

## ГАРМОНІЗАЦІЯ КУЛЬТУРНО-ОСВІТНЬОГО ПРОСТОРУ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ ЧЕРЕЗ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ

Тетяна Шаповалова

*Бердянський державний педагогічний університет*

### Анотація:

У статті особлива увага приділена теоретичному обґрунтуванню та практичному застосуванню здоров'язбережувальних освітніх технологій, зокрема біоенергетичній, у культурно-освітньому просторі для гармонійного розвитку майбутніх педагогів. Основним завданням діяльності майбутнього педагога є формування у дітей позитивної мотивації до здорового способу життя, створення внутрішньої переконаності в його перевагах із використанням цілющих властивостей природи. Тому ми маємо створити сприятливі умови для повноцінного здоров'язбережувального впливу природи на здоров'я дітей. Прикладом біоенергетичної здоров'язбережувальної технології є природно-релаксаційна стежина «ЛікЕП» (лікувальна енергетика природи) Станції юних натуралістів м. Бердянська Запорізької області, яка створена з метою використання енергетичних властивостей природних об'єктів в оздоровленні та адаптації дітей і молоді до сучасного соціуму. Знання зазначених технологій, володіння ними та їх застосування є важливою складовою професійної підготовки майбутніх педагогів.

### Ключові слова:

здоров'я молодого покоління, здоров'язбережувальні освітні технології, біоенергетична здоров'язбережувальна технологія, релаксаційні природні об'єкти (дерево-терапія, анімалорелаксація, мінералотерапія).

### Аннотация:

**Шаповалова Татьяна.** Гармонизация культурно-образовательного пространства

**через здоровьесберегающие технологии.**

В статье особое внимание уделено теоретическому обоснованию и практическому использованию здоровьесберегающих технологий, в частности биоэнергетической, в культурно-образовательном пространстве для гармонического развития будущих педагогов. Основной целью будущего педагога является формирование у детей позитивной мотивации к здоровому образу жизни, создание внутреннего убеждения в его преимуществах с использованием целительных свойств природы. Поэтому мы должны создать благоприятные условия для полноценного здоровьесберегающего влияния природы на здоровье детей. Примером биоэнергетической здоровьесберегающей технологии является природно-релаксационная тропа «ЛечЭП» (лечебная энергетика природы) Станции юных натуралистов г. Бердянска Запорожской области, которая была создана с целью использования энергетических свойств природных объектов в оздоровлении и адаптации детей и молодежи к современному социуму. Знание обозначенных технологий, владение ими, а также использование их является важной составляющей профессиональной подготовки будущих педагогов.

### Ключевые слова:

здоровье подрастающего поколения, здоровьесберегающие технологии, биоэнергетическая здоровьесберегающая технология, релаксационные природные объекты (дерево-терапия, анімалорелаксація, мінералотерапія).

### Resume:

**Shapovalova Tetiana.** Harmonisation of cultural and educational space through health-saving technologies.

Special attention is given to the theoretical foundation and practical use of health-saving technologies, in particular, bioenergy technology in cultural and educational space for the harmonious development of future teachers. The main goal of a future teacher is forming children's positive motivation to healthy lifestyle and creating their inner persuasion in this lifestyle's benefits using healing means of nature. Therefore, we have to create favourable conditions for complete health-saving nature impact on children's health. An example of a bioenergy health-saving technology is a natural relaxation path HEN (healing energy of the nature) which was created at Berdyansk Young Naturalist Station in Zaporizhya Region with a view of using energy properties of natural objects for recovery of children and young people and their adaptation to modern society. Knowledge and use of the mentioned above technologies is a main part of future teachers' professional training.

### Key words:

health of the younger generation, health-saving education technologies, bioenergy health-saving technology, relaxation natural objects (tree therapy, animal relaxation, minerals therapy).

Постановка проблеми. Сучасна спроба усвідомлення здоров'я як категорії психологічної та біологічної є підґрунтям для висновку, що це еволюційно зумовлена універсальна властивість організму людини, що забезпечує за певних умов досягнення й збереження в індивідуальному розвитку оптимального рівня життєздатності. Біосоціальна структура життєздатності організму людини може ефективно вдосконалюватися в педагогічній системі відносин соціальних інститутів освіти й виховання молодого покоління [4].

Освіта як соціальний інститут виконує низку окремих функцій, одна з яких – підготовка нового покоління спеціалістів. Вона, залучаючи людину до соціальних відносин, сприяє її гармонізації. Водночас, відбувається не тільки поверхове ознайомлення з культурними нормами, цінностями, соціальними та

гендерними ролями, а й засвоєння, усвідомлення та подальша організація власного способу життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній науці напрацьовано великий теоретико-практичний матеріал із питань здоров'язбереження. Проблемами використання здоров'язбережувальних технологій у системі освіти займаються Т. Бойченко, О. Ващенко, І. Волкова, Д. Воронін, М. Гончаренко, Л. Горьна, Н. Денисенко, О. Дзятківська, В. Єфимова, О. Попов, С. Свириденко, М. Смирнов, Л. Тихенко, Л. Тихомирова, В. Успенська, І. Чупаха та ін. Учені вважають, що цей аспект діяльності є найважливішим при виконанні завдань збереження, зміцнення й відновлення здоров'я учнів в умовах сучасного освітнього простору.

Дослідження вчених свідчать, що здоровими можна назвати лише 27 % дітей шкільного віку, а, як відомо, цей період розвитку є одним із головних. На сьогодні встановлено, що

90 % здоров'я людина втрачає у віці до 2-х років, а 40-60 % хвороб дорослих сягають своїм корінням 5-7-річного віку (С. Мартинов, 1991).

До школи приходять лише 20-27 % здорових дітей, а закінчують її здоровими 2,0-5,7 %. За даними Міністерства охорони здоров'я України та Держкомстата у 42 % дітей шкільного віку спостерігаються різні хронічні захворювання, а в 50 % школярів – функціональні відхилення в різних системах організму, частота онкозахворювань у дітей збільшилась майже в'ятеро, зросла майже втричі частота суїцидів серед молоді, на 25,4 % зріс рівень загальної інвалідації серед дітей, на 52,5 % збільшилась захворюваність дітей на туберкульоз. Аналіз структури захворюваності школярів показує, що з кожним роком навчання в освітньо-виховних закладах зростає частота захворювань органів травлення, дихання, зору, порушення постави, нервово-психічних відхилень.

Сучасна педагогічна система й умови життя можуть дати достатній обсяг знань, але не здатні зберегти здоров'я школярів. Підтвердженням тому є катастрофічне зниження рівня здоров'я дітей і молоді України, нестійка мотивація до збереження здоров'я, брак механізмів упровадження принципів валеології та екології в масову практику загальноосвітніх, позашкільних і вищих навчальних закладів.

Тільки нині сучасні науки, пов'язані зі здоров'ям, починають вивчати взаємозв'язок Природи й людини в усіх її проявах. Наші предки чудово розуміли цей взаємозв'язок і успішно використовували його для здорового способу життя. Грунтуючись на спостереженнях, учені шукають нові методи збереження, зміцнення та відновлення здоров'я, використовуючи силу природних об'єктів та їх вплив на людину.

Створення умов розвитку молодого покоління, виховання освіченої, творчої особистості, формування її фізичного, психічного й духовного здоров'я – найважливіше завдання державної освіти загалом і вищої зокрема.

Визначаючи основні особливості живого В. Вернадський писав, що людина є квантовою системою, для якої характерний дуалізм, тобто організм людини водночас фізичне тіло й польова структура (духовне тіло). Лише в гармонійній єдності цих двох начал людина можлива, як квантова система, гармонійна, невіддільна частинка Всесвіту загалом.

Цілісний (холістичний) підхід до людини як біо-енерго-інформаційної системи розкриває перспективні можливості розробки нових технологій як навчання, так і оздоровлення. Такий підхід, на думку М. Гончаренко, основа нової світоглядної парадигми духовної еволюції людини як безальтернативної стратегії виживання цивілізації та збереження здоров'я в умовах глобальної екологічної та духовної кризи, що катастрофічно зростає, умова переходу

суспільства на ноосферний рівень розвитку [3, с. 47–48].

Криза здоров'я людини пов'язана з культурно-антропологічною кризою, духовним занепадом особистості, ігноруванням визначальної ролі у формуванні здоров'я природного середовища та його факторів.

Формулювання цілей статті. Мета статті – теоретичне обґрунтування та перевірка на практиці ефективності використання здоров'я-збережувальних технологій, зокрема біо-енергетичної, для гармонійного розвитку майбутніх педагогів у культурно-освітньому просторі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Еколого-валеологічна освіта набуває нового значення, коли до неї застосовується компетентнісний підхід.

Здоров'язбережувальна компетентність майбутнього педагога формується через здоров'язбережувальні компетенції та здоров'язбережувальні освітні технології. Створення здоров'язбережувального середовища – це створення оздоровчо-освітнього простору, де суб'єкти освітнього процесу мають можливість зберігати, зміцнювати та відновлювати власне здоров'я.

Згідно з дослідженням Л. Тихомирової, основними причинами погіршення здоров'я дітей шкільного віку є:

- порушення гігієнічних і психогігієнічних вимог до організації навчально-виховного процесу;
- порушення повноцінного відпочинку;
- відсутність достатньої рухової активності;
- постійні стреси, які пов'язані з перевантаженнями навчальних програм;
- помилки в педагогічних технологіях, викладанні;
- авторитарний стиль спілкування;
- недостатній рівень знань вікової фізіології та психології у педагогів;
- слабка початкова та виховна робота з учнями щодо формування їх здоров'я та організації здорового способу життя;
- відсутність у педагогів і батьків необхідних знань щодо збереження та зміцнення здоров'я дітей [5].

Поняття «здоров'язбережувальні технології» з'явилося в педагогіці впродовж останніх декількох років. Уважне вивчення джерел виявляє широкий діапазон підходів до розуміння поняття «здоров'язбережувальні технології» і ще більш широке наповнення змісту цього поняття конкретними практичними діями. Під здоров'язбережувальними технологіями вчені пропонують розуміти: сприятливі умови навчання дитини у школі (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання і виховання); оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних норм); повноцінний і раціонально організований рухливий режим [1, с. 22–28].

Проаналізувавши класифікації наявних здоров'язбережувальних освітніх технологій, ми виокремили класифікацію, яка була розроблена О. Ващенко, С. Свириденко [2, с. 1–6]:

– здоров'язбережувальні – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та праці у школі та ті, що виконують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей і гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;

– оздоровчі – технології, спрямовані на виконання завдань щодо зміцнення фізичного здоров'я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартовування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

– технології навчання здоров'я – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, розв'язання конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психотропними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки внесенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

– виховання культури здоров'я – виховання в учнів особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації до ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Нами була розроблена біоенергетична здоров'язбережувальна технологія, яка передбачає використання енергетики природних об'єктів (рослин, тварин, неживих предметів) із метою оздоровлення, релаксації та соціалізації молодого покоління.

Безперечно, будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язбережувальною. Розроблені методики дають можливість ефективно впроваджувати біоенергетичні здоров'язбережувальні технології в навчально-виховний процес будь-якого навчального закладу.

Кафедра біології, екології та безпеки життєдіяльності БДПУ працює в тісному співробітництві зі Станцією юних натуралістів, де творчим колективом розроблена одна зі здоров'язбережувальних технологій – біоенергетична, яка передбачає використання енергетики природних об'єктів (рослин, тварин, неживих предметів) для оздоровлення та гармонізації культурно-освітнього простору.

Основним завданням здоров'язбережувальної діяльності є формування у студентів – майбутніх педагогів позитивної мотивації до здорового способу життя, створення внутрішньої переконаності в його перевагах із використанням цілющих властивостей природи. Педагогічний колектив Бердянської СЮН

створив сприятливі умови для повноцінного здоров'язбережувального та оздоровчого впливу природи на здоров'я дітей.

У формуванні еколого-валеологічної культури в позашкільному навчальному закладі ми виокремлюємо три основні аспекти: пізнавальний (людині необхідна певна сума знань про природу, власне тіло та здоров'я); емоційний (важливо мобілізувати емоції, прищепити турботливе ставлення до власного здоров'я та природи); прикладний (необхідно створити умови, щоб кожен міг зробити свій внесок у справу збереження природи і власного здоров'я).

Від розвитку системи еколого-валеологічної освіти, створення нового стилю ноосферного мислення значною мірою залежить формування здорового способу життя, зміцнення та збереження здоров'я. Результатом еколого-валеологічної освіти та виховання повинна стати еколого-валеологічна культура, що припускає компетентнісний підхід вихованця до своїх генетичних, фізіологічних можливостей, методів і засобів контролю, збереження й розвитку власного здоров'я як невіддільної частини природи, уміння розширювати свої знання та передавати їх оточенню. Чітко простежується взаємозв'язок між еколого-валеологічним вихованням, еколого-валеологічною культурою та ноосферним світоглядом.

Прикладом біоенергетичної здоров'язбережувальної технології є природно-релаксаційна стежина «ЛікЕП» (лікувальна енергетика природи) Станції юних натуралістів м. Бердянська Запорізької області, яка створена з метою використання енергетичних властивостей природних об'єктів в оздоровленні та адаптації дітей та молоді до сучасного соціуму.

Студенти Інституту соціально-педагогічної та корекційної освіти й Інституту психолого-педагогічної освіти та мистецтв БДПУ як денної, так і заочної форм навчання відвідують майстер-класи «Біоенергетичні та лікувальні властивості живої природи», що є складниками спецкурсу «Ековалеологія рідного краю».

Біоенергетична здоров'язбережувальна освітня технологія апробована педагогічним колективом Станції юних натуралістів м. Бердянська за допомогою можливостей релаксаційної стежини «ЛікЕП» (Лік – лікувальна, Е – енергетика, П – природи) для відновлення та гармонізації психічного та фізичного здоров'я дітей. Стежина «ЛікЕП» розрахована на різні категорії відвідувачів (від дошкільнят до дорослої людини). За період 2008–2013 рр. майстер-класами було охоплено понад 2,5 тисячі слухачів.

Вивчення біоенергетичної здоров'язбережувальної технології відбувається поетапно: I етап – інформаційно-когнітивний (розширення та поглиблення знань про енергетичні властивості живої природи); II етап – діяльнісно-практичний (оволодіння методикою спілкування з релаксаційними природними

об'єктами); III етап – оздоровчо-релаксаційний (особистісно зорієнтований підхід у спілкуванні з релаксаційними об'єктами); IV етап – підсумково-результативний (сенсорно-вербальні педагогічні спостереження впливу релаксаційної дії природних об'єктів на еколого-валеологічну свідомість, здоров'я вихованців, слухачів); V етап – опосередковано-коригувальний (використання нетрадиційних методів оздоровлення) [6, с. 111–114].

На першому етапі слухачі ознайомлюються з особливостями деревотерапії та вивчають їх: з'ясовують, які з дерев належать до забираючого, а які до підживлювального типу і як вони впливають на здоров'я людини. Тільки після теоретичного опрацювання матеріалу слухачі переходять до діяльнісно-практичного, оздоровчо-релаксаційного етапів, де оволодівають методикою спілкування з релаксаційно-природними об'єктами, конкретно апробують на собі дію деревотерапії. Ці етапи проводяться безпосередньо в дендрологічному арборетумі. Контакти з рослинними організмами відбуваються під наглядом педагога. Він спостерігає за станом дітей, оцінюючи його візуально, проводить опитування, аналізує і за потреби коригує психофізіологічний стан, використовуючи традиційні та нетрадиційні методи оздоровлення.

Дерево – потужний природний акумулятор космічної енергії, воно випромінює енергію, яка позитивно впливає на людський організм. Прихильники однієї з наукових теорій твердять, що близький контакт із деревом повертає людині втрачену енергетичну рівновагу. Дерево спочатку виступає в ролі накопичувача природної енергії, а потім стає енергетичним провідником, який дарує лікувальний вплив. Учені з'ясували, що енергетичне поле дерева найсильніше впливає з квітня до жовтня.

Деревотерапія сьогодні починає цікавити багатьох учених. Науково доведено, що кожна рослина, а особливо дерево, енергетично впливає на людину та її здоров'я. У кожної людини є власне дерево, на яке вона реагує, близьке за своєю біоенергетикою до неї. Таке дерево може забрати наш біль або підживити нас енергією.

Залежно від дії енергії дерев на людини, їх поділяють на забираючий і підживлювальний типи. Забираючий тип дерев – зменшує енергію людини, зокрема й негативну. Деревами такого типу є ялина, тополя, осика, черемха, вільха, верба, ялівець, бузок, усі рослини, що в'ються. Підживлювальний – збільшує енергію людини. До таких дерев належать дуб, береза, сосна, акація, каштан, липа, горобина, клен, ясень, верба, модрина, яблуня, вишня.

Після контакту з деревом забираючого типу рекомендується «підзарядитися» від підживлювального дерева. Безперечно, біополіа дерев мають позитивний вплив на людину. Наразі біоенергетичні властивості дерев використовують для оздоровлення (релаксації). Цілющими властивостями володіють не тільки

самі дерева, а й їх окремі фрагменти: гілочки, плашки, шматочки кори (біокоректори).

На Станції юннатів слухачі, які відвідують майстер-клас, потрапляють на релаксаційно-енергетичні зупинки стежини «ЛікЕП». Наведемо кілька прикладів. Зупинка 1. Черемха – Робінія звичайна. Черемха (дерево забираючого типу) – забирає енергію, протипоказана людям із серцево-судинними захворюваннями. Листя та квіти мають протизапальну, антимікробну дію. Летючі фітонциди листя черемхи не тільки вбивають найпростіших, а й розчиняють їх. Робінія звичайна (дерево підживлювального типу) – віддає енергію, наповнюючи людину бадьорістю. Робінія універсальний донор, її енергетика корисна всім, особливо жінкам. Від запаху її квітів поліпшується настрій, підвищується працездатність.

Зупинка 2. Тополя – Береза. Тополя (дерево забираючого типу) – забирає негативну енергію, зменшує роздратованість, під час прогулянок тополиною алеєю зменшується головний біль, стає легко дихати. Не рекомендується людям із серцево-судинними захворюваннями. Береза (дерево підживлювального типу) – віддає енергію, знімає втому, підвищує тонус судин, лікує захворювання серця. Запах берези знижує артеріальний тиск. Спілкування з березою цілюще для людей хворих на гіпертонію. При головних болях може допомогти гребінець, зроблений з деревини цього дерева. За народними традиціями береза вважається щасливим деревом, оберігає від зла. Саджають березу поряд із домівкою для злагоди в сім'ї. Береза також захищає від блискавки.

Перед екскурсією по стежині «ЛікЕП» слухачам надаються рекомендації щодо проведення релаксації:

- поцікавтесь, яке дерево вас підживлює;
- відшукайте своє дерево в дендрарії, бажано окреме;
- станьте обличчям на схід і притуліться до дерева;
- покладіть праву руку на сонячне сплетіння, а ліву тильною стороною на поперек, долонею доторкніться до стовбура дерева;
- ні про що не думайте деякий час;
- подумки зверніться до дерева з проханням очистити вас або вилікувати;
- спілкуйтеся з деревом не більше 3-5 хвилин.

На станції юннатів є живий куточок та міні-ферма, де діти та студенти можуть отримувати сеанси анімалорелаксації, контактуючи з тваринами та птахами (кроликами, хом'ячками, черепахами, морськими свинками, шиншилами, папужками, свійськими тваринами). Анімалотерапія (від латинського «animal» – тварина) – вид терапії, що використовує тварин та їх образи для надання психотерапевтичної допомоги. Це цивілізований науковий метод лікування та профілактики серйозних захворювань. В анімалотерапії використовуються символи тварин: образи,

малюнки, казкові герої, іграшки, а також справжні тварини, спілкування з якими безпечне.

Анімалотерапія виконує певні функції: психофізіологічну – зняття стресу через спілкування з тваринами, нормалізація роботи нервової системи, психіки загалом; психотерапевтичну – сприяння гармонізації міжособистісних стосунків людини і тварини; реабілітаційну – контакти з тваринами як додаткова взаємодія особистості з навколишнім світом, що сприяють як психічній, так і соціальній реабілітації; задоволення потреби в компетентності, яка виражається формулою «я можу» і є однією з найважливіших потреб людини; самореалізації – потреба людини в реалізації свого внутрішнього потенціалу, потреба бути значущим для інших; спілкування – тварини стають партнерами у спілкуванні з людиною.

Стежина «ЛікЕП» використовується також як елемент навчально-просвітницької роботи (вікторини, методоб'єднання, семінари-практикуми, майстер-класи, екскурсії). На допомогу педагогам-позашкільникам нами розроблено поради щодо створення комфортно-

адаптивних умов спілкування дитини з природою, наближення її до природи, оздоровлення за допомогою цілющих властивостей рослин, забезпечення від небажаного впливу соціуму [6, с. 111–114].

Апробуються й упроваджуються методики в навчально-виховний процес як позашкільних, загальноосвітніх, так і вищих навчальних закладів.

Висновки. Знання наведених технологій, володіння ними та їх застосування є важливим складником професійної підготовки майбутніх педагогів. Використання біоенергетичної здоров'язбережувальної технології легко адаптувати до умов будь-якого навчального закладу – від дошкільного, загальноосвітнього, позашкільного до вищого навчального закладу. Ця освітня технологія не потребує значних матеріальних і фінансових витрат і сприяє гармонічному розвитку майбутніх педагогів.

Перспективи подальшого дослідження. Подальшої розробки, на нашу думку, потребують методики оздоровлення за допомогою енергетики мінералів.

#### Список використаних джерел

1. Аносов І.П. Здоров'язбережувальні освітні технології у професійно-педагогічній підготовці вчителя / І. П. Аносов, С. С. Ізбаш // Педагогіка здоров'я : зб. наук. праць IV Всеукраїнської наук.-практ. конф. [за заг. ред. акад. І. Ф. Прокопенка]. – Харків: ХНПУ ім. Г. С. Сковороди, 2014. – С. 22-28.
2. Ващенко О. Готовність вчителя до використання здоров'язберігаючих технологій у навчально-виховному процесі / О. Ващенко, С. Свириденко // Здоров'я та фізична культура. – 2006. – №8. – С. 1-6.
3. Гончаренко М.С. Валеологічні основи духовності: навч. посіб. / М.С. Гончаренко. – Х.: ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2008. – С. 47-48.
4. Омельченко С.О. Взаємодія соціальних інститутів суспільства у формуванні здорового способу життя дітей та підлітків: монографія / С. О. Омельченко. – Луганськ: Альма-матер, 2007. – 353 с.
5. Тихомирова Л.Ф. Теоретико-методические основы здоровьесберегающей педагогики: автореф. дис. ... на здобуття наук. ступеня канд. пед. н. – Ярославль, 2004. – 23 с.
6. Шаповалова Т.Г. Інноваційні здоров'язбережувальні технології у сучасному позашкільному освітньому просторі / Т.Г. Шаповалова // Імідж сучасного педагога. – 2013. – № 8 – 9(137-138). – С. 111-114.

Рецензент: Сегеда Н.А. – д.пед.н., професор

#### Відомості про автора:

**Шаповалова Тетяна Григорівна**  
Бердянський державний педагогічний університет  
вул. Шмідта, 4, м. Бердянськ,  
Запорізька обл., 71100, Україна  
doi:10.7905/нвмдпу.v1i12.842

Надійшла до редакції: 06.05.2014 р.  
Прийнята до друку: 23.05.2014 р.

#### References

1. Anosov, I. P. (2014). *Health saving educational technologies in professional and pedagogical of training of the teacher*. Pedagogika zdorovya: collection of scientific works of the 4th All-Ukrainian conference [edited by Academician F. Prokopenko.] Kharkiv, Kharkiv H.S. Skovoroda National University. [in Ukrainian].
2. Vaschenko, O. A. (2006). *Teacher's readiness to use health saving technologies in educational process*. Zdorovya ta fizychna kul'tura. 8. 1 – 6. [in Ukrainian].
3. Honcharenko, M. S. (2008). *Valeological grounds of spirituality: tutorial*. Kharkiv: Kharkiv V. N. Karazin National University. [in Ukrainian].
4. Omelchenko, S. O. (2007). *Cooperation of social institutions in forming children and teenagers' healthy lifestyle: monograph*. Luhansk: Alma-mater. [in Ukrainian].
5. Tikhomirova, L. F. (2004). *Theoretical and methodological grounds of health saving pedagogy. Abstract of thesis for the degree of Candidate of pedagogical sciences*. Yaroslavl'. [in Russian].
6. Shapovalova T. H. (2013). *Innovative health saving technologies in modern out-of-school educational environment*. Imidzh suchasnoho pedahoha. 8 – 9. [in Ukrainian].