

УДК 37.011:37.091.313:613-053.4

DOI <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.3>

Олена МАКСИМОВА

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методик дошкільної й інклюзивної освіти, Житомирський державний університет імені Івана Франка, вул. Велика Бердичівська, 40, м. Житомир, Україна, 10001

ORCID: 0000-0003-1590-4339

Бібліографічний опис статті: Максимова, О. (2025). Інтеграція валеологічних знань у різні види діяльності дітей дошкільного віку. *Acta Paedagogica Volyniensis*, 5, 19–25, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.3>

ІНТЕГРАЦІЯ ВАЛЕОЛОГІЧНИХ ЗНАНЬ У РІЗНІ ВИДИ ДІЯЛЬНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Стаття має на меті теоретичне обґрунтування та практичне розкриття шляхів інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дітей дошкільного віку. Актуальність дослідження зумовлена потребою у формуванні в дітей раннього усвідомлення цінності здоров'я, навичок здоров'язбережувальної поведінки та відповідального ставлення до власного тіла і самопочуття. Наголошено, що сучасна дошкільна освіта має реалізовувати валеологічний зміст комплексно, через ігрову, пізнавальну, художньо-продуктивну, рухову, трудову діяльність. **Методологія** дослідження передбачала аналіз наукових джерел із проблеми валеологічного виховання, визначення принципів інтеграції валеологічних знань (наочності, доступності, ігрової спрямованості, практичної значущості, системності), а також узагальнення досвіду педагогічної практики у закладах дошкільної освіти. З'ясовано, що різні аспекти проблеми валеологічного виховання висвітлювалися у працях вітчизняних і зарубіжних учених та враховуються у змісті сучасних програм і методичних підходів дошкільної освіти України. Розкрито зміст і конкретні приклади впровадження валеологічних знань у діяльність дітей: ігрову, пізнавальну, експериментально-дослідницьку, художню, музичну, трудову, рухову. **Наукова новизна** полягає у спробі комплексного осмислення інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дошкільників як цілісної педагогічної системи, спрямованої на формування здоров'язбережувальної компетентності. Системне впровадження валеологічного змісту в освітній процес забезпечує стійке засвоєння дітьми правил гігієни, раціонального харчування, безпечної поведінки, формує позитивне ставлення до рухової активності та власного здоров'я. У **висновках** окреслено перспективи подальших досліджень, пов'язаних із розробленням системи оцінювання здоров'язбережувальної компетентності та впровадження інноваційних технологій у процес валеологічного виховання.

Ключові слова: валеологічне виховання, здоров'язбережувальна компетентність, ціннісне ставлення до здоров'я, інтеграція знань, види діяльності дітей.

Olena MAKSIMOVA

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor at the Department of Theory and Methods of Preschool and Inclusive Education, Ivan Franko Zhytomyr State University, Velyka Berdychivska str., 40, Zhytomyr, Ukraine, 10001

ORCID: 0000-0003-1590-4339

To cite this article: Maksimova, O. (2025). Intehratsiia valeolohichnykh znan u rizni vydy diialnosti ditei doshkilnoho viku [Integration of valeological knowledge into various types of activities of preschool children]. *Acta Paedagogica Volyniensis*, 5, 19–25, doi: <https://doi.org/10.32782/apv/2025.5.3>

INTEGRATION OF VALEOLOGICAL KNOWLEDGE INTO VARIOUS TYPES OF ACTIVITIES OF PRESCHOOL CHILDREN

The article explores theoretical and practical ways to integrate valeological knowledge into various activities of preschool children. The study addresses the need to develop early awareness of health value, health-preserving skills, and responsible attitudes toward one's body and well-being. Modern preschool education should implement valeological content comprehensively through play, cognitive, artistic-productive, motor, and labor activities.

The research methodology included analysis of scientific sources on valeological education, identification of integration principles (visuality, accessibility, play orientation, practical significance, systematicity), and generalization

of pedagogical experience in preschool institutions. Both domestic and international studies inform current Ukrainian preschool programs and methodological approaches. The article presents examples of applying valeological knowledge in children's play, cognitive, experimental-research, artistic, musical, motor, and labor activities. Its scientific novelty lies in conceptualizing this integration as a holistic pedagogical system aimed at developing children's health-preserving competence. Systematic implementation of valeological content fosters hygiene habits, rational nutrition, safe behavior, and a positive attitude toward physical activity and personal health.

The study highlights prospects for further research, including the development of assessment systems for health-preserving competence and the introduction of innovative technologies in preschool valeological education.

Key words: valeological education, health-preserving competence, value-based attitude toward health, knowledge integration, preschool children's activities.

Актуальність проблеми. Сучасна система дошкільної освіти України орієнтована на всебічний розвиток особистості дитини, зокрема і на збереження та зміцнення її фізичного, психічного, соціального здоров'я. В умовах інтенсифікації життя, зниження рухової активності, зростання рівня захворюваності дітей дошкільного віку особливої актуальності набуває валеологічна освіта як складова цілісного освітнього процесу. БКДО визначає збереження та зміцнення здоров'я дитини однією з провідних цілей дошкільної освіти, наголошуючи на необхідності формування у дітей ціннісного ставлення до життя і здоров'я, розвитку навичок здорового способу життя, зокрема культури рухової активності, харчування, дотримання режиму, гігієнічних і безпечних поведінкових навичок, що в цілому складають здоров'язбережувальну компетентність.

Валеологічна освіта покликана формувати у дітей елементарні знання про власне тіло, способи збереження здоров'я, значення харчування, відпочинку, руху, а також позитивне емоційне ставлення до фізичної активності. У Концепції освіти дітей раннього та дошкільного віку оговорюється, що забезпечення фізичного і психічного благополуччя дитини є одним із пріоритетних завдань освітнього процесу.

Інтеграція валеологічних знань у різні види діяльності – ігрову, пізнавальну, продуктивну, творчу, рухову, трудову – сприяє формуванню в дітей практичних навичок здоров'язбережувальної поведінки, що здійснюється в природний і цікавий для них спосіб. Такий підхід відповідає принципам цілісності, діяльності та інтегрованості освітнього процесу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема валеологічного виховання підростаючого покоління простежується в багатьох вітчизняних дослідженнях. Зокрема,

Г. Бигар досліджувала впровадження валеологічного компонента в систему фізичного виховання молодших школярів, зокрема описала методи і засоби такої діяльності (здоров'язбережувальні технології, рухливі ігри, фізичні вправи, загартування, дихальна гімнастика тощо), що сприяють інтеграції валеологічних знань у рухову активність дітей (Byhar, 2025).

Н. Бутенко, О. Спринь, І. Мацейко пропонують шляхи реалізації інтеграції валеологічних знань у навчальні предмети в школі (математику, природознавство, географію, етику), розглядаючи це як визначальну педагогічну умову (Butenko, Spryn, Matseiko, 2024).

В. Бутенко розробив науково-методичне забезпечення професійної підготовки майбутніх вихователів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку засобами ігрової діяльності (Butenko, 2018).

Л. Лохвицька, Т. Андрющенко багато своїх праць присвятили проблемі формування здоров'язбережувальної компетентності у дошкільників, зокрема розробили зошит для дітей «Хочемо бути здоровими!», Л. Лохвицька, Ю. Руденко, Н. Дудник розкрили можливості використання ІКТ для формування здоров'язбережувальної компетентності дітей (Lokhvytska, Rudenko, Dudnyk, 2021); в доробку Л.Лохвицької – програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку "Про себе треба знати, про себе треба дбати", навчально-методичний посібник «Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку» (в соавторстві).

Л. Калуська, З. Калуський, М. Гуменюк розробили практичний посібник на допомогу батькам і вихователям «Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дошкіль-

ників», в якому висвітлено вплив рухової активності на деякі органи й системи дитячого організму, подано лікувальні вправи, спрямовані на усунення відхилень у здоров'ї, що пов'язані з гіпокінезією (Kaluska, Kaluskyi, Humeniuk, 2010).

Зв'язок валеологічного виховання з фізичним обґрунтували Л. Гаращенко, Т. Шинкар, визначивши сучасні пріоритети у сфері здоров'язбереження дітей дошкільного віку (Harashchenko, Shynkar, 2021).

Разом із тим, проведений аналіз засвідчує, що комплексно питання інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дітей дошкільного віку (ігрову, пізнавальну, художньо-продуктивну, рухову, трудову, мовленнєву) залишається недостатньо дослідженим. Більшість науковців зосереджують увагу переважно на зв'язку валеологічного та фізичного виховання, що є природним, тоді як практичні шляхи поєднання валеологічного змісту з усіма видами дитячої діяльності, методи його інтеграції у повсякденне життя дошкільного закладу потребують подальшого наукового осмислення й узагальнення.

Метою статті є розкриття шляхів інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дошкільників та показ практичних можливостей використання здоров'язбережувального змісту в освітньому процесі закладу дошкільної освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Для розкриття нашої проблеми уточнимо деякі теоретичні аспекти. Зокрема, під поняттям «валеологічні знання», спираючись на визначення А.Сулими, будемо розуміти «систему науково обґрунтованих уявлень, понять і навичок, спрямованих на збереження, зміцнення та відновлення здоров'я людини. Вони охоплюють основи здорового способу життя, гігієнічні навички, правила раціонального харчування, фізичної активності, психоемоційного благополуччя та профілактики захворювань» (Sulima, 2019, p.7).

Безумовно, освітня діяльність вихователів визначається віковими особливостями дошкільників. В цей період закладаються основи світосприйняття, формується ставлення до себе, до інших людей і до власного здоров'я, відбувається інтенсивний фізичний, психічний і соціальний розвиток дитини. Діти цього віку

мають високу пізнавальну активність, прагнуть до самостійності, виявляють природну допитливість і бажання експериментувати, у них формується образ «Я», зростає інтерес до власного тіла, зовнішності, можливостей. Проте їхнє мислення залишається наочно-образним, тому вони краще сприймають інформацію через безпосереднє спостереження, практичну дію, гру та емоційно забарвлені ситуації. Мовлення дітей дошкільного віку активно розвивається, але ще не завжди забезпечує точне усвідомлення абстрактних понять, тому пояснення вихователем валеологічних термінів має бути простим, з опорою на життєвий досвід дитини. Значну роль у засвоєнні знань відіграє емоційна сфера: позитивні емоції, схвалення дорослого, успіх у грі чи завданні стимулюють бажання діяти правильно, дотримуватися правил гігієни, рухової активності, здорового харчування. Діти дошкільного віку схильні до наслідування дорослих, тому важливо, щоб вихователі і батьки демонстрували зразки здорової поведінки. Через обмежену довільну увагу й пам'ять дошкільники швидше засвоюють знання у діяльності, коли вони поєднані з рухом, грою, художнім словом чи практичними діями (Dutkevych, 2012; Pavelkiv, Tsyhypalo, 2010).

Ефективність інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дітей дошкільного віку значною мірою залежить від дотримання певних педагогічних принципів. Вони забезпечують цілісність освітнього процесу, узгодженість змісту, методів і форм роботи з віковими та індивідуальними особливостями дитини. З метою реалізації принципу наочності доцільним є використання моделей, ілюстрацій, макетів, демонстрацій дослідів, перегляду мультфільмів або спостережень за власними відчуттями, що допомагає дітям зрозуміти взаємозв'язок між поведінкою та станом здоров'я. Через наочність такі абстрактні поняття, як «гігієна», «режим дня», «корисна їжа» набувають конкретного змісту, зрозумілого дитині. Принцип доступності передбачає подання валеологічних знань відповідно до вікових можливостей дітей, з урахуванням їхнього життєвого досвіду, мовленнєвого розвитку, рівня пізнавальної активності. Вихователі має добирати зміст і методи так, щоб дитина могла не лише сприйняти інформацію, а й осмислити її та застосувати у повсякденному житті. Наприклад, правила

особистої гігієни чи раціонального харчування подаються у простих, емоційно насичених формах – через казки, вірші, ігри, ситуації вибору, життєві приклади. Оскільки провідною діяльністю в дошкільному віці є ігрова, то актуальним є принцип ігрової спрямованості. Ігрові методи – сюжетно-рольові, рухливі, дидактичні ігри, елементи театралізації – сприяють активній участі дитини у процесі пізнання власного організму, формуванню навичок догляду за собою, розвитку відповідального ставлення до здоров'я. Через гру дитина природно засвоює моделі здорової поведінки, не відчуючи навчального тиску. Засвоєння валеологічних знань має супроводжуватися їхнім застосуванням у реальних життєвих ситуаціях, що проголошується принципом практичної значущості. Така щоденна практична діяльність, як виконання ранкової гімнастики, миття рук перед їжею, прогулянки на свіжому повітрі, дотримання режиму, вживання овочів, фруктів тощо сприяє закріпленню знань у діях, формуванню стійких корисних звичок. Коли дитина бачить безпосередній результат своїх дій (чисті руки, бадьорість після зарядки), знання набувають для неї особистісного змісту. Важливо також дотримуватися принципу системності та послідовності. Інтеграція валеологічних знань не повинна мати епізодичний характер. Важливо забезпечити послідовне розгортання валеологічного змісту у різних видах діяльності. Такий підхід сприяє формуванню у дітей цілісного уявлення про здоров'я як про комплексне явище, що охоплює різні аспекти їхньої діяльності.

Врахування вікових та психологічних особливостей дошкільників, а також принципів роботи створює підґрунтя для визначення ефективних шляхів інтеграції валеологічних знань у різні види діяльності дітей. Саме через діяльність дитина засвоює соціальний досвід, формує вміння, навички, ставлення до навколишнього світу й до себе. Тому педагогічно доцільним є впровадження валеологічного змісту в усі основні напрями діяльності дитини. Розглянемо їх більш докладно.

Інтеграція валеологічних знань у гру забезпечує активне, емоційно насичене та усвідомлене засвоєння норм і правил здорового способу життя. У сюжетно-рольових іграх діти відтворюють знайомі життєві ситуації – «Лікарня»,

«Аптека», «Спортивні змагання», «Сім'я», «Дитячий садок» – у яких закріплюються знання про будову тіла, профілактику захворювань, корисні звички, правила безпеки. Дидактичні ігри з валеологічним змістом («Полювання на мікробів», «Секрети доброго самопочуття», «Збери здоровий сніданок», «Вітамінний експрес», «Корисне та шкідливе», «Відгадай орган чуття», «Як правильно діяти», «Друзі чистого повітря») сприяють узагальненню знань, розвитку мислення, мовлення, уміння класифікувати предмети й явища з точки зору їх користі чи шкоди для здоров'я. Важливим є те, що такі ігри мають пізнавально-пошуковий характер і спонукають дітей до самостійних висновків. Рухливі ігри «Весела зарядка», «Спортивна естафета», «Хто швидше вдягнеться», «Передай вітамін» забезпечують оптимальну рухову активність, тренують основні фізичні якості і водночас сприяють емоційному піднесенню, розвитку почуття колективізму. Завдяки їм діти зміцнюють фізичне і психічне здоров'я, засвоюють правила безпечної поведінки, культури рухів, уміння працювати в команді.

Діти відкривають для себе закономірності функціонування власного організму, взаємозв'язок людини з навколишнім середовищем, вплив поведінки на стан здоров'я в процесі пізнавальної діяльності. Ефективними формами такої діяльності є тематичні заняття з елементами дослідження («Наші органи чуття», «Як ми ростемо», «Що корисно для зубів», «Чому потрібно відпочивати»), спостереження за природними явищами, рослинами, тваринами, власними емоційними станами. Під час пізнавальної діяльності доцільно поєднувати валеологічну інформацію з іншими освітніми лініями: математичною, мовленнєвою, природничо-дослідницькою. Наприклад, проходження «Здорового маршруту» (настільно-друкована гра, де кожна клітинка – завдання типу «зроби три присідання», «назви чотири фрукти», «перестрибни два рази»), виконання завдань «Скільки вип'ємо водички?», (вимірювання умовною міркою води, яку потрібно споживати щодня), «Полічи вітаміни», «Вітамінне доміно» тощо синтезуватимуть валеологічні знання з математичними. Особливо цінним є використання елементів дослідницької діяльності, яка сприяє розвитку самостійності, логічного мислення, уміння

спостерігати та робити висновки. Наприклад, проведення експерименту «Рослина і повітря» має на меті показати, що рослини дають нам кисень, очищують повітря. Для цього у дві прозорі банки помістимо свічки, в одну банку поставим гілочку живої рослини, а в іншу ні. Через декілька секунд після накриття банок свічки згаснуть, але в тій банці, де була жива рослина, згасне пізніше. Дослід «Сонечко – наш помічник» має на меті показати роль сонця для здоров'я. Пропонуємо дітям поставити два блюдця з вологими ватними дисками. Одне – на сонці, друге – у тіні. Через кілька годин діти спостерігають, що ватка на сонці стала сухою, теплою, а в тіні – вологою, холодною. Робимо висновок, що сонце зігріває, сушить, допомагає людині бути бадьорою. Проводячи експеримент з яйцем або куриною кісточкою (в складі яких є кальцій) та оцтом, ми показуємо дітям, як за невеликий проміжок часу яєчна скорлупа розчиниться, а кісточка стане м'якою через те, що кальцій втупає в реакцію з оцтом і розчиняється. Тому, щоб кісточки не стали слабкими, треба пити молоко, їсти сир, сметану, в яких багато кальцію. Пропонуємо показати, як рух допомагає зігрітися, за допомогою тертя долоньки об долоньку, коли змерзли пальчики, або бігу, присідань в прохолодну погоду. Робимо висновок, що коли холодно – треба рухатись, і тіло зігрівається. Експеримент «Дихає – не дихає» переконує дітей в тому, що всі живі істоти дихають, усім потрібне повітря. Для його проведення покладемо зернятка у дві банки – одну закриємо герметично, іншу залишимо відкритою. Через кілька днів перевіримо і переконаємось, що у відкритій банці зерно проросло, у закритій – ні, оскільки туди не було доступу повітря.

Художньо-продуктивна діяльність має свій вагомий валеологічний потенціал, адже через мистецтво діти емоційно переживають зміст, засвоюють його не лише розумом, а й серцем. Саме у творчості дитина вчиться відчувати гармонію, усвідомлювати красу здорового, активного, життєрадісного способу життя. На заняттях з малювання можна пропонувати дітям теми: «Ми робимо зарядку», «Корисні продукти», «Вітаміни на тарілці», «Я відпочиваю на природі», «Весела прогулянка взимку». Такі роботи не лише розвивають художні вміння, а й формують у дітей позитивне ставлення до здорових звичок. Під час обговорення малюнків

вихователь звертає увагу на деталі: чому діти на малюнку усміхнені, чому на їхніх тарілках – овочі та фрукти, чому важливо гуляти на свіжому повітрі. У процесі аплікації та ліплення діти можуть створювати зображення фруктів і овочів, «вітамінних кошиків», сюжетні композиції «Спортивне свято», «Пікнік на галявині». Під час роботи вихователь робить ненав'язливі коментування валеологічного змісту. В процесі музичної діяльності діти можуть вивчати пісні про здоров'я, рух, чистоту, дружбу, які допомагають через ритм і рух емоційно відчувати радість активності та доброго самопочуття. На музичних заняттях можна проводити танцювальні ігри-імпровізації на теми «Весела зарядка», «Сонечко будить діток», «Краплинки вмивають личко». Такі вправи поєднують рух, музику й емоційне переживання, сприяючи зміцненню здоров'я та формуванню позитивного ставлення до фізичної активності.

Окремий напрям становить казкотерапія та інсценізація. Через знайомі сюжети діти легко засвоюють правила поведінки, пов'язані зі збереженням здоров'я. Наприклад, у казках «Як зубки навчилися дружити з щіткою», «Подорож у Країну чистоти», «Як вітаміни перемогли мікробів» вихователь формує уявлення про гігієну, правильне харчування, значення чистої води. Інсценування таких історій із використанням простих костюмів робить процес навчання яскравим і емоційно захопливим.

Важливе місце в житті дитини посідає трудова діяльність, яка дає змогу відчувати самостійність, незалежність від дорослого. Самообслуговування, чергування, продуктивна праця, догляд за рослинами й тваринами не лише виховують відповідальність, а й сприяють формуванню уявлень про здоровий спосіб життя. Завдяки самообслуговуванню діти виконують конкретні дії, що закріплюють валеологічні знання: миття рук перед їжею та після прогулянки, дотримання правил особистої гігієни, одягання та роздягання залежно від погоди, прибирання після себе місця за столиком. Практичні дії стають засобом осмислення понять «здоров'я», «охайність», «безпека», «турбота про себе та інших», що сприяє формуванню валеологічної компетентності – уміння діяти доцільно, безпечно, у гармонії з власним організмом і навколишнім середовищем. Чергування допомагає виховувати відповідальність за власне здоров'я

та здоров'я інших. Діти чергують по столовій, допомагають вихователь розставити або прибрати необхідні для занять засоби, чергують в живому куточку. Суспільно корисна праця, наприклад, прибирання листя на майданчику, розчищення майданчика від снігу, утримання клумби в порядку, привчає дітей до чистоти і порядку. Догляд за рослинами і тваринами має позитивний вплив на психічне здоров'я дітей, виховуючи доброту, турботливість, відповідальність, даруючи приємні емоції. Під час прибирання приміщення, догляду за рослинами чи тваринами, виготовлення виробів з природного матеріалу вихователь звертає увагу на важливість чистоти рук, правильного положення тіла, чергування праці та відпочинку, що сприяє формуванню здоров'язбережувальної поведінки.

Рухова активність є невід'ємною складовою валеологічного виховання дошкільників, оскільки забезпечує фізичний розвиток, зміцнення здоров'я, формування правильної постави та координації рухів. Через рухову діяльність діти засвоюють правила безпечної поведінки під час активних ігор, тренуються дбати про своє тіло та самопочуття. Ранок в ЗДО розпочинається з традиційної форми рухової активності – ранкової зарядки, яка може мати сюжетно-рольовий або казковий характер: «Ранкові рухи з сонечком», «Вправи для хвостиків зайчат», «Пташки прокидаються». Фізкультхвилинки під час занять допомагають зняти втому, підтримати увагу та емоційний настрій. Наприклад, «Веселі краплинки дощику» (імітація краплинок рухами рук і ніг у різному темпі), «Сонечко встає» (розтягування і нахили), «Рухливі звірята» (підстри-

бування, біг на місці). Спортивні естафети та ігри валеологічного змісту на свіжому повітрі розвивають спритність, витривалість, координацію та командні навички: «Перенеси вітамін у кошику», «Мікроби тікають від мила», «Будь уважний на дорозі!», «Сонечко і хмаринки», «Заготовані звірята». Під час цих ігор діти не лише виконують фізичні вправи, а й закріплюють знання про здорове харчування, гігієну, загартовування, безпеку, правильне дихання; відчувають силу і витривалість свого тіла, розвивають рухові якості, моторику.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Отже, інтеграція валеологічних знань у різні види діяльності дітей дошкільного віку є ефективним засобом формування в них цілісного уявлення про здоров'я як найвищу цінність і необхідну умову гармонійного розвитку. Системне впровадження валеологічного змісту в ігрову, пізнавальну, рухову, дослідницьку, трудову, художньо-продуктивну діяльність забезпечує стійке засвоєння дітьми правил гігієни, безпечної поведінки, раціонального харчування, формує відповідальне ставлення до власного тіла та самопочуття. Реалізація принципів наочності, доступності, ігрової спрямованості, практичної значущості створює оптимальні умови для поєднання знань і дій у природному для дошкільника середовищі. Подальші наукові розвідки доцільно спрямувати на створення системи оцінювання сформованості здоров'язбережувальної компетентності дітей. Перспективним є вивчення ефективності впровадження інноваційних технологій (ігрових, інформаційно-комунікаційних, арттерапевтичних) у процес валеологічного виховання дошкільників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бигар Г. Формування валеологічних знань молодших школярів засобом фізичного виховання. *Physical culture and sport: scientific perspective*, 2025. 1(1). С. 128–135.
2. Бутенко В. Г. Підготовка майбутніх вихователів до формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників засобами ігрової діяльності : автореф. дис. ... канд. пед. наук : спец. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. Суми, 2018. 20 с.
3. Бутенко Н., Спринь О., Мацейко І. Інтеграція валеологічних знань у навчальні предмети. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*. 2024. № 6. С. 22 – 27
4. Гаращенко Л., Шинкар Т. Методичне забезпечення фізичного виховання та здоров'язбереження в закладі дошкільної освіти. *Науковий журнал «Інноваційна педагогіка»*. 2021. 2 (31). С. 143-146.
5. Дуткевич Т.В. Дитяча психологія: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2012. С. 230-243.
6. Калуська Л., Калуський З., Гуменюк М. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дошкільників. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 184 с.

7. Кафтанова Т. В., Ляшко Ю. С. Сучасні проблеми формування валеологічних знань у школярів молодших класів в системі фізичного виховання. *Валеологічна освіта в навчальних закладах України: стан, напрямки й перспективні розвитки*. 2013. (19). С. 248-253.
8. Лохвицька Л., Руденко Ю., Дудник Н. Використання ІКТ для формування здоров'язбережувальної компетентності старших дошкільників. *Інформаційні технології і засоби навчання*. 2021. № 81(1). С. 15-35. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/10753>
9. Сулима А.С. Методика навчання основ здоров'я, валеології та проведення виховної роботи з формування мотивації до здорового способу життя : термінологічний словник для підготовки студентів до практичних занять. Вінниця, 2019. 17 с.
10. Павелків Р.В., Цигипало О.Г. Дитяча психологія: навч. посіб. К. : Академвидав, 2010. С. 293-308.

REFERENCES:

1. Byhar H. Formuvannia valeolohichnykh znan' molodshykh shkoliariv zasobom fizychnoho vykhovannia. [Formation of valeological knowledge of younger schoolchildren through physical education]. *Physical culture and sport: scientific perspective*, 2025. 1(1). P. 128–135. (in Ukrainian).
2. Butenko V. H. Pidhotovka maibutnikh vykhovateliv do formuvannia zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti doshkil'nykiv zasobamy ihrovoi diialnosti : autoref. dys. ... kand. ped. nauk : spets. 13.00.04 – teoriia i metodyka profesiinoi osvity. [Training of future educators to develop health-preserving competence of preschool children through play activities]. *Sums'kyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni A. S. Makarenka*. Sumy, 2018. 20 p. (in Ukrainian).
3. Butenko N., Spryn O., Matseiko I. Intehratsiia valeolohichnykh znan' u navchal'ni predmety. [Integration of valeological knowledge into educational subjects]. *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezpererвної osvity. Seriia "Pedahohika. Psykholohiia"*, 2024. № 6. P. 22–27. (in Ukrainian).
4. Harashchenko L., Shynkar T. Metodychne zabezpechennia fizychnoho vykhovannia ta zdoroviazberezhennia v zakladi doshkil'noi osvity. [Methodological support of physical education and health preservation in preschool institutions]. *Naukovyi zhurnal "Innovatsiina pedahohika"*, 2021. 2(31). P. 143–146. (in Ukrainian).
5. Dutkevych T. V. Dytiacha psykholohiia: navch. posib. [Child psychology: textbook]. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury, 2012. P. 230–243. (in Ukrainian).
6. Kaluska L., Kaluskyi Z., Humeniuk M. Doshkil'ne tilovykhovannia. Vplyv rukhovoi aktyvnosti na zdorovia doshkil'nykiv. [Preschool physical education. The impact of motor activity on preschool children's health]. Ternopil: Mandrivets', 2010. 184 p. (in Ukrainian).
7. Kaftanova T. V., Liashko Yu. S. Suchasni problemy formuvannia valeolohichnykh znan' u shkoliariv molodshykh klasiv v systemi fizychnoho vykhovannia. [Current problems of forming valeological knowledge in younger schoolchildren in the system of physical education]. *Valeolohichna osvita v navchal'nykh zakladakh Ukrainy: stan, napriamky i perspektyvni rozvytky*, 2013. (19). P. 248–253. (in Ukrainian).
8. Lokhvytska L., Rudenko Yu., Dudnyk N. Vykorystannia IKT dlia formuvannia zdoroviazberezhualnoi kompetentnosti starshykh doshkil'nykiv. [Use of ICT for forming health-preserving competence of senior preschoolers]. *Informatsiini tekhnolohii i zasoby navchannia*, 2021. № 81(1). P. 15–35. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/handle/123456789/10753> (in Ukrainian).
9. Sulyma A. S. Metodyka navchannia osnov zdorovia, valeolohii ta provedennia vykhovnoi roboty z formuvannia motyvatsii do zdorovoho sposobu zhyttia : terminolohichnyi slovnyk dlia pidhotovky studentiv do praktychnykh zaniat'. [Methods of teaching basics of health and valeology and conducting educational work to form motivation for a healthy lifestyle: terminological dictionary for student preparation for practical classes]. Vinnytsia, 2019. 17 p. (in Ukrainian).
10. Pavelkiv R. V., Tsyhypalo O. H. Dytiacha psykholohiia: navch. posib. [Child psychology: textbook]. Kyiv: Akademvydav, 2010. P. 293–308. (in Ukrainian).

Дата першого надходження рукопису до видання: 29.10.2025
 Дата прийнятого до друку рукопису після рецензування: 26.11.2025
 Дата публікації: 19.12.2025