

Оксана ПИЛЬТЯЙ,

orcid.org/0000-0003-2949-5812

кандидат історичних наук,

старший викладач кафедри теорії і методики технологічної освіти та комп'ютерної графіки

Університету Григорія Сковороди в Переяславі

(Переяслав, Київська область, Україна) piltyaj@ukr.net

ВИКОРИСТАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ НА УРОКАХ ТЕХНОЛОГІЙ

Статтю присвячено обґрунтуванню використання здоров'язберігаючих технологій як фактору формування культури здорового способу життя учнівської молоді на уроках технологій. Зазначено, що модернізація змісту сучасної вітчизняної освіти в напрямі інтеграції в Європейський освітній простір передбачає розроблення та впровадження інноваційних освітніх систем і технологій, зокрема тих, що мають здоров'язбережувальну та оздоровчу спрямованість.

Проаналізовано та виділено головні підходи до тлумачення дефініції «здоров'язбережувальні технології» та «здоров'я», визначено мету здоров'язбережувальних освітніх технологій та виокремлено їх типи.

Прослідковано, що від взаємодії учнів та їх батьків, а також педагогічних, медичних працівників залежить ефективність збереження здоров'я молодого покоління. Завдяки цим спільним зусиллям усіх учасників навчально-виховного процесу, формування здоров'язбережувального освітнього середовища в школі буде набагато ефективнішим. Але головна роль у цьому процесі належить учителю, зокрема учителю трудового навчання та технологій, який має високий рівень теоретичної та практичної підготовки щодо застосування здоров'язбережувальних технологій. Саме від нього залежить вплив здоров'язбережувальних технологій на формування культури здорового способу життя і стійких здорових звичок, а також свідомого ставлення до власного здоров'я на уроках трудового навчання та технологій.

Виявлено, що одним із головних завдань вчителя, щодо формування здоров'язбережувальної компетентності, є вплив педагогічних методів на поведінку та свідомість учнів шляхом розвитку життєвих навичок, які сприяють здоров'ю, безпеці та їх гармонійному розвитку.

Охарактеризовано формування в учнів здоров'язбережувальних компетентностей через проектну діяльність на уроках трудового навчання та технологій, а також виділено умови для здорового розвитку учнів на уроках технологій.

З'ясовано, що вчитель повинен враховувати фізіологічні, індивідуальні та інтелектуальні особливості учнів. Школярів необхідно озброїти знаннями з питань здоров'я та його збереження, намагатися не перевантажувати учнів, а навпаки, сприяти зниженню втоми. Адже сучасний вчитель повинен сприяти вихованню здорової молоді та формувати в неї культуру здоров'я.

***Ключові слова:** здоров'я, здоров'язбережувальні технології, трудове навчання та технології, учні, навчально-виховний процес.*

Oksana PILTIAI,

orcid.org/0000-0003-2949-5812

Candidate of History Sciences,

*Senior Lecturer at the Department of Theory and Methods
of Technological Education and Computer Graphics*

Hryhoriy Skovoroda University in Pereiaslav

(Pereiaslav, Kyiv region, Ukraine) piltyaj@ukr.net

THE USE OF HEALTH-PRESERVING TECHNOLOGIES AS A FACTOR IN THE FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE CULTURE IN TECHNOLOGY LESSONS

The article is devoted to the substantiation of the use of health-saving technologies as a factor in the formation of a culture of healthy lifestyle of student youth in technology lessons. It is noted that the modernization of the content of modern domestic education towards integration into the European educational area involves the development and implementation of innovative educational systems and technologies, in particular those with a health-preserving and health-improving orientation.

The main approaches to the interpretation of the definitions of "health-saving technologies" and "health" are analyzed and highlighted, the purpose of health-saving educational technologies is determined and their types are distinguished.

It has been shown that the effectiveness of preserving the health of the younger generation depends on the interaction of students and their parents, as well as pedagogical and medical workers. Thanks to these joint efforts of all participants in the educational process, the formation of a health-preserving educational environment at school will be much more effective. However, the main role in this process belongs to the teacher, in particular the teacher of labor training and technology, who has a high level of theoretical and practical training in the use of health-saving technologies. The impact of health-saving technologies on the formation of a culture of healthy lifestyles and sustainable healthy habits, as well as a conscious attitude to one's own health in the lessons of labor education and technology depends on them. It has been found that one of the main tasks of the teacher in the formation of health-saving competence is the influence of pedagogical methods on the behavior and consciousness of students through the development of life skills that promote health, safety and their harmonious development.

The formation of students' health-saving competencies through project activities in labor training and technology lessons is characterized, and the conditions for the healthy development of students in technology lessons are highlighted.

It is found that the teacher should take into account the physiological, individual and intellectual characteristics of students. Students need to be equipped with knowledge on health and its preservation, try not to overload students, but rather to help reduce fatigue. After all, a modern teacher should contribute to the education of healthy youth and form a culture of health.

Key words: health, health-saving technologies, labor training and technologies, students, educational process.

Здоров'я значно більше залежить від наших звичок і харчування, ніж від лікарського мистецтва.

Дж. Леббок

Постановка проблеми. Повномаштабна війна в Україні, а перед нею карантинні обмеження глобально змінили пріоритети у суспільстві та його повсякденні звички. Тому як ніколи, для нашої країни постає питання здорового способу життя та рухової активності, адже здоров'я дітей та молоді погіршилося, особливо психічний стан сучасної учнівської молоді. Зокрема, в учнів прослідковуються песимістичні погляди на життя, погіршилася успішність в школі, з'явилися тривожні розлади, дратівливість та інше. Так, найпоширенішими хворобами серед дітей віком до 17 років є: зниження гостроти зору, слуху, порушення мови, порушення постави, сколіоз (Як змінився стан здоров'я дітей, 2023).

Модернізація змісту сучасної вітчизняної освіти в напрямі інтеграції в Європейський освітній простір передбачає розроблення та впровадження інноваційних освітніх систем і технологій, зокрема тих, що мають здоров'язбережувальну та оздоровчу спрямованість. Адже молоде покоління матиме успіх і перспективу лише за умов збереження та зміцнення власного здоров'я у всіх його проявах (Рибалко, 2019: 7).

Аналіз досліджень. Питанням здоров'язбережувальних технологій присвячено ряд наукових праць, дослідження яких значно поширилися у педагогічній практиці та мають теоретичне обґрунтування, а саме: О. Ващенко, С. Дудко, К. Оглобін, В. Звєкова, Н. Беседа, Т. Бойченко, Л. Ващенко, О. Дубогай, М. Гончаренко, Л. Попова та інші.

Також варта уваги колективна монографія за загальною редакцією Л. Рибалко (Здоров'я-

збережувальні технології, 2019), яка розкриває різні аспекти проблеми здоров'язбереження та застосування здоров'язбережувальних технологій у освітньому середовищі: ергономічний і екоінтедиференційний підходи до організації освітнього здоров'язбережувального середовища, оздоровчо-рекреаційні заходи системи фізичного виховання в закладах освіти, організаційно-методичні основи застосування здоров'язбережувальних технологій, фітнес-технології, основи використання веб-орієнтованих технологій у здоров'язбережувальному навчанні та інші.

Мета статті – висвітлити теоретичні та практичні основи використання здоров'язбережувальних технологій на уроках трудового навчання та технологій, розкрити їх вплив на формування культури здорового способу життя учнівської молоді.

Виклад основного матеріалу. Згідно Конституції України людина, її життя і здоров'я визнаються найвищою соціальною цінністю, формування якої має забезпечити освіта впродовж життя. Саме тому, як зазначає Л. Рибалко, постає об'єктивна потреба у розробленні здоров'язбережувальних технологій та впровадженні їх у освітній процес не лише шкіл та дошкільних закладів, а й вищих навчальних закладів, які забезпечать формування в молодого покоління здоров'язбережувальної та здоров'ярозвивальної компетентностей, відповідної культури здоров'я, утвердження пріоритету здорового способу життя. Застосування здоров'язбережувальних технологій сприятиме комплексному вдосконаленню змісту освітнього процесу та його навчального середовища в аспекті здоров'язбереження (Рибалко, 2019: 8).

Здоров'я – це суспільна цінність, яка має бути забезпечена системою наукових і практичних заходів збереження і зміцнення здоров'я, діяль-

ністю структур, що їх реалізують та усвідомленою турботою кожного члена суспільства про особисте і громадське здоров'я. Ці якості виховуються як у родині, так і під час навчання, оскільки освіта є цілеспрямованою пізнавальною діяльністю людей з отримання знань, умінь та навичок або щодо їх вдосконалення (Рибалко, 2019: 10).

За визначенням А. Хрипкової: «Здоров'я – поняття комплексне. Воно залежить від соціально-економічного становища дітей, екологічного стану у місцях їх проживання, якості харчування, медичного обслуговування, профілактичної роботи з дітьми медиків і педагогів, системи оздоровчих закладів» (Беседа, 2019: 155).

Під змістом здоров'язберігаючих технологій Т.Бойченко пропонує розуміти (Гуменюк, 2013: 56):

- сприятливі умови навчання дитини в школі (без стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим.

М. Смірнов розглядає здоров'язбережувальні технології як комплексну, побудовану на єдиній методологічній основі систему організаційних та психолого-педагогічних прийомів, методів, технологій, спрямованих на збереження, охорону та зміцнення здоров'я учнів, формування в них культури здоров'я, а також на піклування про здоров'я педагогів (Рибалко, 2019: 16).

Н.Беседа узагальнивши низку наукових розвідок виокремлює такі головні підходи до тлумачення дефініції «здоров'язбережувальні технології» (Беседа, 2019: 159):

- індикатор якості освітніх технологій (О. Факторович, Л. Тихомірова, А. Міт'яєва та ін.);
- оптимальне поєднання традиційних технологій навчання з принципами, методами і прийомами, спрямованими на збереження здоров'я дітей (В. Кучма, М. Степанова, Н. Михайлова та ін.);
- технології навчання здоров'я, здорового способу життя (І. Єрохіна, В. Бобрицька та ін.);
- комплекс оздоровчо-фізкультурних і лікувально-профілактичних заходів (І. Чупах, М. Валетов, А. Вірабова, М. Коржова, К. Оглобліна, О. Скородумова та ін.);
- створення сприятливого для здоров'я освітнього середовища (М. Смірнов, В. Соськін, О. Петров, О. Ващенко, С. Свириденко та ін.);
- забезпечення навчання і виховання з урахуванням індивідуальних, вікових і психофізіологіч-

них особливостей учнів (Т. Ахутіна, Ю. Науменко та ін.).

Також Н. Беседа уточнює, що здоров'язбережувальні технології – це системний метод програмування цілей, конструювання змісту, прийомів, засобів навчання й виховання, спрямованих на підвищення рівня індивідуального здоров'я дітей і підлітків, формування в них життєвих навичок та створення здоров'язбережувального освітнього середовища в школі за умов здійснення моніторингу стану здоров'я учнів.

Л. Рибалко з приводу визначення поняття здоров'язбережувальні технології, вказує на те, що у науковців існують різні трактовки цього поняття з позицій медицини і педагогіки: з точки зору фахівців охорони здоров'я – це поняття включає усі можливі заходи оздоровлення, з точки зору освітян – це навчання (Рибалко, 2019: 18).

Метою здоров'язбережувальних освітніх технологій є забезпечення умов фізичного, психічного, соціального та духовного комфорту, що сприяють продуктивній навчально-пізнавальній та практичній діяльності учасників освітнього процесу, заснованій на науковій організації праці та культури здорового способу життя особистості (Рибалко, 2019: 14).

Аналізуючи класифікації існуючих здоров'язберігаючих технологій С. Люленко вказує на виокремлення О. Ващенко таких типів (Люленко, 2021):

- здоров'язберігаючі – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці в школі та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;
- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;
- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загальнонавчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

– виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Так Т. Луценко (Луценко, 2022: 62), у своїй статті наголошує, що вступаючи до школи, 85% дітей мають різні порушення соматичного та психічного характеру, також збільшується кількість дітей із психоневрологічними захворюваннями. Далі автор прослідковує, що згідно даних моніторингового дослідження «Про здоров'я дітей» кількість здорових дітей з кожним роком зменшується. Тож одним із основних напрямів діяльності школи має бути збереження та зміцнення здоров'я учнівської молоді.

Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації фізичної, соціальної, психічної та духовної складових здоров'я.

Здоров'язбережувальні технології дозволяють (Луценко, 2022: 62):

- сформувати соціальну зрілість випускника;
- забезпечити можливість учням реалізувати свій потенціал;
- зберегти і підтримати фізіологічне здоров'я учнів.

Досліджуючи здоров'язберігаючі технології в контексті освітнього середовища Т. Белкова зазначає (Белкова, 2023: 238), що в період інноваційних технологій та новітніх підходів в освітньому процесі слід пам'ятати, що ефективність засвоєння, сприйняття та застосування матеріалу може досягнути лише здорова людина. Автор наголошує, що надмірна комп'ютеризація та використання соціальних мереж є не на користь здоров'язбереженню, вказавши при цьому на дослідження таких вчених як М. Носко, С. Грищенко, Ю. Носко, котрі займалися проблемою гіпокінезії, пов'язаної з використанням інформаційних технологій у повсякденному житті молодого покоління, які дійшли висновку, що малорухливий спосіб життя призводить до неминучого зниження рухової активності молоді.

В. Збанацький заступник генерального директора Центру громадського здоров'я, у рамках сесії «Презентація ініціативи «Нова Українська Школа – простір Здоров'я» виступаючи на Всеукраїнському форумі «Україна 30. Здорова Україна» зосередив увагу на важливості медичного забезпечення в закладах середньої освіти. Доповідач зазначив, що «...В Україні є 4,2 млн дітей віком від 6 до 17 років, які щодня приблизно по 6 годин

на день і протягом 12 критичних років свого соціального, психічного, фізичного та інтелектуального розвитку проводять у закладах освіти. Тому школи відіграють важливу роль у підтримці, зміцненні здоров'я і профілактиці захворювань у дітей та підлітків. У школах мають закладатися основи здорового способу життя, формуватися здорові поведінкові звички, створюватися безпечні освітні умови та надаватися відповідні потребам ефективні медичні послуги» (Здоров'я дітей, 2021).

Від взаємодії педагогічних, медичних, соціальних працівників, а також учнів та їх батьків залежить ефективність збереження здоров'я молодого покоління. Завдяки цим спільним зусиллям усіх учасників навчально-виховного процесу, формування здоров'язбережувального освітнього середовища в школі буде набагато ефективнішим. Звичайно, головна роль у цьому процесі належить учителю, який має високий рівень теоретичної та практичної підготовки щодо застосування здоров'язбережувальних технологій (Беседа, 2019: 155).

Н. Беседа наголошує, що підвищенню результативності здоров'язбережувальної педагогічної діяльності в навчально-виховному процесі школи сприятиме зміст методичної роботи школи, головною характеристикою якого є спрямованість на оптимізацію процесу підготовки вчителів до застосування методів, прийомів і засобів здоров'язбережувальних технологій (Беседа, 2019: 164).

Одним із головних завдань вчителя, щодо формування здоров'язбережувальної компетентності, на думку С. Штельмах [Штельмах], є вплив педагогічних методів на поведінку та свідомість учнів шляхом розвитку життєвих навичок, які сприяють здоров'ю, безпеці та їх гармонійному розвитку.

У своїй науковій праці Н. Беседа звертає увагу на рекомендації О. Савченко (Беседа, 2019: 166): «На якісно новому рівні треба домогтись повернення у школи єдиного рухового режиму, фізичних вправ із музичним супроводом, зняття статичних перевантажень учнів шляхом організації рухової діяльності на перервах». При цьому автор зазначає, що проведення на уроках динамічних фізкультхвилинок, релаксаційних пауз, офтальмотренажу, гімнастики для пальців рук, дихальної гімнастики, самомасажу допоможе поєднати інтелектуальну і рухову активність та знизити психоемоційне напруження. Також із цією метою у позаурочний час та на канікулах доцільно запровадити спортивні змагання і рухливі ігри (Беседа, 2019: 167).

Багато вчителів-предметників діляться власним досвідом, які наголошують, що створення мотиваційної установки на збереження і зміц-

нення здоров'я учнів, є метою кожного уроку трудового навчання та технології (Штельмах, 2020; Лимар, 2023).

Для реалізації цієї мети, під час проведення уроків з трудового навчання та технології С. Штельмах (Штельмах, 2020):

- створює відповідні санітарно-гігієнічні вимоги у майстерні;
- формує навички безпечної праці;
- налаштовує учнів на позитивний мікроклімат;
- під час виконання практичних завдань слідкує за правильною поставою;
- проводить регулярно фізкультхвилинки та релаксаційні паузи;
- проводить бесіди, які формують потреби у здоровому способі життя;
- використовує інтерактивні методи навчання задля уникнення перевтоми учнів;
- слідкує за зміною видів діяльності;
- слідкує за нормуванням домашніх завдань.

Готуючись до проведення уроків учитель дотримується таких принципів здоров'язбереження (Штельмах, 2020):

- турбота про здоров'я учнів;
- комплексний міжпредметний підхід;
- відповідність змісту і організації навчання віковим особливостям учнів;
- безперервність та наступність;
- успіх породжує успіх;
- активність;
- «не нашкодь»;
- відповідальність за власний стан здоров'я.

Використання здоров'язберігаючих технологій потребує від учителя (Впровадження, 2015):

- не допускати перевантаження учнів, визначаючи оптимальний обсяг навчальної інформації й способи її надання;
- враховувати інтелектуальні та фізіологічні особливості школярів, індивідуальні мовні особливості кожної дитини;
- планувати такі види роботи, які сприяють зниженню втоми;
- змінювати види діяльності, чергувати інтелектуальний, емоційний, руховий види діяльності, групову й парну форми роботи, які сприяють підвищенню рухової активності, вчити поважати думки інших, висловлювати власні думки;
- проводити нестандартні та інтегровані уроки, ігри та створювати ігрові ситуації;
- з перших хвилин уроку створити середовище доброзичливості, позитивного емоційного налаштування;
- чітко організувати навчальну працю;

- проводити роботу з профілактики стресів;
- позитивне емоційне забарвлення.

Отже, вчитель постійно взаємодіючи з учнями та їх батьками, медичними працівниками та практичними психологами, при цьому володіючи сучасними педагогічними знаннями, має змогу планувати та організувати свою діяльність надаючи перевагу збереженню та зміцненню здоров'я всіх суб'єктів педагогічного процесу.

На особливості здоров'язбережувального уроку з трудового навчання та технології звертає увагу С. Штельмах (Штельмах, 2020), яка у своїй практиці, по можливості, використовує уроки з елементами тренінгу:

- певне розміщення учнів у класі (робота в парах та групах), вони зможуть відчувати себе у творчому взаємозв'язку в колективі, а також у єдності спілкування та діяльності;
- можливість зняти напругу дає позитивне емоційне налаштування;
- активне міжособистісне спілкування.

Також С. Штельмах, формує в учнів здоров'язбережувальні компетентності через проектну діяльність, оскільки учні ще з початкової школи мають певні знання роботи з конструкційними матеріалами. Для прикладу, автор наводить проекти «Брелок», «Серветка», «Гольниця», «Підставка під горнятко» та інші (5–6 класи), які формують в учнів правильну організацію робочого місця, дотримання правил безпечної праці з інструментами та пристосуваннями. У 5–6 класах завдяки таким проектам як «М'яка іграшка», «Писанка», «Ялинкова прикраса», «Лялька-мотанка», «Панно», «Листівка», «Декоративні квіти», а також технологіям, які використовуються під час виготовлення виробу, удосконалюється точність рухів та розвивається дрібна моторика, розширюється обсяг і виразність дій, що стимулює впливає на головний мозок та його структури, активізує мислення і стимулює дію уяви.

Прийомами користування електричними приладами учні 5 класу оволодівають працюючи над проектом «Побутові електроприлади в моєму житті».

Отримати знання, які допоможуть майбутнім споживачам уникнути отруєнь та захворювань, які пов'язані з продуктами харчування можна працюючи над проектом «Я – споживач» (7 клас). Учні вчаться розуміти енергетичну і харчову цінність продуктів, якість води та напоїв, маркування споживчих товарів, правила зберігання та обробки харчових продуктів.

Працюючи над міні-проектом «Малярні роботи в побуті власними руками» (7 клас) учні вивчають

правила безпечної праці, знання яких стануть їм в нагоді при виконанні ремонтних робіт у власних домівках та допоможуть соціалізуватися у подальшому.

При роботі над проектами «Охайне житло», «Здоров'я та краса мого волосся» (6 клас) потрібно звернути особливу увагу учнів на санітарно-гігієнічні вимоги, правила особистої гігієни, вплив на здоров'я людини шкідливих речовин, що містяться в косметичних та мийних засобах, пральних порошках.

На створенні умов для здорового розвитку учнів на уроках технологій акцентує увагу Л. Суярко (Суярко: 75):

1. Дотримання фізіологічних основ навчально-виховного режиму, який включає час працездатності та стомлюваності учнів, а також навчальне навантаження і фізкультхвилинки.

2. Гігієнічна оцінка умов і технологій навчання: повітряно-тепловий режим; світловий режим; режим та організація навчально-виховного процесу.

3. Формування здорового способу життя.

Т. Луценко вказує на компетентності, що сприяють здоров'ю та якими повинні володіти учні (Луценко, 2022: 65):

- навички раціонального харчування;
- навички рухової активності та загартування;

- санітарно-гігієнічні навички;
- навички організації режиму праці та відпочинку;
- навички самоконтролю;
- навички мотивації успіху та тренування волі;
- навички управління стресами;
- навички ефективного спілкування;
- навички попередження конфліктів;
- навички співчуття (емпатії);
- навички поведінки в умовах тиску;
- навички співробітництва;
- навички самоусвідомлення та самооцінки;
- визначення життєвих цілей і програм;
- аналіз проблем прийняття рішень.

Висновки. Отже, здоров'я є найціннішим скарбом людини. Вплив здоров'язбережувальних технологій на формування культури здорового способу життя і стійких здорових звичок, а також свідомого ставлення до власного здоров'я на уроках трудового навчання та технологій багато в чому залежить від вчителя, який повинен враховувати фізіологічні, індивідуальні та інтелектуальні особливості учнів. Школярів необхідно озброїти знаннями з питань здоров'я та його збереження, намагатися не перевантажувати учнів, а навпаки, сприяти зниженню втоми. Адже вчитель повинен сприяти вихованню здорової сучасної молоді та формувати в неї культуру здоров'я.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Як змінився стан здоров'я дітей за час війни: результати першого великого дослідження щодо фізкультури та спорту. URL: <https://rubryka.com/2023/09/07/yak-zminyvsya-stan-zdorov-ya-ditej-za-chas-vijny-rezultaty-pershogo-velykogo-doslidzhennya-shhodo-fizkultury-ta-sportu/> (дата звернення: 26.05.2024).
2. Рибалко Л.М. Здоров'язбережувальні технології як педагогічна і соціальна проблема. *Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія* [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль: Осадца В.М., 2019. С.8-29.
3. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль: Осадца В.М., 2019. 400 с. URL: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/Здоров'язбережувальні2019.pdf> (дата звернення: 26.05.2024).
4. Беседа Н.А. Організаційно-методичні основи застосування здоров'язбережувальних технологій у закладі загальної середньої освіти. *Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія* [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль: Осадца В.М., 2019. С.147-171.
5. Гуменюк С.В. Здоров'язберігаючі технології в системі освіти. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота*. 2013. Вип.26. С.55-57.
6. Люленко С. О. Поняття «здоров'язберігаючих технологій» як засобу формування здорового способу життя. URL: <https://college.nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2021/04AF.pdf> (дата звернення: 14.05.2024).
7. Луценко Т. Здоров'язбережувальні технології як засіб формування соціальної компетентності учнів Нової української школи. С. 61-68. URL: file:///C:/Users/Admin/Downloads/Ped_nauka_XXXVIII_XXXIX-62-69.pdf (дата звернення: 26.05.2024).
8. Белкова Т. Здоров'язберігаючі технології в контексті освітнього середовища. *Health & Education*. Вип. 4, 2023. С.235-239. URL: <https://journals.medacad.rivne.ua/index.php/health-education/article/view/93/86> (дата звернення: 14.05.2024).
9. Здоров'я дітей і медична служба в закладах середньої освіти. URL: <https://phc.org.ua/news/zdorovya-ditey-i-medichna-sluzhba-v-zakladakh-serednoy-osviti> (дата звернення: 21.04.2024).
10. Штельмах С.Ю. Формування здоров'язбережувальних компетентностей на уроках трудового навчання та технології засобами проектної діяльності. URL: <https://naurok.com.ua/stattya-formuvannya-zdorov-yazberezhuvalnyh-kompetentnostey-na-urokah-trudovogo-navchannya-ta-tehnologi-zasobami-proektno-diyalnosti-173675.html>

11. Лимар І.Ф. Використання здоровозберігаючих технологій як фактор формування культури здорового способу життя на уроках трудового навчання. URL: <https://naurok.com.ua/vikoristannya-zdorovozberigayuchih-tehnologiy-yak-faktor-formuvannya-kulturi-zdorovogo-sposobu-zhittya-na-urokah-trudovogo-navchannya-335635.html>
12. Впровадження здоров'язберігаючих технологій у НБП. URL: <https://www.slideshare.net/slideshow/ss-44446371/44446371> (дата звернення: 21.04.2024).
13. Суярко Л. Здоров'язбережувальні аспекти сучасного уроку технологій. С. 74-75. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/16634/1/31.pdf> (дата звернення: 2.06.2024).

REFERENCES

1. Yak zminyvsia stan zdorov'ia ditei za chas viiny: rezultaty pershoho velykoho doslidzhennia shchodo fizkultury ta sportu. [How children's health has changed during the war: results of the first major study on physical education and sports]. (2023). URL: <https://rubryka.com/2023/09/07/yak-zminyvsya-stan-zdorov-ya-ditej-za-chas-vijny-rezultaty-pershogo-velykogo-doslidzhennya-shhodo-fizkultury-ta-sportu/> (data zvernennia: 26.05.2024).
2. Rybalko L.M. (2019). Zdorov'iazberizhuvalni tekhnologii yak pedahohichna i sotsialna problema. [Health-saving technologies as a pedagogical and social problem]. *Zdorov'iazberizhuvalni tekhnologii v osvithomu seredovyshchi: kolektyvna monohrafiia* [za zah. red. L.M. Rybalko]. Ternopil: Osadtsa V.M., p.8-29. [in Ukrainian].
3. Rybalko L.M. (ed.) (2019). *Zdorov'iazberizhuvalni tekhnologii v osvithomu seredovyshchi: kolektyvna monohrafiia* [Health-saving technologies in the educational environment: a collective monograph]. Ternopil: Osadtsa V.M., 400 p. URL: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/Zdoroviazberizhuvalni2019.pdf> (data zvernennia: 26.05.2024).
4. Beseda N.A. (2019). Orhanizatsiino-metodychni osnovy zastosuvannia zdorov'iazberizhuvalnykh tekhnologii u zakladi zahalnoi serednoi osvity. [Organizational and methodological bases for the use of health-saving technologies in general secondary education]. *Zdorov'iazberizhuvalni tekhnologii v osvithomu seredovyshchi: kolektyvna monohrafiia* [za zah. red. L.M. Rybalko]. Ternopil: Osadtsa V.M., p.147-171. [in Ukrainian].
5. Humeniuk S.V. (2013). *Zdorov'iazberihaiuchi tekhnologii v systemi osvity*. [Health-saving technologies in the education system]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Pedahohika, sotsialna robota. Vyp.26, p.55-57.* [in Ukrainian].
6. Liulenko S. O. (2021). Poniattia «zdorov'iazberihaiuchykh tekhnologii» yak zasobu formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia. [The concept of “health-saving technologies” as a means of forming a healthy lifestyle]. URL: <https://college.nuph.edu.ua/wp-content/uploads/2021/04AF.pdf> (data zvernennia: 14.05.2024).
7. Lutsenko T. (2022). *Zdorov'iazberizhuvalni tekhnologii yak zasib formuvannia sotsialnoi kompetentnosti uchniv Novoi ukrainskoi shkoly*. [Health Saving Technologies as a Means of Forming Social Competence of Students of the New Ukrainian School]. P. 61-68. URL: file:///C:/Users/Admin/Downloads/Ped_nauka_XXXVIII_XXXIX-62-69.pdf (data zvernennia: 26.05.2024).
8. Bielkova T. (2023). *Zdorov'iazberihaiuchi tekhnologii v konteksti osvithnoho seredovyshcha*. [Health-saving technologies in the context of the educational environment]. *Health & Education. Vyp. 4, p.235-239.* URL: <https://journals.medacad.rivne.ua/index.php/health-education/article/view/93/86> (data zvernennia: 14.05.2024).
9. *Zdorov'ia ditei i medychna sluzhba v zakladakh serednoi osvity*. (2021). [Children's health and medical service in secondary education institutions]. URL: <https://phc.org.ua/news/zdorovya-ditey-i-medichna-sluzhba-v-zakladakh-serednoi-osviti> (data zvernennia: 21.04.2024).
10. Shtelmakh S.Yu. (2020). *Formuvannia zdorov'iazberizhuvalnykh kompetentnostei na urokakh trudovoho navchannia ta tekhnologii zasobamy proektnoi diialnosti*. [Formation of health-saving competencies in labor training and technology lessons by means of project activities]. URL: <https://naurok.com.ua/stattya-formuvannya-zdorov-yazberizhuvalni-kompetentnostey-na-urokah-trudovogo-navchannya-ta-tehnologi-zasobami-proektno-diyalnosti-173675.html> (data zvernennia: 21.04.2024).
11. Lymar I.F. (2023). *Vykorystannia zdorovozberihaiuchykh tekhnologii yak faktor formuvannia kultury zdorovoho sposobu zhyttia na urokakh trudovoho navchannia*. [The use of health-saving technologies as a factor in the formation of a healthy lifestyle culture in labor training lessons]. URL: <https://naurok.com.ua/vikoristannya-zdorovozberigayuchih-tehnologiy-yak-faktor-formuvannya-kulturi-zdorovogo-sposobu-zhittya-na-urokah-trudovogo-navchannya-335635.html> (data zvernennia: 21.04.2024).
12. *Vprovadzhenntia zdorov'iazberihaiuchykh tekhnologii u NVP*. (2011). [Implementation of health-saving technologies in the industrial sector]. URL: <https://www.slideshare.net/slideshow/ss-44446371/44446371> (data zvernennia: 21.04.2024).
13. Suiarko L. *Zdorov'iazberizhuvalni aspekty suchasnoho uroku tekhnologii*. [Health-saving aspects of a modern technology lesson]. (2021). P. 74-75. URL: <http://dspace.pnpu.edu.ua/bitstream/123456789/16634/1/31.pdf> (data zvernennia: 2.06.2024).