

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. *Fizychnе 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. *Fizychnе 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. *Fizychnе 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'язберезувальної 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'язберезувальних знань, допомагало оволодінню уміннями і способами здоров'язберезувальної діяльності. Наприкінці вивчення шкільного курсу біології людини значно підвищився рівень сформованості когнітивно-інформаційної компоненти здоров'язберезувальної компетентності учнів. Результатом здоров'язберезувальної 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'язберезувальна компетентність, інноваційні педагогічні технології, учні, уроки біології.

Kovalchuk Halyna, Lupak Oksana. The development of health-preserving competence of pupils in the process of studying Biology. The article considers health preservation and promotion of growing generation, formation of health-preserving competence of children and teenagers as the priority task of modern Ukrainian school. Great success in solving this issue is possible through the study of Biology course in school, especially Human Biology. The aim of the pedagogical experiment was to determine the efficiency of the influence of matter, forms and technologies of conducting Biology lessons and extracurricular activities in the 8th form on formation health-preserving competence of pupils. To determine the state of formation of health-preserving competence of pupils such indices were taken into consideration: valuable orientations and motivation to health preservation, the volume and completeness of knowledge and skills with regard to the issue on health and healthy lifestyle; participation in health-preserving events. The performance of the investigation has ascertained that the work on the issues with regard to health preservation performed during the Biology lessons in the 8th form contributed to the formation of firm motivation and valuable treatment of the pupils regarding their own health as well as of the surroundings. The usage of interactive, project, case technologies and training work stimulated to adoption health-preserving knowledge by pupils, contributed to mastering skills and ways of health-preserving activity. The level of formed cognitive information component of health-preserving competence of pupils has significantly increased at the end of studying school course of Human Biology. The result of health-preserving activity at the Biology lessons in the 8th form was not only the increase of knowledge and skills regarding health issues, hygiene of functional systems of the organism, risk factors and preventive measures of the most spread diseases, the algorithm of providing medical aid but positive changes of the lifestyle and actions of pupils.

Keywords: health-preserving competence, innovative pedagogical technologies, pupils, Biology lessons.

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Освітній процес та освітнє середовище зумовлюють значний вплив на формування особистості учнів, а також на стан їхнього здоров'я. Проте останніми роками проблема погіршення рівня здоров'я дітей та підлітків ще більше загострилася. Науковці стверджують, що лише 4–10% дитячого населення України можна вважати здоровим [2]. За результатами власних досліджень, 47% учнів ліцею мають низький та нижчий за середній рівні здоров'я, при цьому у 25% ліцеїстів виявлено напруження механізмів адаптації. Це головню пов'язано з їхнім способом життя, який потребує корекції рухової активності, режиму сну, харчування, уміння контролювати свій психоемоційний [6]. Розвитку аліментарних захворювань може передувати несформована навичка прагнення раціонально харчуватися у дитячому та підлітковому віці, яка згодом проявляється недотриманням вимог правильного режиму та якості харчування у юнацькому періоді [11].

Саме освітня сфера має навчати учнів відповідального ставлення до власного здоров'я та сприяти його зміцненню [8]. Поряд з іншими ключовими компетентностями здобувачі базової і повної загальної середньої освіти повинні опанувати здоров'язбережувальну компетентність [3]. Важлива роль у її формуванні належить біологічному компоненту. Під час вивчення шкільного курсу біології доцільно ширше включати матеріал, що стосується питань здоров'язбереження, у теми уроків, у завдання для самостійної та позакласної роботи [1]. Недостатня увага до проблем здоров'я і безпечної життєдіяльності, нестача часу для опрацювання питань цієї проблематики на уроках біології, використання учителями пасивних та однотипних методів навчання не дозволяє повною мірою мотивувати школярів до ведення здорового способу життя, активної участі у заходах зі здоров'язбереження [7]. Лише поєднання ефективних методів і форм навчання сприяє здоров'язбережувальній діяльності [9].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми формування здорового способу життя школярів вивчали О. Балакірева, Т. Бойченко, Ю. Галустян, О. Капранова, Р. Купчинов, О. Ващенко, О. Вакулєнко, Р. Левін та ін. Дослідженню ролі шкільного курсу біології у вихованні культури здоров'я учнів присвячені роботи І. Сапельцевої, Є. Жданової, Г. Мамутової. Науковці вважають, що здоров'язбережувальна компетентність передбачає не лише наявність знань, умінь й навичок, а й здатність та готовність до здоров'язбережувальної діяльності [7].

Особливо сприятливим періодом для розвитку здоров'язбережувальної компетентності учнів є молодший шкільний вік [5]. У процесі здобуття загальної середньої освіти прослідковується наскрізна лінія стосовно здоров'язбереження, починаючи з початкової і закінчуючи старшою школою. В умовах освітнього середовища здоров'язбережувальні технології, завдяки яким реалізується процес формування відповідної компетентності, розглядаються як своєрідний феномен [2]. Ці технології повинні бути пріоритетними, оскільки забезпечують опанування власного здоров'язбережувального потенціалу учнями та здатності до його активного застосування [8].

Деякі автори [9] акцентують увагу на важливості впровадження здоров'яформувальної освітньої технології у процесі вивчення біології. На їх думку, під час організаційного моменту слід застосувати психологічне налаштування з елементами тренінгу. На етапі актуалізації опорних знань та вмій ефективними будуть презентації міні-проектів, використання вправ «Мікрофон» та «Розминка», складання сенканів. Під час мотивації навчальної діяльності доцільним є виконання вправи «Асоціації», яка до того ж сприяє психологічному розвантаженню. На етапі вивчення нового матеріалу учням можна запропонувати виконання випереджувальних завдань, проектних робіт, проведення міні-тренінгів, рольових ігор та роботи у групах. На уроках біології також передбачені «міні-перерви» з використанням оздоровлювальних вправ. Педагогічна майстерність учителя біології відіграє значну роль у формуванні фізично, інтелектуально та духовно гармонійної особистості учня [12], який виявляє ціннісне ставлення до здоров'я, дотримується здорового способу життя [3].

Мета дослідження: визначити ефективність формування здоров'язбережувальної компетентності учнів восьмого класу засобами шкільного курсу біології.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел; спостереження, тестування, анкетування, педагогічний експеримент.

Виклад основного матеріалу дослідження. Експериментальне дослідження здійснювалося на базі закладів середньої освіти II ступеня м. Дрогобича в реальних умовах без порушеного усталеного у закладах цього типу процесу навчання біології за чинними на час його проведення навчальними програмами і планом. У дослідженнях брали участь 48 учнів восьмих класів. Для визначення стану сформованості у школярів здоров'язбережувальної компетентності брали до уваги такі показники:

- 1) ціннісні орієнтації та мотивація до збереження здоров'я (мотиваційно-ціннісний критерій);
- 2) обсяг і повнота знань та вмінь з питань здоров'я та здорового способу життя (когнітивно-інформаційний критерій);
- 3) дотримання засад здорового способу життя, участь у здоров'язбережувальних заходах (практично-діяльнісний) [4, 7].

На констатувальному етапі експерименту проводилося попереднє анкетування щодо ціннісного ставлення учнів до здоров'я та мотивації до його збереження (анкета № 1), рівня здоров'язбережувальних знань та вмінь (анкета №2), а також способу життя (анкета № 3).

У рамках формувального етапу дослідження впродовж навчального року під час вивчення біології у 8-му класі на кожній темі акцентувалася увага на проблемах збереження та зміцнення здоров'я учнів, гігієні функціональних систем організму, профілактиці захворювань, наданні долікарської допомоги. Орієнтація на усвідомлення цінності здоров'я як особистого, так і суспільного здійснювалась на уроках та у позакласній роботі. З метою формування здоров'язбережувальної компетентності учнів поряд з традиційними методами, використовували інтерактивні технології навчання, зокрема «мозковий шторм», «ажурна пилка», робота в малих навчальних групах, імітаційні ігри, дискусії, проєктні та кейс-технології, тренінгова робота. Результат формувального експерименту визначали за допомогою повторного анкетування за тими ж запитаннями анкет.

Для визначення рівня сформованості здоров'язбережувальних знань та вмінь учнів за анкету №2 кожна правильна чи ствердна відповідь оцінювалася 1 балом, частково правильна – 0,5 бала, неправильна або негативна відповідь – нулем. Максимальна кількість балів за відповіді складала 30 балів. До учнів з низьким рівнем знань та вмінь відносили тих, у кого сумарна кількість балів була нижчою за 50%, тобто нижчою за 15 балів. Середній рівень сформованості знань та вмінь передбачав від 50% до 75% (від 15 до 22,5 балів) правильних чи ствердних відповідей, високий рівень – вище 75%, тобто більше за 22,5 балів [10].

Сформованість ціннісного ставлення до здоров'я та його збереження визначалася за відповідями на запитання «Що на Вашу думку є найважливішим у житті?». Як з'ясувалося, за результатами попереднього анкетування найвищою цінністю у житті людини вважають здоров'я лише 35,4% опитаних учнів, 16,7% учнів ставить на перше місце матеріальне благополуччя, 10,4% – кар'єрний ріст, 22,9% – створення сім'ї, 14,6% – отримання достойної освіти, професії. Повторне анкетування засвідчило збільшення на 15% учнів, для яких найціннішим у житті є здоров'я.

Більшість респондентів (62,5%) вважають стан свого здоров'я добрим, 25% – задовільним, 12,5% – поганим. Позитивним є те, що жодний з учнів не вказав на дуже поганий стан здоров'я. Повторні відповіді учнів змінилися несуттєво.

Аналіз відповідей учнів на запитання: «Чи потрібно Вам на даний час займатися здоров'язбережувальною діяльністю?» включав також встановлення мотивів, що спонукають до збереження здоров'я. Виявилось, що 64,6% учнів не вважають за потрібне займатися покращанням власного здоров'я, мотивуючи це тим, що на разі у них немає проблем зі здоров'ям або браком часу, тоді як решта (35,4%) вважає таку діяльність необхідною. Після формувального експерименту частка учнів, які розуміють необхідність займатися власним здоров'ям незалежно від віку та стану здоров'я, зросла до 47,9% (на 12,5%).

Сформованість здоров'язбережувальних знань та вмінь учнів відображено в таблиці. До початку формувального етапу експерименту низький рівень здоров'язбережувальних знань і вмінь спостерігався у 50% учнів, середній рівень у 41,7% учнів і високий рівень – лише у 8,3% учнів.

Таблиця 1

Сформованість здоров'язбережувальних знань та вмінь учнів

Рівні сформованості	До експерименту		Після експерименту		Динаміка, %
	Кількість учнів	Учні, %	Кількість учнів	Учні, %	
низький рівень (менше 50%)	24	50	15	31,3	-18,7
середній рівень (50-75%)	20	41,7	23	47,9	+6,2
високий рівень (більше 75%)	4	8,3	10	20,8	+12,5

Після проведення експерименту дані показники змінилися – кількість учнів з низьким рівнем здоров'язбережувальних знань і вмінь зменшилася на 18,7%, натомість кількість учнів, які досягли середнього та високого рівня знань та вмінь збільшилася відповідно на 6,2% і 12,5% (таблиця). Таким чином, проведена під час вивчення біології робота по здоров'язбереженню виявилася достатньо ефективною.

Для з'ясування як змінилася поведінка учнів 8-го класу після проведеного формульованого експерименту були проаналізовані відповіді на запитання анкети №3. На запитання «Чи виконуєте Ви в повній мірі вимоги до рухової активності?» на початку експерименту 33,3% учнів відповіли «так», 29,2% відповіли «ні» і 37,5% – «частково так». А після проведення експерименту результати змінилися: відповідь «так» обрали 41,7%, «ні» – 10,4% і «частково так» – 47,9%. Отримані дані є досить суб'єктивними, оскільки багато з тих учнів, які вважають, що виконують в повній мірі вимоги до рухової активності, не знають цих вимог ВООЗ.

Дослідження показало, що на початку експерименту більшість школярів (62,5%) не дотримуються режиму дня. За результатами повторного анкетування цей показник знизився до 45,8%. Майже у половини учнів (47,9%) тривалість сну є не достатньою. Повторне анкетування засвідчило, що 14,6% учнів збільшили тривалість свого сну до оптимальної фізіологічної норми.

На запитання «Скільки часу Ви проводите за комп'ютером і/або гаджетом впродовж доби?» лише 29,2% учнів відповіли – до 2 годин, 39,6% – до 4 годин, 4 і більше годин – 31,2%. Анкетування наприкінці навчального року виявило, що відсоток учнів, які користуються комп'ютером і/або гаджетом до 2 годин на добу зменшився на 2,1%; на 4,2% зменшилася кількість учнів, що проводять за комп'ютером більше 4 годин, проте на 6,2% збільшилась кількість школярів, що проводять за комп'ютером до 4 годин на добу.

Попереднє анкетування виявило, що більшість восьмикласників не дотримуються норм і принципів раціонального харчування. Щоденно снідають лише 52,1% школярів, 4,2% – не снідають взагалі, решта 43,7% – снідають інколи. Найбільшу кількість їжі споживають на вечерю 45,8% респондентів, причому майже третина з них вечеряє за годину до сну, а то й безпосередньо перед сном. 6,3% учнів харчуються лише двічі впродовж дня. Переїдання на ніч та мала кратність прийому їжі можуть призвести до надлишкової ваги та порушення обміну речовин.

На перервах між уроками 64,6% восьмикласників споживають печиво, здобні булочки, гамбургери, хот-доги, цукерки або шоколад, ще 14,6% учнів харчуються бутербродами. У раціоні більшості школярів присутні страви швидкого приготування чи тривалого зберігання. Так, ці продукти вживають щоденно 6,3% учнів, кілька разів на місяць – 72,8%, 1 раз на місяць і рідше – 16,7% і лише 4,2% не вживають їх зовсім.

У 20,8% респондентів щоденна кількість овочів і фруктів складає 100 г, у 35,4% – 200г, у 29,2% – 300г і лише 14,6% дотримуються рекомендацій ВООЗ, споживаючи їх щодня 400–500г. Більшість учнів (70,8%) не виконують рекомендацій ВООЗ і щодо необхідності 2–3 разового вживання на тиждень морської риби та морепродуктів, причому зовсім їх не вживає 14,6% учнів, вживає не частіше 1 разу на місяць 35,4% і не частіше 1 разу на тиждень – 20,8%.

Результати формульованого етапу експерименту показали, що учні покращили режим та якість свого харчування. Зокрема, на 8,3% збільшилась кількість школярів, які щоденно снідають і на 4,2% зменшилось тих, що харчуються лише 2 рази. 5 учнів (10,4%) почали споживати найбільшу кількість їжі на обід, замість вечері. Страви швидкого приготування чи тривалого зберігання зменшили у своєму раціоні 12,5% учнів – тих, що споживали ці страви щоденно і кілька разів на місяць. Більшість восьмикласників збільшили щоденний прийом овочів та фруктів і частоту вживання морської риби та морепродуктів, зокрема на 6,2% збільшилась кількість осіб, які вживають щодня 400–500 г овочів та фруктів. Відсоток тих респондентів, які зовсім не вживають морську рибу і морепродукти зменшився на 4,2%.

Проблема шкідливих звичок є особливо актуальною для підлітків. На констатувальному етапі виявлено, що 8,3% восьмикласників випаляють у середньому 5 сигарет щоденно; 20,8% підлітків ніколи не пробували палити; все ж таки мали 1 раз спробу палити 70,9%. Однак, після експерименту кількість учнів, які палять, на жаль, не зменшилася. Позитивно, що усі 48 респондентів не мали спроби вживання наркотиків. Відомо, що навіть невеликі дози алкоголю можуть спричинити серйозні розлади стану здоров'я дітей та підлітків. До початку експерименту 16,7% школярів стверджували, що не вживають жодних спиртних напоїв; 39,6% – вживають слабоалкогольні напої; 35,4% – шампанське/вино, а 8,3% – міцні алкогольні напої. Після експерименту зафіксовано такі позитивні зміни: відсоток учнів, що не вживають спиртних напоїв зростає на 10,4%, а тих, що вживають міцні алкогольні напої – зменшився на 4,2%.

Таким чином, учні дещо збільшили рухову активність, покращили режим та якість харчування, стали більшою мірою дотримуватися режиму дня та сну, менше вживати алкогольних та слабоалкогольних напоїв. Однак, погано надаються корекції окремі шкідливі звички, зокрема тютюнопаління, а також надмірне користування гаджетами.

Висновки. Здійснювана під час вивчення біології у 8-му класі робота з питань здоров'язбереження сприяє формуванню стійкої мотивації та ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. Використання інноваційних педагогічних технологій стимулює засвоєння школярами здоров'язбережувальних знань, оволодіння уміннями здоров'язбережувальної діяльності. Результатом педагогічного експерименту став не тільки приріст знань та вмій з питань здоров'я, гігієни функціональних систем організму, профілактики захворювань, надання до лікарської допомоги, а й позитивні зміни у веденні способу життя та діяч учнів.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямку полягають у з'ясуванні ролі освітнього середовища під час дистанційного навчання у формуванні здоров'язбережувальної компетентності учнівської молоді.

Література

1. Бойченко Т. Є. Навчити головного. Формування здоров'яформувальної та здоров'язбережувальної компетентності учнівської молоді. *Профтехосвіта*. 2009. № 1. С. 40–43.
2. Гуменюк С. В. Здоров'язберігаючі технології в системі освіти. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія Педагогіка, соціальна робота. 2013. Вип. 26. С. 55–57.
3. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти : затв. постановою Кабінету Міністрів України від 23 лист. 2011 р. № 1392. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF#Text>.

4. Капранова Г. В. Формування культури здоров'я у старшокласників загальноосвітньої школи промислового міста : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук. : 13.00.07. Київ, 2010. 22 с.
5. Кобан М. Ю., Лимар Ю. М. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Вип. 12. Т. 1. С. 41–44. doi: 10.32843/2663-6085.2019.12-1.07.
6. Ковальчук Г. Я., Лупак О. М. Оцінка адаптаційних можливостей та рівня фізичного здоров'я учнів ліцею. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2017. Вип. 5 К (86). С. 147–151.
6. Миронюк Т. М. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх учителів біології засобами інноваційних технологій в умовах освітнього середовища вищого навчального закладу : дис. ... канд. пед. наук. : 13.00.04 / Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. Умань, 2017. 324с.
7. Новописьменний С. А. Здоров'язбережувальна компетентність школяра та шляхи її формування. *Young Scientist*. 2018. Vol. 54.2. No. 2.2. P. 27–31.
8. Оніпко В. В., Пилипенко Н. М. Розвиток здоров'язбережувальної компетентності учнів засобами здоров'яформування педагогічної технології. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. Харків : Оригінал, 2018. С. 360–369.
9. Турчинов А. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх офіцерів Національної гвардії України у процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук. : 13.00.04 / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. Харків, 2016. 227 с.
10. Kovalchuk H., Lupak O., Musina S., Pittelion L. Nutrition state of student youth in current conditions. *Human health: realities and prospects. Monographic series. Vol. 3. Health and Nutrition*, edited by Nadiya Skotna. Drohobych : Posvit, 2018. P. 215–226.
11. Nosko M., Mekhed O., Ryabchenko S., Ivantsova O., Denysovets I., Griban G., ... Tkachenko P. The influence of the teacher's social and pedagogical activities on the health-promoting competence of youth. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2020. Vol. 9. No. 9. P. 18–28.

References

1. Boichenko, T. Ye. (2009). To teach the main thing. The formation of health-forming and health-preserving competence of pupils' youth. *Vocational education*, 1, 40–43 (in Ukrainian).
2. Humeniuk, S. V. (2013). Health-preserving technologies in the system of education. *Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Series: "Pedagogy. Social Work"*, 26, 55–57 (in Ukrainian).
3. State standard of basic and complete general secondary education : approved by Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine since November 23, 2011 No. 1392. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1392-2011-%D0%BF#Text> (in Ukrainian).
4. Kapranova, H. V. (2010). The formation of health culture by senior formers of secondary school of the industrial city : ab. of thesis on obtaining Ph.D. of ped.sci.: 13.00.07. Kyiv, 22 (in Ukrainian).
5. Koban M. Yu. & Lyamar Yu. M. (2019). Pedagogical conditions of formation safety and health competence of children of a primary school. *Innovative Pedagogy*, 12, 1, 41–44. doi: 10.32843/2663-6085.2019.12-1.07 (in Ukrainian).
6. Kovalchuk, H. Ya. & Lupak, O. M. (2017). Assessment of adaptive capacities and level of physical health of the lyceum pupils. *Scientific Journal of National Pedagogical Dragomanov University. Series 15. Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*, 5 C (86), 147–151 (in Ukrainian).
7. Myroniuk, T. M. (2017). The formation of health-preserving competence of the future teachers of biology by means of innovative technologies in the conditions of educational environment of higher educational establishment: thesis ... Ph.D. of ped. sci. 13.00.04. / Uman Pavlo Tychyna State Ped. Univ. Uman, 324 (in Ukrainian).
8. Novopysmennyi, S. A. (2018). Health-preserving competence of the schoolboy and ways of its forming. *Young Scientist*, 54.2, 2.2, 27–31 (in Ukrainian).
9. Onipko, V. V. & Pylypenko, N. M. (2018). The development of pupils' health-preserving competence by means of health-forming pedagogical technology. *Modern health-forming technologies: monography / by general edition of professor Yu. D. Boichuk*. Kharkiv: Original, 360–369 (in Ukrainian).
10. Turchynov, A. V. (2016). The formation of health-preserving competence of the future officers of the National Guard of Ukraine in the process of professional preparation : thesis ... Ph.D. of ped. sci. 13.00.04. / H. S. Skovoroda Kharkiv Nat. Ped. Univ. Kharkiv, 227 (in Ukrainian).
11. Kovalchuk, H., Lupak, O., Musina, S. & Pittelion, L. (2018). Nutrition state of student youth in current conditions. *Human health: realities and prospects. Monographic series. Vol. 3. Health and Nutrition*, edited by Nadiya Skotna. Drohobych : Posvit, 2018. P. 215–226.
12. Nosko, M., Mekhed, O., Ryabchenko, S., Ivantsova, O., Denysovets, I., Griban, G., ... Tkachenko, P. (2020). The influence of the teacher's social and pedagogical activities on the health-preserving competence of youth. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9, 9, 18–28.