

Міністерство освіти і науки України
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Педагогічний факультет
Кафедра теорії та методик початкової освіти

Кваліфікаційна робота на здобуття ступеня вищої освіти «магістр»

з теми **ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО
ХАРЧУВАННЯ В МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ**

Виконав: здобувач вищої освіти
освітньої програми «Початкова освіта»
спеціальності 013 Початкова освіта
денної форми здобуття вищої освіти
Жебчук Дмитро Миколайович

Керівник: Дорож І.А.,
кандидат педагогічних наук,
старший викладач кафедри теорії та методик початкової освіти

Рецензент: Галаманжук Л.Л.,
доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри теорії та методик дошкільної освіти

Кам'янець-Подільський, 2025 р.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ В МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ	
1.1. Здорове харчування як соціально-педагогічна проблема в умовах Нової української школи.....	6
1.2. Психолого-педагогічні особливості молодших школярів та їх вплив на формування харчової поведінки.....	14
1.3. Роль учителя початкових класів та сім'ї у процесі виховання культури харчування молодших школярів.....	18
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИКА ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ ТЕХНОЛОГІЙ ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО ХАРЧУВАННЯ	
2.1. Аналіз сучасних технологій та методик формування навичок здорового харчування в початковій школі.....	24
2.2. Методи та засоби здоров'язбережувальної освітньої галузі в процесі формування навичок здорового харчування в четвертокласників.....	27
2.3. Результати дослідно-експериментальної перевірки з окресленої проблеми.....	38
2.4. Методичні рекомендації для вчителів та батьків щодо формування навичок здорового харчування четвертокласників.....	43
ВИСНОВКИ.....	46
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	49

ВСТУП

Актуальність дослідження. Здоров'я людини – тема для розмови досить актуальна для всіх часів і народів, а в XXI столітті вона постає більш гостро.

Стан здоров'я школярів викликає серйозну тривогу фахівців. За даними Міністерства охорони здоров'я на сьогодні кожен п'ятий школяр має хронічну патологію, у половини школярів відзначаються функціональні відхилення.

За даними статистики в останні роки відбувається різке погіршення здоров'я дітей: збільшення хронічних захворювань, скорочення числа здорових випускників після закінчення школи. Все це змушує бити на сполох, оскільки через школу проходить все населення, і на цьому етапі соціалізації особистості формується індивідуальне здоров'я дітей і всього суспільства. Малорухливий спосіб життя, перевантаження навчального процесу багатьма дисциплінами, відсутність здорового способу життя у багатьох сім'ях, неблагополучна екологічна ситуація є головними причинами цього. Не менш важливою перепорою здорового розвитку дитини є відсутність здорового, збалансованого харчування. У зв'язку з цим завдання формування навичок здорового харчування в учнів молодшого шкільного віку в домашніх умовах та школі є надзвичайно актуальною.

Харчування – необхідна потреба кожного живого та обов'язкова умова для життя і розвитку кожного зростаючого організму. Харчова поведінка людей залежить від багатьох факторів, основним з яких є відсутність сформованої культури здорового харчування. Зміни, що відбуваються останнім часом у склад та якість харчових продуктів, в значній мірі ускладнили завдання збереження здоров'я людини. Але при цьому наш організм практично не змінився. Сучасна їжа переробляється так само, як і тисячі років тому. А реклама закликає школярів замість повноцінного обіду вживати снікери, чіпси, сухарики, газовані напої, фаст-фуди, напхані всілякими харчовими добавками, а наш організм з цієї сучасної їжі з величезною кількістю цукру, жирів, барвників, консервантів змушений насилу витягувати елементи, які необхідні йому для подальшого існування.

Якісне харчування зміцнює здатність до навчання й здоров'я дітей. Оскільки харчування впливає на інтелектуальний розвиток і здатність до навчання, здорове харчування є необхідною умовою гарної успішності в школі. Як показують дослідження, діти, які харчуються більш якісно, отримують при тестуванні більш високі оцінки. Навпаки недостатність поживних речовин, що мала місце в ранньому дитинстві може впливати на здатність до навчання, тривалість перебування в школі, вміння концентруватися і на уважність.

Проблемою навчання й виховання здорової людини займались чимала кількість науковців. Відповідні аспекти можна знайти у працях Я. Коменського, Й. Песталоцці, Ж.-Ж. Руссо та ін. Серед класиків педагогіки, що приділяли увагу проблемі здоров'язбереження учнів, можна назвати В. Сухомлинського. Питаннями виховання культури здорового способу життя в молодших школярів займалися Г. Апанасенко та інші. Раціональне харчування школярів вивчали такі науковці як: Ю. Бойчук, К. Варивода, Л. Гармаш, Л. Герасименко, М. Гуліч, А. Довгань, Н. Коцур, О. Макарова, О. Овчарук, Н. Полька, Л. Пужайчерета, Л. Товкун, В. Шкуро та ін.

Окрім батьків, прищеплюванням навичок здорового харчування учнів молодшого шкільного віку має займатися й ЗЗСО. Вчителю важливо пояснити учням користь і шкідливість певних продуктів, сформувані корисні харчові звички. Реалізувати ці завдання можливо через дисципліну «Я досліджую світ».

Таким чином, актуальність нашої проблеми і значущість її для педагогічної практики зумовили вибір теми кваліфікаційної роботи.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити педагогічні умови формування навичок здорового харчування четвертокласників на уроках «Я досліджую світ».

Відповідно до мети визначено такі основні задачі дослідження:

1. На основі аналізу наукової, медичної, навчально-методичної літератури, практики навчання з'ясувати стан досліджуваної проблеми.
2. Дослідити суть поняття «здорове харчування».
3. Підібрати ефективні методи та засоби до уроків «Я досліджую світ» щодо формування навичок здорового харчування в четвертокласників.

4. Експериментально перевірити педагогічні умови формування навичок здорового харчування в четвертокласників на уроках «Я досліджую світ».

Об'єкт дослідження – освітній процес у початковій школі.

Предмет дослідження – педагогічні умови формування навичок здорового харчування в четвертокласників на уроках «Я досліджую світ».

З метою розв'язання поставлених у роботі задач був використаний комплекс методів, а саме: теоретичні – аналіз медичної, психологічної, педагогічної літератури, нормативних документів із проблеми дослідження; класифікація і систематизація теоретичних та експериментальних даних; емпіричні – анкетування, тестування, бесіда, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент (констатувальний і формувальний).

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що теоретично обґрунтовано й експериментально перевірено педагогічні умови формування навичок здорового харчування в учнів 4 класу на уроках «Я досліджую світ».

Практичне значення роботи полягає в тому, що проаналізовані матеріали, отримані в процесі їх дослідження результати сприятимуть збагаченню сучасного педагогічного знання з формування навичок здорового харчування в учнів початкової школи. Матеріалами дослідження можуть скористатися вчителі початкових класів на уроках «Я досліджую світ» та ін.

База дослідження. Лопушнянський ліцей Берегометської селищної ради Чернівецької області (4-А та 4-Б класи).

Апробація роботи. Положення і результати дослідження представлено на низці міжнародних, всеукраїнських і регіональних конференціях; експериментальному дослідженні на базі закладу освіти та обговорено на засіданнях кафедри теорії та методик початкової освіти Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (2024-2025 н.р. і 2025-2026 н.р.).

Опубліковано наукову розвідку «Технології формування навичок здорового харчування в четвертокласників у Новій українській школі» у збірнику наукових праць студентів і магістрантів педагогічного факультету К-ПНУ (Випуск XXI. 2025. С. 90-94).

ВИСНОВКИ

Комплексний аналіз наукових джерел дозволив сформуванню цілісного понятійного апарату дослідження та підтвердив його високу актуальність. У сучасних умовах здоров'я дітей набуває критичного значення, оскільки зростання функціональних розладів та хронічних захворювань значною мірою пов'язане з нераціональним харчуванням. Саме тому формування навичок здорового харчування є життєво необхідним у молодшому шкільному віці, коли триває інтенсивний ріст та формування основних життєвих звичок. Досліджено, що здорове харчування – це харчування, яке забезпечує нормальний розвиток, зміцнення здоров'я та профілактику захворювань. Успішне прищеплення цих навичок вимагає не лише роботи в школі в межах здоров'язбережувальної освітньої галузі, а й тісного партнерства з сім'єю.

Сучасний освітній процес має бути демократичним, побудованим на співпраці та взаємодії вчителя з учнями, що створює умови для цілісного становлення особистості. Для підвищення пізнавальної активності та ефективного засвоєння знань про здорове харчування необхідно добирати сучасні та інноваційні засоби, доповнюючи ними традиційні прийоми. Важливо стимулювати учнів до самостійної роботи, висловлення власної думки та пошукової діяльності (з використанням підручників, інтернету). Лише застосування нестандартних та інтерактивних уроків робить навчання насиченим та мотивує молодших школярів до засвоєння стійких, свідомих навичок здорового харчування.

Проведення контрольного етапу дослідження після завершення формувального впливу мало на меті оцінити ефективність впровадженої технології. Повторна діагностика, здійснена за трьома компонентами, підтвердила значний прогрес у експериментальній групі (ЕГ) порівняно з контрольною (КГ). Ми використовували наступні рівні: високий (учень знає, дотримується правил і пропагує їх), середній (знає, але дотримується ситуативно) та низький (має поверхові знання і не усвідомлює шкоди).

Аналіз показав, що в ЕГ кількість учнів на низькому рівні зменшилася на 25% (з 35% до 10%), тоді як кількість учнів на високому рівні зросла на 30% (з 10% до 40%). У КГ, де використовувалися традиційні методи, зміни були мінімальними, не перевищуючи 3-5%. Ці результати, підтверджені методами математичної статистики, свідчать про статистичну значущість змін.

Ефективність технології пояснюється її комплексністю та діяльнісним підходом: поєднання інтерактивних методів (моделювання, рольові ігри, мозковий штурм) із поглибленим контентом (як-от курс «Абетка харчування») та забезпечення єдності вимог між школою і сім'єю. Таким чином, експеримент підтвердив гіпотезу дослідження: цілеспрямоване використання розробленої технології значно підвищує рівень сформованості навичок здорового харчування у молодших школярів.

На основі проведеного дослідження та експериментальної перевірки було сформульовано та підтверджено комплекс педагогічних умов, необхідних для ефективного формування навичок здорового харчування у молодших школярів, а також обґрунтовано результативність запропонованої технології.

Для забезпечення успішності формування культури харчування у четвертокласників нами були запропоновані та експериментально підтверджені наступні педагогічні умови:

- Наявність у вчителів стійкої спрямованості на формування культури харчування та володіння сучасними здоров'язберезувальними технологіями.
- Забезпечення внутрішньої мотивації учнів до освоєння навичок здорового харчування та формування ціннісного ставлення до власного здоров'я.
- Послідовна реалізація діяльнісного та особистісно-орієнтованого підходів до формування навичок раціонального харчування.
- Забезпечення варіативності змісту занять (інтеграція) та систематичне використання запропонованих інтерактивних форм і методів роботи.
- Обов'язкове врахування вікових особливостей учнів молодшого шкільного віку (емоційність, наочно-образне мислення) при доборі методів.

Проведене наукове дослідження дозволяє стверджувати, що систематичне використання нестандартних, інтерактивних методів навчання (рольові ігри,

мозковий штурм, дискусії, робота в групах), інтегрованих у зміст здоров'язбережувальної освітньої галузі, дозволяє досягти значних позитивних змін:

- значне підвищилася мотивація учнів до вивчення та обговорення тем, спрямованих на формування навичок здорового харчування.

- учні свідомо сприймали й дотримувалися режиму харчування та правил вибору продуктів.

- значно зросла готовність молодших школярів пропагувати раціональне харчування серед однолітків та в сім'ї, що свідчить про перехід знань у стійку життєву позицію.

Отже, експеримент підтвердив, що дотримання зазначених педагогічних умов та застосування інноваційних, діяльнісних методик є ключовою умовою для ефективного формування стійких навичок здорового харчування у четвертокласників.

Проведене дослідження не є вичерпним і не претендує на повне вирішення проблеми.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Акпинар Л.Е. Інтерактивні технології навчання у початковій школі : навчальний посібник. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2014. 288 с.
2. Актуальні питання початкової освіти: навчально-методичний посібник / [автори-укладачі: Наталія ГУДИМА, Ольга КОВАЛЬЧУК]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2024. 209 с.
3. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. Київ: Здоров'я, 1990. 168 с.
4. Баєва Т. Формування здорового способу життя в особистісно орієнтованому виховному процесі життя: *Соціально-педагогічні проблеми сучасної середньої та вищої освіти в Україні*. Житомир: ЖДПУ, 2002. С. 172-173.
5. Бібік Н., Коваль Н. «Основи здоров'я» в початковій школі: Методичний коментар. *Початкова школа*. 2005. №10. С.42-44.
6. Бібік Н.М., Бойченко Т. Є., Коваль Н.С. Інтегрований курс «Основи здоров'я» для 3-4 класів. *Початкова школа*. 2003. № 2. С. 43-49.
7. Богданова Г. Підготовка вчителів до формування в учнів життєвих навичок. *Здоров'я та фізична культура*. 2007. № 9. С. 6-7.
8. Бондар Т.С. Здоров'я школярів: практичні матеріали для повсякденної роботи педагога. Харків: Веста, 2009. 192 с.
9. Булахова Л., Жук Г. Десять ключових компетентностей – основа формування успішного громадянина. *Початкова школа*. 2019. №8. С. 10-14.
10. Ващенко Л. С. Основи здоров'я : Книга для вчителя. Київ: Генеза, 2005. 240 с.
11. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі. *Здоров'я та фізична культура*. 2006. №8. С. 1–6.
12. Ващенко О. М. Абетка харчування. Їмо правильно: навчально-методичний посібник для вчителів 4 класу. Київ, 2018. 56 с.

13. Ващенко О. М. Абетка харчування. Їмо правильно: робочий зошит для учнів 4 класу. Київ, 2018. 32с.
14. Ващенко О.М., Романенко Л.В., Романенко К.А. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів: перший цикл навчання: 1-2 класи: навч.-метод. посіб. Київ: Літера, 2017. 127 с.
15. Ващенко О.М., Романенко Л.В., Романенко К.А. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів: другий цикл навчання: 3-4 класи: навч.-метод. посіб. Київ: Літера, 2017. 80 с.
16. Волошин О. Формування здоров'язбережувальної компетентності в учнів молодшого шкільного віку. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. Вип. 1(50). С. 48-51.
17. Впровадження інтерактивних технологій навчання в початковій школі.
URL: <https://naurok.com.ua>
18. Галаманжук Л.Л. Оздоровчі технології та діагностичні методики фізичного розвитку дітей: навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський: Друкарня Рута, 2019. 122 с.
19. Горащук, В. Теоретичні підходи до формування культури здоров'я школярів. *Безпека життєдіяльності*. 2005. № 5. С. 58-61.
20. Гудима Н.В. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до застосування інноваційних технологій на уроках мовно-літературної освітньої галузі. *Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до професійної діяльності в Новій українській школі: оновлення філософії освіти* : монографія ; за заг. ред. Н.В. Бахмат, Н.В. Мелекесцевої, Н.В. Гудими. Київ : Міленіум, 2024. С. 197-228.
21. Гулий І.С. Основи валеології. Валеологічні аспекти харчування: підручник. Київ: НУХТ, 2003. 336 с.
22. Демко Р.О. Здоровий спосіб життя як основи формування та збереження здоров'я молодших школярів. Кам'янець-Подільський, 2021. 69 с.
23. Демчук А. Використання інтерактивних форм і методів навчання у початковій школі : методична розробка. Київ, 2020.

24. Динамічні перерви. 1-2 класи / упоряд. В.П. Парощук. Харків: Вид. група «Основа», 2019. 221. 3 с.
25. Дичківська І. Інноваційні педагогічні технології. Київ : Академвидав, 2015. 304 с.
26. Дівакова І.І. Інтерактивні технології навчання у початкових класах. Тернопіль : Мандрівець, 2013. 180 с.
27. Долинський Б.Т. Здоров'язберігаюча діяльність учителя початкової школи: навчальний посібник. Одеса: Вид-во вид. М.П. Черкасов, 2010. 187 с.
28. Дубяга С.М. Педагогічні технології в початковій школі: Навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів напряму підготовки «Початкова освіта». Мелітополь : Вид-во МДПУ ім. Б. Хмельницького, 2015. 160 с.
29. Дерев'янка В.В. Особливості викладання інтегрованого курсу «Основи здоров'я». *Основи здоров'я і фізична культура*. 2005. № 10. С.5-9. 32
30. Древаль Г. Інновації в початковій школі. *Початкова освіта*. 2009. (листопад). С. 2 – 4. № 42
31. Застосування інтерактивних технологій у навчанні молодших школярів : методичний посібник для вчителів початкової школи / О.І. Пометун, Л.В. Пироженко, О.А. Біда та ін. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2011. 304 с.
32. Інтерактивні вправи та ігри. Харків : Вид. група «Основа», 2009. 144 с.
33. Інтерактивні методи навчання в практиці роботи початкової школи / упорядн. Стребна О.В., Соценко А.О. Харків : Вид. група «Основа», 2005. 176 с.
34. Інтерактивні методи навчання у початковій школі.
URL: <http://prolisok.it-we.net>
35. Інтерактивні технології навчання: теорія, практика, досвід: [метод. посібн.] / уклад. О. Пометун, Л. Пироженко. Київ : А. П. Н., 2002. 136 с.
36. Єресько О. Особливості змісту шкільного предмета «Основи здоров'я». *Безпека життєдіяльності*. 2005. № 2. С. 56-59.
37. Єресько, О. Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Основи здоров'я». *Здоров'я та фізична культура*. 2005. № 6. С. 13-15.

38. Здоров'язбережувальна складова освіти: навчально-методичний посібник. Харків: Харківська академія неперервної освіти, 2024. 128 с.
39. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія. Тернопіль: Осадца В.М., 2019. 400 с.
40. Кондратюк С. М. Здоров'я школярів – головна умова їх гармонійного розвитку. Педагогічні науки : зб. наук. праць. Суми: Редакційно-видавничий відділ СДПУ ім. А. С. Макаренка, 1999. С. 299–308.
41. Концепція Нової української школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/-app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.
42. Комар О.А. Підготовка майбутніх учителів початкової школи до застосування інтерактивних технологій. Теоретико-методичні аспекти : монографія. Умань : РВЦ «Софія», 2008. 332 с.
43. Кравець Н.Ю., Козьма Н.В. Особливості організації групової роботи на уроках української мови у початковій школі. *Наша школа : науково-практичні студії*. 2023. № 2. С. 30-35.
44. Крамаренко С.Г. Інтерактивні техніки навчання як засіб розвитку потенціалу учнів. *Відкритий урок*. 2002. № 5-6. С. 7-10.
45. Кратасюк Л. Інтерактивні методи навчання. *Дивослово*. 2004. № 10. С. 2-11.
46. Кужим В.І. Вітамінне асорті. *Початкове навчання та виховання*. 2009. №28 (жовтень). С.35-37
47. Кузьмінська В., Червона М. Значення раціонального харчування для підтримки здоров'я молоді . Київ: Держ. ін-т проблем сім'ї та молоді, 2005. 124 с.
48. Лозинський, В.С. Найбільша цінність: голод, а не апетит: розумні баланс їжі та якісний склад раціону. *Все для вчителя*. 2009. №1-2 (січень). С.151-157.
49. Маляр Л.В. Технології навчання освітньої галузі «Мови і літератури» : методичні рекомендації до практичних занять і самостійної роботи. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», 2021. 25 с.

50. Маріна Б. Методичні аспекти використання інтерактивних методів навчання на уроках української мови у початковій школі. *Молодий вчений*. 2019. № 9 (73). С. 355–358.

51. Мента Г.М. Хімічні елементи в живих організмах. Харчування в атомному столітті. *Все для вчителя*. 2009. №11-12 (червень). С.58-68.

52. Нестеренко, О.М. Знати, щоб жити. *Позакласний час*. 2008. №3.

53. Основи здоров'я. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи serednya/pochatkovashkola.html.
[URL:http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna](http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna)

54. Падалка Л., Євтушенко Н. Використання інтерактивних методів навчання на уроках української мови у початковій школі. *Студентські наукові студії*. 2020. №2. С. 77-83.

55. Павич Н. Організація роботи у парі та групі на уроках у початковій школі. *Початкова школа*. 2019. № 12. С. 2-7.

56. Педагогіка здоров'я як основа розвитку потенціалу особистості / В.А. Гладуш, Н.В. Зимівець, З.П. Бондаренко Л.М. Ніколенко та ін. Дніпро : ЛПРА, 2020. 384 с.

57. Петренко Л. Гігієна харчування. *Позакласний час*. 2008. №7. С.43-65.

58. Поліщук В., Поліщук Т. Формування життєвих компетенцій у молодшому шкільному віці. *Початкова школа*. 2019. №8. С. 53-58.

59. Пометун О. І. Енциклопедія інтерактивного навчання. Київ, 2007. 144 с.

60. Пометун О. І., Пироженко Л.В. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.-метод. посіб. Київ : «А.С.К.», 2005. 192 с.

61. Пометун О.І., Пироженко Л.В. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: Науково-методичний посібник / За ред. О.І. Пометун. Київ: Видавництво А. С. К. , 2004. 192 с

62. Смоляр В. І. Фізіологія та гігієна харчування: Підруч. для студ. технол. спец. з напрямку «Харчова технологія та інженерія». Київ: Здоров'я, 2000. 335 с.

63. Столмакова Г. І., Мартинюк. І. О. Азбука харчування. Лікувальне харчування. Львів: Світ, 1991. 208с.

64. Столяр В.І. Фізіологія та гігієна харчування. Київ: Здоров'я. 2000. С. 336.
65. Технології навчання в мовно-літературній галузі початкової школи : навчально-методичний посібник для самостійної роботи / Автори-укладачі : Л.М. Роєнко, Т. А. Торчинська. Умань, 2018. 149 с.
66. Фасенко, Т. Ю. Формування здоров'язберігаючої компетентності молодших школярів. *Початкове навчання та виховання*. 2009. № 32 (листопад). С. 32-41.
67. Федорчук В.В. Сучасні технології навчання у підготовці педагогів : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський, 2021. 69 с. URL : <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/5872/Fedorchuk-V.V.-Suchasni-tekhnologii-navchannia-u-pidhotovtsi-pedahohiv-2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
68. Чепіль М.М., Дудник Н.З. Педагогічні технології : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2012. 224 с.
69. Шам А.Л. Раціональне харчування – запорука здоров'я. *Біологія*. 2008. №16-18. С.33-34.
70. Шукатка О.В., Олійник Н.А. Формування здорового способу життя молодших школярів. *Гуманітарний форум*. 2023. №1 (1). С. 35-39.
71. Янкович О.І., Кузьма І.І. Освітні технології у початковій школі : навчально-методичний посібник. Тернопіль : ТНПУ ім. Володимира Гнатюка, 2018. 266 с.
72. Ярош Н. Групові методи роботи на уроках у початковій школі. *Початкова школа*. 2018. № 6. С. 50-54.
73. Chykalova T., Mieliekiestseva N., Kovalchuk O., Hudyma N. and others. Professional competencies of primary school teachers: life-long learning. *AD ALTA Journal of interdisciplinary research*. 2021. Vol. 11. Issue 2. Special issue XXII. P. 27-33. URL: http://www.magnanimitas.cz/ADALTA/110222/papers/A_05.pdf