначають здоров'я як найвищу загальнолюдську цінність та головний чинник досягнення успіху, а здоров'язбереження як одну з ключових компетентностей для забезпечення повноцінної життєдіяльності та життєтворчості особистості. Здоров'язбережувальна компетентність розглядається як основа буття людини, де головним є усвідомлення важливості здоров'я та здорового способу життя.

У контексті зазначеного значущим наразі є формування у старшокласниць здоров'язбережувальної компетентності, у світлі цього доцільним є структурний аналіз даної компетентності.

Аналіз літературних джерел. Проблема формування здоров'язбережувальної компетентності є актуальною для багатьох сучасних дослідників. Зокрема, Т. Андрющенко [1] вивчала формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку; О. Антонова [2] висвітлювала розвиток здоров'язбережувальної компетентності учнів; Н. Башавець [3] досліджувала здоров'язбережувальну компетентність майбутнього фахівця; В. Борисенко [5] аналізував здоров'язбережувальну компетентність студентів технічних спеціальностей; С. Гаркуша [6] висвітлював формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій; Т. Осадченко [10] описувала створення здоров'язбережувального середовища початкової школи; Т. Шаповалова [12] вивчала формування здоров'язбережувальної компетентності гуртківців у позашкільному навчальному закладі.

Мета статті. Окреслити основні аспекти та структурні компоненти формування здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць.

Методи дослідження. Аналіз, синтез, узагальнення науково-методичної літератури та інформаційних джерел з проблеми дослідження.

Виклад основного матеріалу дослідження. Згідно Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти [11], здоров'язбережувальна компетентність – це здатність учня застосовувати в умовах конкретної ситуації сукупність здоров'язбережувальних компетенцій, дбайливо ставитися до власного здоров'я та здоров'я інших людей.

Т. Шаповалова визначає здоров'язбережувальну компетентність як інтегральну динамічну рису особистості, що проявляється в здатності організувати здоровий спосіб життя й регулювати діяльність, спрямовану на збереження здоров'я; адекватно оцінювати свою поведінку, а також учинки й погляди оточуючих; зберігати та реалізовувати власні здоров'язберігаючі позиції в різних, зокрема, несприятливих умовах. Виходячи з особисто засвоєних моральних норм та принципів, а не за рахунок зовнішніх сил; протистояти негативному тиску, протидіяти впливам, що суперечать внутрішнім установкам, поглядам і переконанням, активно їх перетворювати, самостійно приймати моральні рішення [12].

Н. Башавець під здоров'язбережувальною компетентністю розуміє високий рівень майстерності виконання особистістю здоров'язбережувальної діяльності, що характеризується глибоким знаннями щодо збереження та зміцнення здоров'я, можливість вільного володіння здоров'язбережувальною діяльністю та відповідними компетенціями. Вона супроводжується переконаністю у важливості організації власних здоров'язбережувальних дій [3].

Здійснивши системний аналіз наукових праць, *здоров'язбережувальну компетентність визначаємо як динамічну комбінацію знань, умінь, навичок, цінностей, мотивацій та інших особистісних якостей, що визначає здатність учня відповідально ставитися до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, організувати здоровий спосіб життя та реалізувати власні здоров'язбережувальні дії у різних умовах.*

С. Гаркуша виділяє наступні ознаки здоров'язбережувальної компетентності:

1. Поліфункціональність, яка дозволяє вирішувати проблеми здоров'язбереження учнів у просторі всіх чотирьох складових здоров'я: фізичного, соціального, психологічного та духовного.

2. Надпредметність та міждисциплінарність: здоровий спосіб життя має вагоме значення в усіх ланках освіти.

3. Багатовимірність, яка зумовлена сутністю здоров'я як цілісного та багатовимірного феномену.

4. Забезпечення широкого діапазону розвитку особистості, виокремлення шляхів здорового способу життя [6].

Дослідивши поняття «здоров'язбережувальна компетентність», окреслимо його компонентну структуру.

В. Борисенко у структурі здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей виділяє такі компоненти: особистісний, гностичний, діяльнісний і поведінковий.

1. Особистісний, включає мотиви, цілі, цінності, потреби в здоров'язбереженні, стійкий інтерес до збереження власного здоров'я та ведення здорового способу життя.

2. Гностичний, визначається наявністю у студентів знань про здоров'язбереження та здоровий спосіб життя.

3. Діяльнісний, характеризується мірою дотримання студентом здорового способу життя та рівнем усталеності навичок власного здоров'язбереження.

4. Поведінковий, передбачає наявність прагнень до саморозвитку і самовдосконалення щодо здоров'язбереження, а також рефлексію по відношенню до власного способу життя [5].

Т. Осадченко у структурі здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя початкової школи виокремлює: мотиваційний, когнітивний, діяльнісний та особистісний компоненти.

1. Мотиваційний компонент є складником мотиваційної сфери особистості майбутнього педагога, який спонукає його до організації здоров'язбережувальної діяльності в умовах середовища початкової школи.

2. Когнітивний, передбачає наявність знання про здоров'я, здоровий спосіб життя, форми та методи його зміцнення, методики організації здоров'язбережувальної діяльності.

3. Діяльнісний компонент у структурі здоров'язбережувальної компетентності майбутнього вчителя початкової школи відтворює систему професійних умінь, необхідних для проектування та реалізації ідеї здоров'язбереження в середовищі початкової ланки освіти.

4. Особистісний компонент відтворює систему, до якої входять орієнтації майбутнього педагога та його дії на здоровий спосіб життя, удосконалення здоров'язбережувального досвіду, професійна суб'єктність, яка проявляється у здатності до рефлексії та відображає особистісно-професійні якості [10].

Т. Андрющенко виділяє наступні компоненти здоров'язбережувальної компетентності: мотиваційний, когнітивний і діяльнісний, зазначаючи, що ступінь їх сформованості відображає готовність і здатність особистості до збереження та зміцнення фізичного, психічного, соціального та духовного здоров'я – свого та оточуючих, зокрема:

1. Мотиваційний, включає переконаність у необхідності вести здоровий спосіб життя, свідому спрямованість на здійснення відповідно до віку здоров'язбережувальну діяльність, сприйняття як найвищу життєву цінність, наявність інтересу до питань здоров'язбереження, пошук інформації з цієї проблеми, є основою набуття уміння дотримуватися здорового способу життя.

2. Когнітивний, відображає систему й обсяг знань про здоров'я, соціальні та біологічні чинники, що на нього впливають, основи здорового способу життя, оволодіння якими забезпечує теоретичну готовність особистості до здійснення діяльності, спрямованої на підтримку здоров'я.

3. Діяльнісний, включає опанування способів використання отриманої інформації для вибору здорового способу життя; вміннями, життєвими навичками, сформованість яких є необхідною умовою для реалізації здоров'язбережувальної діяльності, успішного й адекватного розв'язання різноманітних життєвих ситуацій, уміння відстежувати і фіксувати позитивні та негативні зміни у стані власного здоров'я і здоров'я інших людей. Визначає здатність особистості застосовувати на практиці набуті знання, коригувати власну поведінку, на основі професійної рефлексії, управляти власними проявами емоцій, самостійно здійснювати вибір, приймати рішення в будь-якій ситуації, відмовлятися від примусу [1].

Науковець визначає основні завдання формування здоров'язбережувальної компетентності: формування позитивної мотивації до здорового способу життя; формування системи знань про здоров'я та чинники його збереження; формування життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного та духовного здоров'я; створення умов для реалізації знань, умінь і навичок здоров'язбереження, ціннісного ставлення до здоров'я [1].

О. Антонова у структурі здоров'язбережувальної компетентності учнів виділяє такі її компоненти: ціннісно-мотиваційний, когнітивний, операційно-діяльнісний, емоційно-вольовий.

1. Ціннісно-мотиваційний компонент здоров'язбережувальної компетентності характеризує ієрархію цінностей особистості в здоровому способі життя, ставлення учнів до цього явища, його вплив на їх життєві плани і професійну орієнтацію, задоволеність і незадоволеність від діяльності, спрямованої на збереження і зміцнення здоров'я.

2. Когнітивний компонент здоров'язбережувальної компетентності передбачає наявність в учнів системи знань і уявлень про здоров'я і здоровий спосіб життя, здоров'язбережувальні технології; володіння світоглядними і морально-етичними ідеями здорового способу життя.

3. Операційно-діяльнісний компонент здоров'язбережувальної компетентності передбачає наявність в учнів необхідних умінь і навичок ведення здорового способу життя; відображає ступінь включення їх в цілісну систему

здорового способу життя чи в окремі елементи здоров'язбереження, а також їх готовність до пропаганди здорового способу життя серед близьких та товаришів. Цей компонент характеризує повне введення у повсякденну життєдіяльність школярів елементів здорового способу життя.

4. Емоційно-вольовий компонент здоров'язбережувальної компетентності охоплює в основному психічну сферу життєдіяльності учнів: пробуджує інтерес, вольові зусилля та внутрішні спонукання до активної діяльності, спрямованої на ведення здорового способу життя; виявляє сформованість морально-вольових якостей особистості (цілеспрямованість, наполегливість, силу волі), необхідних для досягнення поставленої мети й виконання життєво важливих програм [2].

В. Оржеховська зазначає, що у педагогічній літературі поняття «цінність» використовується, в основному, з точки зору виховання та духовності. Під цінностями розуміють елементи морально-духовного виховання, загальної культури людини, які визначають її ставлення до суспільства, довкілля, інших людей, самого себе [9].

К. Ніколаєв вказує, що мотивації – це психічна адаптація особистості. Вона залежить і від ряду психологічних чинників особистості. Чим більш значуща для суб'єкта будь-яка діяльність, тим краще його результативність [7].

На думку М. Носко, «мотивація на здоровий спосіб життя» – це система ціннісних орієнтацій, внутрішніх спонук до збереження, відновлення і зміцнення здоров'я. Критеріями формування позитивної мотивації на здоров'язбереження молоді на рівні фізичного здоров'я можна вважати прагнення до фізичної досконалості, ставлення до власного здоров'я, як до найвищої соціальної цінності, фізична розвиненість, загальна фізична працездатність, загартованість організму, дотримання раціонального режиму дня, виконання вимог особистої гігієни, правильне харчування [8].

Проаналізувавши вище зазначене визначаємо, що структуру здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць складають наступні компоненти: *ціннісно-мотиваційний, когнітивний, діяльнісно-поведінковий і особистісний* (рис. 1).

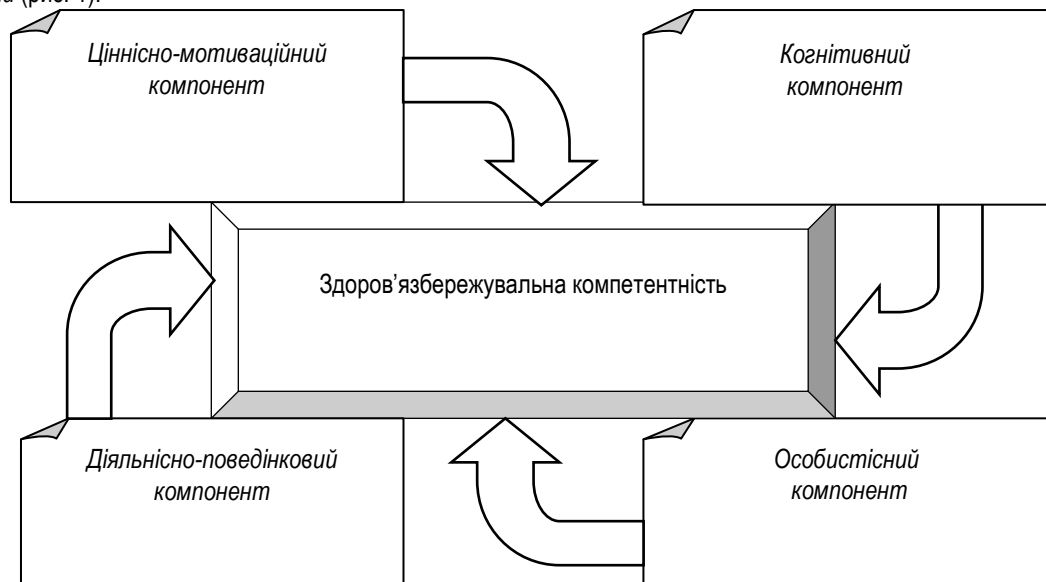


Рис. 1. Структурні компоненти здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць

1. *Ціннісно-мотиваційний компонент* характеризує наявність у старшокласниць цінностей, що мотивують до здорового способу життя, їх вплив на життєві плани та потребу в збереженні й зміцненні здоров'я.

2. *Когнітивний компонент* характеризує наявність у старшокласниць системи знань про закономірності збереження і зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя.

3. *Діяльнісно-поведінковий компонент* характеризує наявність у старшокласниць необхідних умінь і навичок самоудосконалення власного здоров'я; готовність до пропаганди здорового способу життя та здоров'язбережувальної організації своєї життєдіяльності.

4. *Особистісний компонент* характеризує наявність у старшокласниць особистісних якостей, які спонукають до здоров'язбережувальної діяльності та прагнення до підвищення рівня здоров'я свого та оточуючих.

Варто зауважити, що всі компоненти структури здоров'язбережувальної компетентності взаємопов'язані. Дослідження робіт з формування здоров'язбережувальних компетенцій дозволяє прийти до висновку, що це явище динамічне, адже кожна конкретна ситуація потребує визначеного відбору здібностей, особистісних якостей, а також готовності до здоров'язбережувальної діяльності.

Висновки. В основі здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць лежить вмотивованість до ведення здорового способу життя і володіння необхідними життєвими навичками, які забезпечують адекватне сприйняття себе і навколишніх, сприяють позитивним міжособистісним стосункам, забезпечують критичне і творче мислення, здатність прийняття правильних рішень стосовно здоров'язбереження власного та оточуючих, вміння розв'язувати проблеми і керувати стресами.

Перспективи подальших досліджень з окресленої тематики полягають у створенні та аналізі моделі формування здоров'язбережувальної компетентності старшокласниць.

Література

1. Андрищенко Т. К. Теоретико-методичні засади формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку : дис. ... докт. пед. наук. Умань, 2015. С. 503.
2. Антонова О. Є., Поліщук Н. М. Підготовка вчителя до розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів: монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ, 2016. С. 248.
3. Башавець Н. А. Здоров'язбережувальна компетентність майбутнього фахівця як основа його культури. Наука і освіта. № 1-2, 2013. С. 120-121.
4. Белікова Н. О., Шнит І.С. Підвищення рівня рухової активності та зміцнення здоров'я старшокласниць у процесі занять аквааеробікою. Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Луцьк, 2019. Вип. 35. С. 80-85.
5. Борисенко В. В. Сутність і структура здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей. Фізико-математична освіта. 2018. Вип. 1(15), частина 3. С. 22-26.
6. Гаркуша С. В. Формування готовності майбутніх фахівців фізичного виховання до використання здоров'язбережувальних технологій : монографія. Чернігів, 2014. С. 392.
7. Ніколаєв К. Г. Формування мотивації до занять фізичною культурою студентів вищих навчальних закладів не фізкультурного профілю. Науковий вісник МДУ імені В.О. Сухомлинського. Вип. 1.31. Миколаїв. С. 135-142.
8. Носко М. О., Грищенко С. В. Формування здорового способу життя: навчальний посібник. К.: «МП Леся», 2013. С. 160.
9. Оржеховська В. М., Єжова О. О. Здоровий спосіб життя : навчально-методичний посібник. Суми : Вид-во СумДПУ, 2010. С. 188.
10. Осадченко Т. М. Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи : практичний poradnik. Умань: ВПЦ «Візаві», 2016. С. 234.
11. Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти» від 23 листопада 2011 р. № 1392.
12. Шаповалова Т. Г. Формування здоров'язбережувальної компетентності гуртківців у позашкільному навчальному закладі. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2012. № 2 (20). С. 191 – 199.

References

1. Andryushchenko, T. K. (2015). Theoretical and methodological bases of health-saving competence formation in preschool children (Doctoral dissertation thesis). South Ukrainian National Pedagogical University named after K.D. Ushynsky, Uman.
2. Antonova, O. E., & Polishchuk N. M. (2016). Teacher preparation for the development of students' health competence. Zhytomyr: Zhytomyr Ivan Franko State University Publishing.
3. Bashavets, N. A. (2013). Health-saving competence of the future specialist as the basis of their culture. Science and Education, 1-2, 120 –121.
4. Belikova, N. O., & Shnyt I. S. (2019). Increasing the level of physical activity and strengthening the health of high school girls during aqua aerobics classes. Youth Scientific Bulletin of Lesya Ukrainka Eastern European National University, 35, 80-85.
5. Borysenko V. Essence and structure of competence "to be healthy" of students of technical specialties. Physical and Mathematical Education. 2018. Issue 1(15), part 3. P. 22-26.
6. Garkusha, S. V. (2014). Formation of readiness of future specialists of physical education to use of health-preserving technologies. Chernihiv: Lozovy V. M. Publisher.
7. Nikolaev, K. G. (2010). Formation of motivation for physical education classes of students of higher educational institutions of non-physical education profile. Scientific Bulletin of V.O. Sukhomlynskyi National University of Mykolaiv, 1(31), 135-142.
8. Nosko, M. O., & Grishchenko, C. B. (2013). Formation of a healthy way of life. Kyiv: SE Lesya.
9. Orzhekhovska, V. M., & Yezhova, O. O. (2010). Healthy lifestyle. Sumy: SSPU named after A. S. Makarenko publishing.
10. Osadchenko, T. M. (2016). Stvorennia zdoroviazberezhuvalnoho seredovyscha pochatkovoї shkoly: praktychnyi poradnyk [Creating health-preserving environment of Primary School: A Practical Guide]. Uman: VPC "Vizavi".
11. Approval of the State Standard of Basic and Complete General Secondary Education Act, No. 1392 (2011).
12. Shapovalova, T. G. (2012). Health-saving competence formation of students in an out-of-school educational institution. Pedagogical Sciences: Theory, History, Innovative Technologies, 2(20), 191 – 199.