

5. Kravchuk T.M., Soroka O.S. (2014). "Features of physical fitness of senior students of public and private educational institutions", *Teoriya ta metodika fizichnogo vihovannya*, no 02, pp. 40 – 42. doi: 10.17309/tmfv.2014.2.1100
6. Krucevich T. (2015). "The concept of the system of physical education in secondary schools", *Teoriya i metodika fizichnogo vihovannya i sportu*, no 2, pp. 72 – 80.
7. Krucevich T., Marchenko O., Holodova O. (2020). "Critical periods in the formation of motivation to engage in physical activity of students, taking into account their gender characteristics", *Sportivnij visnik Pridniprov'ya*, no 1, pp. 278- 288. doi: 10.32540/2071-1476-2019-1-278
8. Krucevich T.Yu. (2000). "Management of physical condition of adolescents in the system of physical education": avtoref. dis. ... dokt. nauk z fiz. vih. i sportu: spec. 24.00.02 «Fizichna kul'tura, fizichne vihovannya riznih grup naselennya» / *Nac. un-t fiz. vih. i sportu Ukraïni*, 43 p.
9. Lisak I., Yaremchuk P., Pil'ganchuk L. (2018). "Priority factors of the structure of the physical condition of middle school students", *Sportivnij visnik Pridniprov'ya*, no 1, pp. 186 – 191.
10. Makarova L.N. (2017). "Integral assessment of the physical condition of schoolchildren during physical education", *Pedagogicheskie nauki*. no 4(58), pp. 34-38.
11. Men'shiih O.E., Petrenko Yu.O. (2015). "Features of psychophysiological functions of high school students": monografiya. Cherkasi: ChNU imeni Bogdana Hmel'nic'kogo, 176 p.
12. Moskalenko N., Cliseeva D. (2017). "Influence of independent physical education classes on the physical condition of high school students", *Sportivnij visnik Pridniprov'ya*, no 1, pp.197- 202.
13. Nyan'kovs'kij S.L., Yacula M.S., Chikajlo M.I., Pasechnyuk I.V. (2012). "The state of health of schoolchildren in Ukraine", *Zdorov'e rebenka*, no 5 (40), pp. 123–134.
14. Hripkova A.G., Antropova M.V., Farber D.A. (1990). "Age physiology and school hygiene", M.: Prosveshchenie, 320 p.
15. Yurechko O.V. (2012). "Physical development and physical fitness in the system of monitoring the state of physical health of schoolchildren", *Fundamental'nye issledovaniya*, no 3, pp. 324-327.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.4K(132).06  
УДК – 373.5.091.3:[613]:796

**Байдюк М.Ю.**

**асистент кафедри фізичної культури та основ здоров'я  
Чернівецького національного університету імені Ю. Федьковича**

**Ячнюк М.Ю.**

**канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри фізичної культури та основ здоров'я  
Чернівецького національного університету імені Ю. Федьковича**

**Осадець М.М.**

**професор кафедри фізичного виховання  
Чернівецького національного університету імені Ю. Федьковича**

## ТЕХНОЛОГІЯ ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ЗДОРОВ'Я У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

*Педагогічна технологія формування здорового способу життя заснована на закономірностях розвитку суб'єктивного ставлення до здоров'я та фізичної культури і спорту, знанні провідних компонентів і типів відносин, характерних для кожного етапу вікового розвитку, спрямована на створення ціннісно-орієнтаційного простору шляхом інтеграції різних форм основної та додаткової освіти спортивно-оздоровчої та фізкультурно-оздоровчої спрямованості та представляє собою особистісно-орієнтований педагогічний процес, який реалізується з урахуванням індивідуальних характеристик ставлення до здоров'я.*

*Мета технології - формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя, а завдання, пов'язані з розвитком основних його компонентів, вирішуються при дотриманні принципів оздоровчої спрямованості, всебічного розвитку особистості, самоактуалізації, індивідуалізації, суб'єктивності, свободи вибору, творчості та успіху, довіри і підтримки, з використанням методів діалогу, діагностики і самодіагностики, педагогічної підтримки, створення ситуації вибору і успіху, ігрових і рефлексивних методів і прийомів.*

**Ключові слова:** технологія, здоров'я, фізичне виховання.

*Педагогическая технология формирования здорового образа жизни основана на закономерностях развития субъективного отношения к здоровью, физической культуры и спорта, знании ведущих компонентов и типов отношений, характерных для каждого этапа возрастного развития, направленная на создание ценностно-ориентационного пространства путем интеграции различных форм основного и дополнительного образования спортивно-оздоровительного и физкультурно-оздоровительного направления, а также представляет собой личностно-ориентированный педагогический процесс, который реализуется с учетом индивидуальных характеристик отношения к здоровью.*

*Цель технологии - формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни, а задачи,*

связанные с развитием основных его компонентов, решаются при соблюдении принципов оздоровительной направленности, всестороннего развития личности, самоактуализации, индивидуализации, субъективности, свободы выбора, творчества и успеха, доверия и поддержки, с использованием методов диалога, диагностики и самодиагностики, педагогической поддержки, создание ситуации выбора и успеха, игровых и рефлексивных методов и приёмов.

**Ключевые слова:** технология, здоровье, физическое воспитание

**Baidiuk Mykola, Yachny Maksym, Osadets Mykola. Formation technology of value attitude to health in physical education of schoolchildren.** A forming of healthy lifestyle as pedagogical technology based on the laws of development of subjective attitude to health and physical culture and sports, knowledge of the leading components and types of relationships characteristic of each stage of age development. It is aimed at creating a value-oriented space by integrating various forms of basic and additional education of sports and fitness and is a personality-oriented pedagogical process, which is implemented taking into account the individual characteristics of health. The purpose of technology - the formation of values to health and a healthy lifestyle. The tasks of technology are related to the development of its main components, are solved in compliance with the principles of health, comprehensive personality development, self-actualization, individualization, subjectivity, freedom of choice, creativity and success, trust and support, using methods of dialogue, diagnosis and self-diagnosis, pedagogical support, creating a situation. In turn, the components of technology can have a corrective effect on other components in the process of developing attitudes to health. The healthy, harmoniously developed personality is ultimate goal of such development and the formation of attitudes to a healthy lifestyle is one of the intermediate. Wellness attitude expresses the value attitude to health, which arises in the process of health activities and is characterized by a high level of coordination of all its components. As a result of generalization, consolidation and differentiation, the formed attitude to health and a healthy lifestyle becomes a stable property of the individual. The strength of that process may depend of joint activities to create a value-oriented space with the cultivation of values of a healthy lifestyle.

**Keywords:** technology, health, physical education.

**Постановка проблеми та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.** Проблема зміцнення здоров'я підростаючого покоління є однією з найбільш актуальних в сучасній Україні. Численні дослідження останніх років свідчать про незадовільний стан здоров'я дітей і підлітків [7, 12]. В даний час лише 10-14% випускників школи можуть вважатися здоровими. У зв'язку з цим, проблема формування здорового способу життя, а на індивідуальному рівні - здорового стилю життя, є однією з найбільш пріоритетних у сучасній педагогіці, оскільки пов'язана з вирішенням відразу двох найважливіших завдань державної політики в галузі освіти: розвитку індивідуальності та формування здорової особистості.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** На жаль, наукові педагогічні дослідження, що зачіпають проблеми виховання ставлення до здоров'я і фізичної культури і спорту пов'язані, в основному, з визначенням модальності відносини або присвячені виявленню педагогічних умов розуміння фізичної культури і здоров'я як цінності, але не спрямовані на висвітлення педагогічних умов що формують ціннісне ставлення до здоров'я у фізичному вихованні учнівської молоді [3, 5, 6]. Аналіз наукових досліджень з проблеми формування ціннісного ставлення до здоров'я дозволив виявити існування протиріччя між необхідністю врахування ролі відносини учнівської молоді до здоров'я як чинника формування здорового способу життя та недоліком емпіричних даних, що дозволяють розкрити технологічну значимість даного чинника.

**Формування мети статті (постановка завдання).** Мета дослідження полягає в теоретичному вивченні та обґрунтуванні технології ціннісного ставлення до здоров'я і педагогічних умов що формують позитивне ставлення до здорового способу життя у фізичному вихованні школярів.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Для розуміння механізмів зміни та розвитку мотивації оздоровчої діяльності розглянемо оздоровчу дію як елемент здорового способу життя з точки зору теорії функціональних систем П.К. Анохіна. Системо-утворюючим фактором при цьому є передбачений образ результату цієї дії - тобто здоров'я в різних формах його прояву. Поетапний аналіз функціональної системи дозволяє виявити мотиваційну роль вузлових механізмів реалізації дії: аферентних синтез, що забезпечує процес цілеутворення і акцептор результатів дії, який здійснює контроль і оцінку отриманого результату, що санкціонує закріплення в досвіді найбільш ефективних способів дії разом з їх мотиваційними значеннями [1].

У разі успішного здійснення послідовності дій, що утворюють оздоровчу діяльність, кожна попередня дія підкріплює своїм результатом домінуючі мотиви, які інтегруються з досвідом і умовами поточної оздоровчої дії, викликають потребу у виконанні наступної дії. Так послідовно формуються мотиви оздоровчої діяльності. При певних, схожих з початковими умовами і зобов'язаннями, що підкріплюються в різною необхідністю зовнішнього стимулювання, ці мотиви можуть впливати на нову за змістом оздоровчу діяльність. Основними умовами, що визначають таку можливість, є передбачення результату поточної оздоровчої дії на основі актуалізації індивідуального досвіду, а також адекватність процесу, як самої дії, так і діяльності в цілому [2].

Оздоровча робота в школі, безсумнівно, передбачає необхідність зовнішньої підтримки цього процесу з боку педагога (тренера, вчителя фізичної культури та ін.). Задоволення, яке виникає внаслідок реалізації мотиву, досягнення наміченої мети, підтримане заохоченням, позитивною оцінкою з боку вчителя породжує задоволеність позитивним відношенням. На підставі позитивного ставлення до успішно виконаної діяльності, суб'єкт має довгострокову мотиваційну

установку на її виконання, а в конкретно нашому випадку, на здоровий спосіб життя. Таким чином, задоволеність, що виникає в результаті досягнення проміжних цілей, виступає в якості мотиваційного фактору спортивно-оздоровчої та фізкультурної діяльності.

Ще одна технологія формування довгострокових оздоровчих мотивів полягає в «зближенні» ситуативних (короткострокових) і змістовно-сміслових (довгострокових) мотивів. Для розуміння механізму «зближення» знову звернемося до опису функціонування елементарного структурного утворення здорового способу життя - оздоровчої дії, яке спрощено може виглядати наступним чином. Первинна інформація надходить із зовнішнього середовища в блок аферентного синтезу, де відбувається суб'єктивний аналіз. У разі відповідності передбачуваного змісту оздоровчої діяльності наявного в даний момент суб'єктивного відношення до здоров'я людини відкривається його необхідна значимість. Внаслідок цього разом з відповідними елементами індивідуального досвіду починають активізуватися мотиви, ініціюючи складання програми діяльності, а також її реалізація [10, 12].

Об'єктивізація потреб в мотиви передбачає частково усвідомлений відбір необхідних збуджень з метою встановлення пріоритету їх задоволення. В ході такого відбору на підставі життєвого досвіду проводиться попередня оцінка особистісної значущості зовнішньої інформації, визначення напрямків діяльності. В свою чергу, мотив є відображенням соціально-обумовленої та особистісно значущої потреби в здоров'ї. Реалізація мотиву припускає досягнення ряду проміжних цілей, які можуть набувати самостійні мотиваційні значення в ході емоційних процесів освіти. Їх результатом є усвідомлення сенсу оздоровчої діяльності [9, 11]. Саме свідомість виступає умовою розвитку мотивації, при якій зовнішні, ситуативні або інші мотиви (досягнення, вчення, прагнення до нових вражень та ін.) передають свою роль тим елементам змісту діяльності, які в змозі задовольнити вихідні мотиви при даних конкретних умовах. В результаті усвідомлення змісту діяльності системо-утворюючим фактором при її реалізації стає мета, яка виконує функцію її регулятора через особистісний зміст. Провідну роль у розвитку ставлення до здоров'я на початковому етапі мають перцептивно-афективні відчуття. Відчуття - це дійсно безпосередній зв'язок свідомості з зовнішнім світом, перетворення енергії зовнішнього подразнення у факт свідомості. Переживання різних видів відчуттів - слухових, зорових, дотикових супроводжуються виникненням емоційного тону - безпосередніми переживаннями, які супроводжують окремі життєво-важливі відчуття і спонукають суб'єкта до їх збереження або усунення. При цьому позитивний тон спонукає людину до дій, які викликали його, а негативний - до уникнення таких дій, тобто провідним механізмом, критерієм переваги будь-якої діяльності, стають емоції, які блокують або стимулюють дії, в результаті яких вони виникли. В результаті об'єкти, рухові акти, дії, фізичні та соціальні контакти, що викликають позитивні відчуття і емоції стають привабливими, життєво-значущими для людини [7].

Досвід переживання позитивних емоцій лежить в основі привабливості - початковій стадії формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя. Позитивні емоції викликають бажання пролонгувати дії, що їх викликали, спонукають інтерес до них, який може виражатися в прагненні до практичної діяльності оздоровчої спрямованості (практичний тип ставлення до здоров'я), а в подальшому в пошуку і зборі інформації про зміст (засоби, методи, умови, характерні особливості, механізми впливу) такої діяльності. У цьому випадку, коли домінує когнітивний компонент, тип ставлення може умовно характеризуватися як пізнавальний [10].

Надалі розвиток ставлення до здоров'я та здорового способу життя більше піддається впливу соціальних чинників, обумовлених нормами і принципами, прийнятими в суспільстві, та пов'язаних з моральною оцінкою поведінки в тій чи іншій ситуації. Ці фактори впливають на розвиток ставлення до здоров'я так само через емоції, які викликаються закладеними в них соціально виробленими значеннями, що містять оцінки. Одним з таких факторів є уявлення суспільства про здоровий спосіб життя і його цінності. У тому випадку, коли людина приймає суспільні норми і цінності здорового способу життя, коли турбота про здоров'я представляє для нього особистісний сенс, його ставлення до здоров'я характеризується як моральне і може називатися етичним [4]. У тому випадку, коли підліток дотримується норм і правил здорового способу життя не заради зміцнення здоров'я, а заради іншої мети, наприклад отримання оцінки з фізкультури або будь-якої винагороди, ми маємо справу з так званим прагматичним типом ставлення до здоров'я. Такий тип ставлення до здоров'я вкрай рідкісний і його генеалогічне коріння росте з аналогічного типу ставлення до фізичної культури і спорту, яке, на жаль, зустрічається серед старшокласників. Для зміни прагматичного типу ставлення до здоров'я або фізичної культури і спорту на етичний тип необхідно використовувати механізм «зближення мотивів», ставлячи в залежність отримання оцінки немає від дотримання формальних вимог школярем, а від рівня їх особистісних досягнень у фізичній підготовленості та здоров'я, поступово змінюючи напрямок вектору «мотив-мета» фізкультурної практичної діяльності в бік здоров'яформуючих цілей. У цьому полягає один з механізмів розвитку і зміни відносин [8, 12].

Таким чином, одні компоненти відносини можуть надавати коригуючий вплив на інші в процесі розвитку ставлення до здоров'я поперемінно грати провідну роль. Кінцевою метою такого розвитку є здорова, гармонійно розвинена особистість, а однією з проміжних - формування установок на здоровий спосіб життя, що характеризується готовністю до певної форми реагування по відношенню до всіх об'єктів і явищ, з якими вона пов'язана.

Ефективність цього процесу може багато в чому залежати від спільної діяльності по створенню ціннісно-орієнтованого простору з культивуванням цінностей здорового способу життя.

Проведений аналіз дозволяє розкрити психологічні механізми і сформулювати положення, що визначають технології розвитку ціннісного ставлення до здоров'я, необхідного для формування здорового способу життя школярів:

1. Розвиток ставлення до здоров'я і формування установки на здоровий спосіб життя відбувається тільки при організації практичної діяльності, результат якої повинен передбачатися або плануватися спочатку вчителем (тренером), згодом самим суб'єктом.

2. Розвиток відносини повинен забезпечуватися розвитком усіх компонентів: емоційного, практичного, пізнавального, поступального, а педагогічні впливи здійснюються по емоційному, практичному та когнітивному каналах.

3. На різних етапах (рівнях) розвитку провідні ролі відіграють різні компоненти відносин. На низькому рівні провідна роль належить емоційному компоненту, на середньому - практичному. Високий рівень забезпечується, в першу чергу, розвитком когнітивного і поступального компонентів, що визначають пізнавальний і етичний тип відносини.

4. Перехід від ситуативної мотивації до довгострокової, що має форму установки, відбувається на основі зворотної інформації. Успішність оздоровчих дій в формі особистого задоволення або зовнішньої похвали з боку педагога, одержуваної систематично, породжує задоволеність, а також в результаті зближення мотивів спортивної та фізкультурно-оздоровчої діяльності та використання механізму «інтелектуалізації емоцій», коли позитивні емоції своєчасно підкріплюються особистісно-значущою позитивною інформацією.

5. Зміна емоційно-естетичного типу на більш дієві - практичний та пізнавальний, відбувається на основі нових потреб, що виникають тільки в процесі діяльності, тому необхідна така діяльність, яка спочатку задовольняла естетичні потреби, а потім сама ставала потребою, породжує пізнавальні та практичні інтереси.

6. З огляду на єдність цілей і спільність засобів, а також природні потреби школярів у руховій активності, спілкуванні та фізичному вдосконаленні, основою такої діяльності може бути тільки фізкультурна діяльність з оздоровчою або спортивною спрямованістю, валеологічні цінності якої включають в себе весь його ціннісний зміст.

7. Успішність оздоровчої дії визначається постановкою особисто-орієнтованих завдань, що знаходять емоційний відгук у підлітків, пов'язаних з наявними у них практичним досвідом, тобто ті що представляють для них особистісний сенс.

8. Реальна оцінка і самооцінка готовності до здорового способу життя, необхідні для постановки особистісних цілей оздоровчої діяльності, повинна ґрунтуватися на показниках фізичного розвитку, фізичної та функціональної підготовленості, діагностики знань і умінь здорового способу життя, рівня і типу суб'єктивного ставлення до здоров'я.

9. Досягненню особистісних оздоровчих цілей і реалізації індивідуальних планів сприяє організована колективна діяльність, цілі і завдання якої, можуть носити суспільну значимість (наприклад, участь або перемога в шкільних чи інших змаганнях). Взаємозв'язок і взаємини, що виникають в процесі цієї діяльності: дружба, наслідування, суперництво, співробітництво та інші, грають важливу роль у формуванні цілей і суб'єктивних відносин особистості. Колективна діяльність повинна бути організована так, щоб її виконання забезпечувало кожному учаснику його особистісний розвиток. Поєднання особистих і колективних цілей розширює і підсилює мотиваційне поле.

Педагогічними умовами формування ціннісного ставлення до здоров'я у фізичному вихованні учнівської молоді є:

- створення ціннісно-орієнтованого простору здорового способу життя;
- інтеграція форм основної навчальної діяльності та додаткової освіти;
- спрямованість фізичного виховання на формування потреби в здоров'ї та мотивів здорового способу життя;
- розширення змісту фізичного виховання за рахунок валеологічних знань, умінь і навичок;
- врахування вікових та гендерних відмінностей, а також загальних закономірностей розвитку ставлення до здоров'я при організації педагогічного процесу;
- комплектування навчальних груп з урахуванням інтересів учнів до певного виду спорту в сфері здорового способу життя;
- організація особистісно-орієнтованого фізичного виховання з урахуванням характеристик ставлення до здоров'я, фізичної культури і спорту;
- стимулювання пізнавальної та практичної активності в сфері здорового способу життя;
- здійснення діяльності по самооцінці та планування учнями індивідуальної оздоровчої активності;
- організація моделювання зразків здорового способу життя;
- єдність і взаємозв'язок розвитку всіх компонентів ціннісного ставлення до здоров'я.

**Висновки і перспективи подальших розвідок у цьому напрямку.** Сформульовані положення дозволяють зробити висновок, що педагогічна технологія формування здорового способу життя заснована на закономірностях розвитку суб'єктивного ставлення до здоров'я і фізичної культури і спорту, знанні провідних компонентів і типів відносин, характерних для кожного етапу вікового розвитку, спрямована на створення ціннісно-орієнтованого простору шляхом інтеграції різних форм основної та додаткової освіти спортивно-оздоровчої та фізкультурно-оздоровчої спрямованості та являє собою особистісно-орієнтований педагогічний процес, який реалізується з урахуванням індивідуальних характеристик ставлення до здоров'я.

Метою представленої технології першочергово виступає формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя, а завдання, пов'язані з розвитком основних її компонентів, вирішуються при дотриманні принципів оздоровчої спрямованості, всебічного розвитку особистості, самоактуалізації, індивідуалізації, суб'єктивності, свободи вибору, творчості та успіху, довіри і підтримки, з використанням методів діалогу, діагностики і самодіагностики, педагогічної підтримки, створення ситуації вибору і успіху, ігрових і рефлексивних методів і прийомів.

#### Література

1. Анохин, П.К. Избранные труды: Системные механизмы высшей нервной деятельности / П.К. Анохин. - М.: Наука, 1979. - 455 с.
2. Анохин, П.К. Очерки по физиологии функциональных систем / П.К. Анохин. - М.: Медицина, 1975. - 447 с.

3. Бабич В.І. Стан професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання до формування культури здоров'я школярів / В.І. Бабич // Проблеми освіти: наук.-метод. зб. / Міністерство освіти і науки України, Інститут інноваційних технологій і змісту освіти. – 2006. – Вип. 48. – С. 213-217.

4. Байдюк М.Ю., Маланій В.І., Кузнецова Н.М., Тодераш В.Д. Педагогічні умови і вимоги до організації режиму рухової активності молодших школярів у навчальний та позанавчальний час. Інноваційна педагогіка: науковий журнал Причорноморського науково-дослідного інституту економіки та інновацій. Спецвипуск. Причорноморськ. Видавничий дім «Гельветика». 2020. С. 11-15.

5. Безкопильний О.О. Модель підготовки майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі / О.О. Безкопильний, Л.П. Суцценко. // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. – 2018. – №3. – С. 56–59.

6. Бех І.Д. Виховання особистості : у 2 кн. ред. / І.Д. Бех; О.І. Цибульська. – К. : Либідь, 2003. – С. 280.

7. Бухановська Т.М. Стан здоров'я сучасних школярів, шляхи його збереження та поліпшення / Т. М. Бухановська, Л. О. Мальцева, Л. В. Андрейчин. // Український інститут стратегічних досліджень МОЗ України, державна установа. – 2012. – №1. – С. 44–50.

8. Єжова О.О. Формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів : монографія / Ольга Єжова. – Суми : Вид-во «МакДен», 2011. – 412 с.

9. Мосейчук Ю.Ю. Формування ціннісного ставлення до культури здоров'я як основна вимога професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури / Ю.Ю. Мосейчук. // Збірник наукових праць "Педагогічні науки". – 2019. – С. 128–133.

10. Оржеховська В.М. Здоров'язбережувальне навчання і виховання: проблеми, пошук / В.М. Оржеховська. // Наукові записки НДУ ім. М. Гоголя: Психологопедагогічні науки. – 2011. – №4. – С. 29–31.

11. Педагогічні умови формування духовно-ціннісних орієнтацій старшокласників у процесі занять фізичною культурою / О. Ажиппо, Ю. Мосейчук, Ю. Курнишев, І. Боднар. // Інноваційна педагогіка. – 2020. – С. 201–206.

12. Письменний О.М. Сучасний стан фізичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку / О.М. Письменний, А.С. Ярошенко. // Засоби фізичного виховання у формуванні та укріпленні здоров'я підростаючого покоління: матер. наук.-прак. конф. (Кривий Ріг, 15 листопада 2018 року). – Кривий Ріг: КДПУ. – 2018. – С. 69–79.

#### Reference

1. Anokhyn, P.K. Yzbrannyye trudy: Systemnye mekhanizmy vysshei nervnoi deiatelnosti / P.K. Anokhyn. - M.: Nauka, 1979. - 455 s.

2. Anokhyn, P.K. Ocherky po fyzyolohyy funktsyonalnykh system / P.K. Anokhyn. - M.: Medytsyna, 1975. - 447 s.

3. Babych V.I. Stan profesiinoi pidhotovky maibutnykh uchyteli fizychnoho vykhovannia do formuvannia kultury zdorovia shkoliariv / V.I. Babych // Problemy osvity: nauk.-metod. zb. / Ministerstvo osvity i nauky Ukrainy, Instytut innovatsiynykh tekhnolohii i zmistu osvity. – 2006. – Vyp. 48. – S. 213-217.

4. Baidiuk M.lu., Malanii V.I., Kuznetsova N.M., Toderash V.D. Pedagogichni umovy i vymohy do orhanizatsii rezhymu rukhovoi aktyvnosti molodshykh shkoliariv u navchalnyi ta pozanavchalnyi chas. Innovatsiina pedagogika: naukovyi zhurnal Prychornomorskoho naukovo-doslidnoho instytutu ekonomiky ta innovatsii. Spetsvypusk. Prychornomorsk. Vydavnychiy dim «Helvetyka». 2020. S. 11-15.

5. Bezcopylniy O.O. Model pidhotovky maibutnykh uchyteliv fizychnoi kultury do zdoroviazberezhualnoi diialnosti v osnovnii shkoli / O.O. Bezcopylniy, L.P. Sushchenko. // Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. – 2018. – №3. – S. 56–59.

6. Bekh I.D. Vykhovannia osobystosti : u 2 kn. red. / I.D. Bekh; O.I. Tsybul'ska. – K. : Lybid, 2003. – S. 280.

7. Bukhanovska T.M. Stan zdorovia suchasnykh shkoliariv, shliakhy yoho zberezhennta ta polipshennia / T. M. Bukhanovska, L. O. Maltseva, L. V. Andreichyn. // Ukrainskyi instytut stratehichnykh doslidzhen MOZ Ukrainy, derzhavna ustanova. – 2012. – №1. – S. 44–50.

8. Iezhova O.O. Formuvannia tsinnisnoho stavlennia do zdorovia v uchniv profesiino-tekhnichnykh navchalnykh zakladiv : monohrafiia / Olha Yezhova. – Sumy : Vyd-vo «MakDen», 2011. – 412 s.

9. Moseichuk Yu.lu. Formuvannia tsinnisnoho stavlennia do kultury zdorovia yak osnovna vymoha profesiinoi pidhotovky maibutnykh uchyteliv fizychnoi kultury / Yu.lu. Moseichuk. // Zbirnyk naukovykh prats "Pedagogichni nauky". – 2019. – S. 128–133.

10. Orzhekhovska V.M. Zdoroviazberezhualne navchannia i vykhovannia: problemy, poshuk / V.M. Orzhekhovska. // Naukovi zapysky NDU im. M. Hoholia: Psykholohopedagogichni nauky. – 2011. – №4. – S. 29–31.

11. Pedagogichni umovy formuvannia dukhovno-tsinnisnykh oriientatsii starshoklasnykiv u protsesi zaniat fizychnoiu kulturoiu / O. Azhyppo, Yu. Moseichuk, Yu. Kurnyshiev, I. Bodnar. // Innovatsiina pedagogika. – 2020. – S. 201–206.

12. Pysmennyi O.M. Suchasnyi stan fizychnoho zdorovia ditei molodshoho shkilnoho viku / O.M. Pysmennyi, A.S. Yaroshenko. // Zasoby fizychnoho vykhovannia u formuvanni ta ukriplenni zdorovia pidrostaiuchoho pokolinnia: mater. nauk.-prak. konf. (Kryvyi Rih, 15 lystopada 2018 roku). – Kryvyi Rih: KDPU. – 2018. – S. 69–79.