

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет фізичної культури  
Кафедра спорту і спортивних ігор

Дипломна робота (проєкт)  
магістра

з теми: «ПРОФЕСІЙНИЙ САМОРОЗВИТОК МАЙБУТНЬОГО УЧИТЕЛЯ  
ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ПРОБЛЕМА»

Виконала: студентка 2 курсу, групи FK1-M22z  
спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)  
Стрільчук Уляна Віталіївна  
Керівник: Мисів Володимир Михайлович, кандидат  
наук з фізичного виховання та спорту, доцент  
Рецензент: Юрчишин Юрій Володимирович,  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту,  
доцент

Кам'янець-Подільський – 2023 рік

## ЗМІСТ

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....	3
ВСТУП.....	4
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ .....	7
1.1. Проблема професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у науковій літературі та педагогічній практиці .....	7
1.2. Суть професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури .....	18
РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	27
2.1 Методи дослідження .....	27
2.2 Організація дослідження.....	30
РОЗДІЛ 3 НАУКОВО-МЕТОДИЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ І МОДЕЛІ ПРОФЕСІЙНОГО САМОРОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ .....	32
3.1 Програма й організація дослідно-експериментальної роботи .....	32
3.2 Результати дослідно-експериментальної роботи з перевірки педагогічних умов професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури ....	33
3.3 Методичні рекомендації щодо забезпечення педагогічних умов професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури .....	38
ВИСНОВКИ .....	55
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ .....	57

**ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ**

АТ	– Артеріальний тиск;
ВОЗ	– Всесвітня організація здоров'я;
ЖЄЛ	– Життєва ємність легень;
ЕГ	– Експериментальна група;
ЖІ	– Життєвий індекс;
І Роб.	– Індекс Робінсона;
ІР	– Індекс Руф'є;
КГ	– контрольна група;
МОЗ	– Міністерство охорони здоров'я;
ОГК	– обхват грудної клітки;
ЧСС	– частота серцевих скорочень;
ЧСС сп.	– частота серцевих скорочень у спокої;
ЧСС трен.	– частота серцевих скорочень під час тренувань.

## ВСТУП

**Актуальність теми.** На сучасному етапі суспільного розвитку під впливом глобалізаційних процесів важливого значення набуває модернізація освіти на принципах демократизації й гуманізації у напрямі створення умов для всебічного розвитку інтелектуальних і професійних якостей людини. Реалізація в Україні ідеї сталого розвитку, європейських освітніх стандартів, посилення оздоровчо-розвивальних функцій освіти зумовлює перегляд і оновлення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури у закладах вищої освіти (ЗВО). На часі – підготовка конкурентоспроможних фахівців як творчих особистостей, здатних до професійного саморозвитку й утвердження індивідуального стилю професійної діяльності. Готовність до професійного саморозвитку забезпечує продуктивну самореалізацію майбутніх учителів фізичної культури в умовах становлення суспільства, що ґрунтується на інноваціях, інтелектуальному й професійному потенціалах, а також ефективність педагогічної і спортивної діяльності зі створення оздоровчо-розвивального середовища в навчальних закладах.

Необхідність оновлення професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури на засадах гуманізації, орієнтації на розвиток творчого потенціалу кожного суб'єкта освітнього процесу, професійний саморозвиток увиразнюється положеннями законів України «Про освіту» (1991), «Про фізичну культуру і спорт» (1993), «Про вищу освіту» (2014), «Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту» (2004), «Державній програмі розвитку фізичної культури і спорту» (2006), «Концепції Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012 – 2016 рр.» (2011), Цільової комплексної програми «Фізичне виховання – здоров'я нації», «Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (2016) та ін.

Положеннями нормативних документів передбачено вдосконалення системи фізичної культури і спорту, пошук ефективних форм, методик, засобів фізичного виховання підростаючого покоління, осучаснення процесу професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури, що потребує розкриття педагогічних умов їхнього професійного саморозвитку.

Водночас досягнення необхідного рівня готовності майбутніх учителів фізичної культури до професійного саморозвитку гальмується відсутністю науково обґрунтованої моделі, що охоплює цілі, зміст, етапи, форми, технології і методи їхнього професійного самовдосконалення, та реалізується за відповідних педагогічних умов. Така ситуація призводить до недостатньої сформованості у майбутніх учителів фізичної культури індивідуально-особистісних і професійно значущих якостей, що забезпечують їхній саморозвиток у процесі професійної підготовки у вищих навчальних закладах.

На основі аналізу теоретичних джерел нами встановлено, що проблема професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури ще не була предметом окремого наукового дослідження, а вивчення стану професійної підготовки студентів факультетів фізичного виховання дозволило виявити суперечності, які виникають між:

–зрослими потребами суспільства й держави в учителях фізичної культури, здатних до самоосвіти й самовиховання, і недостатнім рівнем забезпечення у вищих навчальних закладах відповідних для цього педагогічних умов;

–необхідністю цілеспрямованого професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах, що забезпечує їхню конкурентоспроможність та відсутністю науково обґрунтованої моделі і програми професійного саморозвитку;

–об’єктивною потребою оновлення змісту і процесу вищої фізкультурної освіти з урахуванням новітніх соціокультурних вимог та невідповідністю існуючого у вищих навчальних закладах навчально-методичного забезпечення професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури.

**Об'єкт дослідження** – професійна підготовка майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах.

**Предмет дослідження** – педагогічні умови та модель професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах

**Мета дослідження** полягає у виявленні, теоретичному обґрунтуванні та експериментальній перевірці педагогічних умов професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у вищих навчальних закладах для підвищення рівня їхньої готовності до професійної діяльності.

**Завдання дослідження:**

Відповідно до зазначеної мети поставлено такі завдання:

1. Здійснити аналіз наукової літератури та педагогічної практики з проблеми професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури.

2. Розглянути психолого-педагогічну суть професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури.

3. Теоретично обґрунтувати педагогічні умови професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у процесі професійної підготовки у вищих навчальних закладах.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення даних літератури; вивчення документальних матеріалів; антропометрія; фізіологічні методи дослідження; педагогічні методи дослідження; методи визначення рівня фізичної працездатності; методи визначення показників захворюваності та рівня фізичного здоров'я; методи математичної статистики.

**Практичне значення одержаних результатів** Отриманні результати створюють основу для розробки і експериментальної перевірки методичних прийомів управління фізичним станом дівчат 7-14 років в умовах реалізації диференційованого підходу під час занять фізичними і спортивними вправами. Матеріали дослідження можуть використовуватись у практиці роботи вчителів фізичної культури у закладах післядипломної освіти та на лекційних заняттях здобувачів вищої освіти, які навчаються на спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Апробація результатів дослідження.** Основні результати дипломної роботи магістра обговорювались на звітній науковій конференції студентів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (м. Кам'янець-Подільський 04-05 квітня 2023 року).

**Публікації.** Результати дослідження за темою кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

Структура та обсяг дипломної роботи магістра. Роботу викладено на 65 сторінках, з яких 56 основного тексту. Робота містить 21 таблицю та 1 рисунок. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 80 використаних літературних джерел.

## ВИСНОВКИ

У дослідженні здійснено теоретичне узагальнення і запропоновано новий підхід до розв'язання наукового завдання, яке стосується професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у процесі професійної підготовки у закладах вищої освіти, що дозволило зробити такі висновки:

1. За результатами теоретичного аналізу філософської, психолого-педагогічної, науково-методичної літератури, положень сучасних концепцій розвитку професійної освіти та педагогічної практики підтверджено соціальну, конвенційну, наукову і професійну значущість проблеми професійного саморозвитку вчителів. У педагогічній теорії і практиці досліджувана проблема розглядається в контексті модернізації навчально-виховного процесу у вищій школі. Значна увага приділяється зростанню якості професійної підготовки. Водночас, питання професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури не набуло системного й обґрунтованого висвітлення. Отримані дані констатувального експерименту засвідчують недостатній рівень готовності студентів до професійного саморозвитку. Такий стан зумовлений відсутністю у ЗВО відповідних для цього педагогічних умов, моделі та оновленої методики професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури.

2. Розглянуто психолого-педагогічну суть професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури. Доведено, що професійний саморозвиток – це усвідомлений і керований процес, який характеризується власною активною діяльністю, бажаннями і зусиллями особистості майбутнього вчителя фізичної культури працювати над собою, в результаті якого відбуваються позитивні зміни у розвитку професійно значущих якостей (ставлення до фізичної культури й виховання, спортивного і педагогічного саморозвитку, схильність до педагогічних рефлексій власного знання й досвіду, смислів і сутностей спортивних і педагогічних досягнень, педагогічних ідей як засобу розкриття змісту уроку фізичної культури, уміння контролювати емоційний стан у кожній ситуації



професійної діяльності тощо). Професійний саморозвиток майбутніх учителів фізичної культури характеризується конкретними діями, спрямованими на ціннісно-сміслову визначення мети, діяльнісно-рефлексивну та творчу самореалізацію; здійснюється через реалізацію особистісно-професійного потенціалу майбутніх учителів фізичної культури у процесі професійної підготовки у закладах вищої освіти.

3. Теоретично обґрунтовано педагогічні умови професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури, а саме: успішна адаптація студентів до умов навчання; позитивна мотивація професійного саморозвитку; формування здатності до професійного самовдосконалення; організація ефективної самоосвітньої роботи на основі конструювання індивідуальної саморозвивальної програми. Реалізація педагогічних умов забезпечує оволодіння новими знаннями в галузі фізкультури і спорту, фізіотерапії та оздоровлення дітей, психології і педагогіки; оволодіння основами педагогічної майстерності, поглиблення обізнаності про тактико-технічні прийоми і характеристики спортивних ігор.

4. Обґрунтована модель професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури представлена як система взаємопов'язаних блоків цільового, технологічного (методичного), діагностико-оцінного, кожний із яких має змістове навантаження та вирішує необхідну частину завдань організації професійного саморозвитку. Модель виконує декілька функцій: є засобом дослідження професійного саморозвитку як педагогічної категорії, відображає логіку дослідницького пошуку щодо реалізації педагогічних умов професійного саморозвитку; унаочнює основні позиції досліджуваного процесу; структурні частини моделі відображають зв'язок педагогічної науки з практикою, взаємозв'язки між запроєктованими якостями і властивостями особистості й процесом їх розвитку.

5. Експериментально підтверджена результативність педагогічних умов професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури у процесі професійної підготовки у закладах вищої освіти, що засвідчила позитивні зміни за

всіма критеріями готовності студентів експериментальних груп до професійного саморозвитку порівняно з результатами студентів контрольних груп, що підтверджує їх результативність. Істотно збільшилася частка студентів з творчим рівнем готовності до професійного саморозвитку (на 8,11 %), натомість зменшилася з пасивним рівнем (на 9,29 %).

Таким чином, завдання дослідження розв'язані, гіпотеза доведена, мету досягнуто. Викладені у дисертації висновки не вичерпують усіх аспектів досліджуваної проблеми. Подальшого дослідження потребують теоретико-методологічні засади професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури, інноваційні технології та зарубіжні системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури тощо.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. Київ : Здоров'я, 1990. 168 с.
2. Антонова О. Є., Поліщук Н. М. Здоров'язберігаюча компетентність особистості як наукова проблема (аналіз поняття). Вища освіта у медсестринстві : проблеми і перспективи : зб. статей всеукраїнської науково-практичної конференції – 10-11 листопада 2011. Житомир : Полісся, 2011. С. 27-31.
3. Апанасенко Г. Л. Медична валеологія. Київ : Здоров'я, 1998. 248 с.
4. Бекас О. О., Фурман Ю. М. Порівняльний аналіз існуючих методів визначення та критеріїв оцінки фізичного стану дорослого населення та молоді різного віку. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 9. 2003. С. 34-42.
5. Боднар І. Тести й нормативи для визначення рівня фізичної підготовленості і здоров'я школярів середнього шкільного віку. Спортивна наука України. 2015. № 4 (68). С. 9-17.
6. Бондаренко О. В. Впровадження електронних діагностичних систем в практику діагностики та моніторингу здоров'я у класичному університеті. Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: «Валеологія: сучасність і майбутнє». 2018. № 23. С. 66-72.
7. Борисова Ю. Ю., Власюк О. О., Новак Т. Я. Оцінка фізичного розвитку школярів 7-17 років. Науковий часопис НПУ М. П. Драгоманова. Випуск 3К (162). 2023. С. 69-73.
8. Борщенко В. В., Беженар Є. І. Валеологічна освіта учнів початкової школи у позакласній роботі. Педагогічні науки. Сучасні проблеми в науці. 2022. С. 488-491.
9. Бучківська Г. В., Демченко І. І., Бабій І. В. та ін. Проблеми валеологічної освіти в рамках системного підходу. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Випуск 5 (125). 2020. С. 35-43.

10. Валеологія : навчальний посібник. Лукащук-Федик С. В., Бадюк Р. А., Циквас Р. С. Тернопіль. Вид-во “Економічна думка”. 2006. 194 с.

11. Вовк В. В. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі початкових класів. Формування здоров'язбережувальних компетентностей сучасної молоді : реалії та перспективи: збірник наукових праць Всеукраїнської науково-практичної конференції, присвяченої Всесвітньому Дню цивільної оборони та Всесвітньому Дню охорони праці (Полтава, 27-28 квітня 2017 р.). Полтава : ПНПУ, 2017. С. 94-97.

12. Вовканич Л., Крась С. Аналіз схем вікової періодизації постнатального онтогенезу людини. Спортивна наука України. № 6 (82). 2017. С. 9-17.

13. Волошко Л. Б., Науменко М. А. Застосування ходьби в оздоровчих заняттях з дітьми. Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології: реалії і перспективи. Збірник наукових матеріалів VI Всеукраїнської науково-практичної Інтернет-конференції з міжнародною участю до 90-річчя Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка», 19 листопада 2020 року. Полтава : НУПП ім. Юрія Кондратюка, 2020. С.114-115.

14. Волошко Л. Б. Переваги оздоровчої ходьби як засобу зміцнення здоров'я учнів молодшого шкільного віку. Фізична реабілітація та здоров'язбережувальні технології : реалії і перспективи : зб. матеріалів V Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю (14 листоп. 2019 р.). Полтава, Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2019. С. 210-204.

15. Гетьман Т.О. Психологічні чинники збереження здоров'я молодших школярів : автореф. дис. на здоб. наук. ст. к.псих.н. 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2014. 23 с.

16. Гнатюк О. В. Роль учителя початкових класів у формуванні валеологічної культури здобувачів освіти в інформаційному суспільстві. Психологія : теорія і практика. Випуск 1 (3). 2019. С. 63-70.

17. Голяка С., Спринь О., Гацоева Л., Чудійович С. Валеологічна освіта та коригувальна гімнастика як засоби профілактики порушень постави школярів. Перспективи та інновації науки № 9 (27). 2023. С. 131-145.

18. Гончаренко М. С., Лупаренко С. Є. Поняття «валеопедагогіка» та «педагогічна валеологія» у психолого-педагогічній літературі. Педагогічні науки : теорія, історія, інноваційні технології. № 3 (5). 2010. С. 30-38.

19. Гончаренко М. С., Новикова В. Є. Валеологічні аспекти формування здоров'я у сучасному освітянському процесі. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. № 12. 2006. С. 39-43.

20. Грибан В. Г. Валеологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 214 с.

21. Даниско О. В. Вплив рухової активності на психофізичний та соціальний розвиток школярів. Культура здорового способу життя. Механізми формування особистої відповідальності за власну безпеку та здоров'я. Збірник матеріалів круглого столу, (Полтава, 11 квітня 2023 р.). Упорядник та комп'ютерна верстка Ярошенко Т. І. Полтава : ПАНУ. 2023. С. 17-20.

22. Дегтяренко-Мельник Т. В., Бринза І. В. Психофізіологія : навчальний посібник. Одеса, 2023. 273 с.

23. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Київ, 1996. 26 с.

24. Державні тести та нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. Електронний ресурс. Режим доступу : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/80-96-%D0%BF#Text>.

25. Долот В. Д. Здоров'я як економічна категорія: фактори, що впливають на рівень здоров'я населення та охорону здоров'я. Інвестиції : практика та досвід. № 1. 2016. С. 74-76.

26. Дубасенюк О. А. Фактори, що впливають на здоров'я людини. Інноваційні здоров'язберігаючі технології у закладах освіти: збірник науково-методичних праць / за заг. ред. В. В. Танської, О. А. Сорочинської, О. В. Павлюченко. Житомир. ЖДУ імені Івана Франка, 2020 С. 31-34.

27. Дудіцька С., Гуліна С. Формування культури здоров'я молодших школярів. Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура. Випуск 41. 2023. С. 12-17.

28. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків, 2017. 488 с.
29. Задача А. В. Педагогічні аспекти підвищення компонентів фізичного стану дітей молодшого шкільного віку в системи фізичного виховання. Сучасні тенденції розвитку науки та освіти в умовах євроінтеграції : Міжнародна науково-практична конференція, м. Вінниця, 29-30 березня 2022 р. : тези та статті / ред. кол. : Драбовський А. Г., Дибчук Л. В. та ін. Вінниця : Вінницький кооперативний інститут, 2022. С. 151-153.
30. Захарова О. В. Дефініція «здоров'я» у педагогічній літературі: багатозначність наукових підходів до змісту і складників. Наукові записки. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький : РВВ ЦДПУ ім. В.Винниченка. 2018. Вип. 173. С. 181-185.
31. Карамушка Л. М., Дзюба Т. М. Феномен «здоров'я» як актуальний напрям досліджень в організаційній психології. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2019. № 1 (16). С. 22-33.
32. Кирилович О. Здоров'язбережувальні технології в освітньому процесі початкової школи. Вісник науки та освіти. № 8 (14). 2023. С. 543-550.
33. Коваленко І. Стан здоров'я молодших школярів і особливості взаємозв'язку фізичної підготовленості та частоти захворювань. Молода спортивна наука України. 2011. Т.2. С.90-94.
34. Кондратюк С. М. Основи педіатрії. Навчальний посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта». Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2018. 286 с.
35. Костюкевич В. М., Шевчик Л. М., Соколькова О. Г. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навч. посіб. Вінниця : ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 256 с.
36. Коц С. М., Майорова О. Р., Луганська В. О. Дослідження показників фізичного розвитку у дітей шкільного віку та їх адаптаційних можливостей. Сьогодення біологічної науки. Матеріали III Міжнародної наукової конференції. Суми, 2019. С. 44-47.

37. Коцур Н. І., Товкун Л. П., Миздренко О. М. Валеологія : навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 014.11. Середня освіта (фізична культура). Переяслав (Київ.обл.) : Домбровська Я. М., 2020. 164 с.

38. Кошель В. М. Валеологія та основи медичних знань : посібник для студ. спец. «Дошкільна освіта», викладачів закладів вищої освіти, вихователів дітей дошкільного віку та батьків. Чернігів : ФОП Баликіна О.В., 2020. 142 с.

39. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. Київ : Олімп. література, 2011. 224 с.

40. Лехан В. М., Онул Н. М., Крячкова Л. В. Засади міжнародної та національної політики і стратегій у сфері громадського здоров'я. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/lmpzi>.

41. Лупаїна І. С., Ляшевич А. М., Волинець Т. С., Чернуха В. С. Оцінка фізичного розвитку учнів початкових класів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації № 14. 2022. С. 23-28.

42. Максимчук Б. А. Історичні передумови становлення валеологічної культури Вісн. Чернігів. нац. пед. ун-ту імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт / голов. ред. М. О. Носко. Чернігів, 2013. Вип. 107. Т. 1. С. 228-231.

43. Майхрук М. Валеологія в системі дошкільної освіти. Практикум. Частина 1. Bohdan Books, 2023. 290 с.

44. Мандюк А. Б. Порівняльний аналіз тестів рівня фізичної підготовленості в Україні та зарубіжних країнах. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2014. № 2. С. 90-94.

45. Марченко О., Холодова О. Дослідження фізичної підготовленості учнів молодшого шкільного віку в умовах воєнного стану. Науковий журнал НУФВіСУ «Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія». № 1. 2023. С. 70-74.

46. Мехед О. Б., Рябченко С. В., Жара Г. І. Аналіз факторів, що впливають на формування здорового способу життя молоді. Вісник. Серія : Педагогічні науки. № 3. 2019. С. 262-266.

47. Микитюк О. М., Данильченко С. І. Анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого шкільного віку. Медико-біологічні основи фізичного виховання в школі. *Physical Education Theory and Methodology*. № 1. 2003. С. 31-39.

48. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти. Автори : Педан О. С., Коломоєць Г. А., Боляк А. А. та ін. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/cvfwy>.

49. Назарук В. Л., Дністрянський Б. В. Оздоровча ходьба та біг підтюпцем як засоби фізичної терапії. організація і структура занять. *Медсестринство*. № 1. 2023. С. 21-24.

50. Омері І., Яценко С. Анатомія і фізіологія дитини. 2015. Електронний ресурс. Режим доступу : <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/11464/>.

51. Основи законодавства України про охорону здоров'я : Закон України від 19.11.1992 р. № 2801-XII (із змінами та доповненнями). *Відомості Верховної Ради України*. 1993. № 34. С. 59-83. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_015](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_015).

52. Пангелов Б., Красов О., Хакало А. Інноваційні підходи до фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями початкових класів в контексті вимог нової української школи. *Теорія і практика фізичної культури і спорту*. № 1 (2). 2022. С. 76-53.

53. Поліщук В. М. Вікова періодизація та вікова класифікація. *Науковий вісник ХДУ*. Випуск 1. Том 2. 2017. С. 103-108.

54. Поліщук Н., Ільченко С. Формування здорового способу життя у молодших школярів на уроках фізичної культури. *Наука і техніка сьогодні*. № 7 (21). 2023. С. 424-433.

55. Резнік В. Формування здорового способу життя молодших школярів у процесі навчання. Інновації в початковій освіті: досвід, виклики сьогодення, перспективи : матеріали I Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. здобувачів другого (магістер.) рівня вищ. освіти ф-ту початк. навчання, Харків, 16 трав. 2023 р. Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди; [за заг. ред. О. А. Мкртічян]. Харків : ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2023. С. 27.



56. Рихаль В. І., Гук Г. І., Гарбар Д. О., Дмитрів Р. Л. Показники фізичного здоров'я учнів середнього шкільного віку. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Випуск 9 (154). 2022. С. 86-91.

57. Романюк Н. Є., Романюк Л. М., Нагорна О. П. Моніторинг стану здоров'я як основний елемент визначення проблем громадського здоров'я в Україні. Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України. № 1. 2023. С. 66-69.

58. Саїнчук О. Програмування фізкультурно-оздоровчих занять скандинавською ходьбою у фізичному вихованні молодших школярів. Молодіжний науковий вісник. № 15. 2014. С. 65-69.

59. Сарафинюк П. В. Оцінка рівня теоретичних валеологічних знань, фізичного розвитку та захворюваності у молодших школярів. 2019. 64 с.

60. Семидоцька Ж. Д., Чернякова І. О., Авдеєва О. В. Сучасний світ і здоров'я людини: шлях у майбутнє : навчальний посібник для здобувачів вищих медичних закладів освіти. Міністерство охорони здоров'я України, Харківський національний медичний університет. Харків : ХНМУ, 2023. 68 с.

61. Сивохоп Е. Е., Хома Т. В. Вплив позаурочних форм занять на мотивацію школярів до спортивної діяльності. In The 7th International scientific and practical conference "Innovative areas of solving problems of science and practice"(November 08-11, 2022) Oslo, Norway. International Science Group. 2022. 700 p. (p. 446).

62. Сітовський А. М. Фізична працездатність школярів визначається рівнем їх біологічної зрілості. Актуальні проблеми розвитку природничих та гуманітарних наук. Волинський національний університет імені Лесі Українки. 2022. С. 393-394.

63. Сніжко А. О. Історичні аспекти вивчення розвитку валеології. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. № 4 (2). 2015. С. 57-62.

64. Станкевич Т. В., Гозак С. В., Єлізарова О. Т. та ін. Здоров'я та життєдіяльність дітей в умовах сучасних викликів : актуалізація досліджень. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/lmpqgm>.

65. Таблиці антропометричних стандартів для дітей окремих регіонів України віком від 1 до 14 років. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/lmvfk>.

66. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 1-2 класи, затвердження наказом МОН України від 12.08.2022 № 743-22. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/dcaab>.

67. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Савченко О. Я. 3-4 класи, затвердження наказом МОН України від 12.08.2022 № 743-22. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/cvuza>.

68. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 1-2 клас, затвердження наказом МОН України від 12.08.2022 № 743-22. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/ddjdp>.

69. Типова освітня програма, розроблена під керівництвом Шияна Р. Б. 3-4 клас, затвердження наказом МОН України від 12.08.2022 № 743-22. Електронний ресурс. Режим доступу : <http://surl.li/dexnc>.

70. Ткачук С. В., Давиденко О. В. Характеристики рухової активності хлопчиків і дівчат молодшого шкільного віку в умовах мегаполісу. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. Серія № 15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури. Фізична культура і спорт». 2013. Т. 2. Вип. 7. С. 306-311.

71. Тонкопей Ю., Шудрець К. Перспективи організації оздоровчо-фізкультурної діяльності в умовах Нової української школи. Grail of Science. № 27. 2023. С. 622-625.

72. Фізична культура : навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1-4 класи. 2016. Електронний ресурс. Режим доступу : <https://ru.osvita.ua/school/program/program-1-4/57061/>.

73. Філіпцова К. А. Вікова фізіологія і валеологія: навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 383 с.

74. Харицький О. Фізична культура, як чинник збереження фізичного здоров'я. Пріоритетні напрями європейського наукового простору : пошук студента. Випуск 13. 2023. С. 152-154.

75. Чижик В. В., Сітовський А. М., Романюк В. П. Вікові нормативи фізичної працездатності школярів 11-17 років. Перспективи розвитку фізичної культури і спорту у закладах освіти. Луцький національний технічний університет. 2022. С. 341-348.

76. Чижик Т. Г. Фізична підготовка дітей передшкільного та молодшого шкільного віку у контексті Нової української школи : монографія. Миколаїв : Іліон, 2020. 130 с.

77. Шевчук І. В. Підготовка майбутніх вчителів до використання інноваційних технологій у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. Академічні візії № 19. 2023. Електронний ресурс. Режим доступу: <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/381>.

78. Шукатка О. В., Олійник Н. А. Формування здорового способу життя молодших школярів. Гуманітарний форум. № 1.1. 2023. С. 35-39.

79. Ядловська О. С., Кагадій Д. О. Суспільні програми щодо формування культури ментального здоров'я в Україні. In: The 9 th International scientific and practical conference “Scientific progress: innovations, achievements and prospects” (May 29-31, 2023) MDPC Publishing, Munich, Germany. 2023. С. 311-317.

80. Ярکا М. О. Методологеми валеології та їх відтворення в освітніх проектах кінця ХХ–поч. ХХІ ст. In: 9th International conference. 2019. С. 730.