
МОДЕЛЬ ФОРМУВАННЯ ЦІННОСТЕЙ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ СТУДЕНТІВ У ПРОЦЕСІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Ірина Кенцицька

Аннотація. На основі спеціальної наукової літератури і практичного досвіду встановлено наявність недостаточного уваги до комплексного системного аналізу підходів до формування у студентів цінностей здорового образу життя в умовах вищого навчального закладу. Визначено фактори, що обмежують формування цих цінностей.

Ключеві слова: студенти, цінності здорового способу життя, процес фізичного виховання.

Abstract. On the basis of special scientific literature and practical experience, it has been established that there is insufficient attention to a comprehensive system analysis of approaches to the formation in students of healthy lifestyle values in the conditions of the higher educational institution. The factors limiting the formation of these values have been determined.

Keywords: students, values of healthy lifestyle, physical education process.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збереження здоров'я та повноцінного життя громадян є однією з найважливіших цілей світової спільноти, що відображено у засадах європейської політики «Здоров'я-2020: основи Європейської політики на підтримку дій держави і суспільства в інтересах здоров'я і благополуччя» [16]. Проблема здоров'я осіб молодого віку, названа одним із пріоритетних напрямів діяльності ВООЗ у ХХІ ст., є вкрай актуальною і для України [9]. На фоні високих темпів депопуляції населення, кризи ціннісних орієнтацій, низького рівня знань основ здорового способу життя, нераціональної організації режиму рухової активності, слабкої мотивації до занять фізичною культурою і динаміки вживання тютюну, алкоголю та наркотичних речовин проблема збереження та зміцнення здоров'я студентської молоді потребує нагальної розробки заходів, що сприятимуть запобіганню негативних змін у стані здоров'я студентів [2, 3, 6, 13, 17].

Увагу вітчизняних та зарубіжних дослідників привертають підходи до формування цінностей здоров'я, здорового способу життя учнівської та студентської молоді [1, 4, 8, 11, 12, 14, 15]. Європейською асоціацією було підготовлено рекомендації до реалізації моделі школи, що сприяє здоров'ю, в яких пропонувалося сформувати діяльність установи на таких засадах: аналіз життєдіяльності учнів та вчителів з точки зору збереження їхнього здоров'я, що включає аналіз функціонального стану організму і можливих негативних змін у процесі навчання; аналіз життєдіяльності дитини в сім'ї з точки зору негативних впливів на збереження і зміцнення її здоров'я;

формування здоров'я учнів та вчителів в освітньому процесі, що має на меті включення в навчальний план школи спеціальних предметів, присвячених здоров'ю; організація спеціальної позакласної роботи; освіта батьків і педагогів зі збереження та зміцнення здоров'я учнів; індивідуальне консультування учнів, їхніх батьків та педагогів з актуальних проблем збереження і зміцнення здоров'я в навчальному процесі; створення умов для забезпечення здоров'я всіх учасників освітнього процесу; валеологічна оптимізація освітнього процесу і шкільного середовища; профілактика, рекреація і корекція донозологічних відхилень індивідуального здоров'я безпосередньо в процесі навчання [16].

Дослідниками [14] розроблено концепцію здоров'ятворчого способу життя, яка базується на розумінні індивідуального здоров'я людини як багатомірної системи, що складається із взаємозалежних компонентів (соматичних, психічних, соціальних і моральних); визнання провідної ролі культури здоров'я як ціннісно-мотиваційної складової цілеспрямованого здорового способу життя.

Ю. Є. Амосовою [1] обґрунтовано, розроблено та запропоновано до впровадження структурно-функціональну модель формування цінностей здорового способу життя (ЗСЖ) студентів педагогічного коледжу в процесі фахової підготовки. Авторська модель являє собою сукупність взаємопов'язаних елементів (компонентів), що функціонують як єдине ціле і мають єдину мету. Виділені елементи згруповані в такі блоки: навчально-виховний; інтерактивне оздоровлення; позааудиторна діяльність майбутніх учителів; педагогічна практика з оздоровчої складової в за-

гальноосвітніх установах. Також автором визначено такі педагогічні умови її успішної реалізації як комплексна програма формування цінностей ЗСЖ студентів педагогічного коледжу; оздоровчо-навчальні технології; навчально-методичний комплекс «Основи здорового способу життя».

Дослідженнями В. М. Сорокіної, Д. Ю. Сорокіна [15] виявлено сутнісні характеристики ціннісного ставлення студентської молоді до ЗСЖ, визначено критерії та рівні його сформованості; обґрунтовано модель процесу формування у студентів ставлення до ЗСЖ як професійної цінності.

С. М. Футорним [17] розроблено концепцію формування ЗСЖ студентської молоді в процесі фізичного виховання з використанням інноваційних технологій, що враховує передумови здійснення здоров'язберігаючої діяльності, концептуальних підходів, покладених в основу мети, завдань, принципів та умов їх реалізації, а також базової моделі і критеріїв ефективності.

У дослідженнях О. О. Єжової [6] теоретично обґрунтовано концепцію формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів, педагогічну систему його формування; розроблено структурну модель педагогічної системи та визначено педагогічні умови формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів.

Результати досліджень, отриманих Ю. С. Бойко [4], засвідчують, що у більшості вищих навчальних закладів недостатньо застосовують ефективні форми роботи з охорони здоров'я молодого покоління, мало використовують їх потенційні можливості для збереження і зміцнення здоров'я студентів, формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя. Наголошується, що ціннісне ставлення до свого здоров'я, бажання і вміння піклуватися про нього у переважній частині молодого покоління є недостатньо сформованим.

У дослідженні Д. В. Цибікова [18] розроблено та апробовано модель формування ціннісного ставлення до ЗСЖ у студентів на основі когнітивного, емоційно-оціночного та поведінково-діяльного компонентів. Системотвірним фактором моделі виступала профілактика шкідливих звичок, в основі якої лежав процес осмислення першопричин нездорової поведінки. Під формуванням ціннісного ставлення до ЗСЖ у студентів у процесі педагогічної освіти автор розумів тривалий у часі і керований процес послідовно змінюваних етапів. Кожен етап являв собою відрізок освітнього процесу, який характеризувався логічною завершеністю одного і початком іншого: організаційно-підготовчий; початково-діагностичний; інформа-

ційно-просвітницький; змістово-методичний; корекційний; підсумково-діагностичний.

Запропонована М. В. Вороновим [5] модель формування мотивації до ЗСЖ є механізмом взаємодії компонентів цілісного педагогічного процесу і передбачає реалізацію стратегії, тактики і техніки формування у студентів мотивації до збереження та зміцнення здоров'я.

Не оминули увагою питання формування цінностей здорового способу життя і розробки зарубіжних дослідників [20–23]. Так, існує загальне визнання того, що здоров'я та соціальне самопочуття визначаються багатьма чинниками поза системою охорони здоров'я, які включають соціально-економічні умови, моделі споживання, пов'язані з харчуванням та спілкуванням, демографічні моделі, навчальне середовище, культуру та соціальну структуру суспільства; соціально-політичні та економічні зміни, включаючи комерціалізацію та глобальні екологічні зміни. У такій ситуації питання формування цінностей здоров'я студентської молоді можна ефективно вирішувати шляхом прийняття цілісного підходу, даючи їм можливість здійснювати заходи щодо їхнього здоров'я, здорової поведінки, здорового способу життя [23].

Учені [23] виявляють основні складові здоров'я: фізичні, психологічні та поведінкові; мотиваційні аспекти та психолого-педагогічні умови формування здорового способу життя студентів, виділяють педагогічні умови формування цінностей здорового способу життя. Дослідники [20] дійшли висновку, що незважаючи на широкі можливості мотивації до здоров'язберігаючої поведінки молоді, на сьогодні існують проблеми її формування, обумовлені як соціальними, так і культурними особливостями. В ході дослідження [22] було виявлено, що цінність здоров'я на даному етапі життя людини, якщо і усвідомлюється, то не актуалізується достатньою мірою і має декларативний характер.

Лише незначна частина респондентів цілком усвідомлюють таку необхідність і дійсно дотримуються здорового способу життя. Основними факторами, що впливають на формування способу життя молоді, є сім'я, соціальне оточення, засоби масової інформації і комунікації. Респонденти підтверджують значний вплив оточення як на навернення до шкідливих звичок, так і на залучення до здорових захоплень. До основних факторів, що перешкоджають ЗСЖ студентів, належить брак вільного часу, матеріальна складова, інтернет-залежність, відсутність достатньої мотивації і самоорганізації.

Ставлення до здоров'я як до цінності особливо активно формується у юнацькому віці і є результатом впливу освіти й навколишнього соціального середовища. Наукові розробки Л. М. Ізбаш [7] свідчать, що важливим чинником формування

культури здоров'я є система фізичного виховання. Автором обґрунтовано організаційно-педагогічні умови формування культури здоров'я студентів у системі фізичного виховання політехнічного коледжу (позитивно-активної мотивації до збереження здоров'я та самовдосконалення шляхом самовиховання, самоосвіти та самооздоровлення; створення здоров'язберігаючого середовища політехнічного коледжу, орієнтованого на формування культури здоров'я студентів як особистісно-професійної цінності; оптимізація системи фізичного виховання через комплексне планування та розробку системи заходів із підвищення рівня здоров'я з урахуванням віку студентів, їхньої фізичної підготовленості, програмного матеріалу, часу і місця занять).

На думку багатьох дослідників, важливим інструментом формування відповідних цінностей є здоров'язберігаючі технології [2, 10, 17, 19]. Це системно організована, логічно вибудована послідовність операцій, спрямована на формування цінностей ЗСЖ за умови збереження здоров'я студентів і педагогів, пов'язаних освітнім процесом і які виступають у суб'єктивних відносинах у режимі інтерактивності. Вони є основою практичної діяльності з формування цінностей здорового способу життя.

У педагогічній практиці процес збереження та зміцнення здоров'я студентів, формування цінності ЗСЖ та їхнього оздоровлення має фрагментарний, часто формальний характер, коли використовують традиційні засоби виховання. Поза увагою науковців залишилося таке важливе питання, як формування цінностей ЗСЖ у студентській молоді в процесі фізичного виховання, що обумовлює актуальність та своєчасність дослідження.

Дослідження виконано згідно з планом НДР НУФВСУ на 2016–2020 рр. за темами кафедри здоров'я, фітнесу та рекреації «Теоретико-методологічні засади оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення» (номер держреєстрації 0116U001630) і кафедри теорії та методики фізичного виховання «Теоретико-методичні основи вдосконалення програмно-нормативних засад фізичної підготовки дітей, підлітків і молоді» (номер держреєстрації 0116U001626).

Мета дослідження – спроектувати, теоретично обґрунтувати та розробити модель формування цінностей здорового способу життя студентів у процесі фізичного виховання, спрямовану на створення сприятливих умов для залучення молоді до здоров'язберігаючої діяльності, підвищення рівня їхнього здоров'я, рухової активності, фізичне самовдосконалення та розробку заходів з модернізації навчально-виховного процесу з фізичного виховання у вищих навчальних закладах (ВНЗ).

Методи дослідження: аналіз та узагальнення літературних джерел, методи соціологічні, антропометрії, визначення функціонального стану організму, оцінки рівня фізичного здоров'я (за методикою Г. Л. Апанасенка), хронометраж діяльності студентів, тестування теоретичних знань, педагогічні методи (спостереження, тестування, експеримент), методи математичної статистики.

Результати дослідження та їх обговорення. Дослідження проводили на базах Київського національного лінгвістичного університету, Національного медичного університету імені О. О. Богомольця, Київського національного університету імені Тараса Шевченка. У дослідженні взяли участь 228 студентів (108 хлопців та 120 дівчат).

Експертами [4, 11, 13] наголошується, що формування цінностей здорового способу життя у студентів у процесі фізичного виховання лімітується рядом чинників:

- незначна популярність занять фізичною культурою і спортом студентської молоді та відсутність чіткої системи підвищення мотивації до рухової активності у процесі фізичного виховання у ВНЗ;
- малоефективне дидактичне наповнення процесу фізичного виховання, недостатній обсяг навчальних годин для занять фізичними вправами, відсутність урахування особливостей майбутньої професії та її вимог до розвитку організму студентів у змісті навчальної дисципліни;
- низький статус фізичного виховання у більшості ВНЗ, недооцінювання фізичного виховання з боку керівництва у підготовці висококваліфікованого спеціаліста, формальне ставлення великого відсотку викладачів фізичного виховання до занять, недостатня спортивно-матеріальна база або повна відсутність необхідних спортивних споруд, особливо в приватних ВНЗ;
- неналежний стан медико-педагогічної диференціації студентської молоді під час медичних оглядів із метою розподілу на навчальні відділення для занять з фізичного виховання;
- відсутність чіткої технології підготовки студентів до самостійних занять фізичними вправами в умовах навчання з метою самовдосконалення та формування спеціальних знань і навичок самостійного використання засобів фізичного виховання у майбутній професійній діяльності;
- відсутність стійкої системи педагогічного контролю, невизначеність критеріїв оцінювання успішності навчальних досягнень студентів з фізичного виховання, які враховували б не тільки рухову, а й теоретико-методичну підготовленість;
- у більшості освітніх установ застосовують малоефективні форми роботи з охорони здоров'я, слабо використовується наявний потенціал для збереження і зміцнення здоров'я, формування

ціннісного ставлення до здоров'я та ЗСЖ студента, відсутність науково обґрунтованої моделі формування цінностей ЗСЖ в процесі фізичного виховання.

На думку багатьох дослідників [4, 6, 11, 17], зазначені недоліки є причиною низької якості навчально-виховного процесу фізичного виховання студентської молоді, і, як наслідок, несформованості у більшості студентів цінностей здоров'я та здорового способу життя, що обґрунтовує пошук шляхів його удосконалення в сучасних умовах.

У попередніх дослідженнях встановлено, що у більшості студентів потреба у фізичному самовдосконаленні виражена слабо або взагалі відсутня, у третини вона характеризується нестійкою зацікавленістю у фізкультурно-спортивній діяльності і тільки у 10 % відзначається високою активністю особистості до занять фізичною культурою і спортом. Формування ЗСЖ, на думку Ю. С. Бойко [4], часто не має для молодих людей суб'єктивних особистісних смислів через відірваність гносеологічного плану свідомості від онтологічного, а мотивація ЗСЖ стає дієвою лише після втрати здоров'я. Дослідниками [4, 6, 14, 17] встановлено, що формування цінностей здорового способу життя повинне бути системним і передбачати таке: вивчення уявлень молоді про здоровий спосіб життя і розробку методів оцінювання здоров'я індивіда; формування свідомості й установки на ЗСЖ; розробку технологій формування у молоді здорового способу життя.

Подальше проведення оцінки рівня сформованості цінностей до ЗСЖ передбачало опитування студентів на предмет їх ставлення до здоров'я. Проведений скринінг підтвердив, що ціннісні орієнтації, пов'язані зі здоров'ям і веденням здорового способу життя, поки-що не посіли належного місця в системі цінностей студента, хоча рівень фізичного здоров'я у більшості низький. Зазначене стало передумовою розробки моделі формування цінностей здорового способу життя студентської молоді у процесі фізичного виховання (рис. 1).

Мета моделі – сприяння становленню та розвитку у студентів цінностей здорового способу життя, формування знань умінь і навичок із використання засобів фізичної культури для покращення якості життя.

Під час розробки моделі формування цінностей здорового способу життя у студентської молоді ми дотримувалися думки ряду авторів [4, 11, 17], що побудова моделі базується на системному підході, відповідно до якого педагогічний процес, представлений у вигляді моделі, становить систему, у якій системотвірними компонентами є мета, спільна діяльність педагога та студентів і результат. Системний підхід дозволив розкрити взаємо-

залежність складників цінностей фізичної культури, виступив методологічним засобом виявлення концептуальних підходів та організаційно-педагогічних умов проектування навчально-виховної діяльності як спеціально сконструйованої цілісної, динамічної та керованої системи. Змінними складовими педагогічного процесу виступають: зміст навчального матеріалу, методи й організаційні форми навчання, засоби навчання, умови та технології навчання.

Для розгляду суб'єктно орієнтованої організації ВНЗ та управління його діяльністю, що сприяє переважно перебудові її змістового наповнення, взаємозбагаченню і взаємозумовленості змістових компонентів було застосовано діяльнісний підхід. Компонентами цієї діяльності є: засвоєння знань у галузі збереження і зміцнення здоров'я; саморегуляція емоційних станів, результатом чого є формування стійкої мотивації до набуття знань і умінь удосконалення життєдіяльності на засадах цінностей фізичної культури як життєвої і професійної перспективи, пріоритетність фізичної культури в системі ціннісних орієнтацій особистості; формування умінь використовувати одержану навчальну суму знань для контролю стану здоров'я, фізичного розвитку, проектування своєї діяльності з урахуванням збереження і зміцнення здоров'я та вдосконалення фізичної підготовленості. Особистісно орієнтований підхід дає змогу спрямовано формувати фізичну культуру та відповідне позитивне ставлення до цінностей фізичної культури; враховувати здібності, індивідуально-психологічні особливості та мотиви студентів.

В основу розробки моделі формування цінностей здорового способу життя особистості покладено технологічні принципи, запропоновані у роботі С. М. Футорного [17]: комплексність; системність; цілісність; принцип інтеграції та координації взаємодії; довгостроковість та такі педагогічні принципи [4, 17]:

- науковості – реалізація в освітніх установах науково обґрунтованих і перевічених здоров'язберігаючих технологій; адаптація відповідних наукових знань для всіх ланок освіти з урахуванням особливостей різних вікових категорій; взаємозв'язок науки про здоров'я з практичним досвідом;

- превентивності – виховні впливи держави, всіх виховних інститутів на основі врахування інтересів особистості та суспільства спрямовуються на допомогу та захист, профілактику негативних проявів поведінки студентської молоді, неприйняття негативних впливів соціального оточення;

- безперервності і наступності – необхідність проведення роботи систематично і регулярно;

- неперервності та практичної цілеспрямованості – наступність у реалізації напрямів та етапів

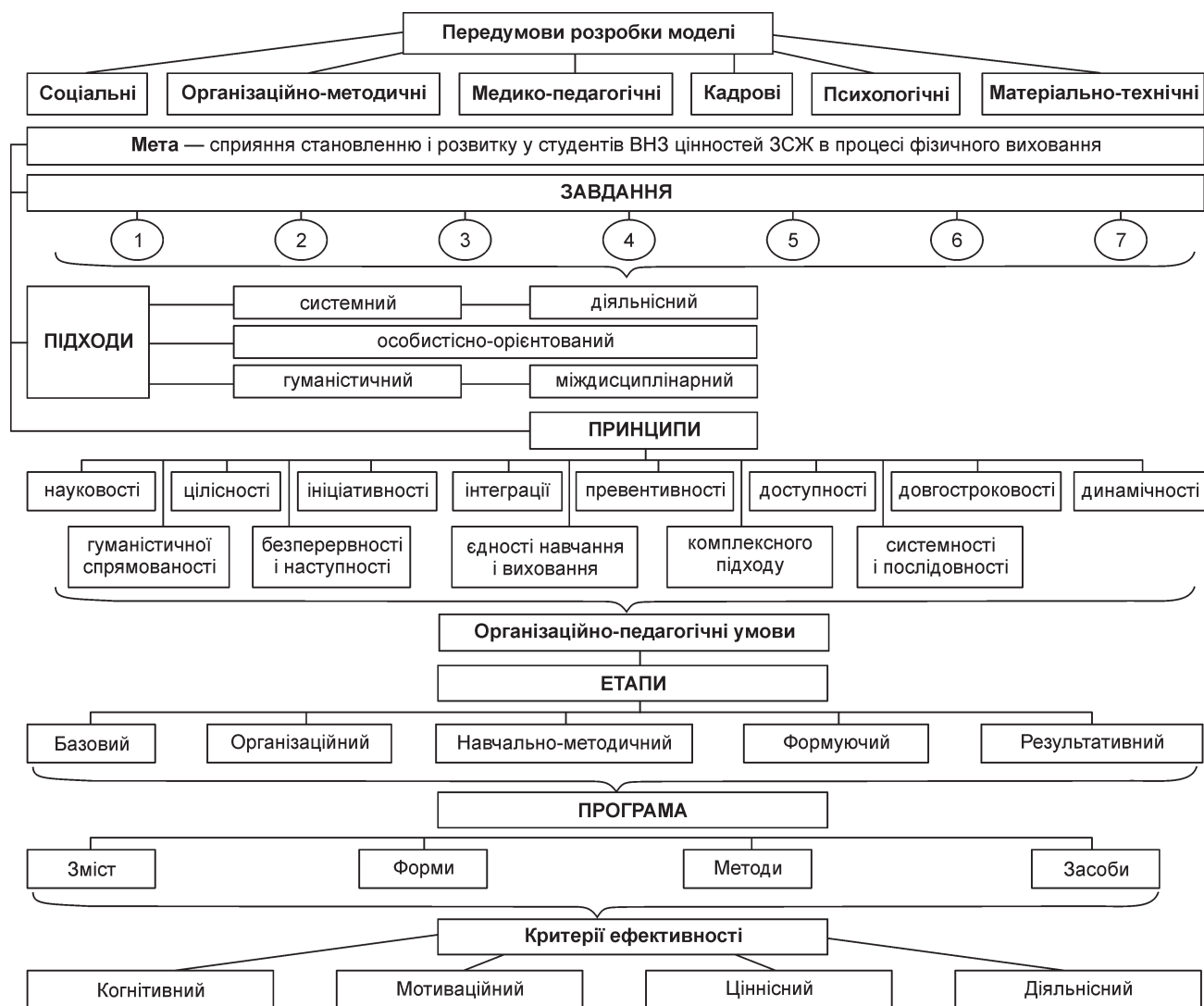


Рисунок 1 – Структура моделі формування цінностей здорового способу життя студентів

цієї роботи на різних освітніх рівнях; охоплює всі сфери життєдіяльності студентської молоді; здійснюється в аудиторній та позааудиторній виховній роботі; утверджує спрямованість на досягнення основної мети – підвищення ефективності функціонування власного організму і свідомого позитивного ставлення до нього та забезпечується механізмом наступності між цілями, змістом, формами і методами, характером педагогічної взаємодії;

- інтеграції безперервного навчання здорового способу життя з наукою, природою, практичною діяльністю людини і суспільства, передбачає синтез теоретичних, емпіричних і практичних знань у цілісній картині про здоров'я та здоровий спосіб життя, врахування індивідуальних особливостей (психофізичних, вікових, статевих, професійних тощо) і подальшу інтеграцію в життя суспільства загалом;
- гуманістичної спрямованості – відображає визнання людини, її життя, фізичного, психічно-

го, морального здоров'я і духовного багатства як вищих людських цінностей цивілізації, передбачає орієнтацію на особистість як вищу цінність, врахування її індивідуальних особливостей, задоволення фундаментальних потреб виховання (у розумінні, пізнанні, прийнятті, справедливому ставленні до нього); вироблення індивідуальної програми розвитку; стимулювання розвитку в особистості свідомого ставлення до своєї поведінки, діяльності, життєвих виборів);

- комплексного міждисциплінарного підходу, заснованого на інтеграції питань здоров'я в різні навчальні програми;
- формування відповідальності студентів, викладачів і працівників ВНЗ за своє здоров'я, поведінку і життя;
- використання сучасних інформаційних технологій під час формування здоров'язберігаючого середовища університету;

- доступності медичних, оздоровчих і освітніх послуг студентам, викладачам і співробітникам;
- контролю й оцінки результатів, заснованих на отриманні зворотного зв'язку, завдяки різним видам діагностики і самодіагностики;
- диференційованого підходу до організації заходів із удосконалення фізкультурно-масової та спортивної роботи в університеті з урахуванням специфіки і цільової установки на розвиток оздоровчої фізичної культури та дозвілдової діяльності.

Основними етапами моделі формування цінностей ЗСЖ студентської молоді виступили: базовий, організаційний, навчально-методичний, формуючий, результативний.

Критеріями ефективності запропонованої моделі формування цінностей ЗСЖ визначено: когнітивний (рівень теоретичних знань, поінформованість про необхідність збереження власного здоров'я), мотиваційний (усвідомлення потреби в турботі про власне здоров'я, поведінкові стереотипи, мотивація до фізкультурно-оздоровчих занять), ціннісний (рівень сформованості ціннісних орієнтацій до ЗСЖ), діяльнісний (рівень рухової

активності, умінь та навичок, залучення до регулярних занять руховою активністю). Визначено рівні сформованості цінностей ЗСЖ (оптимальний, допустимий та критичний).

Висновки. Результати аналізу фахової літератури та практичного досвіду дозволили встановити, що недостатньо уваги приділяється комплексному системному аналізу підходів до формування у студентів цінностей здорового способу життя в умовах вищого навчального закладу. На основі вивчення даних спеціальної науково-методичної літератури, практичного досвіду, попередніх розробок автора визначено чинники, що лімітують формування цінностей ЗСЖ студентів. Розроблено модель його формування у студентської молоді в процесі фізичного виховання, яка включала провідну мету, завдання, підходи, принципи, організаційно-педагогічні умови, зміст, засоби, критерії ефективності, показники, рівні сформованості.

Перспективи подальших досліджень полягатимуть у визначенні ефективності запропонованої моделі формування цінностей здорового способу життя в процесі фізичного виховання студентської молоді.

Література

1. Амосова Ю. Е. Формирование ценностей здорового образа жизни у студентов педагогического колледжа в процессе профессиональной подготовки / Ю. Е. Амосова // Вестн. ЧГПУ, 2009. – № 9. – С. 16–28.
2. Андреева О. В. Розробка та впровадження технології проектування активної рекреаційної діяльності різних груп населення / О. В. Андреева // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2015. – № 1. – С. 4–9.
3. Благий О. Л. Рухова активність як фактор формування здорового способу життя учнівської молоді / О. Л. Благий, О. В. Андреева // Акт. пробл. фіз. виховання, реабілітації, спорту та туризму. – Запоріжжя: мат. III Міжнар. наук.-практ. конф. КПУ, 2011. – С. 27–28.
4. Бойко Ю. С. Формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів: дис. ... канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Ю. С. Бойко. – Умань, 2015. – 268 с.
5. Воронов М. В. Модель формирования у студентов мотивации к сохранению и укреплению здоровья / М. В. Воронов, А. А. Токман, В. В. Карпов // Вестн. Костром. гос. ун-та им. Н. А. Некрасова. – 2016. – Т. 22, № 1. – С. 229–233.
6. Єжова О. О. Формування ціннісного ставлення до здоров'я в учнів професійно-технічних навчальних закладів : монографія / О. О. Єжова. – Суми: МакДен, 2011. – 412 с.
7. Ізбаш Л. М. Формування культури здоров'я студентів у процесі фізичного виховання студентів політехнічного коледжу: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.07 «Теорія і методика виховання» / Л. М. Ізбаш. – Умань, 2017. – 20 с.
8. Кашуба В. А. Анализ использования здоровьесберегающих технологий в процессе физического воспитания студенческой молодежи / В. А. Кашуба, С. М. Футорный, Е. В. Андреева // Теорія і методика фіз. культури. – 2012. – № 1. – С. 73–81.
9. Концепція розвитку системи громадського здоров'я // Режим доступу: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=249618799>
10. Круцевич Т. Ю. Рекреативні заняття як чинник формування дозвільної культури / Т. Ю. Круцевич, О. В. Андреева, О. Л. Благий // Спорт. вісн. Придніпров'я. – 2008. – № 1. – С. 3–8.
11. Матвієнко М. І. Формування умінь та навичок до самостійних занять фізичними вправами студентів педагогічних університетів: дис. ... канд. наук.: спец. 13.00.02 «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)» / М. І. Матвієнко. – К., 2017. – 233 с.
12. Пузанова Ж. В. Здоровый образ жизни: понимание и отношение студенческой молодежи (по результатам фокус-групповых исследований) / Ж. В. Пузанова, И. В. Чеховский // Вестн. Рос. ун-та дружбы народов. – 2014. – Вып. 4. – С. 135–150.

13. Раевский Р. Т. Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский. – К.: Наука и техника, 2008. – 556 с.
14. Самарин А. В. Теоретическая модель формирования здорового образа жизни студенческой молодежи в дискурсе культуры здоровья / А. В. Самарин, Л. Л. Мехришвили // Здоровье и образование в XXI веке, 2016. – Т. 18, № 2. – С. 816–820.
15. Сорокина В. М. Формирование отношения к здоровому образу жизни как профессиональной ценности у студентов вузов / В. М. Сорокина, Д. Ю. Сорокин // Современ. пробл. науки и образования. – 2009. – № 6, ч. 3. – С. 52–56.
16. Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности: сб. мат. Всемир. организации здравоохранения / Е. В. Имас, М. В. Дутчак, С. В. Трачук. — К. : Олимп. лит., 2013. — 528 с.
17. Футорный С. М. Здоровьесберегающие технологии в процессе физического воспитания студенческой молодежи: [монография] / С. М. Футорный. – К.: Полиграфсервис, 2014. – 304 с.
18. Цыбиков Д. В. Формирование ценностного отношения студентов к здоровому образу жизни в образовательном процессе педагогического вуза: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Д. В. Цыбиков. – Улан-Удэ, 2013. – 201 с.
19. Shyyan O. Cooperation for Health Promotion / O. Shyyan, Y. Nakonechnyi // Modern world: Sci. and Education, Ottawa Universiti Press. – 2015. – N 2. – P. 325–330.
20. Kumar S. Health Promotion: An Effective Tool for Global Health / S. Kumar, G. S. Preetha // Indian J. Community Med. – 2012. – Jan–Mar. – N 37(1). – P. 5–12.
21. Khubchandani J. Going Global: Building a Foundation for Global Health Promotion Research to Practice / J. Khubchandani, R. Simmons // Health Promot Pract. – 2012. – N 13. – P. 293–297.
22. Nosov A. G. Diagnosis of the level of formation of healthy lifestyle among students / A. G. Nosov // Modern problems of science and education. – 2014. – N 12 (part 12) – P. 2644–2648.
23. Biktagirova Gulnara F. Formation of University Students' Healthy Lifestyle / Biktagirova Gulnara F., Kasimova Ramilya Sh. // International j. of environmental and science education. – 2016. – Vol. 11, iss. 6 – P. 1159–1166.

Literature

1. Amosova Y. E. Healthy lifestyle values formation in students of pedagogical college during professional preparation / Y. E. Amosova // Vestnik CGPU, 2009. – N 9. – P. 16–28.
2. Andreieva O. V. Development and implementation of technologies of projecting active recreational activity of different population groups / O. V. Andreieva // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. – 2015. – N 1. – P. 4–9.
3. Blahii O. L. Motor activity as a factor of healthy lifestyle formation in youth / O. L. Blahii, O. V. Andreieva // Aktualni problem fizykhovannia, reabilitatsii, sportu ta turizmu. – Zaporizhzhia: III International conference proceedings. KPU, 2011. – P. 27–28.
4. Boyko I. S. Axiological settings to healthy lifestyle formation in students of the higher institutions: Dissertation of Ph. D. in Pedagogics: specialty 13.00.07; / I. S. Boyko. – Uman, 2015. – 268 p.
5. Voronov M. V. Model of motivation to health maintaining and strengthening formation in students / M. V. Voronov, A. A. Tokman, V. V. Karpov // Vestnik Kostromskogo universiteta imeni N. A. Nekrasova. – 2016. – Vol. 22, N 1. – P. 229–233.
6. Iezhova O. O. Formation of valuable attitude towards health in students of professional-technical establishments : monograph / O. O. Iezhova. – Sumy: MakDen, 2011. – 412 p.
7. Izbash L. M. Formation of health culture in students in the process of physical education: author's abstract for Ph. D. in Pedagogics: specialty 13.00.07 / L. M. Izbash. – Uman, 2017. – 20 p.
8. Kashuba V. A. Analysis of using health preserving technologies in the process of physical education of student youth / V. A. Kashuba, S. M. Futorny, E. V. Andreyeva // Teoriya i metodyka fizkultury. – 2012. – N 1. – P. 73–81.
9. Concept of public health system development / Access mode: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=249618799>
10. Krutsevych T. I. Recreative sessions as a factor of leisure time culture formation / T. I. Krutsevych, O. V. Andreieva, O. L. Blahii // Sportyvnyi visnyk Prydniprovia, 2008. – N 1. – P. 3–8.
11. Matviienko M. I. Formation of skills of independent physical exercise training by students of pedagogical universities: Dissertation of Ph. D. in Pedagogics: specialty 13.00.02 / M. I. Matviienko. – Kyiv, 2017. – 233 p.
12. Puzanova Z. V. Healthu way of life: understanding and attitude of student youth (according to focus-group study's findings) / Z. V. Puzanova, I. V. Chekhovsky // Vestnik Ros. universiteta druzhby narodov. – 2014. – Iss. 4. – P. 135–150.

13. *Rayevsky R. T.* Health, healthy and health related way of life of students / R. T. Rayevsky, S. M. Kanishevsky. – Kiev: Nauka i tekhnika, 2008. – 556 p.
14. *Samarin A. V.* Theoretical model of healthy lifestyle formation in student youth in the frame of health culture / A. V. Samarin, L. L. Mekhrishvili // *Zdorovye i obrazovaniye v XXI veke*, 2016. – Vol. 18, N 2. – P. 816–820.
15. *Sorokina V. M.* Formation of attitude towards healthy lifestyle as a professional value in students / V. M. Sorokina, D. Y. Sorokin // *Sovremennyye problem nauki i obrazovaniya*. – 2009. – N 6, part 3. – P. 52–56.
16. *Strategies and recommendations on healthy lifestyle and motor activity* Materialy Vsemirnoy organizatsiyi zdravookhraneniya / E. V. Imas, M. V. Dutchak, S. V. Trachuk. – Kiev: Olimpiyskaya literatura, 2013. — 528 p.
17. *Futorny S. M.* Health preserving technologies in the process of student youth physical education: [monograph] / S. M. Futorny. – Kiev: Poligrafservis, 2014. – 304 p.
18. *Tsybikov D. V.* Formation of valuable attitude of students towards healthy lifestyle during education at pedagogical institution: Dissertation of Ph. D. in Pedagogics : 13.00.01 / D. V. Tsybikov. – Ulan-Ude, 2013. – 201 p.
19. *Shyyan O.* Cooperation for Health Promotion / O. Shyyan, Y. Nakonechnyi // *Modern world: Sci. and Education*, Ottawa Universiti Press. – 2015. – N 2. – P. 325–330.
20. *Kumar S.* Health Promotion: An Effective Tool for Global Health / S. Kumar, G. S. Preetha // *Indian J. Community Med.* – 2012. – Jan–Mar. – N 37(1). – P. 5–12.
21. *Khubchandani J.* Going Global: Building a Foundation for Global Health Promotion Research to Practice / J. Khubchandani, R. Simmons // *Health Promot Pract.* – 2012. – N 13. – P. 293–297.
22. *Nosov A. G.* Diagnosis of the level of formation of healthy lifestyle among students / A. G. Nosov // *Modern problems of science and education*. – 2014. – N 12 (part 12) – P. 2644–2648.
23. *Biktagirova Gulnara F.* Formation of University Students' Healthy Lifestyle / Biktagirova Gulnara F., Kasimova Ramilya Sh. // *International j. of environmental and science education*. – 2016. – Vol. 11, iss. 6 – P. 1159–1166.