



УДК 78.016:796

[https://doi.org/10.52058/2786-6300-2024-10\(28\)-851-862](https://doi.org/10.52058/2786-6300-2024-10(28)-851-862)

**Отравенко Олена Вікторівна** кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичного виховання, Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка», вул. Івана Банка, 3, м. Полтава, 36003, тел. (050)182-44-40, <https://orcid.org/0000-0001-8308-5895>

## НОВІТНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ УЧНІВ З ОСЛАБЛЕНИМ ЗДОРОВ'ЯМ ЗАСОБАМИ ФІСТБОЛУ ТА ПЕТАНКУ

**Анотація.** У статті розглянуто сучасні підходи до тлумачення дефініції «здоров'язберігаючі технології» та надано трактування поняття «здоров'язбережувальна компетентність учнів з ослабленим здоров'ям» в авторській редакції; запропоновано новітні підходи та поєднання декількох варіативних модулів на уроках фізичної культури та онлайн уроках для учнів з ослабленим здоров'ям, надано рекомендації з розробок методичних карток та їх презентації для використання вправ фістболу та петанку.

**Мета статті:** на основі аналізу наукових джерел, власного досвіду та досвіду кращих вчителів-практиків України визначити вплив здоров'язберігаючих технологій на формування здоров'язбережувальної компетентності учнів з ослабленим здоров'ям в умовах змішаного навчання та сприяти удосконаленню практичної складової ОПП «Фізична культура» в рамках ОК навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання».

**У висновках наголошено:** Розробка методичних карток та їх презентація як на практичних заняттях з теорії та методики фізичного виховання, так і під час виступів на науково-практичних конференціях різного рівня, включаючи міжнародні, запровадження нових видів рухової активності в уроки фізичної культури сприяло формуванню здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти з ослабленим здоров'ям, значно підсилила практичну складову Освітньо-професійної програми «Фізична культура», приляло створенню власного You-Tube каналу для загального обговорення та надання корисних практичних порад, зацікавленості здобувачів освіти з ослабленим здоров'ям займатись новими видами рухової активності.

**Ключові слова:** здоров'язберігаючі технології, здоров'язбережувальна компетентність, учні з ослабленим здоров'ям, змішане навчання, теорія і методика фізичного виховання, методичні картки, фістбол, петанк.



**Otravenko Olena Viktorivna** Ph.D in Pedagogics, Associate Professor, Head of the Department of Theory and Methods of Physical Education, State Institution Luhansk Taras Shevchenko National University, 3 Ivan Bank St., Poltava, 36003, tel. (050) 182-44-40, <https://orcid.org/0000-0001-8308-5895>

## **THE NEWEST APPROACHES TO THE FORMATION OF HEALTH-SAVING COMPETENCE OF STUDENTS WITH POOR HEALTH BY MEANS OF FISTBALL AND PETANQUE**

**Abstract.** The article considers contemporary approaches to the interpretation of the definition of “health-saving technologies” and provides an interpretation of the concept of “health-saving competence of students with poor health” in the author's version; the latest approaches and combinations of several variable modules in physical education lessons and online lessons for students with poor health are proposed; recommendations for the development of methodological cards and their presentation for the use of fistball and petanque exercises are provided.

*The aim of the article* is to determine the influence of health-saving technologies on the development of health-saving competence of students with poor health in mixed learning conditions and to contribute to the improvement of the practical component of the educational and professional program “Physical Education” within the educational component of the discipline “Theory and Methods of Physical Education” based on the analysis of scientific sources, own experience and experience of the best practicing teachers of Ukraine.

*The conclusions emphasize* the development of methodological cards and their presentation both during practical classes on the Theory and Methods of Physical Education and during speeches at scientific and practical conferences of various levels, including international ones; the introduction of new types of motor activity in physical education lessons contributed to the development of health-saving competence of students with poor health, significantly strengthened the practical component of the Educational and Professional Program “Physical Education”, encouraged the creation of YouTube channel for general discussion and provision of useful information.

**Keywords:** health-saving technologies, health-saving competence, students with poor health, blended learning, theory and methods of physical education, methodological cards, fistball, pétanque.

**Постановка проблеми.** Під час воєнного стану підтримка належного рівня здоров'я важлива для всіх категорій населення, особливо для здобувачів освіти з ослабленим здоров'ям. Їм необхідно за допомогою регулярних занять фізичними вправами максимально мінімізувати прояв своєї нозології. Для



ефективного навчання здоров'язбереженню необхідно постійно підтримувати рівень свого здоров'я займатися фізичною активністю. А для цього необхідно створювати в закладі освіти здоров'язберігаюче середовище за допомогою нових видів рухової активності, звертати увагу на поведінку дітей з ослабленим здоров'ям під час занять, активно працювати над вдосконаленням власного творчого потенціалу.

На нашу думку, фізичне виховання є однією із основних складових здоров'язбереження, так як сприяє розвитку фізичних та особистісних якостей, закладає основу руховим умінням і навичкам, підвищує рухову активність та зміцнює здоров'я.

Нажаль, не всі здобувачі освіти з ослабленим здоров'ям розуміють важливість підтримки власного здоров'я та виявляють низький рівень мотивації до здоров'язбережувальної діяльності, особливо в умовах дистанційного та змішаного навчання.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Деякі аспекти формування здоров'язберігаючої компетентності розглянули: В. Омеляненко, 2007 [1]; І. Іваній, 2013 [2]; Ю. Павлов, 2013 [3]; О. Отравенко, 2016 [4]; О. Отравенко, 2019 [5]; психолого-педагогічну характеристику здоров'язбереження розглянули у своїх працях О. Іонова, Ю. Лук'янова, 2009 [6]; К. Іванов, О. Отравенко, 2023 [7]; підготовку вчителя до застосування здоров'язбережувальних технологій розглянув Н. Беседа, 2012 [8]; формування здоров'язбережувального середовища: Т. Бережна, 2015 [9]; сучасні технології збереження здоров'я учнів: А. Обухівська, І. Цушко, 2015 [10]; здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання закладів освіти: О. Отравенко, 2022 [4]; динаміку рівня підготовленості студентів при диференціації занять фізичною культурою за станом здоров'я та нозологією захворювань (Griban, G., Kuznietsova, O., Lyakhova, N. et al., 2021) [12]; як заохотити дитину (молодь) до фізичної активності та як навчити ключовим компетентностям на уроках фізкультури (М. Kulik, 2019) [13]; професійну підготовку учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти досліджував П. Рибалко, 2019 [14]; різні аспекти здоров'язберігаючого середовища (Otravenko, O. Shkola, V. Zhamardiy et al., 2024) [15-16]; формування ціннісних орієнтацій у молоді під час занять фізичною культурою (Shkola O., Griban G., Prontenko K. et al., 2019 [17]; нові спортивні активності регбі 5 та доджбол у закладах освіти в аспекті здоров'язбереження (Отравенко О., Іванов К. (2023) [18]. Утім, дана проблема розглянута частково.

**Мета статті.** На основі аналізу наукових джерел, власного досвіду та досвіду кращих вчителів-практиків України визначити новітні підходи до формування здоров'язбережувальної компетентності учнів з ослабленим здоров'ям засобами фістболу та петанку в умовах змішаного навчання та сприяти удосконаленню практичної складової ОПП «Фізична культура» в



рамках Освітнього компоненту навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання».

**Виклад основного матеріалу.** Цінним для нашого дослідження є проведений науковцями: Г. Грибаном та ін., (2021), аналізу динаміки рівня підготовленості здобувачів освіти при диференціації занять фізичною культурою за станом здоров'я та нозологією захворювань [12].

За К. Івановим, О. Отравенко (2023), психологічний рівень здоров'я спрямовано на покращення психічних особливостей дитини, забезпечення та подолання хвороби, ведення здорового способу життя. Вважаємо, що учні з ослабленим здоров'ям повинні розуміти, що здоров'я – це стратегія життя, необхідно навчитися адаптуватися в колективі, в соціумі, правильно поводитися з однолітками та дорослими, бути цілеспрямованими та готовими до змін [7].

На думку О. Іонової та Ю. Лук'янової здоров'язбереження це освітній процес, що створює безпечні і комфортні умови перебування дітей у школі: забезпечує індивідуальну освітню траєкторію дитини; запобігає стресам, перевантаженню, втомі школярів і, завдяки цьому сприяє збереженню здоров'я учнів [6]. У свою чергу, Т. Бережна здоров'язбережувальне середовище загальноосвітнього навчального закладу розглянула як сукупність компонентів організаційно-педагогічних умов, групових і особистісних чинників, які у співвідношенні між собою забезпечують готовність молодших підлітків до ведення здорового способу життя, створюють здоровий життєдіяльнісний простір для усіх учасників навчально-виховного процесу на основі використання здоров'язбережувальних технологій [9].

Ми поділяємо думку авторів, О. Отравенко, І. Іванова (2023), що «необхідно створювати в сучасних закладах освіти здоров'язберігаюче середовище за допомогою якісного формування здоров'язбережувальної компетентності здобувачів освіти та впровадження нових видів фізичної активності у процес фізичного виховання. А для цього необхідно підготувати висококваліфікованих, конкурентоздатних фахівців» [18, с. 56].

На нашу думку, для ефективного формування здоров'язберігаючої компетентності учнів з ослабленим здоров'ям під час навчання в закладі освіти, необхідно створити безпечне середовище, у якому кожен учень, незалежно від статі, віку, нозології, рівня фізичного і психічного розвитку може відчувати себе врівноважено, звертатися за допомогою у будь-який момент, бути впевненим у зворотному зв'язку з колективом вчителів і отримати рішення своїх проблем. Це середовище створюється завдяки взаємодії психолого-педагогічних працівників, лікарів, батьків та учнів, причому діти виступають головною ланкою, так як неможливо створити ефективні умови розвитку знань, умінь, навичок, компетентностей для здобувачів освіти без їх бажання. З огляду на це, учнів необхідно навчати навичкам формування,



збереження і самозбереження здоров'я. Здійснити навчання даним навичкам можливо завдяки застосуванню здоров'язберігаючих технологій у закладах освіти та у домашніх умовах.

Отже, далі розглянемо підходи до тлумачення дефініції «здоров'язбережувальні технології» за різними авторами (табл.1.).

Таблиця 1.

**Новітні підходи до тлумачення дефініції «здоров'язбережувальні технології»**

№\п	Автор	Новітні підходи
1.	Т. Ахутіна, Ю. Науменко	забезпечення навчання і виховання з урахуванням індивідуальних, вікових і психо-фізіологічних особливостей учнів.
2.	Л. Рибалко, С. Свириденко	створення сприятливого для здоров'я освітнього середовища.
3.	Т. Бойченко, О. Отравенко	комплексна оцінка умов виховання і навчання, які дозволяють забезпечувати гарний стан здоров'я молодих людей, дбати про високий рівень їхньої самореалізації, навичок здорового способу життя; здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров'я і проводити відповідні психолого-педагогічні, коригувальні, здоров'язбережувальні, рекреаційні заходи з метою забезпечення якості навчальної та професійної діяльності учасників педагогічного процесу.
4.	М. Гончаренко, С. Лупаренко	навчально-методичний комплекс оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів
5.	І. Єрохіна, В. Бобрицька	технології навчання здоров'я, здорового способу життя.
6.	М. Коржова, К. Оглобліна, О. Скородумова	комплекс оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів.
7.	М. Степанова, Н. Михайлова	оптимальне поєднання традиційних технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження здоров'я дітей.
8.	В. Лозинський	система, що створює максимально можливі умови для збереження, зміцнення і розвитку духовного, емоційного, інтелектуального, особистого і фізичного здоров'я всіх суб'єктів освіти (учнів, студентів, педагогів та ін.).
9.	Г. Обухівська, І. Поташнюк, І. Цушко	умови навчання учнів/студентів у навчальному закладі (відсутність стресу, адекватність вимог, адекватність методик навчання і виховання); раціональна організація навчального процесу (у відповідності з віковими, статевими, індивідуальними особливостями і гігієнічними вимогами); відповідність навчального і фізичного навантаження віковим можливостям; необхідний, достатній і раціонально організований руховий режим.
10.	Л. Тихомірова, А. Мітяєва, О. Факторович	індикатор якості освітніх технологій.



Нам імпанує думка П. Рибалко, що незважаючи на всю багатоплановість підходів, у зарубіжних моделях здоров'язбережувальних технологій найчастіше можна виділити три основні елементи: освіта у сфері здоров'я; здорове шкільне середовище; шкільні служби (медична, психологічна, соціальна, здоров'я) [14].

На нашу думку, здоров'язбережувальні технології використовуються в закладі освіти для ефективного забезпечення освітнього процесу з урахуванням віку, статі, нозології, відхилень у стані здоров'я кожного зі здобувачів освіти, при цьому адекватно дозуючи навчальне, фізичне та психологічне навантаження на учнів, допомагаючи їм підтримувати та самостійно покращувати рівень розвитку усіх загалом та кожної окремо складової здоров'я та сформувати здоров'язбережувальну компетентність учнів з ослабленим здоров'ям, зокрема.

За О. Отравенко (2019), «здоров'язбережувальна компетентність здобувачів освіти – багатофакторна якість особистості, що інтегрує знання, уміння, навички, досвід та особистісні якості, які є дуже важливими чинниками для досягнення високих результатів у майбутній професійній діяльності, мотивів, ставлень та цінностей, що спрямовані на усвідомлення важливості здоров'я, здорового стилю життя для всієї життєдіяльності особистості, створення здоров'язберігаючого середовища та здоров'язберігаючої поведінки здобувачів в закладі освіти й вдосконалення власного творчого потенціалу» [5, с. 100].

Ю. Павлов, розглянув здоров'язбережувальну компетентність як інтегральну сукупність компетенцій здоров'язбереження особистості щодо її здатності й готовності до здоров'язберігаючої діяльності в соціальному та професійному середовищі [3].

На наш погляд, здоров'язбережувальна компетентність учнів з ослабленим здоров'ям – це система створення безпечних і комфортних умов навчання на основі використання здоров'язбережувальних технологій, обґрунтованих та взаємопов'язаних між собою знань, умінь та навичок ведення здорового стилю життя, самозбереження й покращення особистого і фізичного здоров'я, відсутність стресу, активна щоденна рухова діяльність та здійснення моніторингу показників індивідуального розвитку.

Для ефективного формування здоров'язберігаючої компетентності в учнів з ослабленим здоров'ям під час навчання у закладі освіти вчителі фізичної культури та інструктори з лікувальної фізичної культури повинні мати високий рівень її розвитку. Для нашого дослідження важливою є думка І. Іванія про те, що структура здоров'язберігаючої компетентності вчителя фізичної культури ґрунтується на єдності свідомості й діяльності, особливостей системи професійної діяльності та її основних складових. Вчений також зазначає, що результатом підготовки майбутніх вчителів



фізичної культури повинна бути єдність внутрішньої, мотивованої, особистої готовності до фізкультурно-оздоровчої діяльності та практичної, теоретично-методичної до неї підготовленості. При цьому провідною ідеєю, концептуальною основою і аналізу, і вирішення проблем формування здоров'язберігаючої компетентності майбутнього вчителя фізичної культури виступає одночасний рух від особистості до професії та від професії до особистості [2].

У свою чергу, В. Омеляненко наголошує на важливості вивчення дисциплін медико-біологічного циклу під час формування здоров'язберігаючої компетентності майбутнього вчителя фізичної культури. Особливу увагу слід приділяти: розумінню закономірностей взаємодії організму з навколишнім середовищем; науково вірно оцінювати вплив фізичних вправ на організм людини; визначати рівень фізичного розвитку та оцінювати стан соматичного здоров'я учнів; раціонально дозувати фізичне навантаження; проводити кваліфіковану консультацію серед населення з питань вибору найбільш корисних для кожної людини рухових режимів і форм занять фізичними вправами [1].

Змішане навчання ми розглядаємо, як організацію освітнього процесу, що включає одночасне або по чергове поєднання аудиторної роботи у закладі освіти, самостійної роботи з використанням інноваційних технологій та онлайн навчання [11]. Індивідуальні завдання учні виконують удома після консультації викладача стосовно матеріалу. Фізичні вправи, з урахуванням мінімізації проявів їхньої нозології, діти виконують або у навчально-реабілітаційному закладі або вдома під наглядом батьків.

Слід зауважити про стрімкий прогрес у віртуальному навчанні та швидкий розвиток онлайн ресурсів. На даний момент створені інтерактивні квести, тематичні флешмоби (до дня фізичної культури і спорту, до дня народження громадської організації JuniorS) та челенджі (футбольний або вправи з другом), онлайн руханки регіонального або всеукраїнського рівня.

В рамках Освітнього компоненту «Теорія і методика фізичного виховання» (розробник курсу доцент Олена Отравенко) студенти спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)» на практичних заняттях розробляють та презентують методичні картки з навчання нових видів рухової активності: регбі 5, доджбол, фістбол та петанк. Отже, на прикладі навчання вправ з фістболу та петанку з учнями, які мають ослаблене здоров'я, Кирило Іванов запропонував обов'язково підбирати підготовчі, підвідні та імітаційні вправи. Початковими елементами петанку є стійки, визначення відстані від кола до кошонета. Після них йдуть кидки (високої, середньої і низької траєкторії). За кидками вміння ставити кулю і вибивати кулю. У фістболі спочатку треба вчити розміщення гравців на ігровому майданчику, далі – подачі (прямі, верхні, бокові), після цього передачі (на місці, у русі), далі – гру



у три передачі з ударом на місці, після цього вже вставати на ігрове поле для вдосконалення навичок гри. Елементи гри в обох модулях необхідно вчити один за одним. Перед вивченням нових елементів необхідно використовувати підготовчі вправи. Для вивчення кидків підготовчими вправами можуть слугувати рухи, які є частинами даних кидків (повороти тулуба та випаді для бекхенду та ворфхенду, згинання та розгинання кисті та блейду) [18]. Правильний підбір і доцільне використання методів забезпечували ефективне вивчення елементів і виконання вправ з фістболу та петанку з використанням індивідуального та диференційованого підходів. Основними методами навчання визначено: репродуктивний, проблемний та ігровий, а також використовувались наступні методичні прийоми: конфронтація, взаємодія, гандикап та проводка.

На виробничій педагогічній практиці в роботі з учнями, які мають ослаблене здоров'я на кроках фізичної культури та онлайн уроках було запропоновано поєднання таких варіативних модулів, як: черлідінг з петанком; оздоровча гімнастика з музично-ритмічним вихованням; легка атлетика з петанком; алтимат-фрізбі з бадмінтоном; гімнастику та алтимат-фрізбі; гімнастику з петанком; легку атлетику з бадмінтоном; легку атлетику з настільним тенісом; гімнастику та регбі-5 (безконтактне); аеробіка та рінго. Також ми пропонуємо збільшити час, виділений на рухову активність під час дистанційних уроків. Стосовно цього ми можемо запропонувати: 1. Розповідь теорії і після теоретичної частини показувати у відео чаті танцювальні вправи, фізичні вправи під рахунок вчителя або ігрові вправи. 2. Після перевірки знань з розділів теж треба давати фізичні вправи. 3. Проводити більше уроків із вправами, а потім просто залишати на платформі завдання з детальним поясненням. 4. Розказувати двадцять хвилин теорії, потім кожному учневі задати п'ять запитань, а потім до кінця уроку руханки або фізичні вправи.

**Висновки.** Отже, розробка методичних карток та їх презентація як на практичних заняттях з теорії та методики фізичного виховання, так і під час виступів на науково-практичних конференціях різного рівня, включаючи міжнародні, запровадження нових видів рухової активності в уроки фізичної культури сприяло формуванню здоров'ябережувальної компетентності здобувачів освіти з ослабленим здоров'ям, значно підсилила практичну складову Освітньо-професійної програми «Фізична культура» та зацікавленість учнів з ослабленим здоров'ям в уроках фізичної культури.

На нашу думку, здоров'ябережувальна компетентність здобувачів освіти з ослабленим здоров'ям – це система створення безпечних і комфортних умов навчання на основі використання здоров'ябережувальних технологій, обґрунтованих та взаємопов'язаних між собою знань, умінь та навичок ведення здорового стилю життя, самозбереження й покращення особистого і





фізичного здоров'я, відсутність стресу, активна щоденна рухова діяльність та здійснення моніторингу показників індивідуального розвитку.

В умовах дистанційного та змішаного навчання, доцільно застосовувати такий засіб популяризації оздоровчої рухової активності як розповідь про її користь через онлайн спілкування. Метод полягає у створенні педагогами та здобувачами вищої освіти власного you-tube каналу для загального обговорення та надання корисних практичних порад або You-tube каналу об'єднання вчителів фізичної культури окремого закладу освіти. Також You-tube канали можуть створювати різні родини. На цих каналах педагоги та звичайні сім'ї демонструють відео занять різними нетрадиційними видами спорту самостійно або зі своїми учнями.

Надалі планується розробити методичний посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності 014.11 «Середня освіта (Фізична культура)» до впровадження нових видів рухової активності за програмою Нової української школи.

#### **Література:**

1. Омеляненко В. Здоров'язберігаюча компетентність вчителя фізичної культури. *Професійна освіта. Наукові записки. Серія: Педагогіка*. 2007. №1. С.7-11. URL: file:///C:/Users/acer/Downloads/zdorov-yazberigayucha-kompetentnist-vchitelya-fizichnoyi-kulturi%20(1).pdf.
2. Іваній І.В. Характеристика сутності здоров'язберігаючої компетентності вчителя фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 3. С.18-22. doi:10.6084/m9.figshare.644933.
3. Павлов Ю.О. Формування у майбутніх фахівців компетенцій здоров'язбереження. *Гуманітарний вісник Державного вищого навчального закладу «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди»*. Педагогіка. Психологія. Філософія. 2013. Вип. 28(2). 2013. С. 456-462.
4. Отравенко О.В. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності учнівської та студентської молоді в умовах ступеневої освіти. *Здоров'я, спорт, реабілітація*. 2016. № 4, С.47-50. ISSN 2520-2685.
5. Отравенко О.В. Здоров'язбережувальна компетентність як складова якісної професійної підготовки здобувачів вищої освіти. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2019. 4(327), Ч.1. С.100-107. [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4\(327\)-1-100-107](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4(327)-1-100-107).
6. Іонова О.М., Лук'янова Ю.С. Здоров'язбереження особистості як психолого-педагогічна проблема. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 1. С. 69-72.
7. Іванов, К. & Отравенко, О. Вплив рухової активності на психічне здоров'я дітей з особливими потребами під час воєнного стану. *Scientific Collection «InterConf»*, 2023.(149), С.155-161. URL: <https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/view/2903>.
8. Беседа Н.А. Підготовка вчителя до застосування здоров'язбережувальних технологій у системі методичної роботи загальноосвітнього навчального закладу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія і методика професійної освіти. К., 2012. 21 с.



9. Бережна Т.І. Формування здоров'язбережувального середовища для молодших підлітків у загальноосвітньому навчальному закладі: автореф. дис. ...канд. пед. наук. К, 2015. 20 с.

10. Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід / авт. кол.; уклад. А. Г. Обухівська, І. І. Цушко. К.: Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2015. 221 с. ISBN 978-617-7118-17-5.

11. Отравенко О. Здоров'язберігаючі технології в умовах змішаного навчання закладів освіти. *Collection of Scientific Papers «ΛΟΓΟΣ»*, (December 9, 2022; Cambridge, UK), С.176-179. <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.48>.

12. Griban, G., Kuznietsova, O., Lyakhova, N. et al. Dynamics of students' fitness level while differentiating physical education classes in accordance with their health and nosology of diseases. *Wiadomości Lekarskie*, 2021.74. (3 p.II). 641-646. doi: 10.36740/Wlek202103214.

13. Kulik MV. Jak zachęcić dziecko (młodzież) do aktywności fizycznej i jak uczyć kompetencji kluczowych na lekcjach wychowania fizycznego (z wykorzystaniem zabaw i gier podwórkowych): prezentacja. Koszalinie; 2019. 38.

14. Рибалко П.Ф. Професійна підготовка учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти. Монографія. 2019. С. 03-246.

15. Olena V. Otravenko, Olena M. Shkola, Valeriy O. Zhamardiy, Olena M. Pavliuk, Alina V. Radchenko, Viktoriia I. Donchenko, Svitlana G. Myronenko Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of health-preservation. *Acta Balneologica*. №1. 2024. 40-48. <https://actabalneologica.pl/wp-content/uploads/library/ActaBalneol2024i1.pdf>

16. Olena V. Otravenko, Olena M. Shkola, Valeriy O. Zhamardiy, Olena D. Shynkarova, Olena V. Fomenko, Tetiana L. Poluliashchenko, Viktoriia I. Donchenko Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment. *Acta Balneologica. Journal of the polish balneology*.2024 march-april, vol. LXVI. ISSUE 2 (180). Pp. 135-143. DOI: <https://doi.org/10.36740/ABAL202402110>. ISSN 2082-1867.

17. Shkola O., Griban G., Prontenko K. et al. Formation of valuable orientations in youth during physical training. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. 2019. Vol. 8 (3.1). 264-272.

18. Отравенко О., Иванов К. Нові спортивні активності регбі 5 та додзбол у закладах освіти в аспекті здоров'язбереження. *SWorldJournal Issue*. 2023. 18 / Part 3. 55-61. DOI: 10.30888/2663-5712.2023-18-03-052.

### References:

1. Omelyanenko V. (2007). *Zdorov'язberigayucha kompetentnist vchitelya fizichnoyi kulturi*. [Health-preserving competence of a physical education teacher]. *Profesijna osvita. Naukovi zapiski. Seriya: Pedagogika*. №1. 7-11. URL: file:///C:/Users/acer/Downloads/zdorov-yazberigayucha-kompetentnist-vchitelya-fizichnoyi-kulturi%20(1).pdf. [in Ukrainian].

2. Ivanij I. V. (2013). *Harakteristika sutnosti zdorov'язberigayuchoyi kompetentnosti vchitelya fizichnoyi kulturi*. [Characterization of the essence of health-preserving competence of a physical culture teacher]. *Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovannya i sportu*. № 3. 18-22. doi:10.6084/m9.figshare.644933. [in Ukrainian].

3. Pavlov Yu. O. (2013). *Formuvannya u majbutnih fahivciv kompetencij zdorov'язberezhennya*. [Formation of health care competencies in future specialists]. *Gumanitarnij visnik Derzhavnogo vishogo navchalnogo zakladu «Pereyaslav-Hmelnickij derzhavnij pedagogichnij universitet imeni G. S. Skovorodi»*. Pedagogika. Psihologiya. Filosofiya. Vip. 28(2). 2013. 456-462. [in Ukrainian].



4. Otravenko O.V. (2016). *Pedagogichni umovi formuvannya zdorov'yazberezhuvalnoyi kompetentnosti uchnivskoyi ta studentskoyi molodi v umovah stupenevoyi osviti. [Pedagogical conditions for the formation of health-saving competence of pupils and students in the conditions of graduate education]. Zdorove, sport, rehabilitaciya. № 4, 47-50. ISSN 2520-2685. [in Ukrainian].*
5. Otravenko O.V. (2019). *Zdorov'yazberezhuvalna kompetentnist yak skladova yakisnoyi profesijnoyi pidgotovki zdobuvachiv vishoyi osviti. [Health care competence as a component of high-quality professional training of students of higher education]. Visnik Luganskogo nacionalnogo universitetu imeni Tarasa Shevchenka. Pedagogichni nauki. 4(327), Ch.1. 100-107. [https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4\(327\)-1-100-107](https://doi.org/10.12958/2227-2844-2019-4(327)-1-100-107). [in Ukrainian].*
6. Ionova O.M. & Luk'yanova Yu.S. (2009). *Zdorov'yazberezheniya osobistosti yak psihologo-pedagogichna problema. [Personal health care as a psychological and pedagogical problem]. Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo viovannya i sportu. № 1. 69-72. [in Ukrainian].*
7. Ivanov, K. & Otravenko, O. (2023). *Vpliv ruhovoyi aktivnosti na psihichne zdorov'ya ditej z osoblivimi potrebami pid chas voyennogo stanu. [The influence of motor activity on the mental health of children with special needs during martial law]. Scientific Collection «InterConf», (149), S.155-161. URL: <https://archive.interconf.center/index.php/conference-proceeding/article/view/2903>. [in Ukrainian].*
8. Beseda N.A. (2012). *Pidgotovka vchitelya do zastosuvannya zdorov'yazberezhuvalnih tehnologij u sistemi metodichnoyi roboti zagalnoosvitnogo navchalnogo zakladu: [Teacher preparation for the use of health-saving technologies in the methodical work system of a comprehensive educational institution]: avtoref. dis. na zdobuttya nauk. stupenya kand. ped. nauk: spec. 13.00.04 «Teoriya i metodika profesijnoyi osviti. K., 2012. 21. [in Ukrainian].*
9. Berezhna T.I. (2015). *Formuvannya zdorov'yazberezhuvalnogo seredovisha dlya molodshih pidlitkiv u zagalnoosvitnomu navchalnomu zakladi: [Formation of a health-preserving environment for younger teenagers in a general educational institution]: avtoref. dis. ...kand. ped. nauk. K., 20. [in Ukrainian].*
10. A. G. Obuhivska & I. I. Cushko (2015). *Suchasni tehnologiyi zberezheniya zdorov'ya uchniv: krashij dosvid [/] avt. kol.; uklad. [Modern technologies for preserving the health of students: best practice]. K.: Ukrayinskij NMC praktichnoyi psihologiyi i socialnoyi roboti, 2015. 221. ISBN 978-617-7118-17-5. [in Ukrainian].*
11. Otravenko O. (2022). *Zdorov'yazberigayuchi tehnologiyi v umovah zmishanogo navchannya zakladiv osviti. [Health-preserving technologies in conditions of mixed learning in educational institutions.]. Collection of Scientific Papers «LOGOS», (December 9, 2022; Cambridge, UK), 176-179. <https://doi.org/10.36074/logos-09.12.2022.48> . [in Ukrainian].*
12. Griban, G., Kuznietsova, O. & Lyakhova, N. et al. (2021). Dynamics of students' fitness level while differentiating physical education classes in accordance with their health and nosology of diseases. [ ]. *Wiadomości Lekarskie*, 74. (3 p.II). 641-646. doi: 10.36740/Wlek202103214.
13. Kulik MV. *Jak zachęcić dziecko (młodzież) do aktywności fizycznej i jak uczyć kompetencji kluczowych na lekcjach wychowania fizycznego (z wykorzystaniem zabaw i gier podwórkowych): prezentacja. [ ]. Koszalinie; 2019. 38.*
14. Рибалко П.Ф. *Професійна підготовка учителів фізичної культури до організації фізкультурно-оздоровчого середовища закладу загальної середньої освіти. [Professional training of physical education teachers for the organization of the physical culture and health environment of the general secondary education institution]. Монографія. 2019. С. 03-246. [in Ukrainian].*



15. Olena V. Otravenko, Olena M. Shkola, Valeriy O. Zhamardiy, Olena M. Pavliuk, Alina V. Radchenko, Viktoriia I. Donchenko & Svitlana G. Myronenko Method of physical improvement of higher education students by means of functional training in the aspect of health-preservation. *Acta Balneologica*. №1. 2024. 40-48. <https://actabalneologica.pl/wp-content/uploads/library/ActaBalneol2024i1.pdf>
16. Olena V. Otravenko, Olena M. Shkola, Valeriy O. Zhamardiy, Olena D. Shynkarova, Olena V. Fomenko, Tetiana L. Poluliashchenko & Viktoriia I. Donchenko, (2024). *Fostering the social activity of future specialists in physical education and sports in a health-preserving environment*. *Acta Balneologica*. Journal of the polish balneology.2024 march-april, vol. LXVI. ISSUE 2 (180). Pp. 135-143. DOI: <https://doi.org/10.36740/ABAL202402110> . ISSN 2082-1867.
17. Shkola O., Griban G. & Pronenko K. et al. (2019). Formation of valuable orientations in youth during physical training. *International Journal of Applied Exercise Physiology*. Vol. 8 (3.1). 264-272.
18. Отравенко О. & Іванов К. (2023) *Нові спортивні активності регбі 5 та діджбол у закладах освіти в аспекті здоров'язбереження*. [New sports activities rugby 5 and dodgeball in educational institutions in the aspect of health care]. *SWorldJournal Issue*. 18 / Part 3. 55-61. DOI: 10.30888/2663-5712.2023-18-03-052. [in Ukrainian].