УДК 373.3.015.31:613.955/303.4

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2\(7\)-278-287](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2022-2(7)-278-287)

Замрозович-Шадріна Світлана Романівна доктор педагогічних наук, доцент, доцент кафедри фахових методик і технологій початкової освіти, ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», вул. Шевченка, 57, м. Івано-Франківськ, 76018, тел.: (0342) 57-01-12, <https://orcid.org/0000-0003-0138-3587>

ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ ДОСЛІДЖЕННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я

Анотація. У статті піднято проблему дослідження культури здоров'я. Зазначається, що здоровий спосіб життя як ефективний засіб збереження й зміцнення здоров'я повинен трансформуватись у більш високий якісний рівень – культуру здоров'я. Проблема формування культури здоров'я та основ здорового способу життя особливо актуальна для молодшого шкільного віку, оскільки в цей період відбувається становлення власної програми життєдіяльності. Акцентується, що поняття «культура здоров'я» є багаторівневою освітою, охоплює майже всі сторони життя людини і є важливою складовою її загальної культури, обумовленої матеріальним і духовним середовищем життя та діяльності суспільства. Розглянуто принципи, структурні компоненти, методи вивчення рівнів культури здоров'я. З'ясовано, що для зміцнення культури здоров'я дошкільників та учнів початкових класів має бути спрямований сучасний навчально-виховний процес, який буде ефективним за таких організаційно-педагогічних умов: індивідуалізація навчально-виховного процесу; організації системи роботи на основі впровадження методичних заходів щодо підвищення рівня професійної компетентності педагогів початкової школи; насичення змісту навчальних предметів і виховних заходів тематикою збереження і зміцнення здоров'я дитини; здійснення моніторингу навчально-виховного процесу для підвищення рівня, збереження та зміцнення здоров'я.

Наголошується, що тільки при цілеспрямованій діяльності держави, органів освіти та сім'ї можна забезпечити формування фізично, психічно, соціально, морально здорової особистості з високим рівнем громадянської відповідальності, готової до самостійного вибору власного місця в житті, високо ерудованої та культурної, яка має гуманістичний світогляд і гуманістичні якості, поважає батьків, інших людей, які її оточують, із сформованою культурою здоров'я та веде здоровий спосіб життя.

Ключові слова: здоров'я, культура здоров'я, здоровий спосіб життя, особистість.

Svitlana Zamrozevych-Shadrina Doctor of Pedagogical Sciences, associate professor at the department of professional methods and technologies of Primary Education Vasyl Stefanyk Precarpathian National University, Ivano-Frankivsk, 76018, Ukraine, Ivano-Frankivsk, Shevchenko St., 57, tel.: (0342) 57-01-12, <https://orcid.org/0000-0003-0138-3587>

THEORETICAL ASPECT OF HEALTH CULTURE STUDY

Abstract. The problem of research of culture of health is considered in the article. It is noted that a healthy lifestyle as an effective means of maintaining and promoting health must be transformed into a higher quality level - a culture of health. The problem of forming a culture of health and the foundations of a healthy lifestyle is especially relevant for primary school age, because during this period is the formation of their own life program. It is emphasized that the concept of "health culture" is a multilevel education, covers almost all aspects of human life and is an important component of its overall culture, due to the material and spiritual environment of life and society. The principles, structural components, methods of studying the levels of health culture are considered. It was found that to strengthen the culture of health of preschoolers and primary school students should be directed to the modern educational process, which will be effective in the following organizational and pedagogical conditions: individualization of the educational process; organization of the system of work on the basis of the introduction of methodological measures to increase the level of professional competence of primary school teachers; saturation of the content of subjects and educational activities with the theme of preserving and strengthening the health of the child; monitoring the educational process to improve, maintain and promote health.

It is emphasized that only with purposeful activities of the state, education and family can ensure the formation of physically, mentally, socially, morally healthy person with a high level of civic responsibility, ready to choose their own place in life, highly erudite and cultural, humanistic worldview and humanistic qualities, respects parents, other people around her, with an established culture of health and leads a healthy lifestyle.

Keywords: health, health culture, healthy lifestyle, personality.

Постановка проблеми. На сьогоднішній день проблема поширення, популяризації та формування здорового способу життя набуває особливої актуальності, оскільки соціально-економічна перебудова в Україні, глобальна економічна криза, погіршення побутових, екологічних, гігієнічних, психологічних умов, демографічна ситуація негативно впливає на стан здоров'я дитячого та дорослого населення.

Статистичні дані свідчать про зростання останні 10 років захворюваність серед дітей України на 20%, поширеність хронічних захворювань в 2,87 рази, на 22,9% збільшився контингент дітей-інвалідів. Найбільш поширеними є хвороби

ендокринної системи (збільшенням в 3,5 рази), хвороби крові та кровотворних органів (в 2,8 рази), хвороби системи кровообігу (в 1,8 рази), хвороби сечостатевої системи (в 1,0 рази), вроджені вади розвитку зросли на 77,6% хвороби нервової системи – на 43,4% [6; 9; 11]. Залишається високою загальна захворюваність дітей.

Дослідження сучасних вчених А.Лебединець (2009); В.Сутулова (2009); Є. Приступок (2011) та ін. засвідчують, що до школи приходить велика група дітей з відхиленнями в стані здоров'я, 40% з них мають хронічну патологію. Неблагополучна картина спостерігається і серед дітей шкільного віку. Лише 2,8% дітей можна віднести до групи здорових, 34% дітей мали функціональні відхилення в різних органах і системах організму, а у 64,5% дітей були виявлені хронічні захворювання. Причому хронічна патологія зростала від 1-го (41%) до 11-го класу (64%). Слід відмітити, що серед патологій перші місця займають захворювання носоглотки (73%), захворювання органів травлення (64,5%), хвороби ендокринної системи (55%) [8; 11; 12; 13; 14].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вивчення проблеми здоров'я на методологічному, теоретичному й практичному рівнях узагалі й формування культури здоров'я зокрема, висвітлені у вітчизняних і зарубіжних працях філософів і культурологів: В.Вернадського, В.Казначеева, В.Климової, В.Скуміна, Є.Спіріна, Т.Фролова та ін.; психологів: В.Леві, А.Маслоу та ін.; медиків: М.Амосова, Г.Апанасенка, В.Войтенка, Р.Герберда, Ю.Лисицина, І.Мільман, І.Муравова, В.Петленка, Л.Попової та ін.; педагогів-класиків: Я.Коменського, Дж.Локка, А.Макаренка, Ж.-Ж.Руссо, Г.Сковороди, В.Сухомлинського, К.Ушинського та ін.; сучасних педагогів: С.Васильєва, С.Волкової, О.Дубогай, Л.Жаліло, Н.Москаленко, В.Оржеховської, Г.Презлятої, Л.Татарнікової, Г.Шевченко та ін.; валеологів: Ю.Андреева, Т.Бойченко, Б.Болотова, І.Брехмана, М.Гончаренко, В.Зайцева, П.Іванова, В.Лободіна, Г.Малахова, І.Невмивакіна, В.Салбанова, Т.Тихоплава; культура здоров'я: В.Бабич, В.Горашук, Г.Долинський, Ю.Драгнєв, С.Кириленко, Г.Кривошеєва, В.Скумин та інших.

Метою статті є теоретичне обґрунтування поняття «культура здоров'я» в науковій літературі та аналіз його змісту.

Виклад основного матеріалу. Турбота про здоров'я та його зміцнення є природною потребою культурної людини. На сьогодні, як стверджують провідні фахівці медичної валеології, щоб бути здоровим, здорового способу життя вже недостатньо. Здоровий спосіб життя як ефективний засіб збереження й зміцнення здоров'я повинен трансформуватись у більш високий якісний рівень – культуру здоров'я. Проблема формування культури здоров'я та основ здорового способу життя особливо актуальна для молодшого шкільного віку, оскільки в цей період відбувається становлення власної програми життєдіяльності. Це зумовило потребу перетворення навчальних закладів різного типу на школи сприяння здоров'ю, яке почалося в 1995 р. із приєднання України до міжнародного проекту «Європейська мережа шкіл сприяння

здоров'ю». Проведення організаційної роботи в цьому напрямі, Всеукраїнського конкурсу на кращу концептуальну модель шкіл сприяння здоров'ю, що було започатковано у 2002 р., привели до розширення мережі подібних закладів в Україні. Але теоретичні й практичні навчання культури здоров'я в загальноосвітніх закладах ще недостатньо розроблені, хоча проекти концепції культури здоров'я, авторські програми факультативних занять заслуговують на увагу.

Термін «культура здоров'я» та його характеристика розглядаються різними авторами неоднозначно.

Даний термін був введений філософом В.К. Климовою в 80-роках, але саме значення цього поняття не було представлено.

«Культура здоров'я» в роботах українських дослідників використовується не часто, але в роботах іноземних дослідників досить широко використовується.

Наукові дослідження, наші спостереження засвідчують, що формування культури здоров'я школярів в області педагогічної, культурологічної та валеологічної освіти і виховання страждають фрагментарністю і не дають можливості представити цілісну картину наукових поглядів на цю проблему, тому аналіз існуючих підходів до формування культури здоров'я є актуальним.

Оскільки поняття «Культура здоров'я» є багаторівневою освітою, охоплює майже всі сторони життя людини і є важливою складовою її загальної культури, обумовленої матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, то виділяють критерії культури здоров'я і методи вивчення рівнів культури здоров'я особистості. О. Ахвердова і В. Магін розглядають феномен «культури здоров'я», як інтеграційну особистісну освіту, що є вираженням гармонійності, багатства та цілісності особистості, універсальності її зв'язків з навколишнім світом і людьми, а також здібності до творчої та активної освіти, що є вираженням гармонійності, багатства і цілісності особистості, універсальності її зв'язків з навколишнім світом і людьми, а також здатності до творчої і активної життєдіяльності [1]. Автори вводять поняття «культура здоров'я», а також вводять критерії, за якими виявляють наявність культури здоров'я. Універсальної методики вивчення культури здоров'я в науці не розроблено, тому вчені пропонують використати методи, що дозволяють вивчити кожен компонент окремо від цієї інтеграційної освіти.

Спробуємо систематизувати і оцінити безліч чинників, що впливають на культуру здоров'я. Різні автори вводять свої класифікації і виділяють наступні принципи культури здоров'я :

Перший принцип – механізм «збереження здоров'я», проявляється в соціальній захищеності громадян, що гарантують їм відносне матеріальне благополуччя, медичні послуги, соціальне забезпечення і т.д.

Другий принцип – «підвищення резервів здоров'я», слід пов'язувати з соціальною активністю громадян, з правами громадян на вільний прояв своїх біологічних і соціальних можливостей і їх втіленням в життя.

Третій принцип – установка на здоров'я не з'являється у людини сама собою, а формується в результаті педагогічного впливу, тому в структурі

валеологічного забезпечення життєдіяльності особливе значення набуває педагогічний або виховний компонент, суть якого полягає в «навчанні здоров'ю з раннього віку». Тому основним компонентом є здоров'я підростаючого покоління і, насамперед, здоров'я дітей в процесі їхнього розвитку і дорослішання. Така оцінка показує наскільки особистість усвідомлює здоров'я та культуру як загальнолюдські цінності, свій зв'язок з навколишнім світом і людьми, свої дієво-вольові якості.

Структурними компонентами культури здоров'я є:

1. *Когнітивно-мотиваційний* (когнітивний критерій). Показники:

1. Розуміння сутності культури здоров'я.
2. Поповнення об'єму знань про духовне, психофізичне та соціальне здоров'я особистості.
3. Усвідомлення здоров'я і культури як загальнолюдських цінностей

2. *Когнітивно-мотиваційний* (мотиваційний критерій). Показники:

1. Усвідомлення проектування життєвих прагнень, які визначають *modus Vivendi* – спосіб життя.

2. Валеологічну поведінку, яка обумовлює здоровий спосіб життя.

3. *Емоційний* (емоційний критерій). Показники:

1. Емоційна стійкість.
2. Подолання труднощів і психічних станів на емоційно-позитивному фоні.

4. *Когнітивно-вольовий*:

а) комунікативно-діяльнісний критерій. Показники:

1. Наявність та об'єм знань з культури спілкування.
2. Прояв комунікативної толерантності.
3. Пошукова активність.
4. Задоволення оптимального рухового режиму.

б) вольовий критерій. Показники:

1. Прагнення до саморозвитку, самовдосконалення та самовиховання.
2. Вольова регуляція поведінки, подолання труднощів у досягненні поставленої мети.

Методи вивчення рівнів культури здоров'я:

1. Когнітивно-мотиваційний. Мета вивчення:

1. Встановлення розуміння сутності культури здоров'я.
2. Визначення положення здоров'я та культури в ієрархії життєвих цінностей.

3. Встановлення особистісного відношення студентів до здорового способу життя.

Методи вивчення: анкетування, ранжування.

2. Емоційний. Мета вивчення:

Визначення емоційного фону життя особистості.

Методи вивчення: тестування, метод експертних оцінок.

3. Когнітивно-вольовий. Мета вивчення:

1. Визначення рівня загальної комунікативної толерантності особи.
2. Визначення розвиненості вольових якостей особи необхідних для свідомого подолання труднощів, які виникають.

Методи вивчення: тестування, самооцінка, педагогічне спостереження.

В.Бароненко також вважає, що культура здоров'я – найважливіша складова загальної системи культури [2], а В.Горашук розглядає формування культуру здоров'я школярів як умову внутрішнього духовного становлення особи [5].

Культуру здоров'я слід розуміти як сукупність знань філософського, педагогічного, психологічного, медичного спрямувань, що збагачує духовне, психічне, фізичне життя індивіда, формує особисте ставлення до здоров'я та життєдіяльності, допомагає людині осмислювати парадигми буття.

Культура здоров'я є важливим компонентом загальної культури людини, який обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження й зміцнення її здоров'я [5].

Культура здоров'я – це система світоглядних настанов, переконань, життєвих цінностей, основою яких є знання про здоров'я, що зумовлює свідоме, відповідальне, ціннісне ставлення як до власного здоров'я, так і до здоров'я оточуючих та довкілля, формує стереотип мислення, поведінки та діяльності, спрямованих на збереження і зміцнення здоров'я дитини [10, с. 40].

Прагнення дитини до самовдосконалення та самопізнання, поважне ставлення до себе, як до особистості є елементом культури здоров'я. Таким чином культура здоров'я – це знання методик із зміцнення та укріплення організму в цілому, що допомагають особистості бережливо відноситись до власного здоров'я. Знання резервних можливостей організму (фізичних, психічних, духовних) і вміння їх правильно застосовувати визначають рівень культури здоров'я [4, с. 23].

Як духовна проблема, культура здоров'я є об'єктом виховання; як фізична проблема – є фактором засвоєння дійсності; як психологічна проблема – процесом розвитку особистості, її потреб, мотивацій, ставлень, тому для формування культури здоров'я учнів початкових класів потрібна організована спільна діяльність всіх учасників навчально-виховної роботи (учнів, вчителів, батьків) та їхня загальна готовність до цього процесу [16, с. 15].

Викликає інтерес трактування О. Кучерявого про сутність поняття «культура здоров'я», який розглядає її складову частину загальної культури молодшого школяра, що має здатність до організації творчого процесу, власних духовно-моральної, психічної та фізичної сфер на основі внутрішнього прийняття психолого-педагогічних знань в сфері самовиховання [7, с. 124].

Зміст культури здоров'я включає в себе три компоненти:

1. інтелектуальний – знання в галузі валеології, організації здорового способу життя, збереженні та зміцненні здоров'я;
2. емоційно-цілісний – активне позитивне відношення до свого здоров'я, до організації здорового способу життя;
3. дієво-практичний – застосування валеологічних знань, умінь і навичок в практиці організації здорового способу життя.

Деякі автори вводять термін детермінанти культури здоров'я, маючи на увазі під ним безліч факторів, що обумовлюють здоров'я людини і класифікують їх по групах:

Біологічні фактори (зокрема, генетичні).

- Фізичне середовище (фактори зовнішнього середовища).

- Соціальне середовище (середовище , у якому зростають діти , умови життя , починаючи з раннього віку, навчання здоров'ю).

Індивідуальний спосіб життя (виключення негативних впливів, наприклад, паління і вживання алкоголю, адекватне харчування, особиста гігієна, фізична культура, режим праці та відпочинку та ін.).

- Служба здоров'я (підвищення мотивації здорової поведінки).

Інші автори пропонують оцінювати різні складові культури здоров'я. Зокрема:

- Фізична (фізична активність, фізичне благополуччя, фізичні обмеження, наявність або відсутність вимушеного перебування в ліжку).

- Психічна (психологічне благополуччя, контроль поведінкових і емоційних реакцій, пізнавальне функціонування, наявність або відсутність занепокоєння та депресії).

- Соціальна (контакти з людьми, соціальні ресурси).

Рольова (рольове функціонування, тобто свобода у виконанні звичних ролей вдома, в школі).

Основне протиріччя в тому, що накопичений методологічний і методичний матеріал не став надбанням широких верств населення, і дітей, які мають низький рівень знань про фізичну культуру, загалом, так і про здоровий спосіб життя зокрема.

Найімовірніше, для збереження і зміцнення здоров'я в сучасній українській культурі та в суспільстві в цілому не сформована в свідомості мотивація здорового способу життя. З точки зору психологів, соціологів, педагогів, постіндустріальне суспільство характеризується переважанням цінностей особистої індивідуальності над державними цінностями. Покоління ж батьків дітей виховувалось у суспільстві, де державні цінності переважали над особистими, що виключило культуру здоров'я з свідомості, як вищу особистісну мотивацію, бо формування культурни на рівні свідомості та самосвідомості відбувалося на користь вищих інтересів держави. Сучасний етап розвитку суспільства характеризується складними соціально-економічними змінами, які ведуть за собою зміну моральних і життєвих основ людей різної статі та віку. Все частіше та частіше спостерігається в даному зв'язку розрив між матеріальним добробутом людей. У даному зв'язку найуразливішою і незахищеною соціальною категорією є діти. Молодий і ще не сформований ні у фізичних, ні в моральних відносинах індивідуум є найбільш піддатливим впливам для багатьох соціальних відхилень. І якщо соціальні відхилення контролюються державою, то руйнування індивідуального здоров'я підростаючого покоління, на жаль, поки що не стало предметом державного втручання. Розглядаючи культуру як один з чинників здоров'я, В.Семенов вважає, що культурна людина не може дозволити собі хворіти; отже, високий рівень захворюваності населення (особливо такими хронічними

захворюваннями як атеросклероз, ішемічна хвороба серця, діабет ін.), зростання кількості осіб з надмірною масою тіла, а також таких, які палять, вживають алкоголь, є показником низького рівня їх культури [15].

І.Брехман зазначає, що досить часто люди, незважаючи на загальну обізнаність хворіють на ті хвороби, для профілактики яких достатньо вести здоровий спосіб життя, щоб задіяти великі резерви фізичного і психічного здоров'я, якими вони володіють для збільшення тривалості активного і щасливого життя підрастаючого покоління [3].

Аналіз теоретичних досліджень показав, що в науковій літературі не сформувався однозначного підходу у визначенні основних понять проблеми культури здоров'я: здоров'я, здоровий спосіб життя, культура здорового способу життя. Аналіз сучасних досліджень дозволив систематизувати та оцінити фактори, що впливають на культуру здоров'я, диференціювати та охарактеризувати компоненти культури здоров'я.

Разом з цим слід зазначити, що не зважаючи на те, що останніми роками органи освіти стали більше уваги приділяти цій проблемі, ефективна реалізація ідей формування культури здоров'я життя можлива за умови раціонального використання фінансових, технологічних, матеріальних, інтелектуальних та інших ресурсів держави. Лише при цілеспрямованій діяльності держави, органів освіти, сім'ї можна забезпечити формування фізично, психічно, соціально, морально здорової особистості з високим рівнем громадянської відповідальності, готової до самостійного вибору власного місця в житті, високо ґрунтованої та культурної, яка має гуманістичний світогляд і гуманістичні якості, поважає батьків, інших людей, які її оточують, із сформованою культурою здоров'я та веде здоровий спосіб життя.

Висновки. Розкриття теоретико-методичних основ культури здоров'я, його компонентного складу і рівня знань про навички збереження і зміцнення здоров'я дасть можливість для більше глибокого осмислення даного явища, виявлення проблем, які заважають прилученню дітей до здорового способу життя.

Подальші дослідження передбачають проводитись в напрямі вивчення інших проблем культури здоров'я.

Література:

1. Ахвердова О. А., Магин В.А. К исследованию феномена «Культура здоровья» в области профессионального образования. Теория и практика физической культуры. 2002. № 9. С. 5–7.
2. Бароненко В.А., Рапопорт Л.А. Культура здоров'я студента. Рапопорт. Екатеринбург, 2003. 224 с.
3. Брехман И.И. Введение в валеологию – науку о здоровье. Ленинград, 1987. 125 с.
4. Волинець О.В. Школа культуры здоров'я. Початкове навчання та виховання. Харків: Основа, 2013. №11. С. 18–24.
5. Горащук В.П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика): монография. Луганск: Альма-матер, 2003. 376 с.
6. Куценко В. І. Здоров'я нації як стратегічний ресурс держави. Вісник НАН України. 2009. № 6. С. 44-51.
7. Кучерявий О. Г. Культура здоров'я як цілісна властивість особистості й складова

частина її загальної культури. Науковий вісник Південноукраїнського національного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. 2011. № 9-10. С. 121-126.

8. Лебединець Н. В. Гігієнічна оцінка умов, режимів та організації навчально-вихованого процесу за різних педагогічних технологій як фактор впливу на здоров'я школярів. Довкілля та здоров'я. 2009. № 2. С. 65-68.

9. Неделько В. Здоровье школьника. «Половине школьников физкультура не по силе». 7'я. 2010. №3 (476). С. 5.

10. Нікітенко О. Формування культури здоров'я молодших школярів шляхом впровадження здоров'язбережувальних освітніх технологій. Початкова школа. 2018. № 1. С. 36–40.

11. Приступа Е. Завышенные нормативы или слабые дети? [Електронний ресурс]. Зеркало недели. Україна. 2011. № 9, 11 марта. Режим доступа: <https://zn.ua/gazeta/archive>.

12. 80. Про заходи щодо вдосконалення роботи з фізичного виховання та збереження здоров'я школярів в навчальних закладах України : Наказ Міністерства освіти і науки України № 956 від 22.10.2008 р. [Електронний ресурс]. Офіційний сайт Верховної Ради України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0718290-05#Text>

13. Про затвердження Міжгалузевої Комплексної програми «Здоров'я нації на 2002-2011 роки» : Постанова Кабінету Міністрів України № 14 від 10 січня 2002 р. [Електронний ресурс]. Офіційний сайт Верховної Ради України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/14-2002-%D0%BF#Text>.

14. Про рекомендації парламентських слухань про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя» : Постанова Верховної Ради України від 03.02.2011 р. [Електронний ресурс]. Офіційний сайт Верховної Ради України. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2992-VI#Text>.

15. Семенов В.С. Культура и развитие человека. Вопросы философии. 1982. № 4. С. 15–29.

16. Система роботи школи щодо збереження здоров'я учнів / [Г. Сліченко, Г. Серцева, Н. Пахомова, О. Левкович]. Початкова школа. 2009. № 2. С. 33-39.

References:

1. Akhverdova O. A., Mahyn V.A. K yssledovanyiu fenomena «Kultura zdorovia» v oblasti professyonalnoho obrazovanyia [To study the phenomenon of "Culture of Health" in the field of vocational education]. Teoryia y praktyka fizycheskoï kultury. 2002. № 9. S. 5–7. [in Ukrainian].

2. Baronenko V.A., Rapoport L.A. Kultura zdorovia studenta [Student health culture]. Rapoport. Ekaterynburh, 2003. 224 s. [in Russian].

3. Brekhman Y.Y. Vvedeniye v valeolohiyu – nauku o zdorove [Introduction to valeology - the science of health]. Lenynhrad, 1987. 125 s. [in Russian].

4. Volynets O.V. Shkola kultury zdorov'ia [School of Health Culture]. Pochatkove navchannia ta vykhovannia. Kharkiv: Osnova, 2013. №11. S. 18-24. [in Ukrainian].

5. Horashchuk V.P. Formyrovanye kultury zdorovia shkolnykov (teoryia y praktyka) [Formation of school health culture (theory and practice)]: monohrafiya. Luhansk: Alma-mater, 2003. 376 s. [in Ukrainian].

6. 53 Kutsenko V. I. Zdorovia natsii yak stratehichnyi resurs derzhavy [The health of the nation as a strategic resource of the state]. Visnyk NAN Ukrainy. 2009. № 6. S. 44-51. [in Ukrainian].

7. Kucheriavyy O. H. Kultura zdorovia yak tsilisna vlastyvist osobystosti y skladova chastyna yii zahalnoi kultury [The culture of health as a holistic property of the individual and an integral part of his general culture]. Naukovyi visnyk Pivdennoukrainskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu im. K. D. Ushynskoho. 2011. № 9-10. S. 121-126. [in Ukrainian].

8. Lebedynets N. V. Hihienichna otsinka umov, rezhymiv ta orhanizatsii navchalno-vykhovanoho protsesu za riznykh pedahohichnykh tekhnolohii yak faktor vplyvu na zdorovia shkoliariv [Hygienic assessment of conditions, regimes and organization of the educational process with different pedagogical technologies as a factor influencing the health of students]. Dovkillia ta zdorovia. 2009. № 2. S. 65-68. [in Ukrainian].

9. 64.Nedelko V. Zdorove shkolnyka. «Polovyne shkolnykov fyzkultura ne po syle» [Schoolboy's health. "Half of schoolchildren can not do physical education"]. 7ia. 2010. №3 (476). S. 5. [in Ukrainian].
10. Nikitenko O. Formuvannia kultury zdorov'ia molodshykh shkoliariv shliakhom vprovadzhennia zdorov'iazberezhuvalnykh osvitnikh tekhnolohii [Excessive standards or weaker children?]. Pochatkova shkola. 2018. № 1. S. 36-40. [in Ukrainian].
11. 78.Prustupa E. Zavyshennyye normatyvy yly slabne dety? [Inflated standards or weaker children] [Elektronnyi resurs]. Zerkalo nedely. Ukraina. 2011. № 9, 11 marta. Rezhym dostupa: <https://zn.ua/gazeta/archive>. [in Ukrainian].
12. 80.Pro zakhody shchodo vdoskonalennia roboty z fizychnoho vykhovannia ta zberezhenntia zdorovaia shkoliariv v navchalnykh zakladakh Ukrainy [About measures for improvement of work on physical education and preservation of health of schoolboys in educational institutions of Ukraine]: Nakaz Ministerstva osvity i nauky Ukrainy № 956 vid 22.10.2008 r. [Elektronnyi resurs]. Ofitsiinyi sait Verkhovnoi Rady Ukrainy. Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0718290-05#Text>. [in Ukrainian].
13. Pro zatverdzhennia Mizhhaluzevoi Kompleksnoi prohramy «Zdorovia natsii na 2002-2011 roky» [About measures for improvement of work on physical education and preservation of health of schoolboys in educational institutions of Ukraine]: Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy № 14 vid 10 sichnia 2002 r. [Elektronnyi resurs]. Ofitsiinyi sait Verkhovnoi Rady Ukrainy. Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/14-2002-%D0%BF#Text>. [in Ukrainian].
14. Pro rekomendatsii parlamentskykh slukhan pro stanovyshe molodi v Ukraini «Molod za zdorovy sposib zhyttia» [Про рекомендації парламентських слухань про становище молоді в Україні «Молодь за здоровий спосіб життя»]: Postanova Verkhovnoi Rady Ukrainy vid 03.02.2011 r. [Elektronnyi resurs]. Ofitsiinyi sait Verkhovnoi Rady Ukrainy. Rezhym dostupu: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2992-VI#Text>. [in Ukrainian].
15. Semenov V.S. Kultura y razvytye cheloveka. Voprosy fylosofyy [Culture and human development]. 1982. № 4. S. 15–29. [in Ukrainian].
16. Systema roboty shkoly shchodo zberezhenntia zdorovia uchniv [The system of the school's work to preserve the health of students]/ [H. Slichenko, H. Sertseva, N. Pakhomova, O. Levkovich]. Pochatkova shkola. 2009. № 2. S. 33-39. [in Ukrainian].