

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: «ОСНОВИ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ В  
ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО  
ВІКУ»

Виконав: студент 2 курсу, групи FK2-M22

спеціальності 014 Середня освіта

(Фізична культура)

Лімонов Антон Сергійович

Керівник: Алексєєв О. О., доктор педагогічних  
наук, доцент

Рецензент: Юрчишин Ю. В., кандидат наук з  
фізичного виховання та спорту, доцент

Кам'янець-Подільський – 2024 рік

## ЗМІСТ

|                                                                                                                                    |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ.....                                                                                                     | 3  |
| ВСТУП .....                                                                                                                        | 4  |
| РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ЗДОРОВ'ЯФОРМУЮЧИХ<br>ТЕХНОЛОГІЙ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО<br>ШКІЛЬНОГО ВІКУ .....           | 7  |
| 1.1 Аналіз сучасного стану організації фізичного виховання<br>у школах з акцентом на формування та збереження здоров'я учнів ..... | 7  |
| 1.2 Основи здоров'яформуючих технологій: термінологічний аналіз і<br>підходи до класифікації .....                                 | 14 |
| 1.3 Сучасні підходи до формування здоров'я дітей<br>молодшого шкільного віку через фізичне виховання .....                         | 22 |
| РОЗДІЛ 2 МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ .....                                                                                   | 30 |
| 2.1 Методи дослідження .....                                                                                                       | 30 |
| 2.2 Організація дослідження .....                                                                                                  | 32 |
| РОЗДІЛ 3 ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'Я У МОЛОДШИХ<br>ШКОЛЯРІВ: ОЦІНКА СТАНУ ТА ПІДХОДИ ДО РОЗВИТКУ .....                          | 34 |
| 3.1 Вивчення рівня фізичного здоров'я дітей молодшого<br>шкільного віку .....                                                      | 34 |
| 3.2 Розробка та обґрунтування технологій<br>для збереження здоров'я дітей початкової школи .....                                   | 40 |
| 3.3 Динаміка розвитку фізичного стану молодших школярів .....                                                                      | 56 |
| ВИСНОВКИ.....                                                                                                                      | 63 |
| СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....                                                                                                    | 66 |

## ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

|          |   |                                            |
|----------|---|--------------------------------------------|
| АТдіаст. | – | артеріальний тиск діастолічний;            |
| АТсист.  | – | артеріальний тиск систолічний;             |
| АРМ      | – | адаптаційно-резервні можливості;           |
| ДТ       | – | довжина тіла;                              |
| ЖЄЛ      | – | життєва ємність легень;                    |
| ЗСЖ      | – | здоровий спосіб життя;                     |
| ЕГ       | – | експериментальна група;                    |
| КГ       | – | контрольна група;                          |
| МТ       | – | маса тіла;                                 |
| ОГК      | – | окружність грудної клітки;                 |
| ССС      | – | серцево-судинна система;                   |
| РФЗ      | – | рівень фізичного здоров'я;                 |
| ЧССсп    | – | частота серцевих скорочень в стані спокою. |

## ВСТУП

**Актуальність теми.** Формування здорового способу життя у дітей молодшого шкільного віку є однією з ключових проблем сучасної педагогіки, обумовленою зростанням поширеності гіподинамії, хронічних захворювань та негативних екологічних впливів. Враховуючи, що в ранньому віці закладаються основи поведінкових звичок, питання виховання культури здоров'я стає важливим компонентом освітнього процесу. Здоров'язбережувальні технології, які активно інтегруються в систему фізичного виховання, сприяють розвитку фізичних, емоційних та соціальних компетенцій дитини. Їх ефективне впровадження забезпечує збереження та зміцнення здоров'я учнів, підвищує їхню рухову активність та формує відповідальне ставлення до власного здоров'я.

Особливу роль відіграє початкова школа, де діти вперше зустрічаються зі структурованою освітньою діяльністю, яка значною мірою впливає на їх фізичний і психоемоційний стан. У цьому контексті актуальність дослідження зумовлена необхідністю впровадження інтегрованого підходу до навчання, що об'єднує фізичне виховання з елементами здоров'язбереження. Завдяки цьому з'являється можливість не лише покращити фізичний розвиток школярів, але й сформувати їхню готовність до здорового способу життя у майбутньому.

Проблемі досліджуваної теми присвячено багато наукових праць. У сфері вивчення основ формування здорового способу життя у процесі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку О. П. Аксьонова та Ю. В. Півненко [1] аналізують впровадження здоров'язбережувальних технологій через уроки здоров'я, спрямовані на покращення освітнього процесу. Натомість О. Алексюк [2] розглядає роль учителя початкової школи в забезпеченні здоров'язбереження учнів, акцентуючи увагу на адаптації методів до вікових особливостей дітей.

О. Ю. Анастасова [3] досліджує підготовку майбутніх педагогів фізичної культури до впровадження технологій, які сприяють здоров'ю, тоді як А. Басюк з колегами зосереджується на інструментах та практиках, що формують здоров'язбережувальні компетенції молодших школярів на уроках інтегрованого курсу «Я досліджую світ» [4].

Водночас, попри широкий спектр досліджень, залишаються невивченими аспекти комплексного підходу до інтеграції здоров'язбережувальних технологій, зокрема їх вплив на психофізіологічний розвиток учнів молодшого шкільного віку та ефективність у контексті взаємодії школи і сім'ї.

**Об'єкт дослідження** – процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

**Предмет дослідження** – основи формування здорового способу життя у дітей молодшого шкільного віку в контексті організації фізичного виховання.

**Мета дослідження** – розроблення, наукове обґрунтування та експериментальна перевірка ефективності концепції здоров'язбережувальних технологій у сфері фізичного виховання молодших школярів, яка спрямована на покращення фізичного стану дітей, підвищення їхньої мотивації та оптимізацію адаптації до шкільного навчального середовища.

**Завдання дослідження:**

1. Вивчити теоретичні основи здоров'яформуючих технологій у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку, включаючи аналіз сучасного стану організації фізичного виховання в школах.

2. Розробити та експериментально обґрунтувати ефективні методики фізичного виховання, спрямовані на формування здорового способу життя у дітей молодшого шкільного віку.

3. Дослідити ефективність впровадження розроблених технологій, оцінюючи їхній вплив на фізичний стан і рівень адаптації учнів до шкільного середовища.

**Методи дослідження:** аналіз літературних джерел, матеріалів мережі Інтернет; емпіричні методи та методи математичної статистики.

**Практичне значення одержаних результатів.** Результати дослідження можуть бути використані для вдосконалення процесу фізичного виховання в початкових школах, сприяючи формуванню здорового способу життя у дітей молодшого шкільного віку. Розроблені здоров'яформуючі технології можуть бути впроваджені в навчальні програми, що дозволить підвищити рівень фізичної активності учнів і зміцнити їхнє здоров'я. Практичні результати дослідження сприятимуть оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи у школах, забезпечуючи більш ефективну адаптацію учнів до умов навчального середовища. Запропоновані підходи до формування мотивації дітей до фізичної активності можуть бути інтегровані у виховну роботу школи, допомагаючи створювати стійкі звички до здорового способу життя з раннього віку. Експериментальні дані про динаміку фізичного стану молодших школярів можуть бути використані для моніторингу та оцінки ефективності фізичного виховання в закладах освіти.

**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 випускної кваліфікаційної (дипломної) роботи магістра висвітлені в одній науковій статті.

**Структура та обсяг дипломної роботи магістра.** Роботу викладено на 72 сторінках, з яких 67 основного тексту, вона містить 4 таблиці та 7 рисунків. Дипломна робота складається з переліку умовних позначень, вступу, трьох розділів, висновків, та списку 57 використаних літературних джерел.

## ВИСНОВКИ

1. Формування здоров'я дітей шкільного віку є важливим напрямом наукових досліджень, особливо в умовах України, де соціально-економічні фактори значно впливають на здоров'я молодого покоління. Процес фізичного виховання має великий потенціал для реалізації здоров'яформуючої діяльності, що передбачає врахування індивідуальних фізіологічних, психічних та соціальних характеристик учнів. Впровадження здоров'яформуючих технологій у систему освіти сприяє формуванню культури здоров'я серед дітей, розвитку їхніх фізичних і психічних можливостей, а також формуванню ціннісного ставлення до власного здоров'я.

2. Для ефективної реалізації здоров'яформуючих технологій у шкільному фізичному вихованні необхідно застосовувати комплексний підхід, який включає систему заходів для покращення здоров'я учнів. Систематизація факторів, що впливають на стан здоров'я дітей, і розробка заходів для їх усунення є важливими складовими цієї роботи. Модернізація фізкультурної освіти потребує створення здоров'язбережувального середовища в школах та розробки нових програм, що відповідатимуть сучасним вимогам. У результаті реалізації таких заходів можна значно підвищити ефективність процесу фізичного виховання і сприяти формуванню гармонійно розвинених, здорових дітей.

3. Аналіз результатів дослідження фізичного розвитку дітей, учасників педагогічного експерименту, показав загальну тенденцію до зміни показників фізичної підготовленості у процесі навчання в молодших класах. За результатами дослідження, більшість учнів мають гармонійний фізичний розвиток, проте спостерігається недостатній рівень фізичної активності та фізичної підготовленості, що вимагає подальшої уваги. Показники серцево-судинної системи знаходяться в межах норми, однак стан дихальної системи

потребує покращення, зокрема через підвищення життєвої ємності легень і покращення гіпоксичних проб. Відзначено також низький рівень рухової активності та високий рівень захворюваності, зокрема серед дітей, які страждають на хвороби кістково-м'язової системи. Важливим аспектом дослідження є також визначення психологічного стану дітей, де спостерігається зростання втоми та зниження мотивації до навчання. Окрім того, виявлено відсутність у дітей та їхніх батьків системних знань щодо здорового способу життя. Результати дослідження свідчать про необхідність впровадження спеціальних методів фізичного виховання, спрямованих на покращення фізичного здоров'я дітей молодшого шкільного віку та забезпечення більш ефективного навчального процесу.

4. Запропонована концепція здоров'яформуючих технологій у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку спрямована на підвищення рівня фізичного здоров'я, рухової активності, мотивації та адаптації дітей до навчання. Основними принципами концепції є актуальність, прогностичність, системність та інноваційний підхід, а також компетентність учителя. У рамках реалізації цієї концепції впроваджуються засоби активного туризму, які мають значний оздоровчий ефект і сприяють формуванню здоров'язбережувальної культури серед дітей. Програма занять побудована за блочним принципом, включає індивідуальний підхід та три етапи реалізації, що забезпечує максимальну ефективність у процесі фізичного виховання.

5. Запропонований підхід до здоров'яформуючої діяльності показав свою ефективність під час педагогічного експерименту, позитивно впливаючи на фізичний та психоемоційний стан дітей молодшого шкільного віку. У експериментальній групі спостерігалось зменшення захворюваності, скорочення днів хвороби та збільшення кількості здорових дітей. Крім того, серед учнів ЕГ зросла мотивація до навчання, на 30 % більше дітей продемонстрували підвищення цього показника в порівнянні з контрольною групою. Аналіз результатів показав покращення рівня фізичної



підготовленості у дітей ЕГ, зокрема у гнучкості, статичній рівновазі, швидкісно-силових здібностях, а також підвищення шкільної мотивації на 30 %. У КГ також спостерігалось покращення фізичної підготовленості, але зміни були менш значущими, ніж у ЕГ. Це підтверджує, що комплексне використання здоров'яформуючих технологій сприяє підвищенню ефективності фізкультурно-оздоровчої діяльності для молодших школярів.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксьонова О. П. , Півненко Ю. В. Науково-методичний проект «Урок здоров'я». *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2016. № 70(3К1). С. 267-271.
2. Алексюк О. Особливості роботи вчителя початкової школи із здоров'язбереження учнів. *Проблеми сучасної педагогічної освіти. Сер.: Педагогіка і психологія*. 2020. Вип. 37. Ч. 2. С. 116-120.
3. Анастасова О. Ю. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до впровадження здоров'яформуючих технологій у навчально-виховний процес загальноосвітньої школи : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Бердянськ, 2014. 20 с.
4. Басюк А., Іщик А., Олійник Н. Технології здоров'язбереження у практиці навчання у початковій школі. *Зб. матеріалів «The 7th International scientific and practical conference «International scientific innovations in human life» (January 19–21, 2022). Manchester : Cognum Publishing House, 2022. С. 360-367.*
5. Басюк Н. А. Форми і методи формування здоров'язбережувальної компетентності молодших школярів на уроках інтегрованого курсу «Я досліджую світ». *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 74(2). С. 12-16.
6. Башавець Н. А. Теоретико-методичні засади формування культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації студентів вищих економічних навчальних закладів : дис. ... д-ра. пед. наук : 13.00.04. Черкаси, 2012. 555 с.
7. Бєлкова Т. О. Здоров'язберігаючі технології в контексті освітнього середовища. *Health & Education*. 2023. № 4. С. 235-239.
8. Білик В. Г., Василенко К. С., Дубровіна А. І. Особливості підготовки майбутніх учителів до використання здоров'язбережувальних технологій для

покращення фізіологічної адаптації та психічного здоров'я учнів молодшого шкільного віку. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Вип. 23(1). С. 64-67.

9. Білоусова Н. В., Самойленко О. В., Бобро А. А., Заплішний І. І. Система роботи з учнями молодшого шкільного віку щодо формування навичок здорового способу життя під час вивчення фізкультурної, соціальної та здоров'язберігаючої освітніх галузей у початковій школі. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 78. С. 103-106.

10. Бойчук Ю. Д., Казачінер О. С., Галій А. І. Використання ігрових електронних освітніх ресурсів для формування навичок здоров'язбереження дітей дошкільного та молодшого шкільного віку з особливими освітніми потребами. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 74(1). С. 49-53.

11. Борисенко Л. Л. Використання здоров'язберігаючих технологій у професійній діяльності майбутніх вчителів. *Актуальні проблеми та перспективи розвитку сучасної педагогічної освіти: наук.-метод. зб. матер. днів науки*. Лисичанськ, 2015. С. 36-41.

12. В'яла А. А. Денисюк О. М. Формування здорового способу життя дітей молодшого шкільного віку в закладах загальної середньої освіти. *Молодий вчений*. 2020. № 11 (87). С. 375-378.

13. Вахтангішвілі М. В. Співпраця сім'ї та школи у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2019. Вип. 7. С. 20-25.

14. Ващенко О. М., Романенко Л. В., Макаренко Н. В. Організація впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітній процес початкової школи: теоретичний вимір. *Молодий вчений*. 2020. № 3 (2). С. 354-359.

15. Вітченко А., Лисенко Л., Воеділова О. Аналіз сформованості ціннісного ставлення дітей молодшого шкільного віку до власного здоров'я та здоров'я оточуючих. *Вісник Національного університету «Чернігівський*

колегіум» імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. 2023. Вип. 20. С. 183-187.

16. Войтович А., Красниця О. Здоров'язбережувальні технології як ефективний спосіб формування культури здоров'я молодших школярів. *Молодий вчений*. 2018. 9 (61), С. 21-24.

17. Волощин О. Формування здоров'язбережувальної компетентності в учнів молодшого шкільного віку. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2022. 1(50). С. 48-51.

18. Галай М. Д., Питомець О. П. Рухливі та спортивні ігри як основний засіб фізичного виховання для дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2019. Вип. 3К. С. 137-140.

19. Герасименко С., Жигульова Е. (2016). Визначення рівня фізичного розвитку і соматичного здоров'я школярів. *Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини*. 2016. Вип. 9. С. 98-107.

20. Глінчук Ю. О. Шкільні технології збереження здоров'я учнів: загальна класифікація. *Освітологічний дискурс*. 2020. № 1 (28). С. 94-105.

21. Гозак С. В., Єлізарова О. Т., Станкевич Т. В., Парац А. М. Аналіз детермінант рухової активності дітей молодшого шкільного віку з урахуванням міжнародного досвіду. *Гігієна населених місць*. 2020. Вип. 70. С. 108-117.

22. Гусак П. М., Зимівець Н. В., Петрович В. С. Відповідальне ставлення до здоров'я: теорія та технології: монографія. Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2009. 219 с.

23. Драч Т. Л., Сороколіт Н. С. Аналіз літератури присвяченій питанню удосконалення фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку. *Молодий вчений*. 2022. № 3. С. 26-29.

24. Дуткевич-Іванська Ю. В., Русин Л. П., Сабадош М. В. Особливості фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку. *Україна. Здоров'я нації*. 2022. № 1. С. 46-50.

25. 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. 112 с.

26. Кашуба В., Гончарова Н. Досвід упровадження концепції здоров'яформувальних технологій у процес фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. *Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки*. 2018. № 29. С. 63-70.

27. Ковальчук Л. В. Психофізичний розвиток як фактор готовності шестилітніх дітей до навчання у школі : автореф. ... кан. фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Львів, 2007. 20 с.

28. Кузнецова О. Т. Від здоров'язберігаючої до оздоровчої технології: необхідність уніфікації термінів, що використовуються в оздоровчій фізичній культурі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2015. №8 (63). С. 41-44.

29. Курілова В. І., Пилипенко М. І., Петрикей О. О. Фізична підготовка як засіб формування фізичних та вольових здібностей у дітей молодшого шкільного віку. *Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Педагогічні науки*. 2021. Вип. 3. С. 144-150.

30. Леусенко Н. І. Формування здоров'язбережувальних компетентностей молодших школярів на уроках та в позакласній роботі. *Початкове навчання та виховання*. 2016. № 1-2. С. 64-68.

31. Лясота Т. І. Підвищення адаптаційних можливостей дітей 6-7 років до умов навчання в початковій школі засобами фізичного виховання : дис. ... кан. фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Київ, 2012. 200 с.

32. Матвієнко О. Організаційно-педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здоров'я у дітей молодшого шкільного віку. *Рідна школа*. 2019. № 21. С. 45-48.

33. Мелехов А. В., Масляк І. П. Фізична підготовленість дітей молодшого шкільного віку. *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення*. 2018. С. 179-185.

34. Мешко Г. М. Формування здоров'язбережувального освітнього середовища як аспект діяльності керівника загальноосвітнього навчального закладу. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. 2017. № 1(40). С. 157-161.

35. Мосійчук Л. В. Формування системи тренувальних завдань для комплексного розвитку фізичних якостей у дітей молодшого шкільного віку. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15*. 2021. Вип. 12. С. 95-100.

36. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія. 3-є вид., перероб. та допов. Дніпропетровськ : Інновація, 2014. 375 с.

37. Москаленко Н., Полякова Н., Микитчик О. Методичні основи організації рухової діяльності дітей молодшого дошкільного віку залежно від рівня фізичного стану. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2019. № 2. С. 28-34.

38. Мохоньок З. А. Здоровий спосіб життя учнів як педагогічна проблема. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2019. № 4 (88). С. 300-307.

39. Носко М. О. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні : монографія. Київ : СПД Чалчинська Н. В., 2014. 300 с.

40. Поліщук Н. М., Крикунова О. В. Методи фізкультурно-спортивної реабілітації для відновлення здоров'я дітей молодшого шкільного віку з аутизмом. *Суспільство та національні інтереси*. 2024. № 4. С. 601-609.

41. Путятіна Г. М., Гауряк О. Д., Канівець Т. В. Вплив уроків фізичної культури із застосуванням оздоровчих технологій на рівень знань з оздоровчої фізичної культури та фізичну підготовленість дітей молодшого шкільного віку. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Вип. 22(4). С. 105-109.

42. Рибалко Л. М. Методика розвитку фізичних якостей в учнів молодшого шкільного віку засобами рухливих ігор. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2021. № 2(2). С. 240-251.

43. Рибалко Л. М. Педагогічні умови формування здорового способу життя в студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*. 2017. Вип. 147. С. 118- 121.

44. Савлюк С., Власюк Г., Герасимчук А. Стан здоров'я і фізичного розвитку дітей молодшого шкільного віку на сучасному етапі. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2018. № 30. С. 269-277.

45. Сагуйченко В. В. Родина і школа: перспективи взаємодії у нових соціокультурних контекстах. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Філософія*. 2016. №46 (1). С. 176-184.

46. Семенова Н., Репницька Д. Формування здорової особистості дитини молодшого шкільного віку у процесі взаємодії школи і сім'ї. *Науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Педагогічні науки*. 2016. № 1(2). С. 117-124.

47. Сидорук І. О., Гірак А. М., Гамма Т. В., Орел І. О. Рухливі ігри в системі фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку. *Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини*. 2021. № 9. С. 200-204.

48. Фішев С. О., Фішев Ю. О. Деякі концепти формування в дітей та молоді культури здоров'я та здорового способу життя у процесі фізичного

виховання. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2021. № 3. С. 197-199.

49. Шепеленко Т. В., Буц А. М., Бодренкова І. О. Фізичне виховання у формуванні здорового способу життя: навч. посібник. Харків: УкрДУЗТ, 2018. 125 с.

50. Шимкова Н. М. Здоров'язбережувальні технології навчання в початковій школі. *Завучу. Усе для роботи*. 2018. № 1-2 (217-218). С. 30-39.

51. Шукатка О. В., Олійник Н. А.. Формування здорового способу життя молодших школярів. *Гуманітарний форум*. 2023. № 1(1), С. 35-39.

52. Badarne Z. The psychopedagogical conditions and methods for kindergarten children' adjustment to elementary school in Israel: doctoral thesis in pedagogical sciences: 531.01 - General theory of education. Chisinau; 2016. 136 p.

53. Global recommendations on physical activity for health. Geneva: World Health Organization; 2010. 57 p.

54. Hakman A, Nakonechnyi I, Balatska L, Filak Y, Kljus O, Vaskan I. Peculiarities of physical and mental capacity of 6-9-year-old children under elementary school conditions. *Journal of Physical Education and Sport*. 2018;18(S.2): 1192-1198.

55. Janssen I, Leblanc A. Systematic Review of the Health Benefits of Physical Activity in School-Aged Children and Youth. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*. 2010;7(40):1-16.

56. Kot K. The influence of four-month exercises during lessons on body posture in children in younger school age. *Journal of Education, Health and Sport*. 2018;8(9):756-767.

57. Yea-Wen L, Yueh-Ysen L. A Multilevel Model of Organizational Health Culture and the Effectiveness of Health Promotion. *American Journal of Health Promotion*. 2014;01:53-63.