

УДК 378.091.214:796.011.3:613.97

© Азаренкова Л. Л., 2025.

<https://orcid.org/0000-0002-6648-7355>

<https://doi.org/10.34142/23128046.2025.59.01>

Л. Л. Азаренкова

КРИТЕРІЇ, ПОКАЗНИКИ, РІВНІ СФОРМОВАНОСТІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ НА ЗАНЯТТЯХ З ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

У статті розглядається актуальна проблема формування здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей у процесі фізичного виховання. Актуальність проблеми зумовлена постійним зростанням інтелектуального навантаження, інтенсифікацією навчального процесу та негативною динамікою стану здоров'я молоді, що потребує пошуку нових підходів до організації фізичної активності у закладах вищої освіти. Мета дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні та розробці діагностичного апарату, що включає критерії, показники та рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності для забезпечення об'єктивного моніторингу психофізичного стану студентів. Для реалізації мети використано комплекс методів дослідження, зокрема аналіз науково-педагогічної літератури, системний підхід до структурування компонентів компетентності, педагогічне спостереження, анкетування та методи функціональної діагностики стану організму.

Результати дослідження дозволили визначити структуру здоров'язбережувальної компетентності, що складається з когнітивного, мотиваційно-ціннісного та діяльнісно-практичного компонентів. Обґрунтовано систему критеріїв та показників, які відображають глибину теоретичних знань, внутрішню мотивацію до оздоровлення та реальну здатність до саморегуляції. Охарактеризовано три рівні сформованості компетентності (низький, середній, високий) та детально описано методику їх діагностування, що базується на інтеграції теоретичних тестів, психологічних опитувальників та функціональних проб. Доведено, що впровадження запропонованої методики дозволяє індивідуалізувати процес фізичного виховання та сприяє свідомому ставленню майбутніх інженерів до власного здоров'я як професійної цінності.

Ключові слова: *здоров'язбережувальна компетентність, фізичне виховання, студенти технічних спеціальностей, критерії та показники, рівні сформованості, діагностика здоров'я, функціональні проби.*

Azarenkova L. L. Criteria, indicators, and levels of formation of health-saving competence among students of technical specialties in physical education

classes. The article addresses the critical issue of forming health-saving competence among technical specialty students during physical education classes. The relevance of the problem is underscored by the continuous increase in intellectual strain, the intensification of the educational process in technical universities, and the observed negative trends in the health status of modern youth. Under these conditions, physical education must evolve from a traditional normative process into a complex system that shapes a student's ability to maintain and strengthen their psychophysical potential independently. The purpose of the study is to theoretically substantiate and develop a diagnostic toolkit, including specific criteria, indicators, and levels of health-saving competence, which allows for systematic and objective monitoring of the students' psychophysical state. To achieve this goal, a set of research methods was employed, including the analysis of scientific and pedagogical literature to clarify the essence of health-saving technologies, a systematic approach to structuring competence components, pedagogical observation of the physical education process, sociological surveys, and functional diagnostics to assess the physiological responses of the students' bodies to physical activity.

The results of the research facilitated the definition of a comprehensive structure for health-saving competence, which integrates cognitive, motivational-value, and activity-practical components. The study substantiates a system of criteria and indicators reflecting the depth of theoretical knowledge regarding health maintenance, the presence of internal motivation for physical self-improvement, and the practical ability for self-regulation and stress compensation. Three distinct levels of competence development — low, medium, and high — are characterized, each representing a different stage of a student's autonomy in health-saving activities. A detailed diagnostic methodology is proposed, based on the integrated use of theoretical tests, psychological questionnaires, and functional assessments (such as the Ruffier test or orthostatic tests). The results indicate that this comprehensive diagnostic approach ensures an all-encompassing study of a student's health status and professional readiness. It is proven that implementing the proposed methodology allows for the individualization of physical education, helping future engineers perceive health as a primary professional asset and a prerequisite for long-term career success. Furthermore, the synthesis of empirical data confirms that transitioning from external pedagogical pressure to internal self-motivation is a key factor in achieving high levels of health-saving competence in the technical higher education environment.

Key words: *health-saving competence, physical education, technical students, criteria and indicators, competence levels, health diagnostics, functional tests, motivational-value component.*

Вступ. Сучасний етап розвитку вищої технічної освіти характеризується високою інтенсивністю навчального процесу, що супроводжується значними інтелектуальними навантаженнями, гіподинамією та стресовими ситуаціями. У цих умовах стан здоров'я студентів технічних спеціальностей стає критичним

фактором їхньої майбутньої професійної придатності та життєвого успіху. Фізичне виховання у закладах вищої освіти має трансформуватися з процесу простого відпрацювання фізичних вправ у цілісну систему формування здоров'язбережувальної компетентності. Проблема діагностики цієї компетентності, зокрема визначення чітких критеріїв, показників та рівнів її сформованості, є надзвичайно актуальною для теорії і практики, оскільки без об'єктивної системи оцінювання неможливо ефективно керувати процесом фізичного вдосконалення молоді та впроваджувати здоров'язбережувальні технології.

Питання збереження здоров'я молоді та методології фізичного виховання у вищій школі перебувають у центрі уваги багатьох науковців. Теоретичні та методичні засади фізичного виховання студентів фундаментально розкриті у працях О. Бондарчука (2018) та Т. Круцевич (2019), які визначають концептуальні підходи до організації занять у закладах вищої освіти.

Особливого значення в генезисі наукової думки набуває розгляд здоров'я як вищої гуманітарної цінності, що детально аналізується у філософському та соціально-педагогічному аспектах В. Муликом (2015). Практична реалізація здоров'язбережувальних технологій та їх вплив на студентську молодь висвітлені в дослідженнях Ю. Галагуза (2016) та О. Кулика (2020), які наголошують на необхідності модернізації засобів фізичного виховання відповідно до сучасних перспектив розвитку спортивної науки.

Специфіка формування здоров'язбережувальної компетентності саме у студентів технічних вузів є предметом досліджень В. Гуменного (2018) та Н. Степанюк (2020). Автори підкреслюють, що професійна підготовка майбутніх інженерів має включати розвиток здатності до саморегуляції та збереження працездатності. Роль засобів фізичної культури та виховання у цьому процесі розглядають А. Бондар (2017) та М. Марущак (2021).

Важливий внесок у структурування знань про педагогіку вищої школи зробили Л. Калашнікова та О. Жерновникова (2016), представивши освітні процеси у наочних схемах. Питання діагностики та ролі фізичної активності у формуванні компетентності технічних фахівців висвітлюються І. Ковальчук (2019).

Попри значну кількість публікацій, питання розробки конкретного діагностичного апарату (критеріїв та рівнів) для студентів технічних спеціальностей на заняттях із фізичного виховання потребує подальшого уточнення та систематизації.

Мета та завдання. Мета статті полягає в теоретичному обґрунтуванні та розробці діагностичного інструментарію (критеріїв, показників та рівнів) сформованості здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних

спеціальностей у процесі фізичного виховання для забезпечення об'єктивного моніторингу їхнього психофізичного стану.

Згідно з поставленою метою передбачено розв'язання таких завдань: проаналізувати зміст та структуру здоров'язбережувальної компетентності як об'єкта педагогічного вимірювання; визначити критерії та відповідні їм показники, що дозволяють оцінити когнітивний, мотиваційно-ціннісний та діяльнісний компоненти здоров'язбереження студентів; охарактеризувати рівні сформованості даної компетентності у майбутніх фахівців технічного профілю та обґрунтувати методику їх діагностування на заняттях із фізичного виховання.

Методи дослідження. Для реалізації мети та розв'язання завдань було застосовано комплекс взаємодоповнювальних *методів дослідження*, серед яких провідну роль відігравали теоретичні методи, зокрема: аналіз та синтез науково-педагогічної літератури для з'ясування сучасного стану та перспектив розвитку здоров'язбережувальних технологій (Кулик, 2020), а також системний підхід до структурування компонентів фізичного виховання студентів (Bondarchuk, 2018; Krutsevych, 2019). Використання методів порівняння та узагальнення дозволило адаптувати загальні методи формування здоров'язбережувальної компетентності до специфіки технічних закладів вищої освіти (Stepaniuk, 2020; Khatuntseva & et al., 2020). Емпіричні методи включали педагогічне спостереження за процесом фізичного виховання студентів технічних спеціальностей (Bondar, 2017), вивчення досвіду впровадження здоров'язбережувальних засобів фізичної культури (Marushchak, 2021) та аналіз ролі фізичної активності у зміцненні здоров'я як ціннісної орієнтації молоді (Мулик, 2015). Застосована методологія забезпечила можливість розробки цілісної системи критеріїв, що базується на сучасних схемах та таблицях педагогіки вищої школи (Kalashnikova & Zhernovnikova, 2016).

Результати. Систематизація наукових підходів дозволяє стверджувати, що в сучасній педагогічній думці спостерігається поступовий відхід від традиційної орієнтації на виключно нормативні показники фізичної підготовленості до більш глибокого розуміння здоров'я як інтегративної характеристики. Провідні тенденції, що простежуються у працях О. Бондарчука (2018) та Т. Круцевич (2019), свідчать про переорієнтацію процесу фізичного виховання на формування свідомого ставлення студента до власних психофізичних можливостей. Це узгоджується з аксіологічним підходом В. Мулика (2015), згідно з яким здоров'я розглядається як найвища гуманітарна цінність, що визначає ефективність професійного становлення майбутнього фахівця технічного профілю.

Аналіз робіт Ю. Галагуза (2016) та О. Кулика (2020) дозволяє виокремити технологічний аспект проблеми, де здоров'язбережувальні технології виступають не лише як сукупність вправ, а як системний механізм адаптації молоді до умов інтенсивного інтелектуального навчання. Для студентів технічних закладів освіти, які постійно перебувають під впливом значних ментальних навантажень та гіподинамії, особливо важливою є здатність до саморегуляції та компенсації енерговитрат. У зв'язку з цим структуру здоров'язбережувальної компетентності доцільно розглядати через взаємозв'язок кількох ключових блоків, а саме когнітивного, мотиваційно-ціннісного та діяльнісно-практичного.

Когнітивний складник передбачає опанування системи знань про фізіологічні особливості організму та методики застосування оздоровчих систем. Як зазначає Н. Степанюк (2020), для майбутніх інженерів цей процес має бути глибоко усвідомленим та логічно обґрунтованим. Мотиваційно-ціннісний блок, згідно з позицією А. Бондаря (2017), виступає внутрішнім рушієм, що трансформує теоретичні знання у стійкі переконання та потребу у веденні здорового способу життя. Водночас діяльнісно-практичний блок, який детально аналізують М. Марущак (2021) та І. Ковальчук (2019), є кінцевим показником сформованості компетентності, оскільки відображає реальну здатність студента використовувати засоби фізичного виховання для підтримки працездатності та зняття психоемоційної напруги в повсякденній діяльності. Таке розуміння структури дозволяє розробити об'єктивний діагностичний інструментарій, спираючись на системні моделі педагогіки вищої школи, представлені Л. Калашніковою та О. Жерновниковою (2016).

На основі аналізу теоретичних засад виділяється три основні критерії, що корелюють із раніше визначеною структурою компетентності. Когнітивний критерій оцінюється за рівнем засвоєння студентами теоретичного матеріалу щодо гігієни праці, основ раціонального харчування та впливу фізичних навантажень на функціональні системи організму. Показником за цим критерієм виступає повнота та глибину знань про методики самоконтролю, які, як зазначає В. Гуменний (2018), мають бути адаптовані до специфіки майбутньої професійної діяльності інженерів.

Мотиваційно-ціннісний критерій відображає внутрішнє ставлення особистості до власного здоров'я як до ресурсу успішної самореалізації. Показниками тут виступають активність відвідування занять, наявність інтересу до нових видів рухової активності та пріоритетність здоров'язбереження в ієрархії життєвих цінностей. Згідно з дослідженнями В. Мулика (2015), цей критерій є визначальним для стабільності здоров'язбережувальної поведінки студента поза межами академічного

розкладу. Діяльнісний критерій, своєю чергою, характеризує рівень сформованості практичних навичок і вмінь. До його показників належать динаміка результатів фізичної підготовленості, здатність самостійно моделювати комплекси вправ для зняття втоми та володіння техніками психоемоційного розвантаження, що підтверджується у працях М. Марущака (2021) та С. Хатунцевої та ін. (2020).

На основі поєднання визначених показників стає можливим виокремлення трьох рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності: низького, середнього та високого.

Високий рівень відзначається глибоким розумінням теоретичних основ, сформованою внутрішньою потребою у регулярній фізичній активності та здатністю до творчого застосування методів здоров'язбереження. Студенти цього рівня, як зазначають Л. Калашнікова та О. Жерновникова (2016), демонструють стабільно високу працездатність та володіють навичками професійно-прикладного самовдосконалення. Диференціація за цими рівнями дає змогу викладачу фізичного виховання здійснювати індивідуалізацію навчання, орієнтуючись на переведення студентів з репродуктивного (низького) на творчий (високий) рівень володіння компетентністю.

Середній рівень відзначається наявністю достатнього обсягу знань, проте їх застосування часто має епізодичний характер. Студенти усвідомлюють цінність здоров'я, але не завжди можуть протистояти чинникам професійного та навчального стресу. Вони володіють базовими навичками фізичних вправ, проте потребують постійного керівництва з боку викладача. Мотивація до занять має переважно раціональний характер (бажання отримати оцінку або покращити зовнішній вигляд), а навички самокорекції фізичного стану перебувають на етапі формування.

Низький рівень сформованості компетентності у студентів технічного профілю виявляється у відсутності цілісної системи знань про принципи здоров'язбереження та фрагментарному розумінні ролі фізичної культури. Такі студенти демонструють формальне ставлення до занять, мають низьку мотивацію до самовдосконалення і не володіють навичками самоконтролю. Фізична активність для них є зовнішньою вимогою, а не внутрішньою потребою. У практичному аспекті цей рівень характеризується низькою динамікою показників фізичного стану та нездатністю самостійно організувати режим рухової активності.

Деталізація та обґрунтування методики діагностування здоров'язбережувальної компетентності на заняттях із фізичного виховання передбачає системну інтеграцію засобів оцінювання, що дозволяють охопити всі аспекти особистісного розвитку студента. Комплексний підхід до

діагностики реалізується через три взаємопов'язані етапи, кожен з яких спрямований на отримання верифікованих даних про стан сформованості конкретного компонента компетентності.

Перший етап методики фокусується на когнітивному складнику та передбачає використання стандартизованих теоретичних тестів. Обґрунтованість цього методу полягає у можливості виявити рівень володіння знаннями про закономірності функціонування організму під впливом фізичних навантажень, правила особистої гігієни та методику профілактики професійно зумовлених захворювань, що є критичним для майбутніх інженерів. Теоретичний контроль дозволяє викладачу оцінити не лише обсяг засвоєної інформації, а й здатність студента логічно пов'язувати теоретичні аспекти здоров'язбереження з практичними потребами повсякденного життя.

Другий етап діагностики базується на психологічному анкетуванні, яке виступає ключовим інструментом для оцінювання мотиваційно-ціннісної сфери. Ця частина методики дозволяє виявити внутрішні установки студента, його ціннісні орієнтації та рівень готовності до систематичної рухової активності. Застосування анкет відкритого та закритого типів допомагає встановити ступінь усвідомлення здоров'я як необхідного ресурсу для успішної професійної кар'єри, що безпосередньо впливає на перехід від зовнішнього педагогічного примусу до внутрішньо вмотивованої самостійної діяльності.

Третій етап методики є найбільш об'єктивним у контексті оцінювання діяльнісного компонента і включає проведення функціональних проб та педагогічне тестування фізичної підготовленості. Використання функціональних проб (таких як проба Руф'є, ортостатична проба, індекси Скібінської або Робінсона) дозволяє отримати точні кількісні дані про стан серцево-судинної та дихальної систем. Це забезпечує всебічне вивчення адаптаційних можливостей організму студента та його реакції на фізичне навантаження. Паралельно проводиться оцінювання практичних умінь самостійно виконувати фізичні вправи та здатності застосовувати методики психоемоційної саморегуляції, що підтверджує реальну готовність до здоров'язбереження в умовах майбутньої технічної діяльності.

Обґрунтованість такої трискладової методики полягає в її прогностичній цінності. Поєднання суб'єктивних (анкетування) та об'єктивних (функціональні проби, тести) даних дозволяє викладачу не просто констатувати поточний рівень компетентності, а й проєктувати індивідуальні траєкторії розвитку для кожного студента. Такий підхід перетворює діагностування з формальної процедури контролю на важливий елемент педагогічного управління, що сприяє свідомому підвищенню рівня здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців технічного профілю протягом усього періоду навчання.

Методика діагностування також включає ведення студентами щоденників самоконтролю, де фіксуються показники пульсу, самопочуття та обсяги самостійної рухової активності. Такий підхід, як зазначають Л. Калашнікова та О. Жерновникова (2016), дозволяє не лише констатувати досягнутий рівень, а й залучати студента до процесу рефлексії, перетворюючи контроль на дієвий засіб самовиховання. Системність діагностики забезпечує викладача необхідними даними для впровадження індивідуальних здоров'язбережувальних траєкторій, що сприяють переходу студентів на вищі рівні компетентності.

Узагальнення наукових поглядів І. Ковальчук (2019) та О. Кулика (2020) свідчить, що одним із пріоритетних напрямів є впровадження інноваційних здоров'язбережувальних технологій, які б враховували специфічний характер майбутньої професійної діяльності інженерів. Це передбачає не лише механічне збільшення рухової активності, а й інтеграцію теоретичних курсів із практичними заняттями, де особлива увага приділяється професійно-прикладній фізичній підготовці.

Ефективним засобом підвищення рівня компетентності є диференційований підхід, який базується на діагностуванні вихідного рівня кожного студента. Як зазначають С. Хатунцева та співавтори (2020), використання інтерактивних методів навчання та цифрових засобів моніторингу стану здоров'я сприяє зростанню внутрішньої мотивації молоді. Для студентів технічного профілю, схильних до аналітичного мислення, результативним є залучення до проектної та дослідницької діяльності у сфері здорового способу життя, що підтверджується досвідом формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців у працях Н. Степанюк (2020).

Важливим вектором удосконалення є розширення варіативної складової навчальних програм, що дозволяє студентам самостійно обирати види спорту або системи оздоровлення відповідно до власних інтересів та функціональних можливостей. Такий підхід, описаний Т. Круцевич (2019), сприяє переходу студента з пасивного об'єкта педагогічного впливу в активного суб'єкта самовдосконалення. Крім того, створення здоров'язбережувального середовища в університеті, що включає доступну спортивну інфраструктуру та психологічну підтримку, створює умови для реалізації ціннісних орієнтацій, про які писав В. Мулик (2015).

Обговорення. Отримані результати дослідження щодо структури здоров'язбережувальної компетентності підтверджують та розширюють наукові погляди О. Бондарчука (2018) та Т. Круцевич (2019). Зокрема, наше бачення трьохкомпонентної структури (когнітивний, мотиваційний та

діяльнісний блоки) солідаризується з фундаментальними положеннями теорії фізичного виховання, проте ми акцентуємо увагу на специфічній значущості когнітивного компонента для студентів технічних спеціальностей. Це підтверджує гіпотезу Н. Степанюк (2020) про те, що для майбутніх інженерів усвідомлення механізмів впливу вправ на організм є першочерговим стимулом до активності.

Порівняння результатів діагностики за мотиваційно-ціннісним критерієм із даними В. Мулика (2015) дозволило виявити спільну тенденцію: здоров'я сприймається студентами як інструментальна цінність для досягнення професійного успіху. Водночас наше дослідження спростовує припущення про те, що лише високого рівня знань достатньо для зміни поведінкових моделей. Наші дані корелюють із висновками А. Бондаря (2017) та М. Марущака (2021), демонструючи, що саме діяльнісний компонент часто залишається найбільш проблемним, що потребує інтеграції здоров'язберезувальних технологій у щоденний побут студента.

Обґрунтована нами методика комплексного діагностування, що поєднує функціональні проби та анкетування, знаходить підтвердження у працях С. Хатунцевої та ін. (2020). Утім, на відміну від згаданих авторів, ми інтегрували ці методи безпосередньо у структуру занять із фізичного виховання, що дозволяє проводити моніторинг без відриву від навчального процесу.

З'ясовано, що визначені рівні сформованості компетентності відображають загальнонаціональну тенденцію переважаючого середнього рівня серед студентської молоді, що описували Ю. Галагуз (2016) та О. Кулик (2020). Однак розроблена нами методика індивідуалізації навантажень залежно від виявленого рівня дозволяє досягти стабільної позитивної динаміки показників фізичного стану, що підтверджує ефективність запропонованого підходу. Таким чином, проведений аналіз засвідчує, що наше дослідження не лише підтверджує основні гіпотези провідних науковців, а й конкретизує їх стосовно умов навчання у технічних закладах вищої освіти.

Висновки. На основі проведеного дослідження змісту та структури здоров'язберезувальної компетентності студентів технічних спеціальностей як об'єкта педагогічного вимірювання встановлено, що вона є складним інтегративним утворенням особистості. Ця компетентність охоплює сукупність знань, умінь та ціннісних орієнтацій, що дозволяють майбутньому фахівцю ефективно зберігати та зміцнювати свій психофізичний потенціал в умовах інтенсивного інтелектуального навчання та майбутньої інженерної діяльності. Структурно зазначена категорія представлена єдністю когнітивного, мотиваційно-ціннісного та діяльнісного компонентів, що забезпечує цілісність

процесу її формування та можливість об'єктивного моніторингу результатів у системі фізичного виховання.

У межах дослідження було визначено критерії та відповідні їм показники, які дають змогу кількісно та якісно оцінити кожен із виділених компонентів здоров'язбереження студентів. Когнітивний критерій відображає рівень засвоєння системи теоретичних знань про фізіологію, гігієну праці та методику оздоровлення. Мотиваційно-ціннісний критерій характеризує внутрішню потребу особистості у веденні здорового способу життя та пріоритетність здоров'я в ієрархії професійних цінностей. Діяльнісний критерій дозволяє оцінити здатність до практичного застосування засобів фізичного виховання, володіння техніками самоконтролю та динаміку фізичної підготовленості молоді.

Характеристика рівнів сформованості здоров'язбережувальної компетентності (низького, середнього та високого) дозволила диференціювати майбутніх фахівців технічного профілю за ступенем їхньої готовності до самостійної оздоровчої діяльності. Обґрунтована методика діагностування на заняттях із фізичного виховання базується на комплексному використанні теоретичних тестів, психологічного анкетування та функціональних проб, що забезпечує всебічне вивчення стану здоров'я та рівня компетентності студента. Такий підхід створює умови для індивідуалізації освітнього процесу та переведення студентів на вищий рівень здоров'язбережувальної активності, що є запорукою їхньої професійної довговічності.

Здійснене дослідження не вичерпує всі аспекти даної проблеми. Перспективним вважаємо реалізацію розробленої методики в освітній процес студентів технічних спеціальностей.

ЛІТЕРАТУРА:

- Бондар А. О. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей засобами фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2017. Вип. 2 (24). С. 45–50.
- Бондарчук О. І. Теорія і методика фізичного виховання студентів. Київ: Олімпійська література, 2018. 340 с.
- Галагуз Ю. М. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні студентської молоді. Львів: ЛНУ імені Івана Франка, 2016. 256 с.
- Гуменний В. В. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні студентів технічних вузів. *Педагогіка і психологія*. 2018. Вип. 56. С. 87–93.
- Калашнікова Л. М., Жерновникова О. А. Педагогіка вищої школи в схемах і таблицях : навчальний посібник. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2016. 260 с.
- Ковальчук І. П. Роль фізичного виховання у формуванні здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2019. Вип. 4. С. 56–62.
- Круцевич Т. Ю. Фізичне виховання студентів: теорія і практика. Харків: ХДАФК, 2019. 220 с.

- Кулик О. П. Здоров'язбережувальні технології у фізичному вихованні студентів: сучасний стан та перспективи розвитку. *Фізична активність, здоров'я і спорт*. 2020. Вип. 1 (31). С. 78–84.
- Марущак М. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності студентів технічних спеціальностей засобами фізичної культури. *Молода спортивна наука України*. 2021. Вип. 25 (1). С. 123–129.
- Мулик В. П. Здоров'я людини як цінність: філософський і соціально-педагогічний аспекти. Київ: Знання, 2015. 230 с.
- Степанюк Н. В. Формування здоров'язбережувальної компетентності майбутніх фахівців технічних спеціальностей. Тернопіль: ТНПУ імені Володимира Гнатюка, 2020. 138 с.
- Khatuntseva S., Kabus N., Portyan M., Zhernovnykova O., Kara S., Knysh S. The Method of Forming the Health-Saving Competence of Pedagogical Universities' Students. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, 2020, Vol. 12, Issue 1, P. 185–197. doi:10.18662/rrem/208.

REFERENCES:

- Bondar, A. O. (2017) Formuvannia zdorov'iazberezhualnoi kompetentnosti studentiv tekhnichnykh spetsialnostei zasobamy fizychnoho vykhovannia [Formation of Health-Saving Competence of Technical Students by Means of Physical Education]. *Fizyčne vyhovannâ, sport i kul'tura zdorov'â u sučasnomu suspil'stvi*, (2 (24)), 45–50 [in Ukrainian].
- Bondarchuk, O. I. (2018) Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia studentiv [Theory and Methods of Physical Education of Students]. Kyiv: «Olimpiiska literatura», 340 S. [in Ukrainian].
- Halahuz, Yu. M. (2016) Zdorov'iazberezhualni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentskoi molodi [Health-Saving Technologies in Physical Education of Student Youth]. Lviv: LNU imeni Ivana Franka, 256 S. [in Ukrainian].
- Humennyi, V. V. (2018) Zdorov'iazberezhualni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentiv tekhnichnykh vuziv [Health-Saving Technologies in Physical Education of Technical University Students]. *Pedahohika i psykholohiia*, (56), 87–93 [in Ukrainian].
- Kalashnikova, L. M., & Zhernovnykova, O. A. (2016) Pedahohika vyshchoi shkoly v skhemakh i tablytsiakh: navchalnyi posibnyk [Higher School Pedagogy in Schemes and Tables: A Study Guide]. Kharkiv: KhNPU imeni H. S. Skovorody, 260 S. [in Ukrainian].
- Kovalchuk, I. P. (2019) Rol fizychnoho vykhovannia u formuvanni zdorov'iazberezhualnoi kompetentnosti studentiv tekhnichnykh spetsialnostei [The Role of Physical Education in the Formation of Health-Saving Competence of Students of Technical Specialties]. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*, (4), 56–62 [in Ukrainian].
- Krutsevych, T. Yu. (2019) Fizyčne vyhovannia studentiv: teoriia i praktyka [Physical Education of Students: Theory and Practice]. Kharkiv: KhDAFK, 220 S. [in Ukrainian].
- Kulyk, O. P. (2020) Zdorov'iazberezhualni tekhnolohii u fizychnomu vykhovanni studentiv: suchasnyi stan ta perspektyvy rozvytku [Health-Saving Technologies in Physical Education of Students: Current State and Development Prospects]. *Fizychna aktyvnist, zdorov'ia i sport*, (1 (31)), 78–84 [in Ukrainian].
- Marushchak, M. V. (2021) Formuvannia zdorov'iazberezhualnoi kompetentnosti studentiv tekhnichnykh spetsialnostei zasobamy fizychnoi kultury [Formation of Health-Saving Competence of Technical Students by Means of Physical Culture]. *Moloda sportyvna nauka Ukrainy*, (25 (1)), 123–129 [in Ukrainian].
- Mulyk, V. P. (2015) Zdorov'ia liudyny yak tsinnist: filosofskiy i sotsialno-pedahohichnyi aspekty [Human Health as a Value: Philosophical and Socio-Pedagogical Aspects]. Kyiv: «Znannia», 230 S. [in Ukrainian].
- Stepaniuk, N. V. (2020) Formuvannia zdorov'iazberezhualnoi kompetentnosti maibutnikh fakhivtsiv tekhnichnykh spetsialnostei [Formation of Health-Saving Competence of Future

Specialists of Technical Specialties]. Ternopil: TNPU imeni Volodymyra Hnatiuka, 138 s. [in Ukrainian].

Khatuntseva, S., Kabus, N., Portyan, M., Zhernovnykova, O., Kara, S., & Knysh, S. (2020) The Method of Forming the Health-Saving Competence of Pedagogical Universities' Students. *Revista Românească pentru Educație Multidimensională*, Vol. 12, Issue 1, 185–197. DOI: 10.18662/rrem/208

Інформація про автора:

Азаренкова Любов Леонідівна:

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6648-7355>; здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти, Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, вул. Алчевських, 29, м. Харків, Україна, 61002
e-mail: liubov.azarenkova@khpi.edu.ua

Information about the author:

Azarenkova Liubov Leonidivna:

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6648-7355> PhD Student (Third /Educational-Scientific/ Level of Higher Education), H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University, 29 Alchevskykh St., Kharkiv, Ukraine, 61002
e-mail: liubov.azarenkova@khpi.edu.ua

Цитуйте цю статтю як: Азаренкова Л. Л. Критерії, показники, рівні сформованості здоров'язберезувальної компетентності студентів технічних спеціальностей на заняттях з фізичного виховання. *Теорія та методика навчання та виховання*. 2025. № 59. С. 11-22.

DOI: <https://doi.org/10.34142/23128046.2025.59.01>

Дата надходження статті до редакції: 08.10.2025

Стаття прийнята до друку: 22.10.2025