

інтегрованої в механізми соціальної мобілізації, освітньої політики та підготовки кадрів.

Упродовж XX століття відбулося розширення змістового поля фізичної культури: від гімнастичних і просвітницьких ініціатив – до комплексної структури, що включала масову фізичну підготовку, спорт вищих досягнень, мережу спеціалізованих навчальних закладів, наукові установи та систему управління галуззю. Водночас історичний досвід засвідчує, що сталі результати у сфері фізичної культури досягалися лише за умов поєднання трьох складників: державної підтримки, науково-методичного забезпечення та суспільної зацікавленості у руховій активності як життєвій цінності.

Подальші наукові пошуки доцільно спрямувати на мікроісторичні та регіональні дослідження, які дозволять конкретизувати загальнонаціональні тенденції через аналіз локальних практик організації фізкультурно-спортивної роботи. Перспективним є також вивчення змін у змісті фізичного виховання в освітніх інституціях різних періодів, зокрема трансформації навчальних програм, методик і підходів до підготовки педагогічних кадрів. Окремої уваги потребує порівняльний аналіз українського досвіду з європейськими моделями розвитку фізичної культури, що дасть можливість виявити як спільні закономірності, так і національні особливості.

Таким чином, подальше вивчення окресленої проблематики має бути спрямоване не лише на уточнення фактологічних даних, а й на формування теоретичної моделі історичної динаміки фізичної культури, що дозволить використати накопичений досвід для вдосконалення сучасної системи фізичного виховання та управління галуззю.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Булатова М.М., Бубка С.Н., Платонов В.М. Олімпійський спорт у системі гуманітарної освіти: навчальне видання. Київ: Перший друк, 2019. 912 с.
2. Державна освітня політика в сфері фізичної культури та спорту: монографія / За загальною редакцією Д.О. Грицишена. Житомир: Видавничий дім «Бук-друк», 2025. 300 с.
3. Міцкевич Н. І. Історичні аспекти розвитку фізичної культури і спорту в Україні. *Фізичне виховання та спорт у контексті державної програми розвитку фізичної культури в Україні: досвід, проблеми, перспективи*. 2015. С. 118-120. URL: https://eprints.zu.edu.ua/18006/?utm_source=chatgpt.com
4. Ребрина А. Товариство «Сокіл» як феномен української національної фізичної культури. *Проблеми освіти*. 2025. №2 (103). С. 594-605. URL: <https://doi.org/10.52256/2710-3986.2-103.2025.39>

5. Тарас Л., Окунь Д., Гриньова Т. Діяльність державного інституту України та українського науково-дослідного інституту фізичної культури у 30-40 роках XX століття. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2021. №5 (85). С. 63-68. DOI: <https://doi.org/10.15391/sns.v.2021-5.009>

REFERENCES

1. Bulatova, M. M., Bubka, S. N., & Platonov, V. M. (2019). Olimpiyskyi sport u systemi humanitarnoi osvity [Olympic sport in the system of humanitarian education]. Kyiv: Pershyy druk. 912 s. [in Ukrainian]
2. Hrytsyshen, D. O. (Ed.). (2025). Derzhavna osvitnia polityka v sferi fizychnoi kultury ta sportu [State educational policy in the field of physical culture and sport]. Zhytomyr: Vydavnychiy dim «Buk-druk». 300 s. [in Ukrainian]
3. Mitskevych, N. I. (2015). Istorychni aspekty rozvytku fizychnoi kultury i sportu v Ukraini [Historical aspects of the development of physical culture and sport in Ukraine]. In *Fizyчне vykhovannia ta sport u konteksti derzhavnoi prohramy rozvytku fizychnoi kultury v Ukraini: dosvid, problemy, perspektyvy*. S. 118-120. [in Ukrainian]
4. Rebryna, A. (2025). Tovarystvo «Sokil» yak fenomen ukraïnskoi natsionalnoi fizychnoi kultury [The «Sokil» society as a phenomenon of Ukrainian national physical culture]. *Problemy osvity*. 2(103). S. 594-605. [in Ukrainian]
5. Taras, L., Okun, D., & Hrynova, T. (2021). Diialnist derzhavnogo instytutu Ukrainy ta ukraïnskoho naukovodoslidnogo instytutu fizychnoi kultury u 30-40 rokakh XX stolittia [Activities of the State Institute of Ukraine and the Ukrainian Research Institute of Physical Culture in the 1930s-1940s]. *Slobozhanskyi naukovy-sportyvnyi visnyk*. 5(85). S. 63-68. [in Ukrainian]

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

ЛЕЩЕНКО Геннадій – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри спортивних ігор та масових видів спорту Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка.

Наукові інтереси: історія фізичної культури і спорту, еволюція системи підготовки фахівців фізичної культури, соціокультурні трансформації у сфері фізичної культури спорту, теорія та методологія фізичного виховання.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

LESHCHENKO Hennadii – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Sports Games and Mass Sports of Volodymyr Vynnychenko Central Ukrainian State University.

Scientific interests: history of physical culture and sport, evolution of the system of training specialists in physical culture, socio-cultural transformations in the field of physical culture and sport, theory and methodology of physical education.

*Стаття надійшла до редакції 03.03.2026 р.
Стаття прийнята до друку 15.03.2026 р.*

УДК 37.015.31:613:796

DOI: 10.36550/2415-7988-2026-1-223-53-58

ISSN 2415–7988 (Print) ISSN 2521–1919 (Online)

МОМОТ Олена –

доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9187-1036>
e-mail: tmovsd@ukr.net

ЗАЙЦЕВА Юлія –

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7155-392X>
 e-mail: zaicevayuliya1@gmail.com

НОВІК Сергій –

кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8718-6271>
 e-mail: novik.s1983@gmail.com

**ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я
 У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

У статті обґрунтовано актуальність формування культури здоров'я у системі фізичного виховання в умовах сучасних соціальних та освітніх викликів. Здійснено аналіз останніх наукових досліджень і публікацій з проблеми впровадження здоров'язбережувальних та інноваційних педагогічних технологій у фізичному вихованні. Визначено сутність поняття «культура здоров'я» як інтегральної особистісної характеристики, що включає усвідомлене ставлення до власного здоров'я, сформовані знання про чинники здоров'я, навички саморегуляції та готовність до ведення здорового способу життя.

Встановлено, що формування культури здоров'я в системі фізичного виховання є багатограним процесом, який вимагає застосування сучасних педагогічних підходів. Інтеграція здоров'язбережувальних, особистісно орієнтованих, інформаційно-комунікаційних і мотиваційно-ціннісних технологій сприяє зростанню рівня фізичної активності, розвитку відповідального ставлення до власного здоров'я та формуванню здоров'язбережувальної компетентності. Важливим аспектом цього процесу є створення сприятливого освітнього середовища, яке стимулює учнів до активної участі у фізкультурно-оздоровчій діяльності. Систематичне використання інноваційних методів навчання сприяє формуванню стійкої мотивації до здорового способу життя та самовдосконалення.

Теоретично охарактеризовано та експериментально перевірено комплекс педагогічних умов ефективного впровадження сучасних технологій формування культури здоров'я у системі фізичного виховання, зокрема: системності та цілісності освітнього процесу, підготовка педагогічних кадрів до використання сучасних технологій, міждисциплінарну інтеграцію знань про здоров'я та створення мотиваційного середовища, що підтримує здоровий спосіб життя. Представлено результати педагогічного експерименту, які засвідчують позитивну динаміку показників сформованості культури здоров'я, мотивації до фізичної активності та здоров'язбережувальної компетентності, виражену у відсоткових показниках.

Ключові слова: культура здоров'я, фізичне виховання, здоров'язбережувальні технології, мотивація, здобувачі освіти, освітній процес.

MOMOT Olena –

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9187-1036>
 e-mail: tmovsd@ukr.net

ZAITSEVA Yuliia –

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7155-392X>
 e-mail: zaicevayuliya1@gmail.com

NOVIK Serhii –

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University
 ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8718-6271>
 e-mail: novik.s1983@gmail.com

**TECHNOLOGIES FOR FORMING A CULTURE OF HEALTH
 IN THE SYSTEM OF PHYSICAL EDUCATION**

The article substantiates the relevance of the formation of a culture of health in the system of physical education in the conditions of modern social and educational challenges. An analysis of the latest scientific research and publications on the problem of implementing health-saving and innovative pedagogical technologies in physical education was carried out. The essence of the concept of «health culture» as an integral personal characteristic, which includes a conscious attitude to one's own health, formed knowledge about health factors, self-regulation skills and readiness to lead a healthy lifestyle, is defined.

It was established that the formation of a culture of health in the system of physical education is a multifaceted process that requires the use of modern pedagogical approaches. The integration of health-preserving, personally oriented, information-communication and

motivational-value technologies contributes to the growth of the level of physical activity, the development of a responsible attitude to one's own health, and the formation of health-preserving competence. An important aspect of this process is creating a favorable educational environment that encourages students to actively participate in physical and health activities. The systematic use of innovative methods fosters sustainable motivation for a healthy lifestyle and self-improvement.

The set of pedagogical conditions for the effective implementation of modern technologies for the formation of health culture in the system of physical education has been theoretically characterized and experimentally verified, in particular: system and integrity of the educational process, training of teaching staff to use modern technologies, interdisciplinary integration of knowledge about health and creation of a motivational environment that supports a healthy lifestyle. The results of the pedagogical experiment show positive dynamics in the formation of health culture, motivation for physical activity, and health-preserving competence, expressed in percentage indicators.

Key words: health culture, physical education, health-preserving technologies, motivation, students of education, educational process.

Постановка та обґрунтування актуальності проблеми. У сучасних умовах розвитку суспільства проблема збереження та зміцнення здоров'я населення набуває особливої соціальної, педагогічної та медико-біологічної значущості. Глобальні трансформаційні процеси, інтенсифікація освітньої діяльності, зростання інформаційного навантаження, урбанізація та цифровізація способу життя істотно впливають на рівень рухової активності та загальний стан здоров'я дітей, підлітків і молоді. За даними численних наукових досліджень, спостерігається стійка тенденція до зниження показників фізичного розвитку, збільшення кількості функціональних порушень, хронічних захворювань та психоемоційних розладів серед здобувачів освіти, що негативно позначається на їхній навчальній діяльності, працездатності та якості життя в цілому.

Особливої актуальності ця проблема набуває в умовах реформування системи освіти, орієнтації на компетентнісний підхід та формування всебічно розвиненої, соціально активної та відповідальної особистості. У сучасних освітніх стандартах здоров'я розглядається не лише як відсутність захворювань, а як багатовимірне явище, що включає фізичне, психічне, соціальне та духовне благополуччя. У цьому контексті фізичне виховання виступає одним із ключових інструментів реалізації державної політики у сфері охорони здоров'я та формування здорового способу життя.

Разом із тим, традиційні підходи до організації фізичного виховання часто зосереджуються, переважно, на розвитку фізичних якостей і нормативних показників, що не завжди забезпечує формування усвідомленого, відповідального ставлення до власного здоров'я. Недостатня увага приділяється формуванню ціннісних орієнтацій, мотивації до регулярної рухової активності, розвитку навичок самоконтролю, саморегуляції та самостійного планування фізичної діяльності.

Сучасні соціальні виклики, зокрема зниження рівня фізичної активності внаслідок поширення дистанційних форм навчання, збільшення часу, проведеного за електронними пристроями, обмеження рухової діяльності та зростання психоемоційного напруження, додатково актуалізують необхідність цілеспрямованого формування культури здоров'я у процесі фізичного виховання. У таких умовах особливо важливим є перехід від фрагментарних оздоровчих заходів до системного впровадження педагогічних технологій, спрямованих на формування стійких здоров'язбережувальних установок та поведінкових моделей.

Значну роль у цьому процесі відіграють сучасні освітні технології, які дозволяють інтегрувати фізичне виховання з іншими складовими освітнього процесу та забезпечити міждисциплінарний підхід до формування культури здоров'я. Використання здоров'язбережувальних, особистісно орієнтованих, інформаційно-комунікаційних та мотиваційно-ціннісних

технологій створює умови для підвищення ефективності фізичного виховання, активізації пізнавальної діяльності, розвитку рефлексивних умінь та формування відповідального ставлення до власного здоров'я.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблематика збереження та зміцнення здоров'я дітей, підлітків і молоді в освітньому середовищі широко висвітлена у вітчизняних наукових дослідженнях. Значний внесок у розуміння соціальних чинників, що впливають на стан здоров'я молоді, зроблено у монографії О. Балакіревої, Т. Бондар, де проаналізовано соціальну обумовленість показників здоров'я підлітків і молоді та окреслено ключові ризики для формування здорового способу життя [1]. Теоретико-методологічні засади фізичного виховання ґрунтовно розкриті у працях Т. Круцевич, а також у співавторстві з Н. Пангеловою та Н. Москаленко, де охарактеризовано сучасний стан фізичного виховання в закладах освіти, визначено актуальні проблеми та напрями його модернізації в умовах сьогодення [3; 4].

Окрему групу досліджень становлять праці, присвячені впровадженню здоров'язбережувальних технологій у систему фізичного виховання. Так, Л. Ващук, В. Кренделева та Н. Ковальчук обґрунтують доцільність використання фітнес-технологій як ефективного засобу збереження здоров'я молоді [2]. Аналогічні ідеї простежуються у роботах О. Хуртенка та С. Дмитренка, а також О. Хуртенка і В. Шпилчука, де розглянуто можливості інноваційних фітнес-технологій та оздоровчої аеробіки у формуванні здорового способу життя школярів [9; 10].

Проблема створення здоров'язбережувального освітнього середовища у закладах вищої освіти ґрунтовно досліджена у дисертаційній роботі О. Момот, де визначено педагогічні умови виховання майбутнього вчителя в контексті здоров'язбереження [5]. Сучасні аспекти підготовки здобувачів вищої освіти з урахуванням безпеки життєдіяльності також висвітлено у дослідженні А. Моци [8]. Актуальними в умовах трансформації освітнього процесу є роботи Н. Москаленко та співавторів, у яких розкрито інноваційні моделі організації фізичного виховання, зокрема для студентів із послабленим здоров'ям в умовах дистанційного навчання, а також сучасні підходи до викладання уроків фізичної культури [6; 7].

Водночас аналіз наукових джерел засвідчує, що, незважаючи на значну кількість досліджень, проблема комплексного впровадження технологій формування культури здоров'я у фізичному вихованні залишається недостатньо розробленою. У більшості наукових праць розглядаються окремі аспекти (здоров'язбережувальні технології, фітнес-програми, цифрові інструменти), тоді як питання системної інтеграції цих технологій у цілісну педагогічну модель формування культури здоров'я потребує подальшого наукового обґрунтування.

Мета статті: теоретично обґрунтувати та узагальнити сучасні технології формування культури здоров'я у системі фізичного виховання.

Виклад основного матеріалу дослідження. Культура здоров'я розглядається як складова загальної культури особистості, що включає усвідомлене ставлення до власного здоров'я, сформовані знання про чинники здоров'я, навички саморегуляції та готовність до ведення здорового способу життя. У системі фізичного виховання культура здоров'я формується через поєднання теоретичної підготовки, практичної рухової діяльності та виховання ціннісного ставлення до фізичної активності. Важливим аспектом є формування здоров'язбережувальної компетентності, що передбачає здатність особистості приймати обґрунтовані рішення щодо власної фізичної активності, харчування, режиму праці та відпочинку, профілактики захворювань [5].

Розкриємо та охарактеризуємо сучасні технології формування культури здоров'я у системі фізичного виховання:

Здоров'язбережувальні технології спрямовані на створення безпечного та сприятливого освітнього середовища, оптимізацію рухового режиму та зниження перевантаження. До них відносимо раціональне планування занять, використання вправ оздоровчої спрямованості, елементів релаксації, дихальної гімнастики та профілактичних вправ.

Особливо орієнтовані технології, на нашу думку, передбачають урахування індивідуальних особливостей здобувачів освіти, рівня їх фізичної підготовленості, стану здоров'я та мотивації. Індивідуалізація навантаження сприяє підвищенню ефективності занять і формуванню позитивного ставлення до фізичної активності.

Використання цифрових ресурсів, мобільних додатків, фітнес-трекерів та освітніх платформ, що відносимо до інформаційно-комунікативних технологій, дозволяє підвищити зацікавленість, здійснювати самоконтроль фізичної активності та формувати навички самостійного планування рухової діяльності.

Мотиваційно-ціннісні технології полягають у формуванні внутрішньої мотивації до занять фізичною культурою, що є ключовим чинником становлення культури здоров'я. На наш погляд, застосування ігрових методів, проєктної діяльності, тренінгів зі здорового способу життя сприяє розвитку відповідального ставлення до власного здоров'я.

Пропонуємо комплекс педагогічних умов ефективного впровадження сучасних технологій формування культури здоров'я у системі фізичного виховання:

1. Системності та цілісності освітнього процесу передбачало забезпечення системного та цілісного характеру формування культури здоров'я шляхом інтеграції відповідного змісту у всі складові фізичного виховання: навчальні заняття, позааудиторну діяльність, самостійну роботу та інформаційно-просвітницькі заходи. У межах дослідження було розроблено комплексну програму, що передбачала поєднання теоретичних і практичних компонентів, спрямованих на формування знань про здоров'я, розвиток рухових умінь і навичок, а також виховання ціннісного ставлення до фізичної активності.

Реалізація цієї умови здійснювалася через включення до структури занять спеціальних тематичних блоків, присвячених основам здорового способу життя, самоконтролю фізичного стану,

раціональному режиму рухової активності та профілактиці перевтоми. Такий підхід забезпечував безперервність педагогічного впливу та сприяв формуванню цілісного уявлення про здоров'я як важливу життєву цінність.

2. Підготовка педагогічних кадрів до використання сучасних технологій прогнозувало підвищення професійної компетентності педагогів щодо впровадження сучасних технологій формування культури здоров'я. У межах дослідження було організовано методичні семінари, тренінги та консультації для викладачів, спрямовані на ознайомлення з інноваційними підходами, здоров'язбережувальними технологіями та методами мотиваційного впливу на здобувачів освіти.

Особлива увага приділялася формуванню готовності педагогів до індивідуалізації навчального процесу, використання інформаційно-комунікативних технологій, а також застосування елементів рефлексії та самоконтролю під час занять. Це сприяло підвищенню якості педагогічної взаємодії та забезпечувало більш ефективне впровадження розроблених технологій у практику фізичного виховання.

3. Міждисциплінарна інтеграція знань про здоров'я реалізувалася за допомогою міждисциплінарного підходу до формування культури здоров'я шляхом інтеграції знань із фізичного виховання, основ здоров'я, біології, психології та безпеки життєдіяльності. У процесі дослідження здійснювалося узгодження тематичного змісту різних навчальних дисциплін з метою формування у здобувачів освіти цілісного уявлення про фактори, що впливають на здоров'я.

Реалізація цієї умови передбачала проведення інтегрованих занять, тематичних тижнів здоров'я, міжпредметних проєктів і просвітницьких заходів. Такий підхід сприяв усвідомленню взаємозв'язку фізичної активності з психічним, соціальним і духовним благополуччям, а також формуванню системного бачення проблеми здоров'я.

4. Створення мотиваційного середовища, що підтримує здоровий спосіб життя було спрямоване на формування мотиваційного середовища, яке стимулює позитивне ставлення до фізичної активності та здорового способу життя. У межах дослідження застосовувалися ігрові методи, змагальні форми роботи, проєктна діяльність, використання цифрових інструментів самоконтролю, а також заходи з популяризації здорового способу життя.

Особлива увага приділялася розвитку внутрішньої мотивації, формуванню позитивного емоційного фону занять і створенню ситуацій успіху. Це сприяло підвищенню рівня залученості здобувачів освіти до рухової діяльності, розвитку відповідального ставлення до власного здоров'я та формуванню стійких здоров'язбережувальних установок

Для оцінювання ефективності охарактеризованих педагогічних умов було проведено порівняльний аналіз показників сформованості культури здоров'я, мотивації до фізичної активності та рівня здоров'язбережувальної компетентності на констатувальному та контрольному етапах педагогічного експерименту.

У результаті впровадження комплексу педагогічних умов зафіксовано статистично та педагогічно значущі позитивні зміни:

- частка здобувачів освіти з низьким рівнем культури здоров'я зменшилася з 42,8 % до 18,6 % (зниження на 24,2 %);

- частка осіб із середнім рівнем зросла з 39,5 % до 46,3 % (зростання на 6,8 %);

- частка здобувачів освіти з високим рівнем культури здоров'я збільшилася з 17,7 % до 35,1 % (зростання на 17,4 %).

Це свідчить про істотне підвищення загального рівня сформованості культури здоров'я під впливом реалізованих педагогічних умов:

1. Системність та цілісність освітнього процесу. Упровадження системного підходу забезпечило:

- зростання рівня обізнаності щодо факторів здоров'я на 21,3 %;

- підвищення регулярності рухової активності на 18,7 %;

- збільшення кількості здобувачів освіти, які дотримуються рекомендованого рухового режиму з 41,2 % до 59,8 % (+ 18,6 %).

2. Підготовка педагогічних кадрів до використання сучасних технологій. У результаті підвищення кваліфікації педагогів зафіксовано:

- зростання рівня застосування здоров'я-збережувальних технологій на заняттях на 27,5 %;

- підвищення рівня індивідуалізації навчального навантаження на 22,1 %;

- зростання позитивної оцінки якості занять здобувачами освіти з 54,6 % до 76,4 % (+ 21,8 %).

3. Міждисциплінарна інтеграція знань про здоров'я. Реалізація міждисциплінарного підходу забезпечила:

- підвищення рівня цілісного розуміння сутності здоров'я на 24,6 %;

- зростання показників усвідомлення взаємозв'язку фізичного та психічного здоров'я на 19,8 %;

- збільшення частки здобувачів освіти, які демонструють сформованість здоров'язбережувальної компетентності, з 36,9 % до 57,2 % (+ 20,3 %).

4. Створення мотиваційного середовища, що підтримує здоровий спосіб життя. Найбільш виражені зміни зафіксовано у мотиваційній сфері:

- зростання внутрішньої мотивації до занять фізичною культурою на 29,4 %;

- підвищення позитивного емоційного ставлення до занять на 31,7 %;

- збільшення частки здобувачів освіти, які самостійно займаються руховою активністю у позанавчальний час, з 33,5 % до 61,9 % (+ 28,4 %).

Узагальнений інтегральний показник ефективності впровадження педагогічних умов свідчить про: загальне підвищення рівня сформованості культури здоров'я в експериментальній групі на 23,6 %; зростання мотиваційного компонента на 28,5 %; підвищення когнітивного (знаннєвого) компонента на 22,4 %; зростання діяльнісного компонента (реальна рухова активність) на 25,1 %.

Отримані відсоткові показники підтверджують високу ефективність реалізації обґрунтованих педагогічних умов. Найбільш результативними виявилися умови, спрямовані на формування мотиваційного середовища та підвищення готовності педагогічних кадрів до використання сучасних технологій, що забезпечило стійку позитивну динаміку рівня культури здоров'я здобувачів освіти.

Висновки та перспективи подальших розвідок напрямку. Формування культури здоров'я у системі фізичного виховання є комплексним процесом, що потребує впровадження сучасних педагогічних технологій. Поєднання здоров'язбережувальних, особистісно орієнтованих, інформаційно-комунікаційних та мотиваційно-ціннісних технологій сприяє підвищенню рівня фізичної активності, формуванню відповідального ставлення до власного здоров'я та розвитку здоров'язбережувальної компетентності.

Перспективи подальших наукових досліджень вбачаємо у поглибленні та розширенні науково-методичного обґрунтування комплексного підходу до впровадження здоров'язбережувальних технологій у закладах освіти різних типів і рівнів. Подальші дослідження направлено на розроблення та впровадження диференційованих моделей формування культури здоров'я з урахуванням вікових, статевих, індивідуально-психологічних та функціональних особливостей здобувачів освіти.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді : за результатами соціологічного дослідження в межах міжнародного проекту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» : монографія. О. М. Балакірева, Т. В. Бондар та ін.; наук. ред. О. М. Балакірева ; ЮНІСЕФ, ГО «Укр. ін-т соц. дослідж. ім. О. Яременка». К. : Поліграфічний центр «Фоліант», 2019. 127 с.

2. Ващук Л. М., Кренделева В. М., Ковальчук Н. М. Фітнес в системі здоров'язбережувальних технологій у фізичному вихованні молоді. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. 2021. Вип. 3К (131). С. 68-71.

3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. Т. 2. Київ : Олімпійська література, 2008. 366 с.

4. Круцевич Т. Ю., Пангелова Н. Є., Москаленко Н. В. Фізичне виховання в закладах освіти: сучасний стан і реалії сьогодення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023. № 1. С. 67-77.

5. Момот О.О. Теорія і практика виховання майбутнього вчителя в умовах створення здоров'язбережувального середовища вищого навчального закладу : дис. д-ра пед. наук : 13.00.07; Нац. ун-т біоресурсів і природокористування України. Київ, 2019. 552 с.

6. Москаленко Н. В., Кравченко К. М. Інноваційна модель організації фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в умовах дистанційної форми навчання. *Sport Science Spectrum*. 2025. № 1. С. 48-54.

7. Москаленко Н. В., Сидорчук Т. В., Кошелева О. О., Демідова О. М. Сучасні аспекти викладання уроку фізичної культури. *Sport Science Spectrum*. 2024. № 1. С. 90-96.

8. Моца А. М. Здоров'язбережувальні освітні технології в підготовці здобувачів вищої освіти як складова безпеки життєдіяльності ЗВО. *Physical Culture and Sport: Scientific Perspective*. 2025. № 2. С. 345-352.

9. Хуртенко О. В., Дмитренко С. М. Формування здорового способу життя школярів засобами інноваційних фітнес-технологій у процесі фізичного виховання. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2025. Вип. 20 (39). С. 143-152.

10. Хуртенко О. В., Шпильчук В. О. Застосування засобів оздоровчої аеробіки на уроках фізичної культури з дівчатами старших класів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2025. Т. 19 (38). С. 134-152.

REFERENCES

1. Balakirieva, O. M., Bondar, T. V. ta in. (2019). *Sotsialna obumovlenist ta pokaznyky zdorovia pidlitkiv ta molodi : za rezultatamy sotsiolohichnoho doslidzhennia v mezhakh mizhnarodnoho proektu «Zdorovia ta povedinkovi oriientatsii uchnivskoi molodi»* [Social conditioning and health

indicators of adolescents and young people: according to the results of a sociological study within the framework of the international project «Health and behavioral orientations of school youth» : monohrafiia / nauk. red. O. M. Balakirieva ; YuNISEF, HO «Ukrainskyi instytut sotsialnykh doslidzhen im. O. Yaremenka». Kyiv : Polihrafichnyi tsentr «Foliant». 127 s. [in Ukrainian]

2. Vashchuk, L. M., Krendeleva, V. M., Kovalchuk, N. M. (2021). Fitnes v systemi zdoroviazberezhuvalnykh tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni molodi [Fitness in the system of health-saving technologies in the physical education of young people]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Vyp. ZK (131). S. 68–71. [in Ukrainian]

3. Krutsevych, T. Yu. (2008). Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia [Theory and methodology of physical education]. Kyiv: Olimpiiska literatura. Vol. 2. [in Ukrainian]

4. Krutsevych, T. Yu., Panhelova, N. Ye., & Moskalenko, N. V. (2023). Fizyчне vykhovannia v zakladakh osvity: suchasnyi stan i realii sohodennia [Physical education in educational institutions: the current state and realities of today]. Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. (1). S. 67–77. [in Ukrainian]

5. Momot, O. O. (2019). Teoriia i praktyka vykhovannia maibutnoho vchytelia v umovakh stvorennia zdoroviazberezhuvalnogo seredovyscha vyshchoho navchalnoho zakladu [Theory and practice of education of the future teacher in the conditions of creating a health-preserving environment of a higher educational institution]. (Doctoral dissertation). Natsionalnyi universytet bioresursiv i pryrodokorystuvannia Ukrainy. Kyiv. [in Ukrainian]

6. Moskalenko, N. V., & Kravchenko, K. M. (2025). Innovatsiina model orhanizatsii fizychnoho vykhovannia studentiv z poslablenym zdoroviam v umovakh dystantsiinoi formy navchannia [An innovative model of organizing physical education of students with impaired health in conditions of distance education]. Sport Science Spectrum. (1). S. 48–54. [in Ukrainian]

7. Moskalenko, N. V., Sidorchuk, T. V., Kosheleva, O. O., & Demidova, O. M. (2024). Suchasni aspekty vykladannia uroku fizychnoi kultury [Modern aspects of teaching a physical culture lesson]. Sport Science Spectrum. (1). S. 90–96. [in Ukrainian]

8. Motsa, A. M. (2025). Zdoroviazberezhuvalni osvichni tekhnolohii v pidhotovtsi zdobuvavchiv vyshchoi osvity yak skladova bezpeky zhyttiediialnosti ZVO [Health-saving educational technologies in the preparation of higher education applicants as a component of life safety in higher education institutions]. Physical Culture and Sport: Scientific Perspective. (2). S. 345–352. [in Ukrainian]

9. Khurtenko, O. V., & Dmytrenko, S. M. (2025). Formuvannia zdorovoho sposobu zhyttia shkolariv zasobamy innovatsiinykh fitnes-tekhnolohii u protsesi fizychnoho vykhovannia [Formation of a healthy lifestyle of schoolchildren by means of innovative fitness technologies in the process of

physical education]. Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii. 19(38). S. 143–152. [in Ukrainian]

10. Khurtenko, O. V., & Shpylchuk, V. O. (2025). Zastosuvannia zasobiv ozdorovchoi aerobiky na urokakh fizychnoi kultury z divchatamy starshykh klasiv [Use of health aerobics in physical education classes with high school girls]. Fizychna kultura, sport ta zdorovia natsii. 19(38). S. 134–152. [in Ukrainian]

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

МОМОТ Олена – доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

Наукові інтереси: технології формування культури здоров'я у системі фізичного виховання.

ЗАЙЦЕВА Юлія – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

Наукові інтереси: технології формування культури здоров'я у системі фізичного виховання.

НОВІК Сергій – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка.

Наукові інтереси: технології формування культури здоров'я у системі фізичного виховання.

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

MOMOT Olena – Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University.

Scientific interests: technologies for forming a culture of health in the system of physical education.

ZAITSEVA Yuliia – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University.

Scientific interests: technologies for forming a culture of health in the system of physical education.

NOVIK Serhii – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Associate Professor at the Department of Theoretical and Methodological Foundations of Teaching Sports Disciplines of Poltava V.G. Korolenko National Pedagogical University.

Scientific interests: technologies for forming a culture of health in the system of physical education.

Стаття надійшла до редакції 05.03.2026 р.

Стаття прийнята до друку 17.03.2026 р.

УДК 37.09

DOI: 10.36550/2415-7988-2026-1-223-58-64

ISSN 2415–7988 (Print) ISSN 2521–1919 (Online)

РАДУЛ Ольга –

доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри дошкільної та початкової освіти Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0627-1541>

e-mail: olga.s.radul@gmail.com

РАДУЛ Валерій –

доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри педагогіки вищої школи та соціально-гуманітарних дисциплін

Української державної льотної академії

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5354-9142>

e-mail: valerijradul@gmail.com