

3. Karpa, I., Ripak, I., Gandzin, R. (2019), "Indicators of technical and tactical readiness of qualified indicators in football", *Naukovyy chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport) : zb. nauk. pr. Kyiv. Vyp. 5 K (113)19.* pp. 148–152.
4. Kolobich, O., Khorkaviy, B., Dulibsky, A. (2016), "Straightforward technical and tactical training of young football players" [Electronic resource], *Sportyvna nauka Ukrainy. № 2 (72).* pp. 15–23. Rezhym dostupu : <http://sportsceience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/411>
5. Kostyukevych, V. (2013), "Expert analysis of technical and tactical skills of highly qualified athletes" [Electronic resource], *Sportyvna nauka Ukrainy. № 4 (55).* pp. 16–21. Rezhym dostupu : <http://sportsceience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/157>
6. Ripak, I., Karpa, I. (2017), "Structure of performance of technical and tactical actions of qualified football players in separate zones of the game field", *Naukovyy chasopys Nats. ped. un-tu im. M. P. Drahomanova. Seriya 15, Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport) : [zb. nauk. pr.], Kyiv, Vyp. 5K(86)17,* pp. 275–279.
7. Chornobay, I., Khorkavy, B. (2017), "Differences of technical and tactical actions with the ball of goalkeepers of European and world football teams in the final matches of European and world championships 2004-2016" [Electronic resource], *Sportyvna nauka Ukrainy. № 6(82).* pp. 54–62. Rezhym dostupu : <http://sportsceience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/658/637>
8. Shamardin, V. (2013), "Technology of management of system of long-term preparation of football teams of the highest qualification", *avtoref. dys. ... d-ra nauk z fiz. vykhovannya i sportu : [spets.] 24.00.01 "Olimpiys'kyi i profesiynny sport". L'viv. derzh. un-t fiz. kul'tury. L'viv.* pp. 36.
9. Chornobay, I., Matviyas, O. (2012), "Analysis of passes performed by football world cup winners during the final matches in 1970-2011", *Fizychna aktyvnist', zdorov'ya i sport. №3(9).* pp. 35–40.
10. Khorkavy, B., Gargula, L. (2016), "Szkolenie młodzieży na Ukrainie. Nowoczesna Piłka Nożna", *Teoria i Praktyka. Współczesne koncepcje szkolenia młodych piłkarzy nożnych. Opole.* pp. 70–86.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.6K(135).21  
УДК 378.091.33:796.323

**Кашуба А.А.**  
*старший викладач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту,*  
*Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне*  
**Кіндрат В.К.**  
*кандидат педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту,*  
*Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне*  
**Ковальський В.В.**  
*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту,*  
*Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне*  
**Панчук А.П.**  
*кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту,*  
*Рівненський державний гуманітарний університет, м. Рівне*

#### **ДОСЛІДЖЕННЯ ФІЗИЧНОГО СТАНУ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ІГРОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ (НА ПРИКЛАДІ БАСКЕТБОЛУ)**

*У статті представлені результати впровадження авторської програми секційних занять з баскетболу та досліджено її вплив на фізичний стан здобувачів вищої освіти.*

*Акцентовано увагу на тому, що достатньо перспективним напрямом покращення фізичного стану є впровадження в систему фізичного виховання ЗВО секційних факультативних занять як принципу комплексного використання засобів різних видів фізичних вправ, зокрема баскетболу, який є однією з основних і невід'ємних частин змісту занять фізичної культури і секційних занять, фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних розваг у закладах загальної середньої та вищої освіти.*

*Проведено порівняльний аналіз показників морфо-функціонального стану та фізичної працездатності в кінці проведеного педагогічного експерименту, що вказують на її ефективність.*

**Ключові слова:** баскетбол, секційні заняття, фізичний стан, фізична працездатність, здобувачі вищої освіти.

**Kashuba Anatolii, Kindrat Vadym, Kovalskyi Volodymyr, Panchuk Andrii. Study of the Physical Fitness of Higher Education Students during Game Activities (Case Studies of Basketball).** *In the recent past, physical culture was presented in higher education establishments as an academic discipline and the most important basic component of the general cultural and a number of professional competencies formation of future graduates, which contributed to the harmonization of physical and moral integrity, physical and mental well-being, physical perfection, etc.*

*However, the unjustified reduction of compulsory physical education classes in higher education establishments and their change to exclusively sectional and optional classes has already led to a significant reduction in the number of students actively involved in physical culture and sports and, as a consequence, to a significant deterioration of their physical fitness.*

*The article presents the implementation results of the authors' program of sectional basketball lessons and examines*

its impact on the physical fitness of students of higher education establishments.

The study shows that a rather promising area for improving physical fitness is the implementation of sectional optional classes in the system of physical education in higher education establishments, that is based on a principle of integrated use of various types of physical exercises, including basketball, which is one of the main and integral parts of physical education and sectional classes, fitness and health recreation activities, as well as sports entertainment in general secondary and higher education institutions.

Involvement of higher education students in systematic sectional basketball classes contributes to the improvement of their physical fitness in general, specifically it increases their morpho-functional state and physical efficiency.

The generalization of the data obtained during the pedagogical experiment attests to the effective implementation of the developed authors' annual program of sectional basketball classes. The effectiveness is evidenced by the results of significant physical fitness improvement of higher education students conditionally assigned to the experimental group. This provides a basis for the program's practical implementation in the system of physical education of higher education institutions.

**Key words:** basketball, sectional classes, physical fitness, physical efficiency, higher degree-seeking applicants.

**Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблема збереження фізичного та психічного здоров'я студентської молоді, покращення її фізичної підготовленості та загального функціонального стану сьогодні в Україні ще більше загострилася [7]. Це пов'язано як з наростаючим впливом несприятливих чинників соціально-економічного та екологічного характеру, так і з негативними змінами в організації процесу фізичного виховання у переважній більшості закладів вищої освіти.

У недалекому минулому фізична культура була представлена у ЗВО як навчальна дисципліна й найважливіший базовий компонент формування загальнокультурних і низки професійних компетентностей майбутніх випускників, що сприяло гармонізації фізичної й духовної єдності людини, забезпечувало у значній мірі формування таких загальнолюдських цінностей, як здоров'я, фізичне й психічне благополуччя, фізичну досконалість та ін.

Однак безпідставне зменшення обсягу обов'язкових занять з фізичного виховання у вищій школі та переорієнтація даного процесу виключно на секційні та факультативні заняття уже привело до суттєвого зменшення кількості здобувачів, які активно займаються фізичною культурою та спортом, і, як наслідок, до істотного погіршення їх загального фізичного стану.

Дослідження, проведені за останні роки, дозволили констатувати, що в Україні спостерігається суттєве погіршення фізичного стану, здоров'я студентської молоді (О. Сапожник, 2010; П. Плахтій, О. Коваль, С. Рябцев, В. Марчук, 2012; Т. Івчатова, І. Карпова, М. Дудко, 2013 та ін.) [2, 6, 7]; зниження їх фізичної підготовленості (А. Кашуба, В. Ковальський, 2018; І. Чердніченко, 2018 та ін.) [4, 9]; загального функціонального стану організму і, як наслідок, стійкості до різних факторів впливу навколишнього середовища (О.П. Канищева, 2011; В.М. Корягін, 2012; І.О. Салатенко, 2013; І.О. Бейгул, 2015 та ін.) [8].

Однак, складність полягає у тому, що у науково-методичній літературі не має єдиного підходу щодо визначення інтегрального показника фізичного стану людини.

На думку І.О. Павленко (2016) фізичний стан визначається сукупністю взаємопов'язаних ознак: у першу чергу фізичною працездатністю, функціональним станом органів і систем організму, фізичним розвитком, фізичною підготовленістю студентів [5].

У дисертаційному дослідженні Чердніченко І.А. (2018) порівнює фізичний стан з рівнем розвитку максимальних аеробних можливостей людини, які є кількісною мірою динамічного здоров'я [8].

До основних факторів, які визначають фізичний стан Г. Іванова (2012) відносить рівень фізичного розвитку, рівень фізичної підготовленості, а також здатність систем організму адаптуватися до впливу зовнішніх подразників. Важливу роль у визначенні фізичного стану відіграє антропометричний статус, і, особливо, його складові: маса та довжина тіла[1].

Аналіз проведених наукових досліджень щодо визначення поняття «фізичний стан» дають можливість отримати достовірну інформацію про методи його визначення, завдяки якій можна планувати вибір засобів і форм фізичного виховання для зміцнення здоров'я та покращення фізичних кондицій людини.

Попри широкий спектр досліджень стосовно фізичного стану молоді, яка навчається у вищій школі, сьогодні досить актуальним стає пошук інтегрованих засобів, спрямованих на його покращення.

Вважається, що достатньо перспективним напрямом вирішення вказаної проблеми є впровадження в систему фізичного виховання ЗВО секційних факультативних занять як принципу комплексного використання засобів різних видів фізичних вправ, зокрема, засобів найбільш популярних серед здобувачів вищої освіти видів спортивних ігор (волейболу, баскетболу, футболу, гандболу тощо).

Баскетбол є однією з основних і невід'ємних частин змісту занять фізичної культури і секційних занять, фізкультурно-оздоровчих заходів і спортивних розваг у ЗЗСО та ЗВО. Однак, секційні заняття з баскетболу мають насамперед спортивну спрямованість, де значно більше уваги, у порівнянні зі звичайними заняттями, приділяється функціональній та руховій підготовці, а це є негативним фактором, який впливає на масове залучення до занять фізичною культурою і спортом.

У зв'язку з вище викладеним актуальним є питання щодо наукового обґрунтування, апробації та практичного впровадження в систему фізичного виховання експериментальної програми секційних занять, яка забезпечувала б повну реалізацію мотиваційних настроїв студентської молоді та вирішення основних завдань в умовах сьогодення, що стало підґрунтям для вибору теми дослідження.

Дослідження виконано у відповідності до плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і практики фізичної

культури і спорту Рівненського державного гуманітарного університету «Шляхи удосконалення професійної підготовки спеціалістів з фізичної культури», яка зареєстрована в Укр. ІНТЕІ (державний реєстраційний номер 0116 U 005225, код тематичних рубрик 77.03.17).

**Мета роботи** – використання секційних занять з баскетболу для покращення рівня фізичного стану та здоров'я здобувачів вищої освіти.

**Завдання дослідження:**

1. Розробити експериментальну програму для покращення рівня фізичного стану у процесі секційних занять з баскетболу.

2. Дослідити та обґрунтувати доцільність її використання у системі фізичного виховання студентської молоді.

**Організація та методи дослідження.** Дослідження було організовано протягом 2019-2020 рр. на базі закладу вищої освіти Рівненський державний гуманітарний університет м. Рівне.

У експерименті прийняло участь 29 здобувачів вищої освіти денної форми навчання, які за станом здоров'я були віднесені до основної медичної групи і умовно поділені на експериментальну (n=14) та контрольну (n=15) групи.

Для досягнення мети і розв'язання поставлених завдань ми використовували такі групи методів дослідження як: теоретичні, емпіричні та методи математичної статистики.

**Виклад основного матеріалу дослідження.**

Здобувачі вищої освіти впродовж навчального року (до початку карантинних заходів) відвідували секційні заняття з баскетболу. Контрольна група (КГ) займалася за традиційною програмою секційних занять зі спортивних ігор у ЗВО, а для експериментальної групи (ЕГ) була запропонована авторська програма секційних занять з баскетболу, яка мала відмінності у своїй структурі в порівнянні з традиційною.

Для визначення фізичного стану здобувачів вищої освіти ми використали порівняльний аналіз показників морфо-функціонального стану та фізичної працездатності, оскільки з біологічної точки зору їх розуміють як сукупність взаємопов'язаних ознак, що забезпечують нормальну взаємодію організму з навколишнім середовищем. Показниками морфо-функціонального стану є: рівень максимального споживання кисню, рівень максимальної фізичної працездатності, параметри діяльності функціональних систем організму, морфологічний та психічний стан, фізична підготовленість, стан здоров'я.

Для визначення рівня фізичної працездатності ми обрали Гарвардський степ-тест.

Авторська програма секційних занять з баскетболу передбачала вивчення матеріалу протягом одного року та була розрахована на 210 години і включала в себе проведення теоретичних і практичних занять тривалістю 90 хв. кожне.

Програма складалася з наступних розділів:

1. Загальні основи баскетболу (теоретична підготовка).
2. Технічна підготовка.
3. Тактична підготовка.
4. Загальна та спеціальна фізична підготовка.

Практичний розділ програми передбачав:

- оволодіння техніко-тактичними прийомами гри у нападі та захисті;
- формування навичок ігрової діяльності гравця спільно з партнерами на основі узгоджених дій;
- покращення загального фізичного розвитку та стану організму.

Результати отриманих даних морфо-функціонального стану здобувачів (таблиця 1), які відвідували секційні заняття з баскетболу, в кінці педагогічного експерименту, дають підстави зробити нам висновок, що позитивна динаміка результатів відбулася у обох групах, проте значно кращою вона прослідковується у здобувачів, які були умовно віднесені до експериментальної групи.

Таблиця 1

Порівняльний аналіз морфо-функціонального стану у здобувачів вищої освіти експериментальної (ЕГ) та контрольної (КГ) груп на початку та в кінці експерименту, n=29, (Г.Л. Апанасенко, 1992)

Показники	ЕГ, n=14			КГ, n=15			Норма	
	поч.	кін.	±	поч.	кін.	±	min	max
індекс маси тіла (ІМТ)	17,3	19,5	+2,2	17,1	18,1	+1,0	18,5	24,9
життєвий індекс (ЖІ)	54,6	61,5	+6,9	55,7	57,3	+1,6	56,5	і більше
силовий індекс (СІ)	56,8	63,7	+6,9	57,9	59,8	+1,9	66	70
індекс Робінсона (ІР)	86,7	81,5	-5,2	85,7	83,8	-1,9	81	і менше

Динаміку результатів морфо-функціонального стану відображено на рис. 1.



Рис. 1. Динаміка показників морфо-функціонального стану у здобувачів вищої освіти в кінці експерименту, n=29

Повторне визначення індексу маси тіла наприкінці педагогічного експерименту у експериментальній групі стали на 12,71% кращими ніж були на початку, а у здобувачів, умовно віднесених до контрольної групи даний показник покращився лише на 5,84%; схожі результати ми спостерігаємо під час повторного визначення життєвого індексу, який у здобувачів ЕГ покращився на 12,63%, а у здобувачів КГ на 2,87%; отримані дані показників силового індексу також свідчать, про те, що більш вагомий приріст результатів відбувся у експериментальній групі – 12,14%, що на 8,86 % перевищив темпи зростання даного показника у здобувачів контрольної групи, результат яких склав 3,28%; при повторному визначенні індексу Робінсона експериментальна група теж показала кращий результат ніж контрольна. Відсоток зростання у експериментальній групі склав 5,99%, а у контрольній лише 2,21%.

Також, наприкінці нашого дослідження було проведено повторне тестування рівня фізичної працездатності, середні результати якого наведені у таблиці 2.

Таблиця 2

Оцінка фізичної працездатності здобувачів обох груп за індексом Гарвардського степ-тесту в кінці дослідження, n=29

Контингент	Оцінка фізичної працездатності			
	на початку		в кінці	
	$\bar{x} \pm m$	рівень	$\bar{x} \pm m$	рівень
Контрольна група	68,43±1,74	середній	70,59±2,36	середній
Експериментальна група	66,23±2,27	середній	74,54±2,45	вище серед.

Аналізуючи повторні результати вимірювання фізичної працездатності, ми бачимо, що наприкінці дослідження у здобувачів експериментальної групи її рівень значно вищий, ніж у здобувачів контрольної групи. Середній показник фізичної працездатності за Гарвардським степ-тестом в КГ дорівнює 70,59±2,36, що відповідає «середньому» рівні; в ЕГ: 74,54±2,45 балів, що відповідає рівню «вище середнього».

**Висновки.** Залучення здобувачів вищої освіти до систематичних секційних занять з баскетболу в цілому сприяє покращенню фізичного стану, а саме підвищенню рівня морфо-функціонального стану та фізичної працездатності.

Узагальнення отриманих даних в ході педагогічного експерименту свідчать про ефективну реалізацію розробленої авторської програми секційних занять з баскетболу протягом одного року, про що свідчать результати суттєвого покращення фізичного стану здобувачів вищої освіти умовно віднесених до експериментальної групи. Це дає підставу для її практичного впровадження у систему фізичного виховання закладів вищої освіти.

#### Література

- Іванова Г. Сутність поняття «здоров'я» і результати оцінки стану здоров'я студентів за час їх навчання в технічному вищому закладі освіти. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Зб. наук. праць. Луцьк. 2012. Т. 1. С. 151-154.
- Івчатова Т.В., Карпова І.Б., Дудко М.В. Здоровий спосіб життя та рухова активність студентів : навч. посіб. ДВНЗ «Київ. нац. екон. ун-т м. В. Гетьмана». К. : КНЕУ. 2013. 109 с.
- Калашник О.С. Стимулювання активності студентів до спортивної діяльності. *Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання*. Львів. 2011. С. 69-75.
- Кашуба А, Ковальський В. Динаміка показників фізичної підготовленості студентів першого року навчання

під впливом секційних занять з баскетболу. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування: науково-методичний журнал*. Вип. №2(6). Вінниця: ТОВ «Планер», 2018. С. 21-25.

5. Павленко І. О. Фізичний стан як показник здоров'я студентів вищих навчальних закладів. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення: матеріали II Всеукр. наук.-практ. конф.*. Харків, 2016. С. 135-139

6. Плахтій П.Д., Коваль О.Г., Рябцев С.П., Марчук В.М. Основи фізичного виховання студентської молоді : [навчальний посібник]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2012. 312 с.

7. Сапожник О. Аналіз стану збереження здоров'я студентської молоді. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки*. Луцьк : Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. 2010. – № 4 (12) С. 52-55.

8. Чередниченко І.А. Вплив секційних занять із комплексним використанням засобів спортивних ігор на функціональний стан кардіореспіраторної системи юнаків 18-19 років. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Луцьк, 2016. № 2(34) С.101-109.

9. Чередниченко І.А. Підвищення фізичного стану студентів на основі комплексного використання засобів спортивних ігор у секційних заняттях з волейболу. [дисертація]. Запоріжжя, 2018. 324 с.

#### References

1. Ivanova H. Sutnist' ponyattya «zdorov"ya» i rezul'taty otsinky stanu zdorov"ya studentiv za chas yikh navchannya v tekhnichnomu vyshchomu zakladi osvity. *Fizychne vykhovannya, sport i kul'tura zdorov"ya u suchasnomu suspil'stvi*. Zb. nauk. prats'. Luts'k. 2012. T. 1. S. 151-154.

2. Ivchatova T.V., Karpova I.B., Dudko M.V. Zdorovy sposib zhyttya ta rukhova aktyvnist' studentiv : navch. posib. DVNZ «Kyiv. nats. ekon. un-t m. V. Het'mana». K. : KNEU. 2013. 109 с.

3. Kalashnyk O.S. Stymulyuvannya aktyvnosti studentiv do sportyvnoyi diyal'nosti. Aktual'ni problemy teorii i metodyky fizychnoho vykhovannya. L'viv. 2011. S. 69-75.

4. Kashuba A, Koval's'kyi V. Dynamika pokaznykiv fizychnoyi pidhotovlenosti studentiv pershoho roku navchannya pid vplyvom seksiynykh zanyat' z basketbolu. Aktual'ni problemy fizychnoho vykhovannya ta metodyky sportyvnoho trenuvannya: naukovo-metodychnyy zhurnal. Vyp. №2(6). Vinnytsya: TOV «Planer», 2018. S. 21-25.

5. Pavlenko I. O. Fizychnyy stan yak pokaznyk zdorov"ya studentiv vyshchikh navchal'nykh zakladiv. Aktual'ni problemy fizychnoho vykhovannya riznykh verstv naseleennya: materialy II Vseukr. nauk.-prakt. konf.. Kharkiv, 2016. S. 135-139

6. Plakhtiy P.D., Koval' O.H., Ryabtsev S.P., Marchuk V.M. Osnovy fizychnoho vykhovannya student-s'koyi molodi : [navchal'nyy posibnyk]. Kam'yanets'-Podil's'kyi : TOV «Drukarnya Ruta», 2012. 312 s.

7. Sapozhnyk O. Analiz stanu zberezheniya zdorov'ya student-s'koyi molodi. *Fizychne vykhovannya, sport i kul'tura zdorov"ya u suchasnomu suspil'stvi* : zb. nauk. pr. Volyn. nats. un-tu imeni Lesi Ukrayinky. Luts'k : Volyn. nats. un-t im. Lesi Ukrayinky. 2010. – № 4 (12) S. 52-55.

8. Cherednychenko I.A. Vplyv seksiynykh zanyat' iz kompleksnym vykorystanniam zasobiv sportyvnykh ihor na funktsional'nyy stan kardiorespiratomoyi systemy yunakiv 18-19 rokiv. *Fizychne vykhovannya, sport i kul'tura zdorov"ya u suchasnomu suspil'stvi*. Luts'k, 2016. № 2(34) С.101-109.

9. Cherednychenko I.A. Pidvyshchennya fizychnoho stanu studentiv na osnovi kompleksnoho vykorystannya zasobiv sportyvnykh ihor u seksiynykh zanyattiyakh z voleybolu. [dysertatsiya]. Zaporizhzhya, 2018. 324 s.

DOI 10.31392/NPU-nc.series15.2020.6K(135).22

УДК 373.51:371.3

Ковальчук Г. Я.,  
к.б.н., доцент, доцент кафедри анатомії, фізіології та валеології

Лупак О. М.,  
викладач кафедри анатомії, фізіології та валеології

Дрогобицький державний педагогічний університет імені Івана Франка, м. Дрогобич

#### РОЗВИТОК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ БІОЛОГІЇ

У статті показано, що збереження та зміцнення здоров'я зростаючого покоління, формування у дітей та підлітків здоров'язбережувальної компетентності є пріоритетним завданням сучасної української школи. Значних успіхів у вирішенні цього завдання можна досягнути під час вивчення шкільного курсу біології. У результаті дослідження з'ясовано, що здійснювана під час вивчення біології у 8-му класі робота з питань здоров'язбереження сприяла формуванню стійкої мотивації та ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Використання інтерактивних, проєктних, кейс-технологій та тренінгової роботи стимулювало засвоєння учнями здоров'язбережувальних знань, допомагало оволодінню уміннями і способами здоров'язбережувальної діяльності. Наприкінці вивчення шкільного курсу біології людини значно підвищився рівень сформованості когнітивно-інформаційної компоненти здоров'язбережувальної компетентності учнів. Результатом здоров'язбережувальної діяльності на уроках біології у 8-му класі став не тільки приріст знань та умінь з питань здоров'я, гігієни функціональних систем організму, профілактики захворювань, надання долікарської допомоги, а й позитивні зміни у веденні способу життя та діяч учнів.

**Ключові слова:** здоров'язбережувальна компетентність, інноваційні педагогічні технології, учні, уроки біології.