

УДК 378-056.2/3:[613:796]

[https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1\(35\)-332-342](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-1(35)-332-342)

**Скидан Сергій Олександрович** доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціально-гуманітарних та загальноправових дисциплін, Криворізький навчально-науковий інститут, Донецький державний університет внутрішніх справ, вул. Співдружності, 92А, м. Кривий Ріг, 50000, тел.: (096)685-48-98, <https://orcid.org/0000-0002-9478-5341>

**Макаренко Наталя Григорівна** старший викладач кафедри фізичної культури та методики її викладання, Криворізький державний педагогічний університет, пр. Гагаріна, 54, м. Кривий Ріг, 50000, тел.: (096)500-53-96, <http://orcid.org/0000-0003-2790-9217>

**Барабаш Катерина Віталіївна** викладач кафедри фізичної культури та методики її викладання, інструктор з карате, ТРК Терра (м. Кривий Ріг), Криворізький державний педагогічний університет, пр. Гагаріна, 54, м. Кривий Ріг, 50000, тел.: (096)328-85-95, <http://orcid.org/0000-0001-9984-2838>

## ПРАВОВІ ЗАСАДИ ОРГАНІЗАЦІЇ ІНКЛЮЗИВНОГО СЕРЕДОВИЩА У ВИЩІЙ ШКОЛІ (НА ПРИКЛАДІ РОЗРОБЛЕННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНИХ ТЕХНОЛОГІЙ)

**Анотація.** У публікації представлено розкрито правові засади інклюзивного середовища у вищій школі (Конституція України, Концепція неперервної валеологічної освіти, «Закон про освіту», «Розвиток освіти України на період 2015-2025 років»). Правові основи організації інклюзивного середовища у вищій школі ґрунтовані на відповідних державних документах. У системі фахової підготовки укладання навчальних програм вибіркового дисциплін здійснюється відповідно до навчальних планів і навчальних програм.

Здоров'язбережувальні технології схарактеризовані з позиції ергономіки, а також профілактичного і лікувально-профілактичного впливів на здоров'я, окреслено інтегративний характер здоров'язбережувальних технологій (фітнесу, адаптивного карате).

Сучасні розвідки у психолого-педагогічній і медичній галузях суттєво розширюють уявлення про здоровий спосіб життя, ергономіку в умовах закладу освіти на рівні системного процесу.

Окремого розгляду набуло твердження про те, що системне використання здоров'язбережувальних технологій сприяє забезпеченню якості освіти,



оскільки урівноважує фізичний та емоційно-когнітивний складники особистості майбутніх фахівців в інклюзивному середовищі. Якість вищої школи забезпечується активним упровадженням здоров'язбережувальних технологій фітнесу в освітній процес на рівні вибіркових дисциплін, факультативів.

Здоров'язбережувальні технології розглянуті як інтегративні, орієнтовані на індивідуальні запити і можливості здобувачів відповідно до анатомічно-медичних показань, рівня сформованості фізичної культури.

Встановлено, що художньо-творчий фітнес з елементами хореографічного малюнку (рухові дії, узяті з національних танців; рухові дії, узяті з системи бойових мистецтв; рухові дії, узяті з системи хатах-йога).

Адаптивне карате становить здоров'язбережувальні технології, що сприяють досягненню координації, швидкості реакції, витривалості організму, укріплення м'язів. Рекомендовані окремі вправи або комплекс вправ задля вироблення вміння руху в просторі.

Здоров'язбережувальні технології містять елементи хатха йоги, мають як профілактичну, так і лікувально-профілактичну дію. Особливостями таких вправ системи хатха йоги є динаміка дихання (пранаяма), комплекс фізичних дій (виконання послідовних поз тіла – асани), помірність і послідовність у виконанні, передбачені поступальною складність комплексу дій і варіантів однієї асани; фізичні обмеження, які мають критерій фізичної підготовки; анатомічно-медичний показник).

**Ключові слова:** правові засади, фахова підготовка, організація освітнього середовища, інклюзивне середовище, здоров'язбережувальні технології, оздоровчий фітнес, адаптивне карате, якість освіти, вища школа.

**Skidan Serhiy Oleksandrovych** Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Social, Humanitarian and General Legal Disciplines, Kryvyi Rih Educational and Scientific Institute of the Donetsk State University of Internal Affairs, St. Commonwealth, 92A, Kryvyi Rih, 50000, tel.: (096)685-48-98, <https://orcid.org/0000-0002-9478-5341>

**Makarenko Natalya Hryhorivna** Senior teacher of the department of physical culture and its teaching methods, Kryvyi Rih State Pedagogical University, Gagarin Ave., 54, Kryvyi Rih, 50000, tel.: (096)500-53-96, <https://orcid.org/0000-0003-2790-9217>

**Barabash Kateryna Vitalyivna** Teacher of the department of physical culture and its teaching methods, інструктор з карате, ТРК Терра (м. Кривий Ріг), Kryvyi Rih State Pedagogical University, Gagarin Ave., 54, Kryvyi Rih, 50000, tel.: (096)328-85-95, <https://orcid.org/0000-0001-9984-2838>



## LEGAL PRINCIPLES OF THE ORGANIZATION INCLUSIVE ENVIRONMENT IN HIGHER SCHOOL (ON THE EXAMPLE OF DEVELOPMENT OF HEALTH CARE TECHNOLOGIES)

**Abstract.** The publication clearly presents the legal principles of an inclusive environment in higher education (Constitution of Ukraine, Concept of Continuous Valeological Education, “Law on Education”, “Development of Education of Ukraine for the period 2015-2025”). The legal basis for organizing an inclusive environment in higher education is based on relevant state documents. In the professional training system, the curriculum of elective disciplines is compiled in accordance with curricula and curricula.

Health-preserving technologies are characterized from the standpoint of ergonomics, as well as preventive and curative effects on health, the integrative nature of health-preserving fitness technologies is outlined. Modern intelligence in the psychological, pedagogical and medical fields significantly expands the idea of a healthy lifestyle, ergonomics in the conditions of an educational institution at the level of a systemic process.

Proposals for the introduction of health-saving technologies into the content of selective disciplines in the system of professional training have been provided. Separate consideration was given to the statement that the systematic use of health-saving technologies contributes to ensuring the quality of education, as it balances the physical and emotional-cognitive components of the personality of future specialists in an inclusive environment. The quality of the higher school is ensured by the active introduction of health-preserving fitness technologies into the educational process at the level of selective disciplines and electives.

Health-saving technologies are considered as integrative, oriented to the individual requests and capabilities of the acquirers in accordance with anatomical and medical indications, the level of physical education.

It has been established that artistic and creative fitness with elements of a choreographic pattern (movements taken from national dances; movement actions taken from the system of martial arts; movement actions taken from the Hatah-yoga system).

Adaptive karate is a health-saving technology that promotes coordination, reaction speed, body endurance, and muscle strengthening. Recommended individual exercises or a set of exercises to develop the ability to move in space.

Health care technologies contain elements of hatha yoga, have both prophylactic and curative effects. Features of such exercises of the hatha yoga system are the dynamics of breathing (pranayama), a complex of physical actions (performance of consecutive body positions-*asanas*), moderation and consistency in performance, provided for by the progressive complexity of the complex of actions



and variants of one asana; physical limitations that have a physical fitness criterion; anatomical and medical index).

**Keywords:** professional training, organization of the educational environment, inclusive environment, health-preserving technologies, health fitness, legal principles, quality of education, higher school.

**Постановка проблеми.** Організація інклюзивного середовища у вищій школі апелює до розгулу таких аспектів. По-перше, конституційне право громадянина визначає її життя і здоров'я як цінність, тому особи з особливими потребами мають право на здобуття вищої освіти, де освітній процес поєднує професійну підготовку і передбачає відповідний здоров'язбережувальний супровід. По-друге, сучасні розвідки у психолого-педагогічній і медичній галузях суттєво розширюють уявлення про здоровий спосіб життя, ергономіку в умовах закладу освіти на рівні системного процесу. По-третє, поступ людства стосовно вироблення технологій здоров'язбереження дозволяє на сучасному етапі подати такі їх інтегративні моделі, що поєднують фізичні вправи з елементами хореографічного малюнка, бойових мистецтв, хатха-йога. Окремого розгляду набуває питання розроблення вибіркового дисциплін, що враховують освітні потреби і мотиваційні актуалізатори здобувачів освіти.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Нормативно-правова база інклюзивного середовища в Україні представлена вітчизняним законодавством Конституція України, Концепція неперервної валеологічної освіти, «Закон про освіту», «Розвиток освіти України на період 2015-2025 років»; документами, що регулюють освітній процес у закладі вищої освіти, сприяють ефективному управлінню якістю освіти; навчальні плани і навчальні програми вибіркового дисциплін з фізичної культури.

Педагогічний і соціальний супровід здобувачів з особливими потребами опрацьовували С. Богданов, Г. Гаврющенко, Л. Запорожець, А. Колупаєва. Психолого-педагогічні аспекти освітнього середовища, ергономіки в організації освітнього процесу в закладах освіти, оптимального поєднання навчального, виховного і здоров'язбережувального аспектів досліджували О. Дубасенюк, В. Іваночко, Л. Кнодель, В. Лозова, В. Оржеховська, М. Фіцула.

Напрацювання з валеології, медицини, лікувальної педагогіки сприяли розумінню природи здоров'язбережувальних технологій, специфіку їх упровадження в заклади освіти (О. Ващенко, М. Гончаренко, С. Лупаренко).

Упровадження здоров'язбережувальних технологій в умовах вищої школи ґрунтоване насамперед на аксіологічному (Н. Беседа, М. Коржова, С. Лапаєнко) [1] – суттєво розширює уявлення про культуру здоров'я, сприяє виробленню здорового способу життя як цінності; валеологічному (В. Бобрицька, Л. Горяна) [2] – апелює до набуття системи теоретичних знань зі здоров'язбереження, вироблення індивідуальної стратегії в дотриманні



здорового способу життя на рівні ергономіки; педагогічного (В. Горащук, Л. Хомич) – забезпечення умов для здоров'язбереження – підходах.

Психолого-педагогічний вимір тренерської діяльності у викладанні фітнесу знайшли послідовне висвітлення в аспектах інтегративного поєднання фізичної діяльності, рухових елементів хореографічного і бойового мистецтва, спортивного виду діяльності (Ю. Беляк, О. Кібальник, М. Смірнов, О. Сопотинська, Л. Чеховська).

**Мета статті** полягає в системному описі організації інклюзивного середовища на основі правових засад (на прикладі здоров'язбережувальних технологій фітнесу).

Основними завданнями є:

- розкрити поняття інклюзивне середовище з позиції ергономіки;
- промоделювати здоров'язбережувальні технології фітнесу в освітньому інклюзивному середовищі;
- дослідити аксіологічний і культуротворчий вимір сучасної фізичної діяльності здобувачів освіти в умовах інклюзії.

**Виклад основного матеріалу.** Нормативно-правове забезпечення інклюзивного середовища з упровадженням здоров'язбережувальних технологій регульовано чинним законодавством (ст. 3 Конституції України – найвищою соціальною цінністю визнано людину, її життя і здоров'я, честь і гідність); в управлінні вищою школою визначено навчальними планами, програмами (у змісті фахової підготовки). Якість вищої освіти закономірно забезпечується активним упровадженням здоров'язбережувальних технологій в освітній процес (проведення оздоровчої роботи – фізкультурної, спортивно-масової, профілактичної, лікувально-профілактичної).

Відповідно до задекларованої Концепції неперервної валеологічної освіти в Україні (Т. Бойченко, В. Горащук, М. Шабатура та інші) [3; 4] організацію інклюзивного середовища у вищій школі моделюємо з урахуванням принципів науковості й доступності валеологічних знань (сучасні розвідки стосовно відновлення здоров'я, напрацювання народної й сучасної медицини щодо культури фізичних дій); системності (узагальнення й систематизація сучасних знань із валеології стосовно здобувачів з різними анатомічно-медичними показниками зокрема, вироблення загальної культури здоров'я згідно з сучасними уявленнями людства про здоров'я і здоровий спосіб життя); інтегративності (з позиції напрацювань стосовно розгляданого питання в суголосних галузях знань; з позиції управління освітою, організації здоров'язбережувальної діяльності на всіх ланках).

Здоров'язбережувальні технології орієнтовані на організацію інклюзивного середовища у вищій школі відповідно до соціально-медичних і психолого-педагогічних параметрів, з одного боку, розширення пропозицій стосовно профілактичної й лікувально-профілактичної діяльності з урахуванням сучасного погляду на здоров'я, фізичну культуру, – з іншого.



Розвідки в соціально-медичній царині, а також сучасні інтегративні знання стосовно життєдіяльності організму людини загалом, з особливими потребами зокрема дозволяють промоделювати здоров'язбержувальні технології як системний складник у фаховій підготовці.

Ергономіка освітнього інклюзивного простору апелює не лише до забезпечення технічних і психолого-педагогічних вимог до організації освітнього процесу, але також посилює аспект активної фізичної діяльності в межах системної підготовки майбутніх фахівців. Така стратегія уможливорює уведення занять фізичною культурою на рівні варіативних дисциплін, факультативів, консультативних занять.

З позиції діахронного підходу можемо узагальнити, що достатньо тривалий час (протягом другої половини ХХ століття – початок ХХІ століття) здоров'язбережувальна підготовка в умовах закладів освіти апелювала до підготовки молоді за військово-фізичним спрямуванням, з одного боку, пропозиції фізичного вишколу переважно засобом упровадження олімпійськими видами спорту. Фізична підготовка окресленого періоду, як бачимо, спрямовувалася на здорову молодь, забезпечувала вироблення витривалості, загартованості, культури фізичної культури загалом [5].

Освітній інклюзивний простір значною мірою спонукає до зміни підходів в організації фізичної підготовки здобувачів освіти з особливими потребами, подальшої їх соціалізації, де значною мірою відіграє фізична культура з урахуванням фізичних можливостей здобувачів (фізичні й анатомо-фізіологічні показники) [3, с. 45-46; 78-79]. Окремо зважаємо на те, що психологічні показники у здобувачів з особливими потребами визначають значною мірою подальший поступ у формуванні культури здоров'я.

Профілактична й лікувально-профілактична діяльність охоплює напрями фітнесу, як-от: хореографічні елементи танців, бойових мистецтв (наприклад, адаптивного карате), окремі вправи системи йога; фізичні вправи з допомогою різних допоміжних знарядь.

Психолого-педагогічний аспект упровадження здоров'язбержувальних технологій в умовах інклюзивного освітнього простору передбачає розв'язання освітнього завдання, яке потребує часу, достатнього для засвоєння здобувачами з особливими потребами. Таке завдання передбачає обов'язкове поступове засвоєння окремих фізичних елементів (наприклад, вироблення навички відштовхування у стрибках в довжину з розбігу; руху кисті в киданні малого м'яча; обертання навколо себе), що в подальшому дозволить оволодіння більш складних поєднань, а також комплексів. Підкреслимо, що добір фізичних вправ здійснюється з урахуванням лікувальної профілактики, тому варіативність у їх доборі може бути різною, головним критерієм ефективності є динаміка у фізичному стані організму, емоційні зрушення в позитивний бік, мотивація до подальшого оволодіння більш складних рухів.



Викладене вище значною мірою корегує дії викладача контролю й оцінки; дії здобувача – самоконтролю й самооцінки. Контроль надає змогу порівняти результати, які засвідчив здобувач на етапах оволодіння навичкою виконання вправи чи системи вправ, а також досягнення певного зразка виконання, на цій підставі рішення про необхідність корекції рухової дії. У здійсненні профілактичної чи лікувально-профілактичної діяльності здобувачів з особливими потребами контроль має показником насамперед динаміку у фізичному самопочутті, досягнення рівноваги в емоційно-психологічному стані, окресленні можливих подальших дій з удосконалення техніки виконання. Констатуємо, що контроль спрямований в розглядуваному аспекті не стільки на оцінювання виконання техніки виконання рухів, скільки на вироблення подальшої індивідуальної стратегії. Здійснюваний самоконтроль здобувачем рівня виконання дозволяє узгодити з викладачем подальшу індивідуальну стратегію розвитку.

Окремого розгляду вимагає питання викладу інформації просвітницького характеру стосовно провадження здорового способу життя (досягнення врівноваження фізіологічного, психологічного й соціального складників, подальше збереження здоров'я, відновлення шляхом профілактики або застосування лікувально-профілактичних дій).

В умовах інклюзивного освітнього середовища було інтегровано авторські проекти, що містили здоров'язбережувальні технології фітнесу, спрямовані на формування здорового способу життя, з одного боку, здійснення профілактичної чи лікувально-профілактичної фізичної діяльності, вироблення рівня культури провадження фізичної діяльності. Проекти було розроблено відповідно до правових засад у вітчизняній освітній політиці, що передбачає фізичну підготовку в закладах освіти в рамках загальнодержавної моделі, з одного боку, досягнення якісних показників у формуванні здорового способу життя здобувачів, підвищення рівня їх фізіологічного стану, – з іншого.

Зважаємо на те, що на створення уявлення у здобувачів про пропоновану техніку має ґрунтуватися на інтегративних знаннях про позитивний вплив цих дій на організм, про сутність і необхідність таких рухів задля досягнення оптимального фізичного самопочуття.

Критерієм також є добір комплексу вправ, розроблення технологій, спрямованих саме на відновлення функцій організму, досягнення здорового самопочуття, урахування анатомічно-медичних показників, актуальних саме у змісті занять фізичними вправами. Тим самим реалізація принципів диференціації й індивідуалізації в процесі застосування здоров'язбережувальних технологій дозволяє урівноважити процеси фахової підготовки і фізичної діяльності здобувачів з особливими потребами, здобувачів групи нормативних анатомічно-медичних характеристик.



Оздоровчий ефект у провадженні здоров'язбережувальних технологій досягається також шляхом узгодження виконуваних рухів і дихання. Використовувалися здоров'язбережувальні технології медико-гігієнічного й фізкультурно-оздоровчого характеру, що забезпечує якість провадженої профілактичної й лікувально-профілактичної діяльності викладача.

Прикладом може слугувати здоров'язбережувальні технології фітнесу [6, с. 4-8; 45-46] (в аспекті дослідження позиціонуємо як сукупність прийомів і засобів, спрямованих на досягнення динаміки здоров'я здобувачів з особливими потребами, вироблення навичок провадження здорового способу життя, також забезпечення здоров'язбережувального освітнього інклюзивного середовища у вищій школі), побудовані на поєднанні різних типів вправ:

### 1. *Фізичні вправи з фітнесу з використанням спортивних знарядь.*

Використовуваними є гімнастичні рухи, що поєднують фізичні дії із застосуванням допоміжних засобів, як-от: *малий м'яч, канат, скакалка, обруч.*

Уведення таких рухів передбачає оволодіння технікою, наприклад, правильного приземлення при опорних стрибках, підкреслимо, що типові помилки (приземлення з глибоким присіданням; кроки вперед убік та додаткова опора на руки не актуалізується, оскільки заняття спрямовані насамперед на поступову динаміку й особистісний поступ, досягнення здоров'язбережувального ефекту, утримання стійкої рівноваги).

Стрибки зі скакалкою сприяють зміцненню м'язів ніг, рекомендовано ігровий варіант: стрибки зі скакалкою з аудіальним супроводом, що визначає темп; до 5 (п'яти) стрибків за розмітками з імітацією хореографічного малюнка в темпі, заданого аудіальним (музичним супроводом). Відповідно до анатомічно-медичних показань вводяться стрибки у висоту з місця на гімнастичних матах, стрибки через мотузку (поштовхом двома ногами).

Задля позитивного фізичного впливу на серцево-судинну й дихальну систему, руховий апарат загалом використовують елементи лазіння через колоду, по гімнастичній лаві, по горизонтальному і вертикальному канатові. Техніка лазіння по канату подається у три етапи. Які можуть бути окремими методиками (згинаючи ноги вперед, охопити канат, позу тримати певний час; випрямляючи ноги і підтягуючись на руках, встати на канаті).

### 2. *Фізичні вправи з фітнесу з елементами хатха-йоги*

поєднують профілактичний й лікувально-профілактичний вплив на організм людини, оскільки виконання асани (гімнастичні вправи, що вимагають відповідної фізичної підготовки й зосередження) здійснює позитивний вплив на м'язи, нерви й залози, а також спрямовані на вироблення техніки дихання (пранаяма).

У застосуванні асан, рекомендованих за медичними показаннями, важливим є поетапне виконання від простих рухів до більш складних, оскільки система хатха-йога подає виконання однієї асани як систему простих і складних рухових виконань залежно від рівня фізичної підготовки і рівня



набуття навичок виконання (наприклад: артрит нижньої частини хребта (*уттгіта та піриврітта тріконасана, уттгіта та піриврітта паршивако-насана, падагастасана, шириасана, пашасана*) гіпертонія (*галасана, джану шіширасана, падмасана*)).

Набуття стійкої навички з рухової діяльності відбувається протягом етапу, вимірюваного тижнями, що забезпечить перехід до виконання елементарної навички у складнішу.

Фізичні вправи, що апелюють до здоров'язбережувальних технологій хатха-йога, є поступово виконуваними, рухливість нединамічна, кожен рух поєднується з ритмічним диханням або його тривалою затримкою (пранаяма), тому рекомендовані для урівноваження.

Вправи хатха-йога максимально урівноважують рухи тіла й дихання, тому рекомендовані здобувачам з особливими потребами з метою вироблення навички різних типів дихання, застосованих із профілактичною або лікувальною метою.

Наведемо приклад техніки, оволодіння якою сприятиме виробленню постави, досягнення рівноваги, за тривалого виконання вирівнювання деформацій хребта.

Тадасана – поза гори. Техніка виконання:

- 1). Стати прямо, ноги поставити разом, п'яти і великі пальці обох ніг мають торкатися один одного.
- 2). З'єднати коліна, підтягнути колінні чашечки, з'єднати стегна і напружити м'язи задньої частини стегон.
- 3). Втягнути живіт, груди – уперед, хребет тримати рівно, шию – прямо.
- 4) Рівномірно розподілити вагу тіла на всю стопу, не переносити її на п'яти чи пальці.
- 5). Випростати руки над головою.

Оскільки виконання асани системи передбачає достатньо виважені і технічно точні рухи тіла, рекомендованим є візуальний супровід.

3. **Фізичні вправи з фітнесу з хореографічними елементами** передбачають уведення до комплексу гімнастичних вправ рухів, які становлять художньо-естетичний хореографічний образ. Хореографічний малюнок може становити фрагменти із національних танців, як-от: *сиртакі, східні танці, афро-джаз, сальса, хореографічні елементи вальсування*. До контенту можуть бути унесені залежно від компетентності й хореографічної підготовки викладача хореографічні рухи національних танців. Прикладом може слугувати український народний танець (*козачок, гопак, повзунець* – чоловічий танок елементами бойових рухів; *хороводи* – *колядки, щедрівки, веснянки*).

4. **Фізичні вправи з фітнесу з елементами бойових мистецтв – адаптивного карате** – спрямовані на динамічну діяльність, вироблення



навичок швидкої зміни станів, з одного боку, досягнення стабільності вестибулярного апарату, уміння рухатися в просторі, – з іншого. Рекомендованими є окремі рухи, використовувані у підготовці до боротьби (лазіння, ухилиння, стрибки, перекидання). Виконання таких рухів сприяють покращенню координації, розвитку фізичної сили і витривалості.

Організаційно-педагогічною умовою використання вправ адаптивного карате є розроблення фізичних вправ для здобувачів різних нозологічних груп, оскільки ідеться про соціальну медицину в окресленій царині, з одного боку, удосконалення змісту професійної підготовки майбутніх учителів фізичної культури щодо застосування елементів адаптивного карате у змісті здоров'язберезувальних технологій, – з іншого.

**Висновки.** Правові основи організації інклюзивного середовища у вищій школі ґрунтовані на відповідних державних документах, апелюють до Концепції неперервної валеологічної освіти. Якість вищої школи забезпечується активним упровадженням здоров'язберезувальних технологій фітнесу в освітній процес на рівні вибіркових дисциплін, факультативів. Розроблені здоров'язберезувальні технології фітнесу є інтегративними: фізичні вправи з фітнесу з використанням спортивних знарядь; з елементами хатха-йоги; з хореографічними елементами; з елементами бойових мистецтв (адаптивного карате).

Перспективами подальших розвідок є дослідження питання фізичної підготовки здобувачів вищої освіти як невід'ємного складника фахової підготовки загалом; розроблення здоров'язберезувальних технологій і комплексів профілактичного і лікувально-профілактичного характеру в підготовці фахівців в умовах закладу вищої освіти.

#### **Література:**

1. Беседа Н. А. Здоров'язберезувальні технології в інноваційному вимірі сучасної освіти. *Вища освіта України*. Тематичний випуск «Вища освіта України у контексті інтеграції до європейського освітнього простору». 2009. Додаток 4, Т. V (17). С. 15 – 19.
2. Бобрицька В. І. Формування здорового способу життя у майбутніх учителів : монографія. Полтава: Скайтек, 2006. 432 с.
3. Валеологічна освіта та виховання: сучасні підходи, доступність і шляхи їх розвитку в Україні : зб. наук-практ. статей / за ред. В. М. Оржеховської. Київ : Магістр-S, 1999. 118 с.
4. Концепція навчання здорового способу життя на засадах розвитку навичок : інформ. зб. з життєвих навичок / [авт.-упоряд. М. Бело]. Київ : Генеза, 2005. 77 с.
5. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у закладах вищої освіти фізичного виховання і спорту : навчальний посібник / за заг. ред. В. Г. Папуші. Тернопіль : Підручники і посібники, 2018. 352 с.
6. Теоретико-методичні основи оздоровчого фітнесу : навчальний посібник / Юлія Беляк, Ірина Грибовська, Федір Музика, Вікторія Іваночко, Любов Чеховська. Львів : ЛДУФК, 2018. 208 с.



### References:

1. Beseda, N. A. (2009). Zdorov'jazberezhuval'ni tehnologii v innovacijnomu vimiri suchasnoi osviti [Health-saving technologies in the innovative dimension of modern education]. *Vishha osvita Ukraïni. Tematichnij vipusk «Vishha osvita Ukraïni u konteksti integracii do evropejs'kogo osvnt'ogo prostoru» - Higher education of Ukraine. Thematic issue "Higher education of Ukraine in the context of integration into the European educational space"*, 4, V (17), 15 – 19 [in Ukrainian].
2. Bobric'ka, V. I. (2006). *Formuvannja zdorovogo sposobu zhittja u majbutnih uchiteliv [Formation of a healthy lifestyle in future teachers]*. Poltava: Skajtek [in Ukrainian].
3. Orzhehova, V. M. (1999). *Valeologichna osvita ta viovannja: suchasni pidhodi, dostupnist' i shljahi ih rozvitku v Ukraïni [Valeological education and upbringing: modern approaches, availability and ways of their development in Ukraine]*. Kii : Magistr-S 2 [in Ukrainian].
4. Belo, M. (2005). *Koncepcija navchannja zdorovogo sposobu zhittja na zasadah rozvitku navichok [The concept of teaching a healthy lifestyle based on skills development]*. Kii : Geneza [in Ukrainian].
5. Papusha, V. G. (2018). *Metodika vikladannja sportivno-pedagogichnih disciplin u zakladah vishhoi osviti fizichnogo viovannja i sportu [Methodology of teaching sports-pedagogical disciplines in institutions of higher education of physical education and sports]*. Ternopil' : Pidruchniki i posibnik [in Ukrainian].
6. Beljak, Julija , Gribovs'ka, Irina , Muzika, Fedir, Ivanochko, Viktorija , Chehova, Ljubov (2018). *Teoretiko-metodichni osnovi ozdorovchogo fitnesu [Theoretical and methodological foundations of health fitness]*. L'viv : LDUFK [in Ukrainian].

